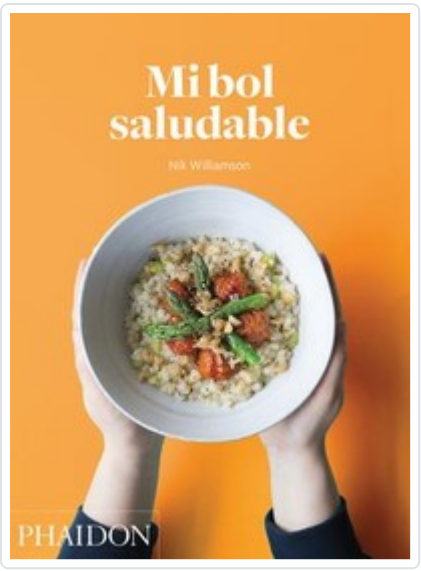
MI BOL SALUDABLE



AA.VV.

SINOPSIS

Los cuencos de cereales, gachas, y avena contienen un alto número de propiedades nutricionales. Restaurantes de todo el mundo los están añadiendo a sus menús, y no sólo para el desayuno. Estas 90 recetas están seleccionadas para sorprender e inspirar a partes iguales. El libro contiene una estupenda guía de granos y semillas que detalla cada una de sus propiedades. Los granos y semillas que se usan en estas recetas son: quínoa, avena, centeno, chía, espelta, trigo sarraceno, cebada, amaranto, arroz negro y mijo. Las 90 recetas fáciles de realizar son para el desayuno, la comida y la cena y, además de emplear estos súper alimentos, usan frutas, carnes cocinadas a fuego lento, verduras a la brasa y algún que otro dulce. ...

Editorial	PHAIDON PRESS LIMITED
Materia	GASTRONOMIA Y ARTE CULINARIO
Colección	PHAIDON
EAN	9780714873589
Status	Disponible
Páginas	200
Tamaño	195x255x mm.
Peso	1
Precio (Imp. inc.)	29,95€

Títulos relacionados



HISTORIA DEL ARTE 16 - ED. E.H.GOMBRICH (T)
GOMBRICH, E.H.



VIVIR EN EL DESIERTO
PHAIDON



VIVIR EN EL AGUA
PHAIDON



ORNAMENTO ES DELITO, EL
GIBBERD/ HILL