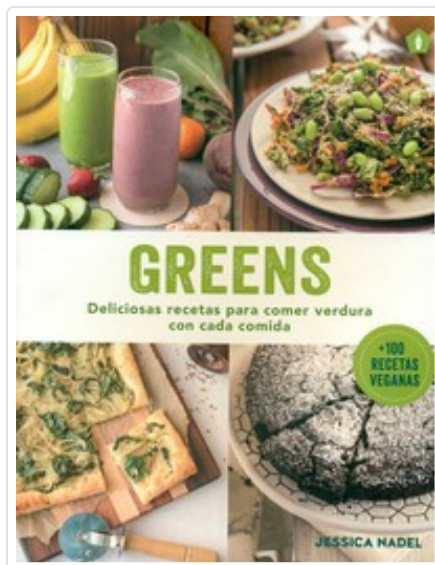


GREENS DELICIOSAS RECETAS COMER VERDURA



NADEL, JESICA

SINOPSIS

Más de 100 recetas rápidas, apetitosas y nutritivas con las que comer hortalizas a diario sin aburrirlas. La premisa de este libro es simple: es posible comer y disfrutar de más verduras de hoja y otras variedades de hortalizas. Greens será el aliado perfecto en la cocina de quienes quieran comer más sano o aspiren a incluir más hortalizas en su dieta. Propone una amplia variedad de deliciosas y saludables recetas para cada comida del día, desde el desayuno hasta los postres. Sus más de 100 recetas veganas, novedosas e inspiradoras, ofrecen un surtido nutricional compuesto por más de 40 hortalizas, que incluye clásicos como el brócoli y el calabacín, superalimentos como las acelgas y la col verde y vegetales poco convencionales como las algas espirulina o kelp. ...



Editorial	CINCO TINTAS
Materia	<Genérica>
Colección	CINCO TINTAS
EAN	9788416407057
Status	Disponible
Páginas	176
Tamaño	190x246x12 mm.
Peso	565
Precio (Imp. inc.)	9,95€
Fecha de lanzamiento	20/08/2019

Títulos relacionados

5 INGREDIENTES COCINA BAJA
EN CALORIAS5 INGREDIENTES PASTELES Y
POSTRESMANUAL DE COCTELERIA
JONES, DAN