

200 RECETAS SALUDABLES



AA.VV.

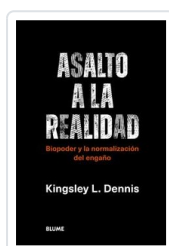
SINOPSIS

Si su objetivo es comer de forma saludable, pero no quiere pasar hambre ni andar falto de energía, éste es libro perfecto, repleto de recetas deliciosas y nutritivas. Los sabores, aromas y aspectos de las recetas cautivarán sus sentidos, y los ingredientes le ayudarán a comer de forma sana y equilibrada. Propuestas para platos ricos en proteínas, vitaminas, nutrientes, hidratos de carbono y grasas esenciales, para gozar de buena salud, controlar el colesterol, evitar el estreñimiento, los problemas de piel y capilares, así como para evitar afecciones graves como la enfermedad coronaria o el cáncer. ...



Editorial	BLUME
Materia	GASTRONOMIA Y ARTE CULINARIO
Colección	BLUME
EAN	9788480769907
Status	Disponible
Páginas	240
Tamaño	140x170x mm.
Peso	310
Precio (Imp. inc.)	4,95€

Títulos relacionados



ASALTO A LA REALIDAD
DENNIS, KINGSLEY L.



FOTOGRAFO DE BOLSILLO, EL
KUS, MIKE



COCINA JAPONESA DE HARUMI, LA
KURIHARA, HARUMI



ASI ES... GAUDI
CLAYPOOL/
CHRISTOFOROU