Recetas veganas

para toda ocasión

Autor
Martha Heredia

Sinopsis

La alimentación vegana, equilibrada, es tan saludable como la alimentación tradicional, incluso es más beneficiosa. Pues no incluye ningún alimento de origen animal o derivado de este, y aun así proporciona al cuerpo los nutrientes necesarios, como carbohidratos, proteínas y grasas, para su buen desarrollo, dando espacio a una amplia gama de sabores. A partir de la presentación de las preparaciones básicas para los platos veganos, como son el yogur, la mayonesa, el queso y el reemplazante del huevo; se elaboran diferentes alternativas de platos para cualquier ocasión, desde desayunos, platos principales, incluyendo sopas y ensaladas, hasta postres, bebidas y acompañamientos. Aquí encontrarán, todos los interesados en la alimentación vegana, una herramienta para preparar platos deliciosos, nutritivos y totalmente naturales.

MH

Sobre el autor

Martha Heredia



Impreso

Año de publicación: 2018

Presentación: Tapa blanda o Bolsillo

Tamaño: 21 x 14 cm

Número absoluto de páginas: 214 Páginas

Número de páginas previas al contenido principal: 16 Páginas

Número de páginas del contenido principal: 196 Páginas

Número de páginas posteriores al contenido principal: 2 Páginas

ISBN13: 9789587716542

$21.000 COP

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen

E-Book

Año de publicación: 2018

Presentación: PDF (Digital: descarga y online)

Número absoluto de páginas: 216 Páginas

ISBN13: 9789587716559

$49.000 COP



Palabras clave

Cocina vegana; Cocina vegetariana

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen