

## 65 Recetas de cocción lenta sin gluten: para dos personas



Fecha de publicación: 18 octubre, 2016

Autor: J K Erdinger

Longitud de impresión: 97

Idioma: Español

PDF

Estupendo libro que incluye 65 recetas de cocción lenta sin gluten. Entre las recetas encontramos cómo preparar, carnes, pescados, aves, salsas, postres, pastas, arroces y legumbres. Recetas crockpot sin gluten para llevar una alimentación equilibrada al mismo tiempo que cuidas de tu salud.

Aunque sólo el 1% de la población es celíaca, cada vez más personas optan por una dieta sin gluten o en la que al menos se reduzca la cantidad que se consume. Por ello, este libro con numerosas recetas variadas te permite encontrar recetas de cocción lenta muy

interesantes para tu día a día, tengas problemas de celiaquía o no.

Algunas de las recetas que se incluyen son:

- CALDOS Y CARNES
- Caldo de verduras
- Caldo de pollo
- Carne de cerdo al curry de coco
- AVES
- Gallinas de Cornualles con verduras
- Arroz con pollo Tex Mex
- Sándwiches de Pulled chicken barbacoa
- PESCADOS
- Risotto de gambas
- Pescado y verduras de la toscana
- Mejillones con tomate y curry
- VERDURAS Y LEGUMBRES
- Frijoles negros y polenta
- Verduras y frijoles Thai
- Enchilada de maíz y frijoles
- PASTAS, SEMILLAS Y ARROCES
- Farro Pilaf
- Risotto de espárragos
- Lasaña mexicana
- Risotto con carne de ternera
- DESAYUNOS Y POSTRES
- Puré de manzana y pera
- Manzana rellena de cereza
- SALSAS
- Salsa de tomate italiana
- Salsa marinera
- Chutney
- Aderezo de tomate

<http://yep.pm/IDztlTli5/OVRzLe945.pdf.rar>

