

Deliciosamente Raw: Recetas paleo, sin gluten, sin lactosa



Fecha de publicación: 30 agosto, 2015

Longitud de impresión: 89

Idioma: Español

PDF

¿Tienes poco tiempo para cocinar? ¿Te da pereza encender el horno?

¿POR QUÉ RAW (CRUDO)?

A veces la vida acelerada que llevamos, no nos permite dedicar demasiado tiempo a los fogones, pero eso no tiene que condenarte a una recetas poco variadas y aburridas. Aquí te traigo una una selección de deliciosas recetas que no necesitan ninguna o mínima cocción, además son muy fáciles y rápidas de preparar.

Seguir la dieta paleo y comer sabroso nunca ha sido tan fácil: en este libro encontrarás 25 recetas para paladares curiosos elaboradas únicamente con ingredientes aptos en la dieta paleo, además de trucos y consejos de cocina y nutrición.

¿A QUIÉN VA DIRIGIDO?

Este libro está dedicado a ti, que quieres cambiar tus hábitos alimenticios, y a ti, que eres de las personas que se alimentan de forma saludable, y siempre buscas los mejores ingredientes, redescubrir el verdadero sabor de la fruta y la verdura, en pocas palabras, volver a lo natural, este libro es perfecto para ti.

<http://yep.pm/XfjuLOgi5/0efkMTrt5.pdf.rar>