

## EXPLOSIÓN DE ENSALADAS: Ideales para el verano (Colección Más Bienestar)



Fecha de publicación: 12 junio, 2016

Editor: OrzolaPress

Autor: Mariano Orzola

Longitud de impresión: 68

Idioma: Español

PDF

Un libro práctico que compila una deliciosa selección de 72 recetas fáciles y caseras para preparar un universo de ensaladas. Con una base de verduras crudas y cocidas, combinadas con otros ingredientes se obtiene una comida completa y de muy rápida digestión. Por eso son recomendables para personas ocupadas que no pueden dedicar mucho tiempo a su almuerzo. Además las ensaladas son ideales como tentempiés, guarniciones e incluso comidas principales en el verano. Este libro incluye recetas de ensaladas con legumbres, mariscos, patatas, semillas, verduras de hoja verde y las clásicas ensaladas mixtas. También contiene una docena de recetas gourmet, por si deseas disfrutar la experiencia de ensaladas agrídulces de calidad premium. ¡Bon appetite!

<http://yep.pm/nZSHqbd5/00HYwiDZe.pdf.rar>