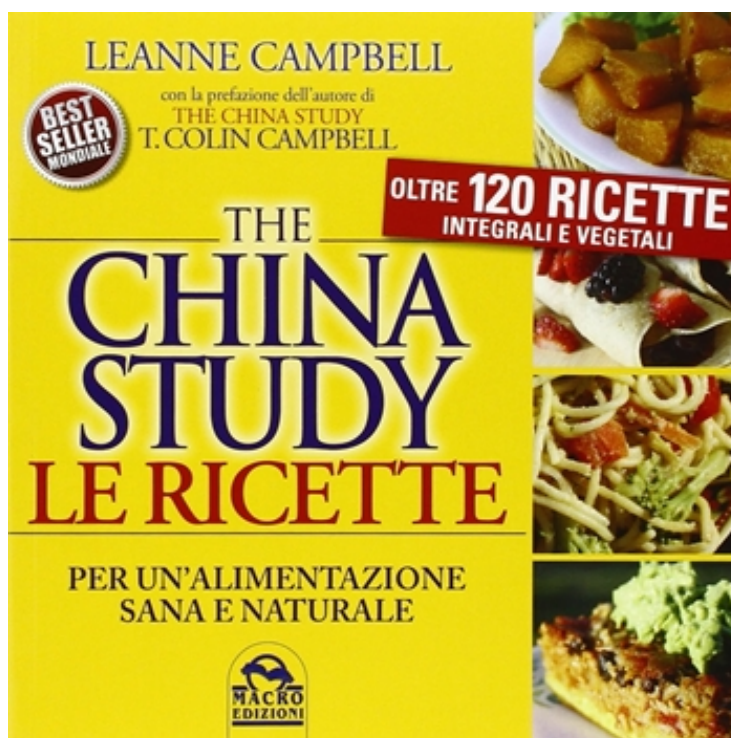


The China study. Le ricette per un'alimentazione sana e naturale. Oltre 120 ricette integrali e vegetali - Campbell Leanne - Macro Edizioni

cod.: 9788862296281



Le scoperte scientifiche contenute in The China Study sono state utilizzate per realizzare questo imperdibile ricettario. Scritto da Leanne Campbell, figlia di T. Colin Campbell e madre di due figli affamati, The China Study Le Ricette presenta ricette vegane deliziose e facili da preparare, senza aggiunta di grassi, sale e zucchero. Oltre 120 ricette vegetali e integrali. Dalla focaccia dolce ai mirtili ai muffin al papavero e al limone, dalla minestra aromatica di zucca al tortino ai porri, dal pane alle noci e uvetta all'hamburger di ceci e spinaci, tutte le ricette di Leanne seguono tre principi indispensabili per la nostra salute: mangiare del buon cibo sano e non utilizzare integratori; scegliere prodotti locali e possibilmente biologici; utilizzare gli alimenti nella maniera più naturale possibile, scegliendo cibi integrali e poco elaborati o raffinati.

EUR 14,50

