

*Miraguano Ediciones*

Balakrishnan, Manjula

## Cocina vegetariana de la India. 76 recetas

La India es, sin duda, el paraíso de la comida vegetariana, pues el vegetarianismo es un principio fundamental del denominado sanâtama dharma (la religión eterna: el hinduismo). Es la dieta de los yogís y los ascetas, de los buscadores de la verdad, de los místicos y los monjes y, sobre todo, de las almas compasivas que quieren inferir a la naturaleza el menor daño posible. Esta tradición ha llevado a un desarrollo intensivo del arte culinario basado en el consumo de hortalizas y legumbres, y de ahí surge una cocina vegetariana que permite una dieta sana, sabrosa y de sorprendente variedad. Este libro, Manjula Balakrishnan, experta en cocina de la India y quien en esta misma colección ya ha publicado su popular ? Sabores de la India. 76 Recetas de Cocina?, recopila otras tantas recetas de cocina vegetariana india que, sin perder sus raíces tradicionales, se presentan adaptadas, en cuanto a ingredientes y preparación, a los gustos occidentales.



Editorial	Miraguano
Col·lecció	Sugerencias
Enquadernació	Tapa blanda o rústica
Pàgines	192
Mida	190x120x mm.
Idioma	Español
Tema	Gastronomía
EAN	9788478133383
PVP	12,00 €
PVP sense IVA	11,54 €

