

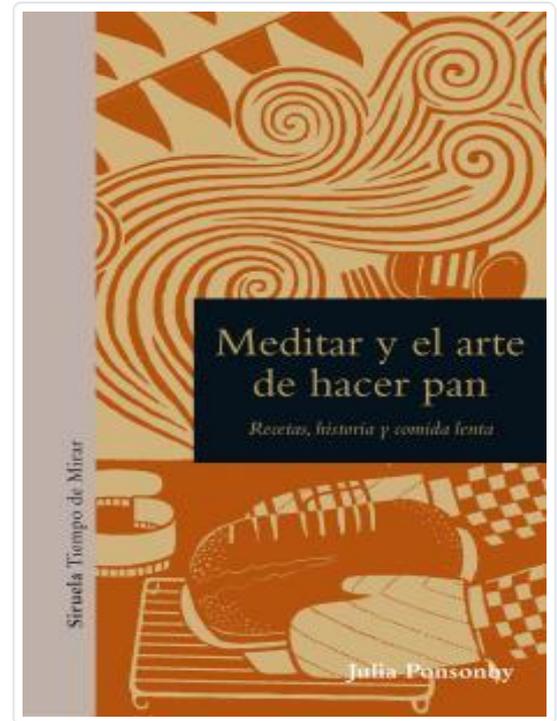
# Siruela

Ponsonby, Julia

## Meditar y el arte de hacer pan

### Recetas, historia y comida lenta

Julia Ponsonby nos muestra cómo hacer y hornear el pan con nuestras propias manos es el mejor ejercicio de meditación para fomentar nuestro bienestar físico y mental. No solo por su carga ancestral y simbólica, también porque nos hace conscientes de qué comemos y partícipes de la transformación que implica esta actividad.



Argitaletxea	Siruela
Bilduma	Tiempo de Mirar
Azalak	Tapa dura
Orrialdeak	168
Neurria	130x200x mm.
Pisua	267
Hizkuntza	Español
Gaia	Religiones y espiritualidad
EAN	9788418859823
PVP	15,90 €
PVP,BEZik gabe	15,29 €



9788418859823