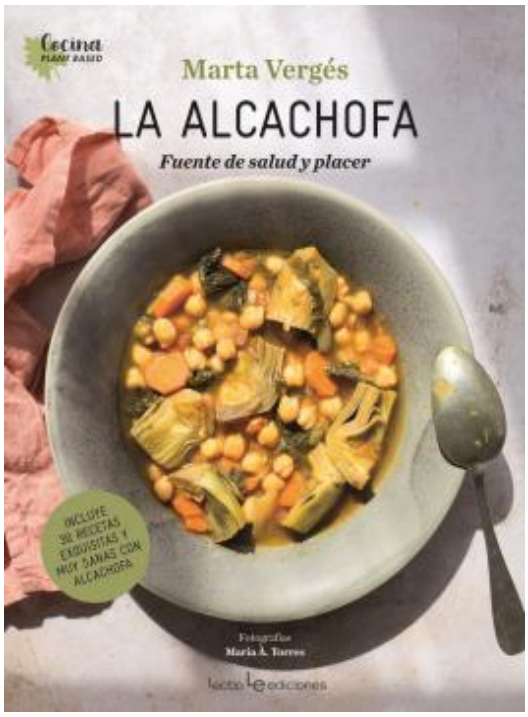
ediciones Lectio

Vergés, Marta

La alcachofa

Fuente de salud y placer

La alcachofa es un vegetal muy diferente al resto, muy rico en nutrientes y minerales, que deberíamos tener siempre en la despensa. En este libro aprenderemos muchas cosas sobre las alcachofas: su origen, las condiciones de su cultivo, sus variedades, sus propiedades, etc. Además, nos daremos cuenta de que vale la pena hacer el esfuerzo de limpiarlas para poder disfrutar de ellas en todas sus versiones: al horno, salteadas, guisadas, fritas e incluso crudas. Te proponemos treinta recetas de alcachofas, muy fáciles y variadas, que incluyen sopas, ensaladas, dips, snacks y platos principales. ¡Sumérgete en este mundo apasionante de la alcachofa y descubre todo lo que puede ofrecerte!



Editorial	Lectio
Colección	Cocina Plant Based
Encadernación	Tapa blanda o rústica
Páxinas	128
Tamaño	140x200x mm.
Peso	248
Idioma	Español
Tema	Gastronomía
EAN	9788416918829
PVP	13,50 €
PVP sen IVE	12,98 €

9788416918829