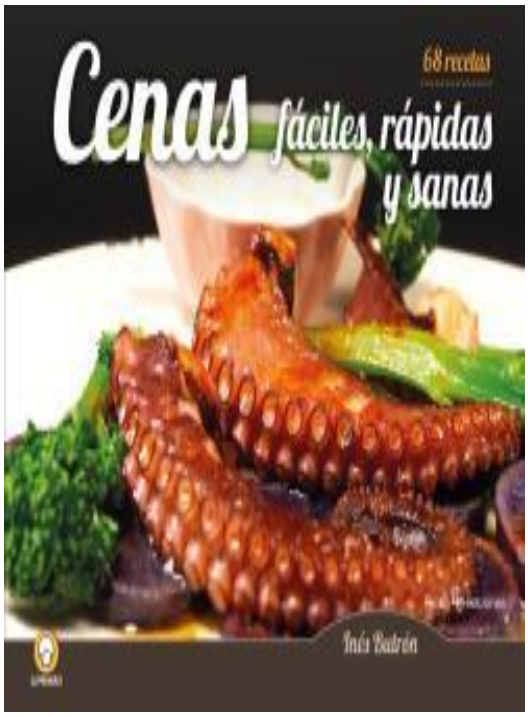
ediciones Lectio

Butrón Parra , Inés

Cenas fáciles, rápidas y sanas

68 recetas

El libro que tienes entre las manos pretende ser una ayuda para que tus cenas sean cada vez más sanas sin que ello suponga pasar mucho rato en la cocina o un nivel de exigencia demasiado elevado. Las recetas que incluye están pensadas para todos los públicos, sea cual sea tu dedicación a los fogones, y están basadas en nuestra propia experiencia. Encontrarás desde bocadillos divertidos y originales, ensaladas llenas de sabor, hasta platos sencillos de carne y pescado, ideas para cocinar con verduras -tan importantes en la dieta- o sugerencias para que puedas probar distintos tipos de cereales. Y, cómo no, el fin de semana te proponemos recetas un poco más gourmets con las que disfrutarás de la cocina como nunca te habías imaginado.



Editorial	Lectio
Colección	La Menestra
Encadernación	Tapa blanda o rústica
Páxinas	144
Tamaño	160x210x mm.
Peso	393
Idioma	Español
Tema	Gastronomía
EAN	9788416918591
PVP	15,70 €
PVP sen IVE	15,10 €

9788416918591