

Miraguano Ediciones

Balakrishnan, Manjula

Cocina Ayurvédica. Alimento de los dioses. 72 recetas

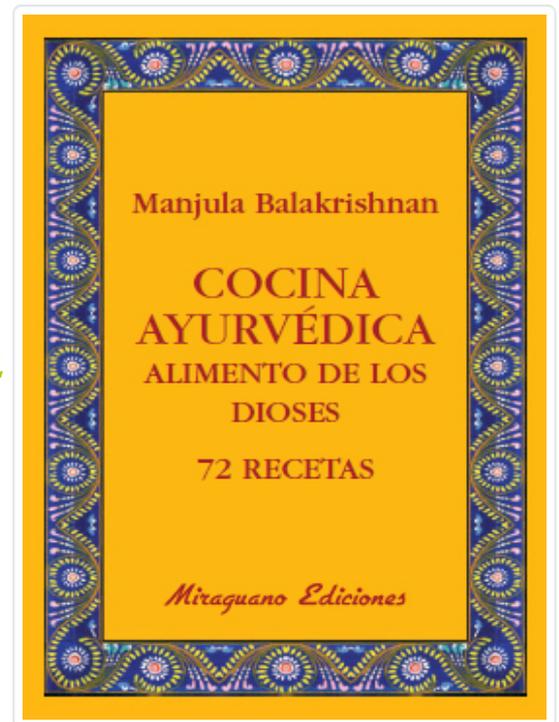
72 RECETAS

El Ayurveda es un sistema de medicina tradicional india con más de 3.000 años de antigüedad que se mantiene completamente vigente. Se trata de la ciencia de la salud y la curación que practicaban los arios y es un sistema holístico de eficacia probada.

Esta forma de medicina, al que recurre un 75 % de la población india, incluye medicina general, cirugía, fisiología, diagnosis, farmacología, antídotos, ginecología, pediatría, tónicos, etc. Pero, además, aconseja como complemento una dieta específica en la que los ingredientes de las comidas ejercen como medicamentos naturales para tratar enfermedades concretas, pues el Ayurveda ha compilado a lo largo de los siglos una completa relación sobre las propiedades curativas de los alimentos.

Surge así una forma culinaria que tiene como principal objetivo aliviar todo tipo de dolencias, mitigar sus síntomas y, en general, proporcionar una alimentación completamente sana y nutritiva que restablezca la armonía de los sistemas corporales y a la vez resulte agradable para el paladar.

En este libro, Manjula Balakrishnan, autora de ?Sabores de la India. 76 Recetas de Cocina? y ?Cocina Vegetariana de la India. 76 Recetas?, publicados en esta misma colección, incluye 72 recetas que se adhie...



Editorial	Miraguano
Colección	Sugerencias
Encadernación	Tapa blanda o rústica
Páginas	240
Tamaño	190x130x mm.
Idioma	Español
Tema	Gastronomía
EAN	9788478133765
PVP	15,00 €
PVP sen IVE	14,42 €

