

 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.



Editorial	Siruela
Colección	Tiempo de Mirar
Encadernación	Tapa dura
Páginas	168
Tamaño	130x200x mm.
Peso	267
Idioma	Español
Tema	Religiones y espiritualidad
EAN	9788418859823
PVP	15,90 €
PVP sen IVE	15,29 €

