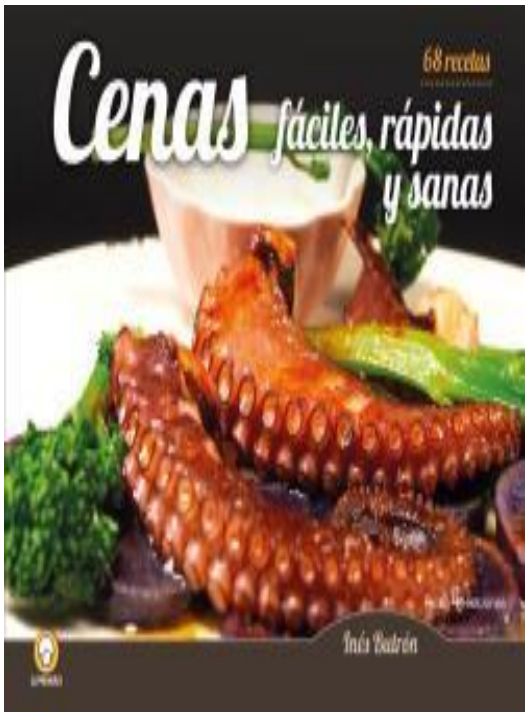
ediciones Lectio

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.



Argitaletxea	Lectio
Bilduma	La Menestra
Azalak	Tapa blanda o rústica
Orrialdeak	144
Neurria	160x210x mm.
Pisua	393
Hizkuntza	Español
Gaia	Gastronomía
EAN	9788416918591
PVP	15,70 €
PVP,BEZik gabe	15,10 €

9788416918591