

Consigli e recensioni di libri

Autore: Astrid Casatta

Data: 10.06.2022

Titolo: La mia cucina sana per tutti i giorni: Consapevole – Deliziosa – Variiegata

Nel raffinato libro di ricette "Meine gesunde Küche für jeden Tag: Bewusst - Köstlich - Vielfältig" (trad. "La mia cucina sana per tutti i giorni: Consapevole - Deliziosa – Variiegata"), l'autrice e chef televisiva Su Vössing presenta 95 ricette variegate realizzate con prodotti freschi. Da golose colazioni e spuntini da portare via a pranzi genuini, cene gustose, cibi sani da tenere in dispensa, prodotti da forno dolci e salati e alimenti base salutari. Inoltre, Su Vössing spiega come seguire una dieta alimentare equilibrata.

In maniera chiara e semplice, il libro offre suggerimenti alternativi e tanta ispirazione per le vostre ricette. Una lettura ideale anche per cuochi alle prime armi, con ricette di semplice preparazione. Inoltre, il libro racchiude 10 regole d'oro per un'alimentazione sana e variiegata.

Un libro ricco di deliziose pietanze per tutti i giorni e per tutti i gusti.

Il libro "Meine gesunde Küche für jeden Tag: Bewusst - Köstlich - Vielfältig" (trad. "La mia cucina sana per tutti i giorni: Consapevole - Deliziosa - Variiegata") è stato pubblicato dalla casa editrice Hölker Verlag ed è acquistabile a 34,00 Euro.