

Jedz zielone

Opis produktu:

Jedz zielone to książka, która zmienia podejście do warzyw. Hanna Stolińska i Pola Kwaśniewska pokazują dobroczynne właściwości warzyw oraz oferują ponad 90 przepisów na sycące i smaczne dania. Dzięki tej książce dowiesz się, jak wprowadzić więcej warzyw do swojej diety, ciesząc się ich zdrowotnymi korzyściami bez rezygnacji z odczucia sytości. Zamień typowe dania mięsne na pyszne potrawy warzywne i odkryj ich smak.



Dlaczego to świetny wybór?

- Bogactwo przepisów
- Wspiera zdrową dietę
- Łatwe wprowadzenie warzyw do diety
- Sycące potrawy na każdą okazję
- Porady dotyczące przechowywania warzyw
- Kompleksowe informacje zdrowotne
- Zróżnicowane smaki

Cechy produktu:

Okładka	miękka
Wymiary	165 x 220 mm
Ilość stron	256
Waga	0,57 kg
Rok wydania	2019
Wydawca	Wydawnictwo M
ISBN	978-83-8021-220-6

