



Colección COCINAR NATURALMENTE



Peter y Beryn Daniel

EL PODER MÁGICO DE LOS SUPERALIMENTOS

Tradiciones tribales y recetas crudistas para deleitar alma y paladar

Pvp: € 19,90 (19,13 sin iva)

Fecha: **Marzo** 2019

Pagine: 288 a colores

Rústica 19,5 x 26,5 cm

ISBN 9788417080396

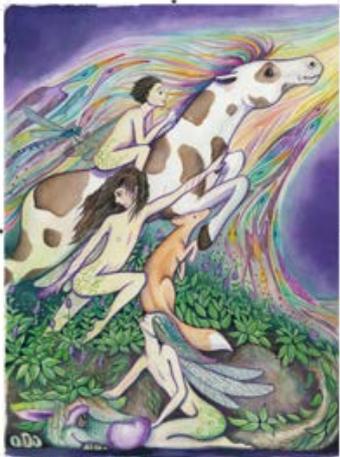
Ibic: WBH, WBJ

ISBN: 978-8417080396



9 788417 080396

- **16 superalimentos presentados en profundidad acompañados por recetas creativas**
- **Los autores son cocineros y fundadores del movimiento crudista surafricano**
- **Recetas con hermosas ilustraciones y fotografías**



DESCUBRE POR QUÉ LOS SUPERALIMENTOS ERAN VENERADOS EN LAS CULTURAS ANTIGUAS DE TODO EL MUNDO

De acuerdo con la tradición herborística, las plantas que brotan de la tierra son comida y medicina a la vez. Integrando estas plantas tónicas en tu dieta diaria puedes alimentarte todos los días de esos superalimentos y plantas medicinales, eliminando gradualmente los alimentos vacíos, sin vida y carentes de nutrimentos de tu dieta.

Peter y Beryn Daniel son **nutricionistas y expertos en alimentación crudista**: en este libro de recetas – y mucho más – examinan dieciséis superalimentos, que incluyen:

Aloe + Baobab + Chía + Coco + Algas marinas ...

y demuestran cómo estos concentrados de elementos nutritivos proporcionan más energía y tienen más propiedades curativas que los alimentos convencionales.

Los Autores

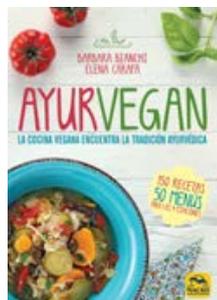
Peter y Beryn Daniel son los fundadores del movimiento crudista surafricano, son cocineros crudistas y son unos grandes amantes de los superalimentos, que se han abierto paso en sus vidas hasta llegar a su cocina alquímica. Llevan años organizando talleres y seminarios en los que tratan el estilo de vida crudista y los superalimentos.

DE LA MISMA COLECCIÓN

AYURVEGAN

ISBN 9788417080358

€ 18,90



www.macroediciones.com

comunicación@macroediciones.com

TEL. 667 300 542