



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

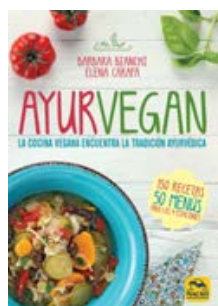
Peter y Beryn Daniel son los fundadores del movimiento crudista surafricano, son cocineros crudistas y son unos grandes amantes de los superalimentos, que se han abierto paso en sus vidas hasta llegar a su cocina alquímica. Llevan años organizando talleres y seminarios en los que tratan el estilo de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

### DE LA MISMA COLECCIÓN

**AYURVEGAN**

ISBN 9788417080358

€ 18,90



[www.macroediciones.com](http://www.macroediciones.com)

[comunicación@macroediciones.com](mailto:comunicación@macroediciones.com)

TEL. 667 300 542