



# VEGETARIANA

DELÍCIAS COM **500** FOTOS DE INGREDIENTES E PASSO A PASSO

LENA TRITTO



EDITORA  
**ALAÚDE**

# Resumo de Escola de Cozinha Vegetariana. Delícias com 500 Fotos de Ingredientes Passo a Passo

Um curso completo com o melhor da cozinha vegetariana. Com mais de 500 fotografias que detalham os ingredientes e o passo a passo de mais de 50 receitas, Escola de cozinha vegetariana traz tudo o que você precisa saber para preparar pratos deliciosos e nutritivos, mesmo que a sua experiência na cozinha se limite, literalmente, a fritar um ovo.

Dividido em quatro capítulos, que correspondem aos quatro pilares da comida vegetariana – cereais; leguminosas; tofu, seitan e tempeh; e oleaginosas – a obra traz informações preciosas sobre cada ingrediente, suas características e suas propriedades, além de dicas do melhor jeito de prepará-los.

Um livro colorido para comer com os olhos, pensado não só para os vegetarianos, mas para todos aqueles que querem descobrir uma forma nova de cozinhar: gostosa e muito saudável.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)