

image not found or type unknown



Simplemente sano

Silvia Riobos, Isolda Delgado

Fecha de publicación:

27/11/2018

Sello Editorial:

Lunweg Editores

Contacto de prensa

Nombre: Lola

Escudero

Teléfono: 91 423 37

11

Email:

lescudero@planeta.es

El primer libro de cocina con más de 100 recetas vegetales inspirado en los principios de la medicina tradicional china

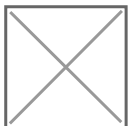
En este completísimo libro, Silvia Riobos nos acerca los secretos de esta medicina milenaria a través de la alimentación, con remedios tradicionales y recetas deliciosas basadas en los ingredientes que la tierra nos brinda cada temporada. Estructurado por estaciones, este libro nos invita a reconectar con los ciclos de la naturaleza de manera sencilla, con claves adaptadas a cada época de año que nos permiten integrar nuevos hábitos saludables en el día a día.

image not found or type unknown



Silvia Riobos

Silvia Riobos es especialista en medicina tradicional china, graduada por la escuela superior ESMTTC, diplomada en nutrición y cocina energética por la escuela de Montse Bradford y práctico en Flores de Bach por la escuela de Terapia Floral Integrativa. Dirige su propia consulta e imparte cursos de manera regular en Madrid y Barcelona. Gran comunicadora, divulga sus conocimientos sobre alimentación y estilo de vida saludable en el ámbito empresarial. Asesora a restaurantes, marcas y empresas con interés por la alimentación saludable y la sostenibilidad.



Isolda Delgado