

Begin Vegan Begun

Aida Lídice

Una de las blogueras veganas más seguida de nuestro país, nos presenta un libro práctico con dos semanas de recetas veganas.

Aida Lídice Lueje, creadora del blog Begin Vegan Begun, nos presenta un libro con dos semanas de recetas veganas. En él encontraremos deliciosas alternativas veganas de desayunos, comidas, meriendas y cenas para cada día de la semana.

Además, **la autora da respuesta a algunas de las preguntas más frecuentes en relación al mundo vegano**: ¿Comer vegano es sano? ¿De dónde saco las proteínas? ¿Y el hierro o el calcio? Desmontará y dará respuesta a algunos falsos mitos sobre el mundo vegano.

Begin Vegan Begun es un libro práctico con el que descubrirás que comer variado y vegano es fácil y divertido.

Fecha de publicación:
17/09/2019

Sello Editorial:
Libros Cúpula

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Telefóno: 934928633

Email: pcordon@planeta.es

Nombre: Ester Torras

Telefóno: 934928895

Email: etorras@planeta.es



Aida Lídice