

image not found or type unknown



# Con mis manitas. Descubre el Baby-Led Weaning

**Clara Farràs**

**Fecha de publicación:**  
23/01/2020

El libro definitivo sobre la mayor tendencia mundial en alimentación de bebés: *Baby-Led Weaning (BLW)*

**Sello Editorial:**  
Zenith

El BLW (Baby-Led Weaning) o «alimentación complementaria a demanda» es una manera divertida, natural y respetuosa de incorporar los alimentos sólidos en la dieta de los bebés sin pasar por la fase de purés y papillas, dejando que coman por sí mismos usando sus manos. Este libro contiene un montón de recetas sencillas, riquísimas y saludables para toda la familia, lo que hará mucho más fácil la organización de tu día a día ya que no tendrás que preparar comidas diferentes, ahorrándote mucho tiempo. Además, encontrarás información y consejos muy útiles que te servirán para iniciarte en el Baby-Led Weaning con confianza y seguridad.

## Contacto de prensa

**Nombre:** Paloma  
Cordón

**Teléfono:** 93 492 86  
33

**Email:**  
pcordon@planeta.es

## Clara Farràs

Clara Farràs es ilustradora y diseñadora gráfica y una gran apasionada de la alimentación y la vida saludable. Con el nacimiento de sus hijos creó el blog Happy BLW para compartir sus recetas y su forma de entender la alimentación infantil. Involucrada en el consumo responsable y la ecología, también ha creado con su compañero, Santi Méndez, la marca Mimook, basada en productos de uso diario libres de tóxicos, sostenibles y respetuosos con el medioambiente, para generar menos residuos.