

image not found or type unknown



# Recetas veganas para torpes y vagas

**Cristian @lapastanoengorda**

**Fecha de publicación:**  
20/09/2023

Recetas variadas y sabrosas para preparar rápidamente y fregando lo mínimo, de la mano de @lapastanoengorda, tu vegano de confianza.

**Sello Editorial:**  
Zenith

**Recetas variadas y sabrosas para preparar rápidamente y fregando lo mínimo, de la mano de @lapastanoengorda, tu vegano de confianza.**

## Contacto de prensa

Con este libro aprenderás a cocinar platos veganos muy totales optimizando al máximo para no fregar. Cristian, la mente creativa tras @lapastanoengorda, es vegano desde hace años y sabe que la mayoría tenemos poco tiempo para cocinar.

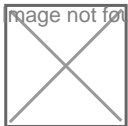
**Nombre:** Paloma Cordon

Por eso propone ideas dulces y saladas, salteados riquísimos y hasta carnes vegetales que alucinarán a los cuñaos más carnívoros cuando montes una cena en casa, que se podrían incluso convalidar como máster de cocina para personas torpes y vagas.

**Teléfono:** 93 492 86 33

**Email:**  
pcordon@planeta.es

image not found or type unknown



**Cristian @lapastanoengorda**

**Cristian** es un fotógrafo y diseñador gráfico apasionado de la gastronomía vegana. No es el típico *influencer* gastronómico: es capaz de hacerte una receta de «Sándwiches para dar envidia a las trepas de tu oficina» o «Gazpacho para la resaca» y quedarse tan contento. En su cuenta de Instagram @lapastanoengorda comparte recetas veganas con una narración desenfadada y mucho cuidado estético.