



Placeres sin restricciones. 101 recetas deliciosas sin gluten y sin lactosa

Vicky Calleja @seeds__chia

Las irresistibles recetas de Vicky (@seeds__chia), por fin en un libro. ¡Disfruta de sabores increíbles, sin gluten y sin lactosa!

Las irresistibles recetas de Vicky (@seeds__chia), por fin en un libro. ¡Disfruta de sabores increíbles, sin gluten y sin lactosa!

Vicky nos transporta a su cocina con 101 recetas sencillas y deliciosas que puedes hacer sin perder demasiado tiempo y que te ayudarán a comer sano y a sentirte mejor por dentro y por fuera. En estas páginas encontrarás propuestas para toda la semana, además de ideas espectaculares (y facilísimas de preparar) para alegrarte el finde o regalarte un momento dulce. Ponte en manos de Vicky y tendrás asegurado no solo alimentarte sin complicaciones en el día a día, sino que además quedarás de maravilla cuando tengas invitados en casa.

Fecha de publicación:
09/10/2024

Sello Editorial:
Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es



Vicky Calleja @seeds__chia

Vicky Calleja es la creadora de contenido *foodie* de la exitosa @seeds__chia. Su enorme comunidad en redes permanece muy atenta a las ideas que va publicando, todas ellas con un factor común: se trata de recetas sin gluten ni lactosa (además de vistosas, fáciles, ricas y enfocadas a un estilo de vida saludable).