

RECETAS VEGANAS FÁCILES



“ Mi intención es romper los estereotipos de que la cocina vegana y vegetariana es aburrida, sosa y difícil de manejar. ”

GLORIA CARRIÓN

DISFRUTA COMO NUNCA DE LA COCINA 100% VEGETAL

Este libro tiene como objetivo dar a conocer recetas muy ricas y sencillas para las que no es necesario usar ningún producto de origen animal. Mi intención es romper los estereotipos de que la cocina vegana y vegetariana es aburrida, sosa y difícil de manejar. En sus páginas explico brevemente mi historia sobre cómo y por qué comencé a alimentarme única y exclusivamente de productos de origen vegetal. También escribiré sobre los diferentes alimentos y técnicas más recurrentes en mi cocina





GLORIA CARRIÓN

AUTORA DEL EXITOSO BLOG *LA GLORIA VEGANA*

Nací en Córdoba y mi pasión por la cocina viene desde que era pequeña. Tanto me gustaba comer como ayudar a mi madre o a mi abuelo en la cocina. Una anécdota sobre esto es que, por aquel entonces, yo tenía dos carpetas: la del colegio, forrada con mis cantantes favoritos, y la de mis recetas, forrada con fotos de platos de comida.

En casa era imposible explotar la creatividad que llevaba dentro, ya que los guisos y la forma de cocinar de mi madre estaban muy instaurados en ella. No fue hasta que me independicé cuando empecé a darle caña a los fogones...a mi manera.

Actualmente vivo en Sant Cugat del Vallès, una preciosa ciudad de Barcelona con mi marido y mi hijo de un año.

Trabajo en algo totalmente ajeno a mi pasión.

Y ahora es mi madre la que me pide a mí nuevas recetas para incorporarlas en su cocina.



•Cocina, dietética y nutrición

•Editorial Arcopress



Editorial
ARCOPRESS

www.arcopress.com

Prensa y comunicación:

José María Arévalo

639 14 98 86

957 46 70 81

jarevalo@editorialalmuzara.com

ISBN: 978-84-17057-50-3

FORMATO: 13,5 x 20 cm

Rústica con solapas

IBIC: WBA; WBJ

DEPÓSITO LEGAL:

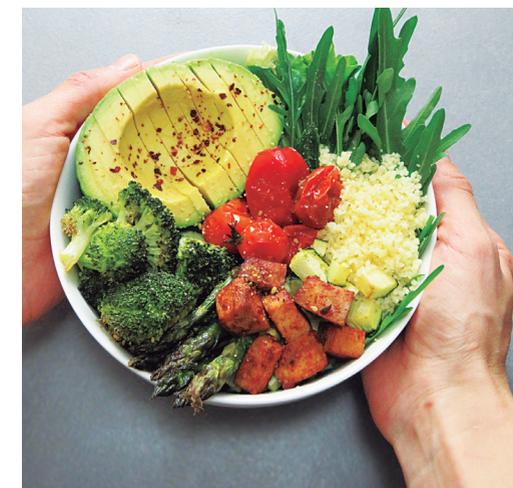
CO-1275-2018

PRECIO: 15,95 €

PÁGINAS: 144



9 788417 057503



GRAN AUDIENCIA EN RR.SS.

LAGLORIAVEGANA.COM



76.000 SEGUIDORES
1000 SEGUIDORES A LA MESA
30.000 IMPACTOS POR POST
10.000 LIKES POR STORIES