

Ajurwedyjska książka kucharska



Cena :

59,00 zł

Producent : **Książki**

Stan magazynowy : **niski**

Średnia ocena : **brak recenzji**

odżywiać dostarcza nowego spojrzenia na starożytną sztukę samo-leczenia. Dogłębnie omawia ajurwedyjski system żywienia oraz system trzech dosz. Kładzie nacisk na pełną wartość odżywczą potraw, ich właściwości lecznicze oraz okoliczności takie jak pory roku, podróże.

Zawiera ponad 250 sprawdzonych, prostych, łatwych w przygotowaniu przepisów, stworzonych, by wspomóc zachowanie witalności i energii przez długie lata. Oferuje szeroki wachlarz zindywidualizowanych receptur, dostosowanych do poszczególnych typów konstytucjonalnych - od orientalnych dań indyjskich aż po europejskie i amerykańskie specjały.

Autor:

Amadea Morningstar

i

Urmila Desai

Watermark