



El libro de cocina ayurvédica: Una guía personalizada para una buena nutrición y salud



Descargar



Leer En Linea

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

El libro de cocina ayurvédica: Una guía personalizada para una buena nutrición y salud

Amadea Morningstar

El libro de cocina ayurvédica: Una guía personalizada para una buena nutrición y salud Amadea Morningstar

Este libro nos brinda una nueva perspectiva sobre el arte milenario de auto-sanación. Incluye más de 250 recetas probadas y degustadas, diseñadas específicamente para equilibrar cada constitución, con un énfasis en la simplicidad, facilidad, y una nutrición saludable. Diseñado para el paladar occidental, las recetas varían desde exóticos platos de la India hasta las clásicas y favoritas de nuestra cultura de Occidente. Las autoras de este interesante libro son Amadea Morningstar, M.A., nutricionista formada en Occidente y Urmila Desai, una formidable cocinera de la India, ambas instruidas en una variedad de tradiciones de sanación. El libro de cocina ayurvédica incluye discusiones a profundidad sobre la nutrición, perspectivas tridoshicas y diferentes maneras para implementar cambios sostenibles en nuestras vidas."

 [Descargar El libro de cocina ayurvédica: Una guía personal ...pdf](#)

 [Leer en línea El libro de cocina ayurvédica: Una guía person ...pdf](#)

Descargar y leer en línea El libro de cocina ayurvédica: Una guía personalizada para una buena nutrición y salud Amadea Morningstar

386 pages

Download and Read Online El libro de cocina ayurvédica: Una guía personalizada para una buena nutrición y salud Amadea Morningstar #D7QOV0T5NHF

