



Domowe kiszonki z owoców, warzyw i ziół

Wydawca: SBM
Autor: Pieńkos Magdalena
EAN: 9788380594791
Oprawa: Twarda
ISBN: 978-83-8059-479-1
Kategoria: ZDROWIE KULINARIA
Wydano: 2018-07-03

Cena brutto: **21,20 PLN**

Domowe kiszonki z owoców, warzyw i ziół

Bogactwo smaków i zdrowotnych właściwości odżywczych zawartych w kiszonkach. Kiszonki - wspaniałe właściwości odżywcze, nieco zapomniane wraz z rozwojem cywilizacji

Zamknięte w słoiku smaki wiosny, lata i jesieni ubogają każde danie, będą doskonałą przekąską, a także bazą do innych smakowitych potraw. Kiszonki to także wspaniały pomysł na zdrowy posiłek - pełne witamin są naturalnymi probiotykami, które wspomagają naszą odporność. Weganka, Magdalena Pieńkos, instruuje, jak kisić warzywa, owoce, grzyby, a także jak przygotować fermentowane, pełne zdrowia napoje i pomysłowe posiłki z kiszzonek.

Tabela cech

Wymiary	172 x 248 mm
Ilość stron	192