

Medio: Diario La Capital (Rosario)

Circulación: 39.800 ejemplares

Fecha de publicación: 09/08/09

Libro: 101 alimentos que pueden salvarte la vida – Urano

PARA

Leer



Guía de alimentos

Cuando se trata de alimentos, la naturaleza nos ofrece una gran variedad de deliciosas opciones y cada una de ellas aporta

beneficios para la salud. En este libro el nutricionista David Grotto brinda una guía completa y explica el “poder” de los alimentos desde cereales, verduras, frutas hasta lácteos. Cada apartado incluye la historia, los beneficios terapéuticos, recetas y consejos para saber cómo usarlos.



101 alimentos
David Grotto
Urano