

ALIMENTANDO LA MENTE

Además de nutrir nuestro cuerpo, también necesitamos cuidarnos por dentro. Por eso, aquí te presentamos dos sugerencias *slowly veggie* de lectura para esos momentos de evasión y aprendizaje



RAW FOOD ANTI-AGING

La cocina de la longevidad: salud, vitalidad, consciencia y belleza

Consol Rodríguez, formadora de alimentación crudivegana, firma una de las obras más completas, amenas y rigurosas que se han publicado sobre raw food y nutrición anti-aging.

Una propuesta apasionante y una auténtica revolución dietética que garantiza una vida sana y longeva. Esta es una obra tan rigurosa como seductora para todos aquellos que quieren acceder a su máximo potencial de salud y belleza, que incluye más de cincuenta recetas sencillas y superenergéticas.

Editorial Urano, 35€