

Link do produktu: <https://zdrowysklad.pl/pysznie-bez-glutenu-p-101808.html>



# Pysznie bez glutenu

|         |               |
|---------|---------------|
| Cena    | 39,99 zł      |
| Kod EAN | 9788377588840 |

## Opis produktu

Pysznie bez glutenu

Przepisy na łatwe do przygotowania, niezbyt czasochłonne i smaczne potrawy. „Dziś problem diety bezglutenowej dotyka coraz więcej osób. Glutenu muszą unikać chorzy na celiakię i cierpiący z powodu jego nietolerancji, wywołującej szereg uciążliwych dla życia dolegliwości. Coraz więcej ludzi decyduje się na rezygnację z glutenu, aby być zdrowszym i szczuplejszym”. Pierwsza książka autorstwa Grażyny Bober-Bruijn z pięknymi fotografiami Gosi Wieruszewskiej. Znalazło się w niej ponad 100 przepisów na proste potrawy bezglutenowe zilustrowane ok. 400 zdjęciami i rysunkami. Przepisy zostały dobrane tak, aby sprawdziły się podczas rodzinnego przygotowywania dań i zachęcały do własnych poszukiwań kulinarnych. Autorki udowadniają, że pewne ograniczenia wynikające ze względów zdrowotnych wcale nie muszą zubożyć diety; zachęcają do własnej interpretacji przepisów, modyfikowania ich, urozmaicania, a nie tylko podejmowania prób odtwarzania; do gotowania z dziećmi, aby zaszczyć im nawyki przygotowywania jedzenia w domu oraz sięgania po to, co dobre i zdrowe, nauczyć je gotowania, przekazać umiejętności i styl jedzenia. To co wynosi się z domu. Gotowanie to także podejmowanie decyzji, wybieranie, uczenie się odpowiedzialności.