

## Crudismo vegano



Una cucina senza cottura dei cibi per un'alimentazione sana, disintossicante e dietetica

Valutazione: Nessuna valutazione

### Prezzo

Modificatore prezzo variante:

Prezzo Base con IVA:

Prezzo scontato: 3,90 €

Prezzo di vendita scontato:

Prezzo: 3,90 €

Sconto:

Ammontare IVA:

[Fai una domanda su questo prodotto](#)

### Descrizione

Il crudismo vegano è sempre più diffuso, poiché è veloce, non prevedendo tempi di cottura, apporta tutti gli elementi nutrizionali necessari, ha proprietà disintossicanti ed effetti antiossidanti. La salute di chi segue il crudismo è considerevolmente migliore, la bellezza della pelle e della carnagione ne risentono, il morale è risollevato, la digestione è migliorata. Crudismo vegano significa sentirsi bene per la propria salute e desiderare estendere il dono della vita e della salute alle altre persone. Per iniziare sono certamente sufficienti un buon tagliere ed un coltello affilato, poi nel tempo è possibile aggiungere tanti altri utensili da cucina, che semplificano e rendono più veloci le operazioni di sbucciare, tagliare, affettare, spremere, estrarre il succo, miscelare, tritare e mescolare, per arrivare a realizzare tante preparazioni salutari e sane. Tanti suggerimenti e consigli per avvicinarsi a questo stile di vita, oltre a numerose ricette per cucinare "raw vegan" con fantasia, non solo le classiche insalate, ma anche estratti e frullati, salse, creme e zuppe, piatti principali, dolci e creme.

