

# Culinária de Todas as Cores

## 200 Receitas de Comidinhas sem Glúten

Louise Blair



**PUBLIFOLHA**

# Resumo de 200 Receitas de Comidinhas sem Glúten

Para quem tem intolerância ao glúten ou quer diminuir o consumo dessa substância na alimentação, esse livro apresenta opções saborosas para todas as refeições e mostra que cozinhar para celíacos não precisa ser um problema.

Com informações sobre a doença celíaca, indica como ler os rótulos das embalagens, traz os cuidados necessários para quando for comer fora de casa e indica como abastecer a despensa com ingredientes adequados, como farinhas e massas sem glúten, laticínios, grãos e leguminosas .

As receitas incluem entradas, sopas, pratos principais, petiscos e guloseimas, além de pães e biscoitos. Entre as sugestões estão a Panqueca de batata, a Sopa de feijão mexicana, o Teriaki com macarrão oriental, o Pão de grãos com avelã e o Cheesecake cítrico.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)