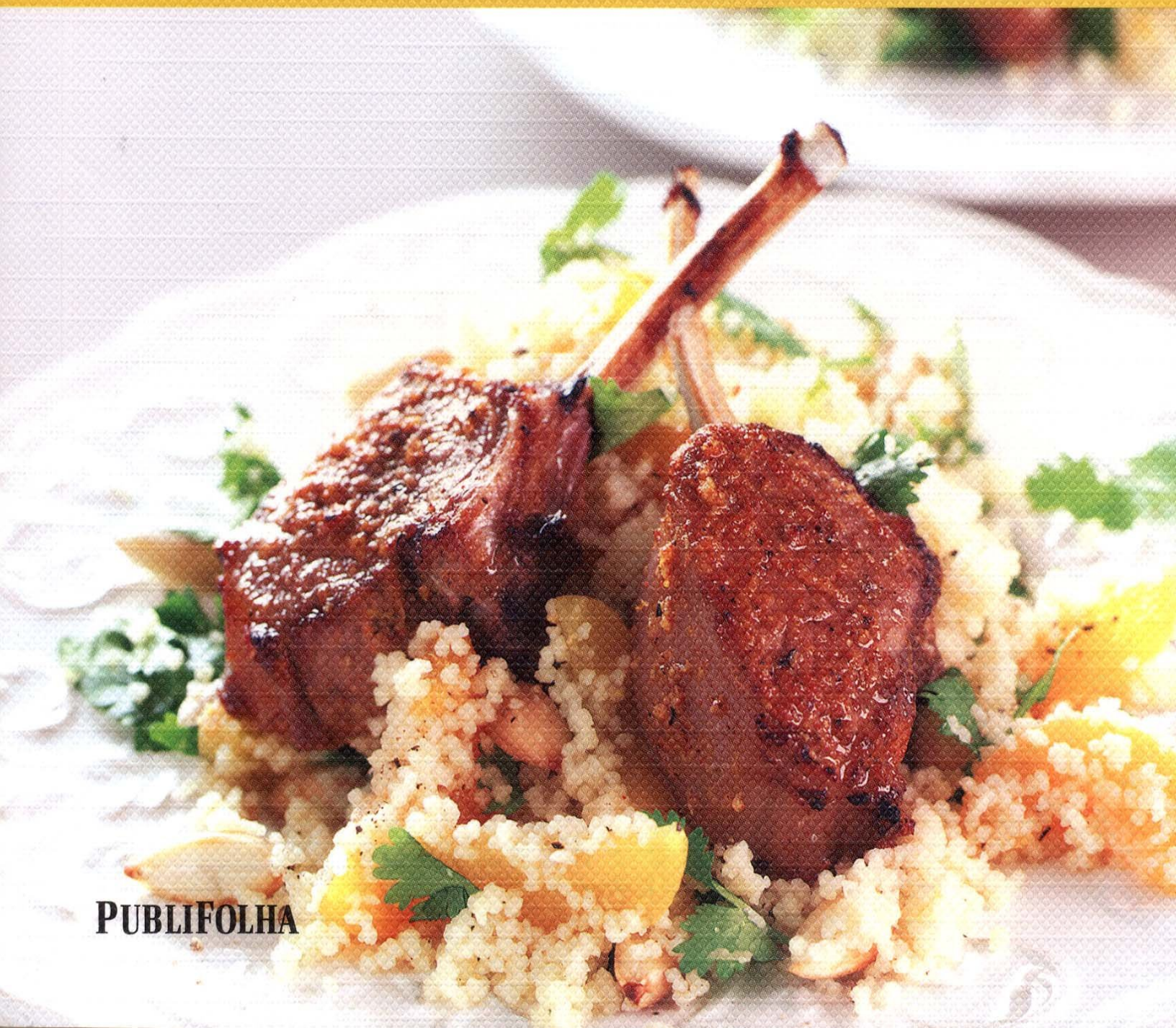


Culinária de Todas as Cores

200 Receitas de Pratos para Dois

Louise Blair



PUBLIFOLHA

Resumo de 200 Receitas de Pratos Para Dois - Série Culinária de Todas as Cores

Esse título apresenta receitas para duas pessoas, evitando o desperdício e facilitando o preparo de brunches, petiscos, pratos rápidos, pratos para ocasiões especiais e sobremesas. Inclui noções de nutrição, listando os ingredientes que não devem faltar na despensa, destacando suas propriedades e indicando as porções diárias a serem consumidas.

Explica como reduzir o uso de gordura e potencializar o valor nutricional dos alimentos, além de trazer orientações sobre sua conservação. São diversas opções deliciosas e saudáveis, como o Sanduíche de ricota e pera, a Salada de macarrão à tailandesa, a Sopa de batata doce e frango, o Risoto de camarão, ervilha e limão, o Sufê de gorgonzola, o Pêssego com gengibre e a Musse de chocolate e laranja.

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