

# 100

## Melhores Saladas

Ingredientes essenciais para uma vida saudável,  
incluindo 100 receitas revigorantes

**DCL**  
DIFUSÃO  
CULTURAL  
DO LIVRO



## Resumo de Cem Melhores Saladas

Esta seleção de saladas frescas, simples e de preparo rápido torna mais fácil planejar uma refeição saudável para as mais variadas ocasiões. Você encontrará sugestões inspiradoras para saladas de legumes, de frutas, de carne, de aves e de frutos do mar que exigem esforço mínimo e garantem resultados fantásticos.

O livro contém receitas de saladas sensacionais, fáceis de preparar, de todos os cantos do mundo, que podem ser servidas como entradas apetitosas, acompanhamentos perfeitos e sobremesas sofisticadas à base de frutas.

As belas fotos ajudarão até mesmo os mais inexperientes a obter sucesso. Com este livro, seu conceito sobre saladas nunca mais será o mesmo.

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