



Caroline Bergerot  
(Sefira)

# Cozinha Vegetariana

*Saúde e bom gosto  
em mais de 670 receitas*

**Cultrix**

## Resumo de Cozinha Vegetariana

Nesse livro, Caroline revela a fórmula de se fazer no dia-a-dia uma alimentação sem carnes de qualquer espécie, mas com todas as proteínas, vitaminas e sais minerais que nosso organismo pede.

O sabor das receitas escolhidas mereceu uma atenção especial em toda a variedade apresentada. A autora, expert em cozinha natural, usa a criatividade e acaba de vez com a idéia de que a cozinha vegetariana é sem graça porque não tem sabor.

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