

Coleção



O MELHOR DA COZINHA DE

Ana Maria Braga

Light com sabor

ANA MARIA IBRAGA



RECEITAS
TESTADAS E
APROVADAS
&
PASSO A PASSO



A
AGIR

Resumo de Light com Sabor

Esse livro tem opções de receitas saborosas e também saudáveis. Refeições light não significam somente ingerir baixas calorias, mas sim reduzir o sal, o açúcar, os produtos industrializados, a gordura e, claro, as calorias também.

Desvendar os mistérios e comer light, mostrando que é possível comer bem, comer com prazer e com gosto. Receitas fáceis, práticas e bonitas para serem feitas no dia a dia, deixar sua vida mais gostosa e fazerem você se reconciliar com a balança.

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