

La Stella Vegan

PRESENTA IL SUO PRIMO LIBRO DI RICETTE DAL TITOLO CHE INCURIOSISCE E INTRIGA:



AUTOPRODOTTO
LA STELLA VEGAN – ANTONELLA
+39 349 1949405
EMAIL: ANTO@LASTELLAVEGAN.IT

10 RICETTE VEGETALI CHE TI SAPRANNO STUPIRE!

UN LIBRO DA “GUSTARE”, SCOPRENDO MAN MANO CHE CUCINARE PIATTI VEGETALI È SEMPLICE, DIVERTENTE E ALLA PORTATA DI TUTTI. “TE LO DO IO IL VEGANO!” È UNA SORTA DI BLOCKNOTES PLASTIFICATO, UN QUADERNO SUL QUALE L’AUTRICE HA APPUNTATO LE PRIME RICETTE CHE L’HANNO POI PORTATA A DIVENTARE UN PUNTO DI RIFERIMENTO TRA GLI CHEF VEGAN IN TEMPI NEI QUALI DI VEGANISMO SI PARLAVA BEN POCO.

INGREDIENTI REPERIBILI OVUNQUE, PIATTI GUSTOSI EPPURE FACILI DA PREPARARE IN POCO TEMPO E SENZA PASSAGGI LABORIOSI. LE RICETTE RIPORTATE DALL’AUTRICE IN “TE LO DO IO IL VEGANO!” SONO TUTTE DA SPERIMENTARE. PER UNA CENA TRA AMICI, UN PICNIC, UN PRANZO A CASA. SPESSO TRATTE DALLA TRADIZIONE ITALIANA, QUESTE RICETTE, DIMOSTRANO COME SIA POSSIBILE MANTENERE SAPORE E CULTURA NONOSTANTE SIANO COMPLETAMENTE VEGETALI!

DIETRO A “TE LO DO IO IL VEGANO!” C’È UNA SCELTA BEN PRECISA, LEGATA ALL’IDEA CHE UN LIBRO COME QUESTO DEBBA ESSERE DAVVERO ALLA PORTATA DI TUTTI, ANCHE DAL PUNTO DI VISTA DEL COSTO. COSÌ L’AUTRICE HA DECISO DI SVINCOLARSI DALLE IMPOSIZIONI DELLE CASE EDITRICI E DI AUTOPRODURLO PER METTERLO IN VENDITA A SOLI 10 EURO. “PERCHÈ PER ME È GIUSTO COSÌ”, SPIEGA.

BASTA INVIARLE UNA EMAIL E LEI PROVVEDERÀ A SPEDIRLO, È INOLTRE POSSIBILE SCARICARLO GRATUITAMENTE IN VERSIONE EBOOK, DAL SUO SITO: WWW.TELODOIOLVEGANO.COM.



L' ATRICE

L' ATRICE DEL LIBRO È ANTONELLA, "LA STELLA VEGAN". VEGANA DAL 1992, NEL 2011, È STATA IN ASSOLUTO UNA DELLE PRIME ITALIANE AD APRIRE UN BLOG DEDICATO AL MONDO VEGAN AD OGGI CONTA OLTRE 57 MILA FOLLOWERS, CHE LA SEGUONO TUTTI I GIORNI SU FACEBOOK .

MA ANTONELLA È INNANZITUTTO UNA CHEF. IN CALIFORNIA, PATRIA VEGAN PER ECCELLENZA, SI È SPECIALIZZATA E HA FORGIATO LE PROPRIE CONOSCENZE, PER POI APPLICARLE ALLE RICETTE DELLA TRADIZIONE ITALIANA, FACENDO I PRIMI ESPERIMENTI CON I PIATTI CALABRESI CUCINATI DALLA MADRE.

HA LAVORATO IN RISTORANTI DI IBIZA, FORMENTERA, PALMA DE MAIORCA, MALTA, LOS ANGELES, PORTANDO NEL MONDO LA CUCINA ITALIANA IN CHIAVE VEGANA. OGGI ORGANIZZA CORSI DI CUCINA VEGAN, FORNISCE CONSULENZE, SI ESIBISCE DURANTE GLI EVENTI DOVE È CHIAMATA A PRESENZIARE ATTRAVERSO SHOW COOKING, SVILUPPA E CREA NUOVI PRODOTTI PER LE AZIENDE, È ATRICE DI PROGRAMMI TV E WEB...

ED HA SEMPRE MILLE PROGETTI PER LA TESTA!

PER ALTRE INFORMAZIONI:

WWW.LASTELLAVEGAN.IT

WWW.TELODOIOILVEGANO.COM

WWW.FACEBOOK.COM/LASTELLAVEGAN

WWW.INSTAGRAM.COM/LASTELLAVEGAN

ANTONELLA – LA STELLA VEGAN

ANTO@LASTELLAVEGAN.IT

+39 349 1949405