



## SOL E PESCA

*Henrique Vaz Pato*

 **Download**

 **Online Lesen**

SOL E PESCA Henrique Vaz Pato

O primeiro livro português sobre conservas de peixe. Receitas saudáveis, inovadoras e muito fáceis de preparar. A comodidade de recorrer ao peixe em conserva aliada à falta de tempo para outro tipo de criações fazem do Sol&Pesca um livro indispensável em todas as cozinhas. Sem cheiros, fumo, em pouco tempo e com resultados surpreendentes: este livro é a prova de que há várias formas de cozinhar. Inspirado nas tradicionais conservas portuguesas de pescado, este livro apresenta receitas saudáveis, práticas e surpreendentes. Deixe-se conquistar pelo prazer de ter sempre peixe e marisco prontos para levar para a mesa. Entre as receitas presentes no livro destacamos as Conchas de Mexilhão Recheadas com Sardinha, a Ventresca de Cebolada, as Lapas com Batata-Doce ou a Caldeirada de Cavala e Enguias, tudo isto com a garantia de estar a consumir proteínas, vitaminas, minerais e ácidos gordos essenciais ao organismo. «Mais de uma centena de sugestões para descobrir esse tesouro gastronómico nacional que são as conservas.» Evasões Henrique Vaz Pato é licenciado em Arquitetura pela Universidade Técnica de Lisboa. A par da atividade profissional como arquiteto tem-se dedicado a iniciativas ligadas à restauração, destacando-se a Cantina Lx, na Lx Factory, e o Sol e Pesca no coração do Cais do Sodré.

 [Download SOL E PESCA ...pdf](#)

 [Read Online SOL E PESCA ...pdf](#)

# SOL E PESCA

*Henrique Vaz Pato*

## SOL E PESCA Henrique Vaz Pato

O primeiro livro português sobre conservas de peixe. Receitas saudáveis, inovadoras e muito fáceis de preparar. A comodidade de recorrer ao peixe em conserva aliada à falta de tempo para outro tipo de criações fazem do Sol&Pesca um livro indispensável em todas as cozinhas. Sem cheiros, fumo, em pouco tempo e com resultados surpreendentes: este livro é a prova de que há várias formas de cozinhar. Inspirado nas tradicionais conservas portuguesas de pescado, este livro apresenta receitas saudáveis, práticas e surpreendentes. Deixe-se conquistar pelo prazer de ter sempre peixe e marisco prontos para levar para a mesa. Entre as receitas presentes no livro destacamos as Conchas de Mexilhão Recheadas com Sardinha, a Ventresca de Cebolada, as Lapas com Batata-Doce ou a Caldeirada de Cavala e Enguias, tudo isto com a garantia de estar a consumir proteínas, vitaminas, minerais e ácidos gordos essenciais ao organismo. «Mais de uma centena de sugestões para descobrir esse tesouro gastronómico nacional que são as conservas.»

Evasões Henrique Vaz Pato é licenciado em Arquitetura pela Universidade Técnica de Lisboa. A par da atividade profissional como arquiteto tem-se dedicado a iniciativas ligadas à restauração, destacando-se a Cantina Lx, na Lx Factory, e o Sol e Pesca no coração do Cais do Sodré.

## **Downloaden und kostenlos lesen SOL E PESCA Henrique Vaz Pato**

---

186 Seiten

Download and Read Online SOL E PESCA Henrique Vaz Pato #1JB4FE67NMD

Lesen Sie SOL E PESCA von Henrique Vaz Pato für online ebook SOL E PESCA von Henrique Vaz Pato  
Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher,  
Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen,  
Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen SOL E PESCA  
von Henrique Vaz Pato Bücher online zu lesen. Online SOL E PESCA von Henrique Vaz Pato ebook PDF  
herunterladen SOL E PESCA von Henrique Vaz Pato Doc SOL E PESCA von Henrique Vaz Pato  
Mobipocket SOL E PESCA von Henrique Vaz Pato EPub