



Yayın Adı Lezzet
Referans No 15984596
Renk Renkli

Yayın Tarihi 01.09.2011
Etki Olumlu
STxCM 45,00

Küpür Sayfa 1
Tiraj 24113

En Güzel Misafir Sofraları

ELİF AYLA

'En Güzel Misafir Sofraları' samimi bir yemek kitabı. Güzel komşuluğu, annelerimizin misafirperverliğini hatırlatan ve hepimize "anne yemeği" duygusunu hatırlatacak tarifleri içinde barındırıyor. Türkiye'nin 81 ilinden leziz seçmeler, misafirlerimize göğsünüzü gere gere hazırlayabileceğiniz nezih münüler sunuyor. 81 ilden çorbalar, yemekler, tatlılar, hamur işleri Elif Ayla'nın kaleminden kitap sayfalarına taşınmış. HAYY KİTAP

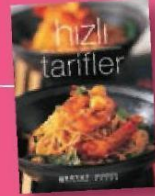


Hızlı tarifler

CEREN BÜKE CÜLAN

Aceleniz mi var? Bu kitaptaki hızlı ve kolay yemeklere bir bakın. Özel olarak hazırlanmış bu tarifler telaşlı bir günde nefes almanızı sağlayacak. Her bir tarif kısa bir hazırlıkla birbirinden lezzetli yemekler yapmanızı sağlayacak. Kimi yemekler pişirmeye ve kaynamaya bırakılırken, kimisi hemen yenmeye hazır. İçinde neler mi var; tencere yemekleri, tava yemekleri, wok, ızgara, fırın yemekleri, tatlılar... Ceren Büke Cülan'ın kaleminden.

BOYUT YAYINLARI



Yemek ya da yememek

FEYZA BAYRAKTAR

Bu kitap, masum diyetlerle başlayıp anoreksiya ve bulimiya gibi yeme bozukluklarıyla son bulan; şişman olma korkusuyla ortaya çıkıp diyet bağımlılığına dönüşen bozuk yeme davranışlarını; gece yeme, sıkılınca yeme gibi yeme ataklarıyla duygusal bir kaçış noktasına dönüşen yemekle ilişkimizi masaya yatıran eşsiz bir kaynak. Uzman psikolojik danışman Feyza Bayraktar bu kitapla herkesin yemekle ilişkisini daha "sağlıklı" bir düzleme çekmesini sağlayacak farkındalığın yolunu açıyor. Onlarca diyet kitabının yapamayacağı bir şeyi yaparak kişinin önce zihninde "kilo-larından ya da açlığından" kurtulmasını sağlıyor. DOĞAN YAYINLARI

