

# RECEITAS

## FÁCEIS DE CONGELAR



**Refeições Saudáveis e Deliciosas  
Para Toda a Família**

MORGAN WHITE

# wikilivros

## Receitas Fáceis de Congelar Poupe Tempo e Dinheiro com Refeições

**Famíliares, Deliciosas e Saudáveis**

Está na sala de cozinha a fazer as refeições? Quão muitas refeições saudáveis, mas sente-se demasiada exausta depois de um dia de trabalho? Gostaria de chegar a casa, deitar-se no seu sofá favorito e relaxar por uns minutos? Então seja bem-vinda a “Receitas Fáceis de Congelar”! Aprenda as receitas e os métodos para que possa planear antecipadamente e cozinhar apenas 1 a 2 vezes por semana! Aqui encontrará apenas receitas que são de baixo custo, fáceis, super-deliciosas e saudáveis! Veja só o que está a receber: \*Refeições Congeladas de Frango\*Refeições Congeladas de Peixe e Marisco\*Refeições Congeladas de Porco\*Refeições Congeladas Vegetarianas Também irá aprender sobre que ingredientes pode ou não congelar, a melhor forma de comprar em grandes quantidades e mais! Compre já o seu livro!

[Clique aqui para obter este livro](#)