

# **¡Que importante es saber lo que comemos!**

Hola familia Vega Fácil

Que importante es saber lo que comemos.

Más que, comer es nutrirse bien.

Miré muchos canales, pero me quedé con ustedes y ya llevo tiempo siendo vegana, sabiendo con tranquilidad lo que consumo gracias a sus explicaciones sin miedo ni dudas .

Antes no sabía lo que era bueno o malo lo que engordaba o no, porque muchos canales se dicen y contradicen.

Ustedes saben de qué hablan, gracias.

¡Sigán así!

ATTE

SILVANA DE ARGENTINA

Cuéntanos tu Testimonio y envía a [cocinaveganfacil@](mailto:cocinaveganfacil@)

SI QUIERES VER EL TESTIMONIO DE DEYANIRA, TE INVITAMOS A VER ESTE VIDEO.

VER VIDEO

**@abstain3605**

**Han sido mi salvación, desde que descubrí su canal ya no me quiebro la cabeza en pensar qué hacer de comer, mis hijos estaban hartos de las ensaladas. Todas sus**

recetas se ven Deliciosas. Soy una vegetariana en proceso para ser vegana y cada vez me convengo más en este estilo de vida mil gracias

@milenamolano8833

Les reitero mi felicitación por tan excelente canal. Cuidan cada detalle en el vídeo, las recetas están perfectamente explicadas, sus utensilios de cocina impecables. Son muy profesionales. Hoy he estado viendo sus vídeos, hace seis meses mi esposo y yo hemos cambiado nuestra alimentación y estoy fascinada con sus propuestas! Mil gracias por su generosidad, que Dios los bendiga y un saludo al camarógrafo, es un absoluto encanto!!!

@drgatita

Me encanta este canal, es mi favorito! Las recetas son deliciosas y la adorable señora las explica muy bien y de una manera fácil! Invitando a todos a darle una oportunidad al veganismo. Demostrando que podemos vivir sanos y felices comiendo sin crueldad. Además se siente acogedor y como si estuviéramos ahí con ella, mientras nos enseña jaja muchas gracias y éxito!!

@marthamartinez8688

Eres la mejor, cada vez aprendo más y pongo en práctica tus sabios consejos, sabes mi piel se ve súper bien, se me quitaron los granitos de los brazos y ahora luzco mis blusas de manga corta, mi alimentación basada en plantas me ha ayudado muchísimo gracias por todo.