

# UNA BENDICIÓN HABERLA CONOCIDO...

Sra. Deyanira que bendición haberla conocido por medio de este canal, siempre quise dejar la carne, pero por miedo a desbalancear mi organismo no lo hice porque te dicen que te va a ir mal si la dejas, ahora escuchando su testimonio voy a la segura.

¡Claro, con el gran apoyo de sus recetas, que por cierto he hecho varias de su canal y todas bien ricas!

ATTE

LAURA ALICIA GÓMEZ

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

EL TESTIMONIO DE DEYANIRA

VER VIDEO

---

## UN TESTIMONIO MUY IMPORTANTE

Alfonso, señora Deyanira, les comparto un testimonio muy importante para nosotros los veganos, e igualmente para los vegetarianos que están en transición al veganismo

Compartí el día 25 de julio de 2021, con una persona que a los dos días fue diagnosticada con Covid

Por prevención me practiqué la prueba, y salió negativa.

Pero eso no es suerte, es la alimentación que llevamos, ya existen estudios soportados científicamente, que han demostrado que una alimentación vegetariana y vegana, disminuye los síntomas del Covid si lo padece, y en otros casos, como en el mío ni siquiera se contrae el virus

Bendiciones y gracias, primero a Dios y luego a esta maravillosa alimentación

Dios los siga bendiciendo por muchos años, para demostrarle al mundo lo maravilloso para nuestra salud y bienestar en general, de la alimentación a base de plantas

Abrazos

ATTE

Nubia Rodríguez

Bogotá, Colombia

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

SI QUIERES SABER MÁS SOBRE ESTE TEMA

TE COMPARTIMOS ESTE VIDEO MUY INTERESANTE.

TE SORPRENDERÁ.

VER VIDEO

---

## **LA GENTE SATANIZA LA SOYA...**

Que buena información para la gente que sataniza la soya. Yo llevo casi 35 años consumiendo soya a diario en leche, en tofu, en yogurt, en arepas o tortillas de soya, los brotes

de la soya , y tengo 52 años ... y me veo y soy muy saludable y mi sexualidad es muy buena.

No sufro de ningún tipo de enfermedades físicas, lo que he notado es un anti envejecimiento, como que controla el paso de los años, manteniendo las células del cuerpo en perfecto estado... la piel sana, los músculos, las articulaciones, todo en perfecto estado.

Yo jamás dejaré de consumir soya, claro que yo consumo soya fermentada... no la que venden ya preparada en polvo, en los supermercados..

Yo fermento la soya 24 horas antes de preparar los derivados de la soya... yo hago todos los productos que consumo de soya en mi casa.

Yo soy un testimonio viviente de la soya, que el falso todo lo que dicen de la soya, que es mala.

Muchas gracias amigo por ponerles en conocimiento, esto que usted esta diciendo de la soya, muchas gracias.

Consuman soya y serán saludables y no envejecerán tan rápido, ya que ayuda a mantener las células y una piel muy sana en perfecto estado y la masa muscular bien puesta, donde debe de estar toda la vida.

Lo digo por experiencia propia, ya 35 años consumiendo soya. Y soy un hombre de 100 kilos y muy lleno de masa muscular, grandote. Eso se lo debo la consumo de los derivados de la soya.

ATTE

JANES GUSMAN

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

SI QUIERES SABER MÁS SOBRE LAS SOYA.

TE COMPARTIMOS ESTE VIDEO.

TE SORPRENDERÁ.

VER VIDEO

---

# MI PADRE TRABAJÓ EN UNA FABRICA DE EMBUTIDOS...

Mi papá trabajó en una fábrica de embutidos, nunca nos dejó comer una salchicha, ni mortadela ni nada de lo que hacían ahí, a pesar de que a fin de año les regalaban productos. Mi mamá se los regalaba a una señora que era muy pobre y con muchos hijos, ahora sé que los embutidos son muy nocivos este me parece muy buena idea

ATTE

Jana Dávila

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

SI QUIERES APRENDER A HACER EMBUTIDOS VEGANOS, TE INVITAMOS A  
VER ESTA RECETA QUE TE SORPRENDERÁ.

VER VIDEO

---

# MI ESPOSO SE HIZO VEGETARIANO...

Yo los felicito mucho ☺☺☺☺☺☺ Y me gusta mucho su canal y su forma tan respetuosa.

Mi esposo se hizo vegetariano gracias a la inspiración que yo le di y a mi amor por la cocina saludable.

Estuvo 4 meses sin comer animales y ino me había dicho! Él quería probar por su lado como se sentía.

Y yo lo veía con más energía, más alegre y no sabía bien porqué.

Y me dio la noticia en un restaurant ☹☹!!! Y de eso ya 3 años.

Yo no me enteré porque mi marido fue muy respetuoso cuando le pedí con lágrimas que yo no podía cocinar más con animales para él. Y mi hermoso esposo respetó lo que yo sentía. Él almorzaba en su trabajo así que, de lunes a viernes él podía comer sus preferencias...

Él me respetó porque yo también lo respeté siempre. Nos amamos mucho.

Los fanatismos dividen. El respeto y el amor unen e inspiran a lo bueno.

Gracias.

ATTE

TeacupAndRoses

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

VER VIDEO

---

# GRACIAS POR SUS VIDEOS TAN INFORMATIVOS...

iHello! Yo soy vegetariana y consumo la B12 y en abril me quedé embarazada y cuando fui a una cita con la obstétrica y le dije de mi alimentación y que tomaba la vitamina B 12, me felicitó y me dijo que siga tomándola todo el embarazo y la doctora que me hace las ecografías lo mismo me dijo y que todos deberíamos tomarla! Lo mejor de todo es que tomo una pastilla dos veces a la semana y la tengo desde febrero más o menos y todavía tengo un montón y desde que la empecé a tomar me siento mucho mejor que antes y eso que mi alimentación ahora se fue un poco a la nada por los antojos y vómitos por el embarazo!

Gracias a ustedes y a un nutricionista vegano que siempre cuenta que es muy buena esa vitamina, la empecé a consumir. Gracias por estos videos tan informativos, ¡saludos desde argentina! ☺☺☺

ATTE

Meelu Warner

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

VER VIDEO

---

# Yo era pre diabética y en mi última consulta...

Mi querida señora, yo empecé con unas recetas veganas y poco a poco cambié mi alimentación. ¡Especialmente la leche! Desde que me preparo mis leches veganas no he tenido dolores de artritis. Era pre diabética y en mi última consulta, el endocrinólogo me dijo que ya no necesitaba ir porque ya tenía los niveles perfectos (me pregunto: ¿que tomasteis?) y le dije nada, simplemente me alimento saludablemente y sin carne ☐ quedó muy sorprendido ☐ la verdad que no fue fácil salir porque desde pequeños nos acostumbran a comer carne, pero ipoco a poco se logra!

¡Gracias por el esfuerzo que ponen en cada video!

ATTE

SANDRA ELIZABETH

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

VER VIDEO

---

## Se me caía mucho el cabello...

Hice la proteína casera en polvo y la consumí durante 2 meses y me creció el pelo de una manera increíble! No puedo decir en centímetros, pero mucho, no me crecía el cabello y se me caía mucho también. Así que muchas gracias!!!

La recomiendo.

ATTE

CHIPI

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

VER RECETA DE LA PROTEÍNA HECHA EN CASA

---

## **Empecé este estilo de vida, hace pocos años...**

He leído muchos estudios y vídeos acerca de la alimentación vegana basados en Ciencia, pero los testimonios de personas como Deyanira siguen siendo muy valiosos e inspiradores para mucha gente que quiere mejorar su calidad de vida y ser más empáticos con animales y naturaleza. En lo personal, empecé este estilo de vida hace pocos años y de lo único que me arrepiento es de no haberlo empezado antes, me hubiera evitado unos cuantos problemas físicos. Saludos desde Rocha, Uruguay, y que siga ese lindo trabajo que vienen haciendo por el veganismo.

ATTE

BORIS

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

SI QUIERES SABER MI TESTIMONIO, DAR CLICK EN EL VIDEO

---



# Siempre que entro a su canal, encuentro PAZ...

Felicidades!!!

Siempre que entro a su canal, encuentro PAZ e inspiración para variar la alimentación de la familia. Soy vegetariana desde el vientre de mi madre, y hoy soy más vegana que vegetariana... mi razón fundamental es porque Dios diseñó nuestro cuerpo para ser vegetarianos. No depender de otro ser vivo para vivir. Dios les bendiga grandemente como hasta ahora.

Están haciendo una gran obra para Dios. Ya que la primera tentación a Jesús de parte de satanás fue en cuanto a comida, allí está la clave para comprender las verdades del eterno.

Lindo testimonio de toda su familia.

Dios les bendiga♥☺☺☺

ATTE

Helen Ortega

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

SI QUIERES SABER MI TESTIMONIO, DAR CLICK EN EL VIDEO