

Doctor's BEST (Metilcobalamina) Vitamina B12

Características:

- Frasco con 60 cápsula de 1,500 mcg.
- Cápsulas 100% veganas
- No contienen trigo, gluten, soya, lácteos, huevo, pescado/mariscos, o cacahuete/nueces.

Beneficios de la vitamina B12:

- La vitamina B12 es importante para el metabolismo, la formación de los glóbulos rojos y el mantenimiento del sistema nervioso central que incluye el cerebro y la médula espinal.

Todo lo que debes saber sobre la vitamina B12:

Harina de garbanzo (1kg)

La harina de garbanzo es conocida por ser un sustituto perfecto del huevo en recetas veganas, y también es un excelente sustituto para personas con intolerancia al huevo. Esta harina tiene varios usos y beneficios.

Características:

- Bolsa biodegradable con 1 kilogramo de producto.
- 100% vegano
- No contiene trigo, gluten, soya, lácteos, huevo,

pescado/mariscos, o cacahuete/nueces.

- Es rica en fibra.
- Es una excelente fuente de proteínas de origen vegetal.
- Aporta hidratos de carbono de liberación lenta.
- Contiene calcio, fósforo, magnesio, hierro, potasio.
- Posee vitaminas B1, B2, B3 y B9 (ácido fólico).
- Es rica en lecitina, un tipo de grasa que mezcla con las grasas ingeridas por el organismo con el agua y favorece su expulsión.
- Aporta ácidos grasos esenciales, en especial, Omega 6.

Es una harina perfecta para rebozar verduras, pues aporta jugosidad y potencia el sabor de los alimentos. Se puede utilizar como espesante de guisos, gracias a su alto contenido en almidón. Para hacer pan sin gluten. Este tipo de pan se puede hacer a partir de la combinación de harina de arroz, harina de maíz y almidón de tapioca. Puedes añadirla a tu crema o sopa de verduras, así lograrás enriquecer las sopas, espesándolas más y dando lugar a un sabor más intenso.

Beneficios de la harina de garbanzo:

- Su contenido en fibra es muy superior al de otras harinas, por lo que beneficia la salud digestiva. Es muy útil para prevenir y tratar el estreñimiento, ya que contribuye a un buen tránsito intestinal.
- La harina de garbanzo ayuda a regular los niveles de colesterol en sangre, favoreciendo una óptima salud del corazón. Además, mejora la circulación sanguínea, y es muy útil para prevenir problemas de hipertensión y otras afecciones cardiovasculares.
- La harina de garbanzo, además de ser muy saludable y nutritiva, es ideal para incluir en dietas orientadas a la pérdida de peso. Su contenido en fibra le dota de un efecto saciante que ayuda a reducir la ansiedad y el hambre.
- Al no contener gluten, es perfecto para aquellas personas que no lo toleran. Harina apta para personas

con celiacía.

Elabora una deliciosa tortilla española sustituyendo el huevo por harina de garbanzo

O qué tal unos deliciosos nuggets elaborados con esta harina de garbanzo

Y no puede faltar una deliciosa hamburguesa, en esta ocasión, de frijol. Elaborada con un poco de harina de garbanzo

Harina de tapioca (500g)

Tapioca, también llamada mandioca, casabe o guacamota, es un almidón extraído directamente de la raíz de la yuca. Aunque su forma más popular es en forma de esferas o perlas, también puede encontrarse en forma de harina, fécula u hojuelas.

Características:

- Bolsa biodegradable con 500 gramos de producto.
- 100% vegano
- No contiene trigo, gluten, soya, lácteos, huevo, pescado/mariscos, o cacahuete/nueces.
- Fuente natural de hidratos de carbono
- Fuente de vitaminas del complejo B
- Baja en colesterol y en grasas saturadas
- Contiene calcio, fósforo, magnesio, hierro, sodio o zinc.
- Posee vitaminas B1, B3 y C.
- Rica en fibra

Se utiliza para la elaboración de tortitas, jamones veganos,

quesos veganos, postres, y como espesante para sopas y salsas.

Beneficios de la harina de tapioca:

- La tapioca es fuente de linamarina, una sustancia que ayuda a la eliminación de las células cancerosas.
- Reduce el riesgo de anemia por su alto contenido en hierro. Al mismo tiempo mejora la circulación sanguínea.
- Previene el riesgo de malformaciones del tubo neural en el embrión ya que es rica en ácido fólico.
- Favorece la digestión gracias a su contenido en fibras y proteínas.
- Protege la salud de los huesos.

Elabora jamón vegano con esta harina de tapioca

0 elabora este queso de papa con harina de tapioca, un winner en nuestro canal

También puedes hacer este queso tipo asadero con harina de tapioca

Jalea SOS con papaya

Rescata tu piel con este bálsamo calmante para rostro y cuerpo

Bálsamo que alivia y restaura la piel. Recupera la juventud de tu piel con este nutritivo cocktail de coco, hemp, chía, aceite de toronja y el famoso extracto fermentado de papaya que estimula el suministro de antioxidantes y vitaminas esenciales. Una fórmula ultra-reparadora para aliviar quemaduras, urticaria, resequedades, picaduras de insectos o

cicatrices. Este remedio-todo-en-uno, que se funde en la piel, está diseñado para proteger y restaurar la piel de cara, manos, pies, cuerpo y cabello; es rico en zinc, magnesio y potasio, además de contener caléndula que combate la inflamación y ayuda a reparar la piel, y chía que contiene omegas. Puedes usar un poco o mucho. Es ideal para llevar a los viajes pues te cuidará en todas tus aventuras, grandes y pequeñas.

- El superhéroe de tu piel
- Se puede usar en rostro, cuerpo y cabello
- Calma quemaduras, urticaria, resequedad, picaduras de insectos y cicatrices
- Súper hidratante
- Natural y nutritiva
- Rica en antioxidantes, zinc, magnesio y potasio
- 30 g / 1 oz

Este bálsamo todo-en-uno es el mejor amigo de tu piel. Querrás tenerlo en tu mesita de noche, tu bolso y tu botiquín, ¡es realmente una fórmula ultra-reparadora!

Extracto de papaya (carica papaya)

se obtiene de la fruta y las hojas del árbol de papaya. Alto en antioxidantes, potasio y vitaminas. La fermentación acelera el suministro de nutrientes esenciales y enzimas a la piel.

Aceite de chía (salvia hispanica)

el aceite de chía se obtiene de la semilla de la planta de *Salvia hispanica* en floración. Se considera la fuente botánica más rica de ácidos grasos Omega-3 que se encuentra en la naturaleza. Contiene vitaminas y ácidos grasos esenciales. Combate la irritación e hidrata la piel.

Aceite de coco (cocos nucifera).

el aceite el coco que se obtiene del fruto de la palmera.

Tiene propiedades antibacterianas, antimicóticas que además hidratan, alivian el daño causado por los rayos solares, curan y promueven la reparación de la piel.

Aceite de semilla de cáñamo (cannabis sativa)

el aceite de semilla de hemp es rico en ácidos grasos Omega 3 y 6, vitamina E y antioxidantes. Se sabe que acondiciona la piel seca, reduce la inflamación, calma y regenera la capa protectora de la piel.

Ingredientes

Triglicérido caprílico/cáprico, aceite de prunus amygdalus dulcis (almendras dulces), aceite de cocos nucifera (coco), cera de euphorbia cerifera (candelilla), manteca de mangifera indica (mango), aceite de simmondsia chinensis (jojoba), aceite de cannabis sativa (cáñamo), manteca de butyrospermum parkii (karité), escualeno vegetal, tocoferol (vitamina E), aceite de mauritia flexuosa (burití), extracto de carica papaya (papaya), aceite de salvia hispanica (chía), extracto de citrus grandis (toronja), aceite de olea europaea (oliva), glicerina*, ácido ascórbico, extracto de calendula officinalis (caléndula).

*sin aceite de palma.

Lápiz de cejas con almendras

Amamos tanto el aceite de almendras que hicimos este producto y se convirtió en uno de los favoritos de nuestras clientas. El aceite de almendras protege los vellos y nutre la piel debajo y alrededor de las cejas. Este lápiz contiene una fórmula única para dejar siempre un acabado perfecto. Es de

fácil aplicación y ayuda a rellenar tus cejas para que siempre se vean arregladas pero naturales. Tiene un cepillo incorporado para peinar y ordenar las cejas. Dicen que las cejas enmarcan el rostro, así que dales el cuidado adecuado con este lápiz natural. Un tono universal que se adapta a todos los tonos de piel

- Fórmula base lípida
- Promueve el crecimiento
- Cobertura completa y duradera
- Vegano y libre de crueldad
- 1.1 g / oz

Consigue cejas más pobladas con el lápiz perfecto para rellenar huecos, además de peinarlas con un cepillo incorporado!

Aceite de almendras dulces (prunus amygdalus dulcis)

el aceite de almendras dulces es rico en grasas saturadas y ácidos grasos esenciales, lo que le confiere propiedades fortalecedoras e hidratantes

Ingredientes

Mica, aceite vegetal hidrogenado, aceite de cocos nucifera (coco), triglicéridos C10-18, cera de copernicia cerifera (carnauba), octildodecilo estearato de estearoil, cera de euphorbia cerifera (candelilla), poliglicerilo-3 diisostearato, aceite de prunus amygdalus dulcis (almendras dulces), orizanol, tocoferol (vitamina E), caprilato de glicerilo, CI 77491, CI 77492, CI 77499, CI 77891.

Lápiz de ojos con jojoba

Delicado para los ojos, suave para la piel y se desliza fácilmente

Lápices delineadores de ojos de larga duración. Fórmula suave con aceite de jojoba que ayuda a proteger los párpados y estimular el crecimiento de las pestañas. Ideal para ojos sensibles por su suave fórmula. Diseño simple para una fácil aplicación, logra líneas delgadas y precisas o bien difumina antes de que se sequen para un look de ojos ahumados. ¡El lápiz que no te falla! Disponible en 2 tonos.

Black negro y **Earth** café oscuro

- Fácil de afilar
- Delineador de ojos suave y natural
- Nutre la piel y acondiciona las pestañas
- Ideal para ojos sensibles
- ¡Cero residuos, 100% libre de plástico!
- 1.1 g / oz

Define tus ojos a tu manera, con un delineador que es terso y suave al aplicar que se puede afilar para obtener precisión o mezclar para un look ahumado.

Aceite de jojoba (*simmondsia chinensis*)

el aceite de semilla de jojoba tiene propiedades antiinflamatorias y antioxidantes, es ideal como humectante, especialmente alrededor del área de los ojos

Ingredientes

Octildodecilo estearato de estearoil, aceite de cocos nucifera (coco), triglicéridos C10-18, aceite vegetal hidrogenado (olus), mica, cera de copernicia cerifera (carnauba), cera de

euphorbia cerifera (candelilla), poliglicerilo-3 diisostearato, orizanol, aceite de simmondsia chinensis (jojoba), acetato de tocoferol (vitamina E), caprilato de glicerilo, puede contener +/- óxidos de hierro, CI 77007, CI 77742, CI 77891.

Levadura Nutricional (150g)

Características:

- Bolsa biodegradable con 150 gramos de producto.
- 100% vegano
- No contiene trigo, gluten, soya, lácteos, huevo, pescado/mariscos, o cacahuete/nueces.
- Fuente de proteína vegetal
- Fuente de vitaminas del complejo B
- No contiene conservadores ni sustancias añadidas
- Contiene los nueve aminoácidos esenciales y se digiere fácilmente.
- Es baja en grasas y carbohidratos.

La levadura nutricional agrega un delicioso sabor a tus alimentos. Su rico sabor similar al queso, se utiliza como condimento en tus pastas, platillos vegetales, papas al horno, palomitas de maíz, elaboración de quesos veganos, crema y un amplio número de alimentos.

Beneficios de la Levadura Nutricional:

- Gran complemento proteico de alto valor biológico
- Fortalece el sistema inmunitario
- Ayuda a regular el colesterol
- Ayuda a controlar los niveles de azúcar en sangre
- Ayuda a la flora intestinal y la digestión

- Ayuda para la salud de la piel y del cabello

Todo lo que debes saber sobre la Levadura Nutricional:

Mandil adulto

CANTIDAD: 1 PIEZA

Color: Negro

Material: 100% algodón gabardina

Características: 3 bolsas al frente e imagen de alta calidad

Medidas: 88 cm. X 53 cm.

Frente: Logotipo Cocina Vegan Fácil en serigrafía de alta calidad

Mandil para niño o niña

CANTIDAD: 1 PIEZA

Color: Negro

Material: 100% algodón gabardina

Características: 3 bolsas al frente e imagen de alta calidad

Medidas: 62 cm. X 40 cm.

Frente: Logotipo Cocina Vegan Fácil en serigrafía de alta calidad

Maquillaje de avena

Tu opción para una base radiante de cobertura media y duradera

Su fórmula lo convierte en el maquillaje perfecto: no es grasoso y deja la piel con un acabado natural y de larga duración. Sus ingredientes estrella, la leche de avena, el durazno y la Vitamina E; promueven una piel saludable. Esta base vegana ofrece una cobertura media o total, es decir que puedes usar solo un poco o aplicar distintas capas y, en cualquier caso, tu piel podrá respirar. Su fórmula libre de tóxicos no obstruye los poros y es apta para pieles sensibles. Humecta la piel antes de aplicar. Te recomendamos utilizar la brocha eco vegana multiusos para lograr un acabado perfecto. Disponible en 8 tonos.

Honey para piel clara

Chai para un tono de piel claro a medio

Caramel para piel dorada

Maple para un tono de piel moreno claro

Brew para un tono de piel medio a profundo

- Presentación líquida ligera y cobertura construible
- Se adapta a todo tipo de pieles y pieles sensibles
- Cobertura media-completa
- Acabado radiante
- 30 ml / 1 oz

Tu nuevo mejor amigo. Una base construible de acabado natural, no grasosa, que ofrece una cobertura de duración media a

completa.

Extracto de avena (avena sativa)

la avena es parte de la familia de las gramíneas. Es apreciada por sus propiedades antioxidantes, emolientes y antiinflamatorias además de ser un gran acondicionador de la piel.

Ingredientes

Agua, coco-caprilato/caprato, glicerina, polirricinoleato de poliglicerol, extracto de avena sativa (avena), extracto de prunus persica (durazno), acetato de tocoferol (vitamina E), biosacarido goma-1, anisato de sodio, levulinato de sodio, sulfato de magnesio, salicilato de sodio, etilhexil glicerina, ácido cítrico, gliceril caprilato, ácido polihidroxiestearico, sorbato de potasio, puede contener +/- óxidos de hierro, CI 77891.

Mascara de aguacate contra agua color negro

Pestañas llamativas, perfectas para ojos sensibles

Mascara voluminizadora hecha con aceites de mamey y aguacate que estimulan el crecimiento, regeneración y fortalecimiento de las pestañas. Es contra agua, no se corre y ofrece una cobertura completa y sorprendente durante 24 horas. Perfecta para el día o la noche, se adapta a tu ocupado estilo de vida. Hecha con ingredientes naturales de la más alta calidad y amigable para los ojos sensibles. Para un look natural o con una dosis alta de glamour. Una mascara contra agua en la que

sí se puede confiar.

- Fórmula base lípida
- Resistente al agua y de larga duración
- Promueve el crecimiento y fortalece las pestañas
- Ideal para ojos sensibles
- Vegana y libre de crueldad
- 10 ml / oz

Una mascara que te da ese factor WOW y estimula el crecimiento de pestañas largas y hermosas.

Aceite de aguacate (persea gratissima)

Es un aceite comestible extraído del fruto del aguacate. Rico en vitaminas A, D y E.

Ingredientes

Cera de copernicia cerifera (carnauba), aceite de glycine soja (soya), cera de elaeis guineensis (palma), diheptil succianato, copolímero de glicerina capriloil/ácido sebácico, aceite de licania arborea (cacahuananche), aceite de persea gratissima (aguacate), estearato de calcio, aceite de prunus amygdalus dulcis (almendras dulces), aceite de camellia oleifera (camelia), aceite de pouteria sapota (mamey), ácido palmítico, acetato de tocoferol (vitamina E), gliceril caprilato, undecilenato de glicerina, CI 77499.

Mascara para cejas con argán

Nutre y da volumen con color a tus cejas

Este gel tintado contiene pequeñas fibras veganas que realzan

y agregan volumen a tus cejas. Las fibras se adhieren a tu piel o cejas para rellenar espacios, y domar los pelitos rebeldes, logrando que luzcan más espesas y se destaquen. Si tus cejas están adelgazadas, muy depiladas o si son muy claras, este gel hará un trabajo sensacional, además, el aceite de argán acondiciona y estimula el vello. El tono es muy favorecedor y se adapta a todas. Peina, tiñe, espesa y ama tus cejas todos los días.

- Rellena los huecos de forma experta
- Gel texturizado para cejas con color
- Construible con diminutas fibras veganas
- Tono versátil que se adapta a muchas cejas
- Aceites de argán y ricino para acondicionar
- 3.5 ml / oz

¡Cejas más llenas y espesas con nuestra best-seller mascara de cejas con argán, tu héroe al rescate! Repleta de ingredientes nutritivos formulados para acondicionar y estimular el crecimiento de tu cabello.

Aceite de argania spinosa (argán)

Extraído de las semillas del árbol de argán. Rico en vitaminas A, C y E, ácidos grasos y fuertes antioxidantes

Ingredientes

Agua, propanodiol, pululano, mica, celulosa microcristalina, nylon-66, goma xantana, aceite de ricinus cummunis (ricino), aceite de argania spinosa (argán), pantenol, 1,2-hexanodiol, caprilil glicol, goma celulosa, sorbato de potasio, gluconato de sodio, sílice, puede contener +/- óxidos de hierro, CI 77891.