

Cocina con microondas. Sana, segura y sostenible



Fundación Alícia

SINOPSIS

Una guía imprescindible para aprender a cocinar con microondas. El microondas sirve para cocinar y no solo para calentar o descongelar alimentos. Este libro muestra cómo sacarle el máximo partido. ¡Porque una alimentación sana, segura, sostenible, deliciosa, fácil y rápida es posible! El libro da respuesta cuestiones de todo tipo: ¿cómo funciona el microondas?, ¿es seguro para la salud?, ¿es peligro estar delante de un microondas en funcionamiento?, ¿qué recipientes se pueden emplear?, ¿existe pérdida de vitaminas al cocinar con microondas? Elaborado por los profesionales de Fundación Alícia, recopila más de 80 recetas de verduras y setas, cereales y tubérculos, pescados y mariscos, carnes y aves, huevos, postres y frutas, así como otras informaciones de interés: tablas de referencia para precisar los tiempos de cocción de cada ingrediente en función de las cantidades, trucos y consejos para la descongelación y regeneración de alimentos.



Editoriala	Larousse
Gaia	Cocina
EAN	9788418100987
Baldintza	Disponibile
Lotura	Rústica
Orrialdeak	256
Neurria	235x185x0 mm.
Weight	766
Language	Español
Price (Tax inc.)	17,90€