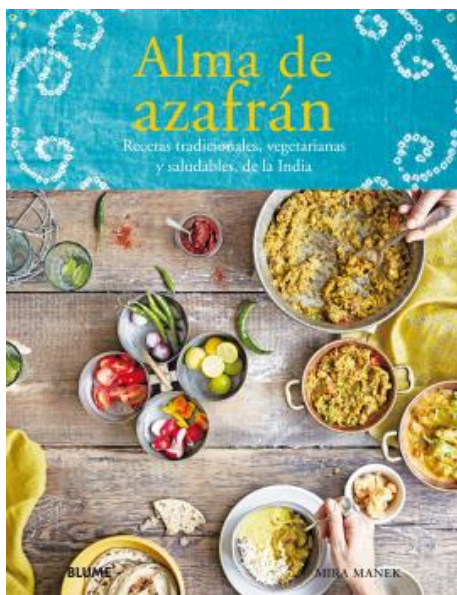




riverside
agency

Alma de azafrán

Autor: Mīra, Manek

Autor: Cristina, Rodríguez Fischer

Blume

ISBN: 978-84-17492-71-7 / Tapa dura / 192pp | 190 x 250 cm

Precio: \$ 19.900,00



Mira, Manek

Ya sea para preparar un sencillo y sustancioso curri para la cena, una sabrosa ensalada vegana para el almuerzo, un aperitivo proteínico o un banquete para los amigos, aquí encontrará una gran cantidad de ideas energizantes y sabrosas para cualquier ocasión. Además, el alto valor nutritivo de los ingredientes de sus recetas, como las especias y los cereales, hará que cada plato sea un festín en sí mismo. "La mayoría de los cocineros atesoran una vasta colección de libros durante el transcurso de su carrera. Por lo general, muchos de estos no se mueven de las repisas, algunos se consultan con cierta regularidad y otros, solo de vez en cuando. Puedo decir con seguridad que el libro de Mīra permanecerá al lado de mi escritorio y lo abriré con frecuencia". CYRUS TODIWALA, chef indio británico "Un libro de cocina cálido y reconfortante, no solo por sus nutritivas recetas sino también por las historias que las envuelven. Hace que me sienta parte de la familia y me llena de alegría". JASMINE HEMSLEY, escritora de temas gastronómicos y cocina saludable. * Inspirada en la cocina tradicional india, que aprendió de su madre y su abuela, Mīra Manek ha creado 90 deliciosas y saludables recetas en las que cada plato cobra vida con color y abundancia. * Al combinar los mejores ingredientes fundamentales de la cocina india con toques originales y beneficiosos para la salud, Alma de azafrán ofrece ideas nutritivas para almuerzos, aperitivos, guarniciones, bebidas y postres, así como para comidas principales y thalis. * Mīra ha creado platos frescos, ligeros y saludables, a menudo con un toque personal o modificando una receta gujarati tradicional para crear otras más modernas, saludables y enriquecedoras, como la ensalada india de verano, el masala de berenjenas a la parrilla o tarros de chía con azafrán y lima.

Ya sea para preparar un sencillo y sustancioso curri para la cena, una sabrosa ensalada vegana para el almuerzo, un aperitivo proteínico o un banquete para los amigos, aquí encontrará una gran cantidad de ideas energizantes y sabrosas para cualquier ocasión.