

Daniel del Toro

Fast Food ¡Sin complejos!

45 recetas para desmontar el mito de la «comida basura»

Cómo elaborar
deliciosos platos
de autor con cero
complicaciones



» Daniel del Toro Salas

Fast Food sin complejos

45 recetas para desmontar el mito de la «comida basura»

¿Eres amante del buen comer? ¿Quieres disfrutar del arte culinario, pero apenas cuentas con tiempo para dedicarle a los fogones? Si estás convencido de que lo fácil y rápido en la cocina está reñido con comer sano y rico, en este libro Daniel del Toro, chef y prestigioso influencer gastronómico, te va a demostrar lo equivocado que estás.

Con pocos productos, podrás realizar recetas increíbles en tiempo récord. Platos que, como bien dice su autor, son «fulleros y gamberros», pero nutritivos y con extraordinario sabor.

Estas páginas nos muestran que es posible cocinar en pocos minutos platos deliciosos, originales y aptos para los paladares más exigentes. Y es que la excelencia culinaria en la, tan infravalorada, fast food es no solo alcanzable, sino de crucial importancia en estos tiempos que corren, en los que apenas tenemos un respiro.

Daniel del Toro acaba con la leyenda negra de la mal llamada «comida basura» a través de la introducción de alimentos saludables y de ingredientes de calidad en preparaciones sencillas, ágiles y muy sabrosas. Un libro imperfecto que constituye un completo repertorio de recetas que elevan el fast food al máximo nivel, con el que vas a descubrir la cocina que hoy es tendencia.

Y ahora sí... ¿Preparado para convertirte en el auténtico chef de tu cocina?

COCINA • Cocina, dietética y Nutrición • Arcopress



Daniel del Toro (Villalba del Alcor, Huelva, 14 de diciembre de 1969) es el tercero de cinco hermanos. De pequeño ya pasaba los días entre sacos de harina en la panadería que regentaba su abuelo, lo que marcaría para siempre su amor por la cocina.

Remover y liar las croquetas junto a su madre supuso para Daniel el descubrimiento de una de sus pasiones: cocinar; algo de lo que lleva disfrutando toda la vida.

Su paso por el programa de RTVE Masterchef fue un punto de inflexión en su vida, ya que le ayudó a entrar en millones de casas y le permitió descubrir su otra vocación: la comunicación.

En la actualidad, Daniel del Toro se ha convertido en un prestigioso influencer gastronómico, cuenta con miles de seguidores y se dedica a hacer lo que mejor sabe: divulgar y crear en la cocina deliciosos y novedosos platos en los que deja implícito aquello que le decía su abuela cuando hacían juntos tortillitas de bacalao: «de harina, la que admita; esa es la cantidad con la que siempre salen bien».



Thema: WBB
978-84-10520-83-7
128 páginas, ilustrado
Rústica con solapas
17 x 24 x 0.9 cm
PVP: 19 €