

— Pepa Chacón —
Elisabet González de Chávarri

RECICLA COCINANDO

Dale una nueva vida a tus alimentos

En estas páginas, Pepa Chacón y Elisabet G. de Chávarri nos proponen infinitas posibilidades en la combinación de alimentos y en la manera de cocinarlos o reutilizarlos. Además de recetas deliciosas y originales, nos ofrecen una visión de cómo comprar los alimentos y cómo debemos conservarlos, ya sea en la despensa o la nevera, para así poder aprovecharlos más tarde. Platos sanos, recreados y sencillos que necesitan, claro está, determinados productos y condimentos pero, sobre todo, ilusión y amor. Porque, ¿quién se atreve a cocinar sin una pizca de pasión y sin tener en cuenta los sentidos de los comensales?



“ Este no es un libro de cocina al uso. Se trata de un manual para dar nueva vida a aquellos alimentos sobrantes después de haberlos cocinado, y que por lo general acaban en la basura tras un breve tránsito por el frigorífico. Introduciendo un ingrediente tan esencial como la imaginación, las autoras nos proponen trucos, técnicas y alternativas para convertir un producto ya cocinado en un plato renovado y atractivo. Con hábitos, que en los últimos años habíamos olvidado, pero que heredamos de nuestras madres y abuelas, no solo se trata de ahorrar, sino también de llevar a cabo un consumo responsable, apostando por una alimentación sana y variada. ”



Pepa Chacón, Periodista de RTVE. Se ha dedicado a la Producción y Coordinación de programas de Televisión Española y principalmente de Radio Nacional de España y Radio Exterior. En su extensa trayectoria profesional ha trabajado con los más prestigiosos



maestros del periodismo y la comunicación como Luis del Olmo, Constantino Romero, Javier Sardá, Beatriz Pécker, Paco Lobatón, Fernando Argenta, Nieves Herrero, Julio César Iglesias, Manuel Ventero... En la actualidad compagina la creatividad de programas de radio y televisión con su otra gran pasión, la cocina. Fue su madre la que le inculcó el gusto por cocinar y la intuición para preparar, inventar y crear nuevos platos y recetas.



Elisabet González de Chávarri, Doctora Veterinaria y profesora de la Universidad Complutense de Madrid. Está especializada en la producción de alimentos de origen animal. Criada en el ambiente pesquero y culinario de Orío (País Vasco), aprendió a cocinar con su madre y en el pequeño restaurante familiar. Le gusta disfrutar de una buena mesa y mejor compañía, pero sobre todo, cocinando para su familia y amigos.

Editorial Arcopress
Cocina, dietética y nutrición

ISBN: 978-84-17057-80-0
IBIC: WBA; WBD
PRECIO: 17,95 €
PÁGINAS: 208
FORMATO: 14,5 x 22 cm
Rústica con solapas

