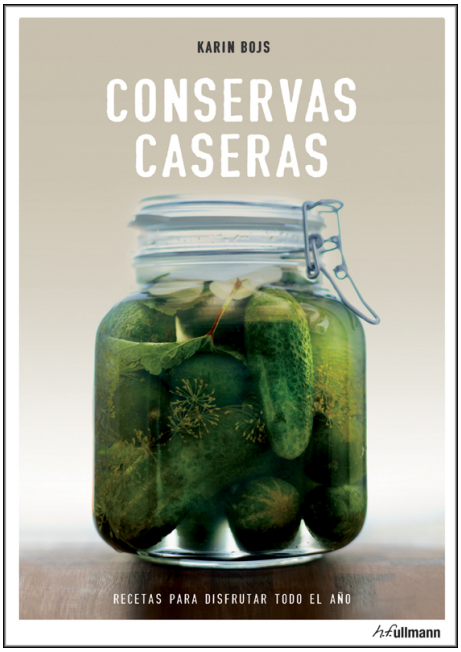

Karin, Bojs

Conservas caseras

Autor: Karin, Bojs

Conservación y congelación (de alimentos)

Ullmann
ISBN: 978-3-8480-0680-9 / Rústica / 144pp | 180 x 240 cm
Precio: $ 36.000,00

Para la periodista científica Karin Bojs, conservar hortalizas en salmuera se ha convertido en una apreciada afición. Cuando el otoño toca a su fin y se acerca el invierno, tiene el frigorífico repleto de tarros llenos de colorido. La mayoría de las hortalizas pueden conservarse en salmuera, desde pepinos, judías verdes, tomates hasta el calabacín, la remolacha y la zanahoria. La fermentación láctica es uno de los métodos más antiguos y sencillos que existen para conservar y transformar las hortalizas: requiere un bajo consumo energético y permite preservar nutrientes fundamentales. Además, los alimentos desarrollan unos refinados y complejos sabores. El presente libro es una sencilla guía práctica sobre la fermentación láctica en la que encontrará también consejos de cultivo y recetas, y descubrirá los beneficios para la salud de este método de conservación. 20 recetas tradicionales para preparar conservas de verdura Un modo tradicional de elaborar y conservar los alimentos Para lectores que se alimentan conscientemente Con el renacer de los mercados de productores, las conservas caseras también han recobrado actualidad

El presente libro es una sencilla guía práctica sobre la fermentación láctica en la que encontrará también consejos de cultivo y recetas, y descubrirá los beneficios para la salud de este método de conservación.