



Cocinar con cúrcuma

Autor: Garance, Leureux

Blume

ISBN: 978-84-16965-82-3 / Tapa dura / 80pp | 150 x 210 cm

Precio: \$ 15.600,00



Garance, Leureux

es una especialista francesa en gastronomía vegetariana, autora de una decena de libros de cocina bio y vegetariana, así como de una colección de fichas con recetas. También es responsable de una revista bio, donde presenta una amplia gama de platos para llevar.

Desde sopas hasta smoothies, pasando por crackers y bizcochos, las recetas creativas de Garance Leureux demuestran la versatilidad de esta superespecia. La cúrcuma suele formar parte de mezclas de especias, ya que otorga color e intensidad y preserva las propiedades de los alimentos. Para apreciar las maravillosas cualidades de la cúrcuma (su color cálido, su sabor picante e incluso sus matices de bellota y de calabaza moscada), hay que empezar en la cocina. La cúrcuma, que se ha venido utilizando en la India y en China como especia y como hierba medicinal desde hace milenios, no solo tiene un intenso sabor, sino que también proporciona una serie de beneficios para la salud. Además de ser un ingrediente principal de los curris, este superalimento también se utiliza para añadir sabor tanto a platos dulces como salados. En este libro encontrará recetas sencillas y deliciosas, en cuya preparación se ha utilizado tanto cúrcuma fresca como en polvo, que enriquecerán su repertorio culinario y mejorarán su salud.

La cúrcuma suele formar parte de mezclas de especias, ya que otorga color e intensidad y preserva las propiedades de los alimentos. Para apreciar las maravillosas cualidades de la cúrcuma (su color cálido, su sabor picante e incluso sus matices de bellota y de calabaza moscada), hay que empezar en la cocina.