



## Delicias bajo cero

El arte de congelar y cocinar con todo el sabor

---

Autor: Erazukin, Iker

Editorial: Océano-Ambar

ISBN: 9788475568669

Páginas: 184

Dimensiones: 21 x 27 cm

Encuadernación: Rústica

---

PVP: 9,90 €

---

El manual de cocina más fresco del mercado.

Es un falso mito que los congelados no ayudan a mantener una dieta equilibrada y saludable. Al contrario, el congelador es una herramienta inmejorable para conservar las propiedades de los alimentos sin que pierdan nada de su sabor, siempre que se utilice de manera óptima.

*Delicias bajo cero* te enseña cómo hay que congelar cada alimento y por cuánto tiempo para preservar los nutrientes y toda su frescura. Gracias al buen uso del congelador, además, podemos conservar nuestros propios platos para gozar toda la semana de menús deliciosos y saludables.

Los mejores restaurantes del mundo recurren a este gran aliado de la buena cocina, imprescindible para tener productos fuera de temporada y disfrutar de las recetas más elaboradas incluso cuando el tiempo se nos echa encima.

### CONTENIDOS

Además de ser una completa guía para congelar cada alimento con todas las garantías, en este manual se proponen variadas y exquisitas recetas:

Entrantes para abrir el apetito. Verduras que sorprenden al paladar. Pescados y mariscos con deliciosas salsas. Brochetas, hamburguesas y otras recetas con carne. Helados y granizados caseros. Extras que hacen de la mesa una celebración.