

Tofu para Gourmets

Purtí, Iona

Editorial: Océano

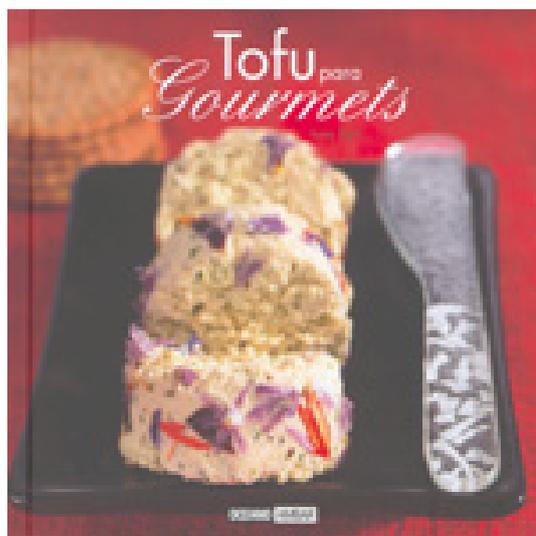
ISBN: 9788475565538

Páginas: 183

Dimensiones: 18,5 x 18,5 cm

Encuadernación: Tapa dura

PVP.: 9,90 €



SINOPSIS

LAS RECETAS MÁS SABROSAS DE TOFU

Saludable, ligero, rico en proteínas, fácil de cocinar, digestivo... el tofu está cada vez más presente en los hogares y restaurantes de Occidente. Las posibilidades culinarias de este excelente alimento derivado de la soja son infinitas.

Porque comer sano no está reñido con el placer de la buena mesa, en este libro aprenderás a sacarle el máximo partido al tofu, sus variedades y propiedades, y formas sorprendentes de cocinarlo.

Cada tofu tiene sus secretos a la hora de prepararlo, combinarlo y servirlo; y con este manual descubrirás cómo elaborar tu propio tofu en casa, paso a paso y de forma sencilla, y las diferentes formas de conservarlo... y tomarlo.

Incluye un extenso recetario de ensaladas, aperitivos, segundos platos, salsas, bebidas, postres... a base de tofu, elaborado con todo el mimo, para que puedas sorprender a los tuyos con una cocina sana y sabrosa.

En este práctico manual se incluye:

- * Origen, historia y propiedades del tofu.
- * Consejos prácticos para su elaboración y conservación.
- * Todo lo que necesitas saber sobre la soja y sus derivados.
- * Un extenso recetario explicado paso a paso.
- * Y un práctico glosario final de términos para no perderse con los ingredientes.

El tofu es uno de los ingredientes ...