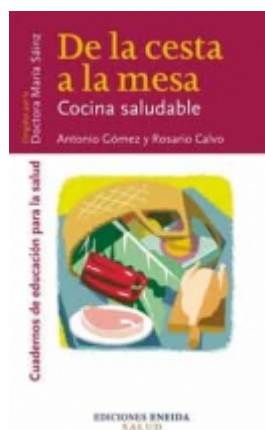


## Editorial Eneida

EDITORIAL ENEIDA

# De la cesta a la mesa Cocina saludable



11,00 €

Este título, número 11 de la colección *Cuadernos de Educación para la Salud* titulado *De la cesta a la mesa*, convierte la cocina en un espacio cotidiano lleno de sorpresas, donde los alimentos se elaboran no sólo entre fogones y utensilios sino también desde el calor de la propia materia prima, la más sencilla y la más cercana a todos.

Este es un libro en el que cada plato se presenta tal y como es, sin aderezos ni extravagancias, incorporando la mano maestra de un veterano cocinero (Antonio Gómez) y la profesionalidad de una experta en higiene alimentaria (Rosario Calvo) para aprender y adentrarnos un poco más en este maravilloso mundo de los alimentos. Dentro de la más tradicional **cocina mediterránea**, el restaurador Antonio Gómez nos enseña a elaborar una dieta saludable y atractiva al paladar a partir de 12 grupos de alimentos:

*Salsas, entremeses, caldos, cremas y sopas, verduras y hortalizas, huevos y pastas, ensaladas, potajes, arroces, mariscos y pescados, carnes, aves de corral y postres de cocina.*

[Información](#)

**Opiniones de los usuarios:** No hay opiniones para este producto.  
Por favor, regístrate para escribir una opinión.