



Los fermentados

Un regalo para el organismo

Autor: Marta Vergés

Colección: Cocina Plant Based

Número de páginas: 128

Número de ilustraciones:

Encuadernación: Rústica con solapas

Fecha primera edición: Octubre del 2020

Formato: 14 x 20 cm

Precio: 13.50

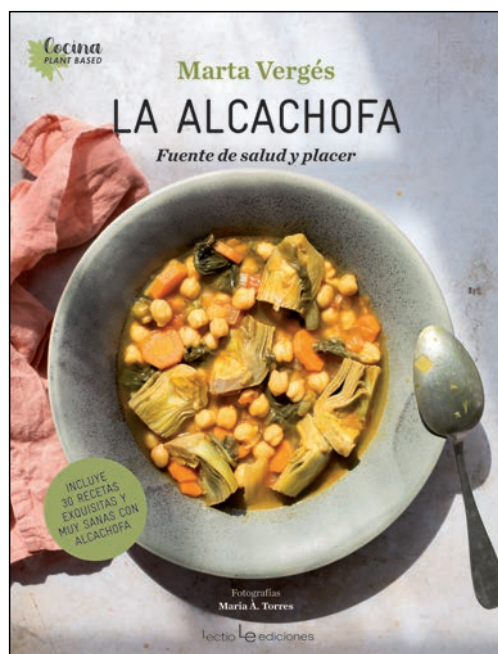
ISBN: 978-84-16918-80-5

Sinopsis:

Además de ser deliciosos, los alimentos fermentados contribuyen directamente a nuestro bienestar. Con la ayuda de bacterias, levaduras y mohos, el proceso de fermentación alarga la conservación de estos alimentos, potencia su sabor y los convierte en auténticas joyas para la salud de nuestra microbiota. En este manual, te proponemos treinta recetas de fermentados, muy fáciles y diversas, en las que la magia de la vida genera un fantástico microuniverso. Bebidas refrescantes y saludables, quesos y yogures vegetales hechos con semillas y frutos secos, vegetales sabrosos y llenos de vitaminas, panes con masa madre y harinas saludables y, cómo no, postres riquísimos a base de frutas y especias. Adéntrate en el mundo de los fermentados y... ¡que empiece la fiesta de los alimentos vivos!

Biografía:

Marta Vergés es dietista, coach de salud y especialista en cocina plant based. Graduada por la Matthew Kenney Culinary Academy de Santa Mónica (California) y máster en Coaching y PNL por el Institut Gestalt, ejerce como divulgadora de hábitos de alimentación saludable en empresas y medios de comunicación. Es codirectora del programa de La 2 de RTVE Menja't el món y autora de Cómete el tarro (2016). Puedes seguirla en Instagram, donde comparte todo su universo y multitud de recetas. @martavergesbio



La alcachofa

Fuente de salud y placer

Autor: Marta Vergés

Colección: Cocina Plant Based

Número de páginas: 128

Número de ilustraciones:

Encuadernación: Rústica con solapas

Fecha primera edición: Octubre del 2020

Formato: 14 x 20 cm

Precio: 13.50

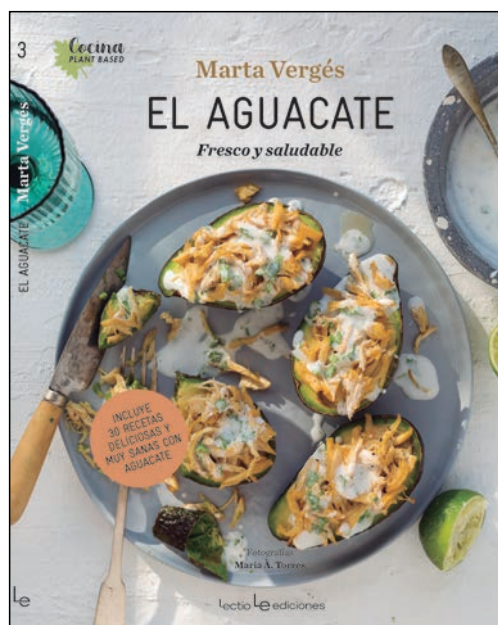
ISBN: 978-84-16918-82-9

Sinopsis:

La alcachofa es un vegetal muy diferente al resto, muy rico en nutrientes y minerales, que deberíamos tener siempre en la despensa. En este libro aprenderemos muchas cosas sobre las alcachofas: su origen, las condiciones de su cultivo, sus variedades, sus propiedades, etc. Además, nos daremos cuenta de que vale la pena hacer el esfuerzo de limpiarlas para poder disfrutar de ellas en todas sus versiones: al horno, salteadas, guisadas, fritas e incluso crudas. Te proponemos treinta recetas de alcachofas, muy fáciles y variadas, que incluyen sopas, ensaladas, dips, snacks y platos principales. ¡Sumérgete en este mundo apasionante de la alcachofa y descubre todo lo que puede ofrecerte!

Biografía:

Marta Vergés es dietista, coach de salud y especialista en cocina plant based. Graduada por la Matthew Kenney Culinary Academy de Santa Mónica (California) y máster en Coaching y PNL por el Institut Gestalt, ejerce como divulgadora de hábitos de alimentación saludable en empresas y medios de comunicación. Es codirectora del programa de La 2 de RTVE Menja't el món y autora de Cómete el tarro (2016). Puedes seguirla en Instagram, donde comparte todo su universo y multitud de recetas. @martavergebio



El aguacate

Fresco y saludable

Autor: Marta Vergés

Colección: Cocina Plant Based

Número de páginas: 128

Número de ilustraciones:

Encuadernación: Rústica con solapas

Fecha primera edición: Octubre del 2020

Formato: 14 x 20 cm

Precio: 13.50

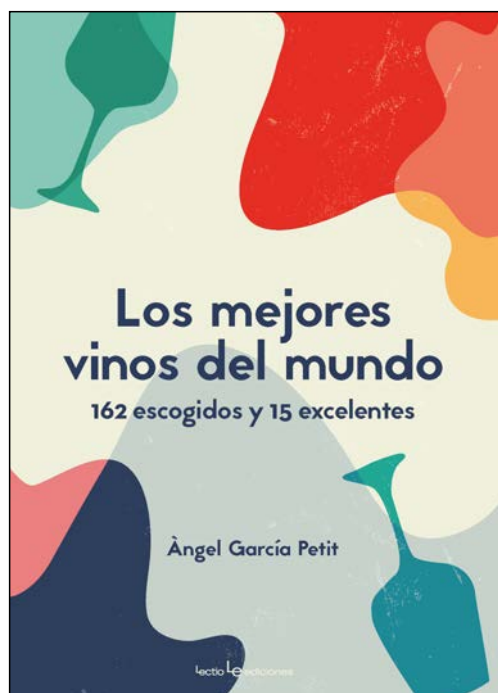
ISBN: 978-84-16918-81-2

Sinopsis:

Algo especial debe de tener el aguacate para que en los últimos años se haya convertido en todo un estandarte de la cocina saludable. Esta fruta tropical aporta un sinfín de nutrientes a nuestro organismo, ya que es rica en proteína, fibra, ácidos grasos esenciales, minerales y vitaminas. Además, su sabor y la magnífica textura de su pulpa la convierten en un ingrediente ideal para multitud de platos. En las treinta recetas que incluye este libro descubrirás el gran abanico de posibilidades que ofrece esta fruta deliciosa, que se puede cocinar, asar, hornear, rellenar, extender, triturar... Encontrarás batidos, smoothies, bocadillos, aperitivos, sopas, entrantes, ensaladas, postres y muchas otras opciones. ¡Deja que el aguacate entre en tu vida y descubre todo lo que puede ofrecerte!

Biografía:

Marta Vergés es dietista, coach de salud y especialista en cocina plant based. Graduada por la Matthew Kenney Culinary Academy de Santa Mónica (California) y máster en Coaching y PNL por el Institut Gestalt, ejerce como divulgadora de hábitos de alimentación saludable en empresas y medios de comunicación. Es codirectora del programa de La 2 de RTVE Menja't el món y autora de Cómete el tarro (2016). Puedes seguirla en Instagram, donde comparte todo su universo y multitud de recetas. @martavergesbio



Los mejores vinos del mundo

162 escogidos y 15 excelentes

Autor: Àngel García Petit

Colección: Sensaciones

Número de páginas: 224

Número de ilustraciones:

Encuadernación: Rústica con solapas

Fecha primera edición: Octubre del 2020

Formato: 17 x 24 cm

Precio: 22.50

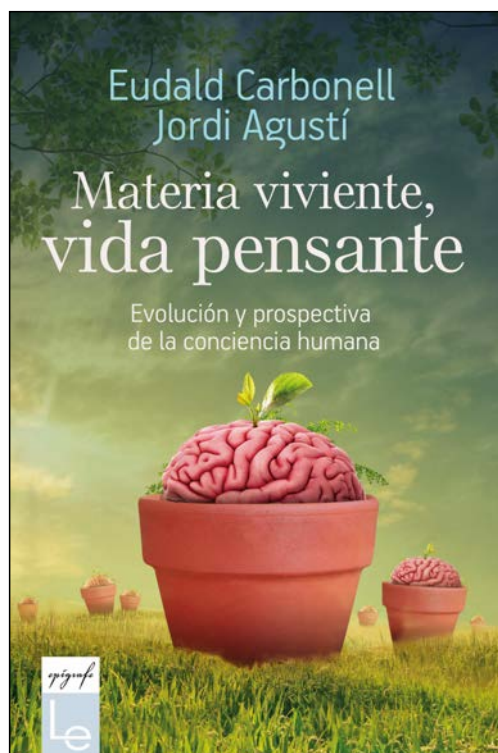
ISBN: 978-84-16918-79-9

Sinopsis:

Si alguien tiene interés o curiosidad en echar un vistazo a los vinos que se elaboran en los distintos lugares del mundo y quiere tener unas pequeñas nociones sobre las zonas vinícolas mundiales, ha elegido el libro adecuado. Está pensado para las personas que, siendo consumidoras de vino, quieren ir un poco más allá de los vinos a los que están habituados y quieren descubrir alguna pincelada de la enología de otras regiones más lejanas o menos conocidas. Es, pues, un libro destinado especialmente al consumidor motivado, no al profesional.

Biografía:

Àngel García Petit (Barcelona, 1954 – Sabadell, 2019). Se licenció en Farmacia por la Universitat de Barcelona, y en Enología per la URV de Tarragona. Trabajó en actividades relacionadas con la sanidad, la docencia y la enología. Fue profesor de Viticultura y Enología en el Curs d'Especialització de Sommeliers del ESHIT Sant Ignasi de Barcelona, comentarista enológico de la revista Cuina durante los últimos 15 años, responsable enológico de la empresa de enoturismo Viemocions, de la que también fue cofundador, y asesor de una bodega del Bajo Ampurdán. Asimismo, fue divulgador y escritor habitual de artículos en distintos medios de comunicación, como las revistas digitales Vadevi o Cupatges. Participaba como jurado en varios concursos del mundo del vino y la gastronomía, como por ejemplo Premis Vinari de los vinos y del vermut, Concurs de Ratafia, Concurs de Joves Cuiners i Cambrers, etc. También organizaba y participaba en muchas charlas y cursos de cata. Publicó dos libros: 100 coses que cal saber dels vins (Cossetània Edicions, 2014), del que se han hecho tres ediciones, y La volta a Catalunya en 50 vins (Larousse, 2018).



Materia viviente, vida pensante

Evolución y prospectiva de la conciencia humana

Autor: Eudald Carbonell y Jordi Agustí

Colección: Epígrafe

Número de páginas: 224

Número de ilustraciones:

Encuadernación: Rústica con solapas

Fecha primera edición: Octubre del 2020

Formato: 15,5 x 23,3 cm

Precio: 18.50

ISBN: 978-84-16918-78-2

Sinopsis:

Nuestro interés por el ser humano nos ha llevado a desarrollar una serie de trabajos y planteamientos que nos permiten delimitar qué es la humanidad y cómo esta evoluciona en el marco de la ecología planetaria. Sobre todo, nos interesa conocer cómo la hominización y la humanización se complementan en este proceso evolutivo para generar la conciencia en nuestro género. Una conciencia de especie que, una vez emergida, se ha de consolidar para que dé los frutos que necesitamos como humanidad.

Biografía:

Eudald Carbonell i Roura, arqueólogo, nació en Ribes de Freser (Gerona), el 17 de febrero de 1953. Desde el año 1999, ocupa la cátedra de prehistoria de la Universitat Rovira i Virgili. Además, es investigador del Institut Català de Paleoeología Humana i Evolució Social (IPHES), codirector del Proyecto Atapuerca y vicepresidente de la Fundación Atapuerca. Sus hitos científicos más destacados son la creación de un sistema de análisis de la tecnología prehistórica llamado “sistema lógico-analítico” y el estudio del poblamiento antiguo de la península Ibérica. Jordi Agustí Ballester es profesor de Investigación ICREA en el Institut Català de Paleoeología Humana i Evolució Social (Tarragona). Especialista en mamíferos fósiles, su actividad investigadora se ha centrado en los cambios ambientales que han influido en la evolución de nuestro linaje. Ha dirigido proyectos en el norte de África y en el Cáucaso, y forma parte del equipo de investigación de la localidad georgiana de Dmanisi, en donde se han encontrado los restos de homínidos más antiguos de Eurasia. En 2002 recibió el Premi de Literatura Científica de la Fundació Catalana per a la Recerca y un año después la Generalitat de Catalunya le concedió la Medalla Narcís Monturiol al mérito científico y tecnológico. Es autor de numero...