

---

# Cocina Para Vegetarianos Extraordinarias Recetas

---

El Fogón

Cocina para vegetarianos (El rincón del paladar)

The 22-Day Revolution Cookbook

Vegan: The Cookbook

El Libro español

Exuberancia: La vibrante cocina vegetariana

El calendario del vegetariano mes a mes

Delibros

Cocina judía para celebrar la vida

Diccionario de alimentación, gastronomía y enología española y latinoamericana

Una Ruta Diferente Por la Cocina Vegetariana

Diccionario de recetas de cocina, repostería, helados y bebidas: B-Z

La cocina mexicana de Socorro y Fernando del Paso

El hogar

Itacate

Actualidad económica

Alrededor del mundo

Las delicias de Ella

El nuevo libro de la cocina natural

Enciclopedia universal ilustrada europeo-americana

Tiempo libre

La cocina de Carlos Monge

Análisis

99 recetas ligeras para cada día

Grandes historias de la cocina argentina

108 recetas de cocina latino-vegetariana Ayurveda

Platos vegetarianos

El poder del alimento. Cocina Vital

Winter Grilling

Galletas: Las 25 mejores recetas de galletas (Libro de cocina: Cookies)

Chinese Food Made Easy

Cocina verde

Las delicias de Ella/ Deliciously Ella

Dieta Cetogénica: Cocina cetogénica fácil y rápida (Recetas: Ketogenic Diet)

Cocina Con El Capi

Cocina en casa con chef James  
La Dieta De Batidos Verdes  
La cocina familiar de Linda McCartney  
La dieta ecológica  
Los dos hemisferios de Lucca

*Cocina Para  
Vegetarianos* Downloaded from  
*Extraordinarias* [content.consello.com](http://content.consello.com)  
*Recetas* by guest

---

## **CARLA MICAH**

---

**El Fogón** Editorial  
HISPANO EUROPEA  
Recetas de cocina  
saludables y ligeras para  
comer con placer y  
mantener la línea al  
mismo tiempo  
Cocina para vegetarianos  
(El rincón del paladar)

Escuela Indoamericana de  
Āyurveda  
Durante un periodo de 2  
meses, personas de  
diversos países enviaron  
un mínimo de 4 recetas  
que, según su criterio,  
consideraron parte de la  
tradición  
alimentaria/culinaria de su  
país. Finalmente,  
seleccionamos 20 países  
representativos de  
Latinoamérica para ser

parte de este libro; 6 de  
ellos no tuvieron  
representantes oriundos,  
por lo que algunas  
personas de la comunidad  
Ayurvastu con el ímpetu  
de colaborar suplieron la  
falta y a partir de la  
información que pudieron  
recopilar lograron  
representar 5 recetas  
para cada uno de los  
países carentes de  
coautores(as).

### **The 22-Day Revolution Cookbook** Penguin

El viaje a India de un niño mexicano para reparar su cerebro con un tratamiento futurista. Bárbara Anderson narra con brutal franqueza el día a día de tener un hijo con discapacidad: los retos dentro y fuera de casa, las complicaciones de salud y de vida; los cambios de prioridades; el Everest de cada día al tener un hijo con -hasta ahora- un diagnóstico irreversible como es la parálisis cerebral infantil. La autora detalla cómo

emprende un viaje a India con toda su familia para que Lucca sea uno de los primeros niños en someterse a un tratamiento de 28 días, dos ocasiones durante 2017 y otra en 2019, y los asombrosos resultados que vieron en él: una neurogénesis que arranca con el Cytotron, aparato creado por el científico indio Rajah Kumar. Como buen viaje de todo héroe, la historia no termina ahí: Bárbara, a quien no le gusta aceptar un no por respuesta, se embarca en una lucha para lograr

impulsar el uso del Cytotron en México. Un vistazo a las posibilidades que se abren desde ahora para pacientes con parálisis cerebral y otras condiciones neurológicas además de otro tipo de enfermedades como el cáncer desde México, el punto más lejano en el mundo a Bangalore. "Un libro estremecedor, hermoso, y últimamente esperanzador. Los dos hemisferios de Lucca es la prueba de que la perseverancia y el empeño siempre tienen su recompensa, y de que

el Cytotron marcará un cambio de paradigma para millones de personas a nivel mundial que sufren problemas de salud hasta ahora intratables. Una joya de historia." - Michael Rowe, director de cine.

**Vegan: The Cookbook**

Phaidon Press

Por primera vez Boris Chamás, autor de El poder del alimento, y Aliwalú Caparrós, alquimista de la nutrición alcalina y simbiótica, unen sus voces en una extraordinaria obra sobre salud y alimentación. Con

más de 100 recetas fáciles de preparar e ilustradas con espectaculares fotografías, este libro es la mejor herramienta para emprender el camino hacia la longevidad y la energía plena. Nunca antes había sido tan necesario recuperar el control de lo que comemos y regresar a los alimentos que la madre naturaleza nos ofrece en abundancia, sin procesos industriales ni químicos añadidos. En este libro, Boris Chamás y Aliwalú Caparrós nos ofrecen las

herramientas para realizar este cambio y sanar desde dentro. En este extraordinario y práctico recetario descubrirás cómo combinar diferentes alimentos para obtener la mejor vitalidad nutricional y crear platillos con un sabor inigualable. También aprenderás a rediseñar tu cocina para convertirla en un espacio vital donde lo más natural sea preparar platillos saludables y deliciosos. Desde el acomodo del refrigerador hasta los mejores utensilios, aquí verás que las

modificaciones más sencillas a tu rutina de cocina son todo lo que necesitas para darle un giro a tu dieta, optimizar tu salud y recuperar tu peso ideal.

El Libro español Ulysses Press

Este libro es el resultado de la extraordinaria investigación y rescate de más de un centenar de recetarios de todos los tiempos. Después del éxito de La comida en la historia argentina, Daniel Balmaceda continuó rastreando e indagando sobre las costumbres

desconocidas de la cocina y la mesa de los argentinos. ¿Cómo comíamos antes de la industrialización de los alimentos? El aplauso se pedía para la asadora, porque hubo un tiempo en que el asado fue cosa de mujeres. Y si bien no inventamos el dulce de leche, podemos otorgarnos el hallazgo de la provoleta y la tira de asado. No todos los gauchos comían carne, la historia desconocida del jinete vegetariano que seguía una estricta dieta a base de verduras lo

demuestra. Los famosos scones de Victoria Ocampo en San Isidro. El fanatismo de Sarmiento por los pepinos. La relación de Borges con el sushi. El café que tomó San Martín al pie de la Cordillera. La pasión de Rivadavia por la miel. Juan Martín de Pueyrredón y sus platos exóticos. ¿Qué almorzó Belgrano durante las invasiones inglesas? ¿E Yrigoyen minutos antes de asumir su presidencia? ¿Qué comieron los gobernadores que suscribieron el acuerdo de San Nicolás en 1852?

¿Qué platos se sirvieron para agasajar a Carlos Pellegrini en 1880? ¿Cuál era el trago preferido de cada presidente? ¿Por qué estaba mal visto comer huevos por la noche? ¿En qué período se servía pescado como paso previo al postre? ¿Por qué las damas se peleaban con sus cocineros por el uso del ajo? ¿Cuántos pasos tenían las comidas del período de la Revolución de Mayo o de la Belle Époque? ¿Qué presidente instaló la costumbre del té a las cinco de la tarde? ¿Por

qué los pasteles de carne dulce eran más populares que las empanadas? Repleto de recetas y anécdotas inéditas, *Grandes historias de la cocina argentina recupera los hábitos culinarios de nuestro país. Un libro más de la biblioteca Balmaceda, el divulgador de historia más importante de la Argentina.*  
*Exuberancia: La vibrante cocina vegetariana*  
SALAMANDRA  
¿Quieres hacer un cambio en tu vida? ¿Quieres ser una persona más

saludable que pueda disfrutar de una vida nueva y mejorada? Entonces, amigo mío, ¡Definitivamente estás en el lugar indicado! Estás a punto de descubrir una dieta maravillosa y muy saludable que ha cambiado millones de vidas. Estamos hablando de la dieta Cetogénica, un estilo de vida que te cautivará y que te convertirá en una persona nueva instantáneamente. La dieta cetogénica es una dieta especial que te permite consumir grandes cantidades de grasa junto

con suficiente proteína, a la vez que reduces los carbohidratos en tu dieta diaria. El objetivo principal de la dieta es mejorar tu salud general utilizando las grasas como fuente principal de energía, lo que reducirá el riesgo de desarrollar distintas afecciones a la salud, las cuales se atribuyen a dietas con demasiado contenido de carbohidratos. La dieta cetogénica obliga al cuerpo a entrar a un estado conocido como cetosis, el que le permite utilizar la grasa como

fuente principal de energía. ¿Beneficios de la dieta cetogénica?

- Pérdida activa de grasa
- Mejora en la resistencia a la insulina
- Incremento en el nivel de energía
- Piel con aspecto más joven
- Reducción del colesterol, el azúcar en la sangre y la presión arterial
- Te hará lucir más esbelto, más delgado y más fuerte
- Mejora del sueño

En el libro recolectamos sólo lo mejor de las recetas cetogénicas para:

- Desayuno
- Platillos principales
- Platillos de

acompañamiento

- Postres
- Bocadillos y aperitivos

¡¡ Descarga tu copia ahora mismo!!

[El calendario del vegetariano mes a mes](#)

Intermón Oxfam Editorial

Capture los beneficios que ofrecen los superalimentos de la Tierra ¿Busca una manera rápida, sabrosa y nutritiva de mantenerse joven y saludable? ¡Batidos verdes proporciona la solución perfecta! Los batidos verdes son la mejor manera de alimentar su cuerpo y de darle potencia a su salud



cada día, en cuestión de minutos. Estos batidos ultra saludables unen a los vegetales de hoja con deliciosas frutas ricas en antioxidantes, y ofrecen en cada sorbo una deliciosa mezcla llena de nutrientes. Descubra cómo los batidos verdes pueden ayudarle a:

- Perder peso
  - Desintoxicar el cuerpo
  - Aumentar la energía
  - Luchar contra las enfermedades cardíacas y la diabetes
  - Estimular el sistema inmune
  - Hacer que la piel y el cabello se vean hermosos
- The

Spanish-language edition of a top selling green smoothie approach to losing weight, detoxing, maximizing energy, and staying healthy Everyone knows that a daily diet rich in fruits and vegetables can prevent obesity, diabetes, heart disease, and even some types of cancer. But most people don't eat anywhere near the recommended amount. The step-by-step plan in this book shows you how to transform your health and avoid an array of preventable diseases by

tapping the supernutrition found in leafy greens and vitamin-rich fruits.

**Delibros SUDAMERICANA** Master the art of cooking Chinese food at home with these simple, flavour-packed dishes by bestselling author Ross Dobson. Chinese Food Made Easy takes favourite recipes from each of China's diverse culinary regions and simplifies them so you can recreate them with ease at home. Including expert guidance on finding and selecting the key ingredients to stock your pantry, plus

step-by-step guides to essential techniques such as blanching greens and making dumplings, this book will have you turning out favourite dishes like spicy Shanghai noodles, fragrant beef hotpot and Hainan chicken rice in no time. Also included is a detailed meal planner with suggestions on how to put together a truly fabulous Chinese feast. *Cocina judía para celebrar la vida* Parkstone International  
Desde sorprendentes y deliciosas ensaladas hasta entrantes sustanciosos y

postres exquisitos, Exuberancia es una obra obligada tanto para vegetarianos y omnívoros como para el público en general, que descubrirá a través de sus magníficas recetas una nueva forma de cocinar y comer verdura. Yotam Ottolenghi es uno de los chefs más aplaudidos del mundo. Tras el gran éxito de Jerusalén, en este nuevo y esperado libro, Ottolenghi vuelve a explorar la variada cocina vegetariana con un enfoque marcadamente personal. Clasificadas por

método de cocción, las más de 150 recetas que nos propone hacen hincapié en los productos de temporada y las especias, ofreciendo un amplio abanico de sabores intensos. Así, sus deliciosos, succulentos y coloridos platos convierten Exuberancia en una obra obligada tanto para vegetarianos como para el público en general, que descubrirá una nueva forma de cocinar y comer verduras y hortalizas. La crítica ha dicho... «Otro libro bellísimo que recoge una

selección de recetas del gurú de la cocina vegetal. El mediático Ottolenghi presenta platos que por su escasa complejidad y su estética despiertan el apetito y el deseo por una cocina fresca y saludable.» Cristina Jolonch, La Vanguardia «Ottolenghi domina el arte de combinar los sabores familiares y globales de forma que nos lleva un poco más allá de nuestra zona de confort culinaria sin caer en nada demasiado extraño.» The New York Times «Exuberancia recoge

todas sus influencias previas y amplía su alcance para incluir el Caribe, la India, Japón y Tailandia, a veces simultáneamente, con excelentes resultados.» The New York Times «Ottolenghi tiene el paladar de un omnívoro exigente y un abanico de ingredientes y sabores tan amplio como el mundo.» The Guardian «Ottolenghi ha cambiado la forma en la que comemos y hacemos la compra.» The Guardian «A través de sus libros, Ottolenghi nos hace

sentirnos cocineros más competentes en nuestras cocinas, llenos de creatividad e ingenio culinario.» Huffington Post «Sumergirse en Exuberancia es un poco como dar un paseo por la mente creativa de Ottolenghi.» Eater Diccionario de alimentación, gastronomía y enología española y latinoamericana National Geographic Books ¿Está buscando recetas de galletas con excelente sabor, de fácil preparación y que solo

necesiten unos pocos ingredientes básicos? Entonces, ¡este es el libro de recetas perfecto para usted! Aprenda cómo preparar recetas simples, como las de las galletas azucaradas o con chispas de chocolate. ¿Necesita galletas dignas de admiración para una venta de pasteles o para recaudar fondos? ¿Le toca llevar algo rico a la reunión de su empresa? ¿O, simplemente, le gustaría agasajar a su familia con un delicioso postre casero para después de la cena? Este

libro también le aportará ideas sobre cómo crear sus propias recetas usando diferentes opciones y agregando lo que a usted mismo se le ocurra. Experimente con los ingredientes. ¡Puede que descubra una receta de galletas ganadora que muchas personas disfrutarán durante años! No se demore; aproveche este libro de cocina sorprendente HOY MISMO. *Una Ruta Diferente Por la Cocina Vegetariana* Penguin  
En 1971, La dieta ecológica abrió nuevos

caminos, porque nos mostró una filosofía fascinante sobre cómo podemos cambiar, tanto nosotros como el mundo, sencillamente cambiando la forma en la que comemos. Este libro extraordinario expuso por primera vez la cantidad de residuos innecesarios que se generan al seguir una dieta básicamente carnívora. Ahora, en una edición especial por su 50 aniversario, la experta en alimentos de renombre mundial Frances Moore Lappé profundiza aún más y nos muestra cómo una

alimentación vegetariana puede ayudar a restaurar nuestros dañados ecosistemas, abordar la crisis climática y minimizar el impacto ambiental de nuestros actos.

*Diccionario de recetas de cocina, repostería,*

*helados y bebidas: B-Z*

RBA Libros y  
Publicaciones

"Hay multitud de variedades de verduras, hortalizas, raíces, hojas, flores, frutos, frutas y semillas. Y cada cual con su sabor, textura, frescura y temporalidad. Por eso

he escrito este libro: para daros las claves para disfrutar de la gran variedad de vegetales que existe y que podáis variar constantemente en función de la temporalidad, con recetas para comer cada día y ser así un poquito más verdes. Si os gustan las verduras, este libro os aclarará algunas cosas y, sobre todo, os dará ideas de cómo rizar el rizo de posibilidades de elaboración. Seguro que despertará vuestro espíritu creativo y os llevará por este mundo de

la cocina verde que tiene tanto que aportarnos a todos. Y si no os gustan las verduras o solo las coméis por dietas y por intentar comer más sano, espero que cambiéis de opinión después de leer estas páginas. Y es que nunca me canso de repetir esta frase: a todo el mundo le gusta la verdura, pero aún no lo sabe". Rodrigo de la Calle  
*La cocina mexicana de Socorro y Fernando del Paso* Diana Edit  
Recetas geniales, sin gluten, lácteos ni azúcares refinados, para

disfrutar de una alimentación sana y una vida feliz. «Mi extraordinaria experiencia con la cocina empezó hace tres años, cuando cambié mi forma de comer y mi vida dio un giro de ciento ochenta grados. He aprendido que preparar platos saludables y deliciosos no tiene por qué ser aburrido ni requerir mucho tiempo, y que los productos naturales, con sus fabulosas propiedades, pueden alimentarnos y curarnos de verdad. Para mí es un placer compartir

en este libro más de cien recetas vegetarianas, sin gluten ni lácteos, con las que podrás verte y sentirte mejor mientras disfrutas de alimentos increíbles.» Ella **El hogar** AGUILAR Recetas geniales, sin gluten, lácteos ni azúcares refinados, para disfrutar de una alimentación sana y una vida feliz. "Mi extraordinaria experiencia con la cocina empezó hace tres años, cuando cambié mi forma de comer y mi vida dio un giro de ciento ochenta

grados. He aprendido que preparar platos saludables y deliciosos no tiene por qué ser aburrido ni requerir mucho tiempo, y que los productos naturales, con sus fabulosas propiedades, pueden alimentarnos y curarnos de verdad. Para mí es un placer compartir en este libro más de cien recetas vegetarianas, sin gluten ni lácteos, con las que podrás verte y sentirte mejor mientras disfrutas de alimentos increíbles." Ella ENGLISH DESCRIPTION From the founder of the wildly

popular food blog Deliciously Ella, 120 plant-based, dairy-free, and gluten-free recipes with gorgeous, full-color photographs that capture the amazing things we can do with natural ingredients. In 2011, nineteen-year-old Ella Woodward was diagnosed with a rare illness that left her bed-ridden, in chronic pain, and plagued by heart palpitations and headaches. When conventional medicine failed her, Ella decided to change her diet. She gave up meat, gluten, dairy,

sugar, and anything processed—and the effects were immediate: her symptoms disappeared, her energy returned, and she was able to go off all her medication. A self-confessed sweet tooth, Ella taught herself how to make delicious, plant-based meals that delight the palette and improve overall well-being. Deliciously Ella is an essential, how-to guide to clean, plant-based eating, taking you through the best ingredients and methods for preparing

easy, exciting meals. This is not a diet—it's about creating a new mindset that embraces fantastic food. From sweet potato brownies to silky chocolate mousse and roasted butternut squash risotto and homemade fries and ketchup, Ella shares 100 brand-new recipes and twenty classics in her signature, elegant style. Packed with vivid photos and simple, foolproof instructions, Deliciously Ella provides a foundation for a pure, unprocessed, unrefined diet, so you can look and

feel better while enjoying great food.

**Itacate** Allen & Unwin  
 «TENGO PASIÓN POR LA PAZ Y CREO QUE EMPIEZA CON EL RESPETO POR LOS ANIMALES.» Linda McCartney Linda McCartney fue una precursora de la cocina sin carne y compartió con su familia el placer de comer de manera respetuosa con los animales. Ahora, Paul, Mary y Stella han revisado y actualizado las mejores recetas de Linda en una extraordinaria recopilación que se

adapta perfectamente a los gustos actuales. Los platos favoritos de la familia McCartney como la ensalada de espinacas, aguacate y setas, el tabulé de quinoa, los fideos de arroz con edamame, brócoli, jengibre y ajo, el risotto de setas con hierbas, las lenjeas al curry o la tarta de queso con fresas, son solo algunas de las recetas de origen vegetal sencillas, nutritivas y sostenibles que contiene este atractivo libro. Acompañado de historias personales y de fotos

familiares íntimas realizadas a lo largo de tres décadas, La cocina familiar de Linda McCartney no solo es un libro bueno para ti sino que lo es para todo el planeta. «Linda fue una de las pioneras del vegetarianismo, y el movimiento actual le debe mucho. Estoy muy orgulloso de ella y de todo lo que hizo. Si estuviera entre nosotros estaría encantada con esta revolución vegetal.» Paul McCartney  
**Actualidad económica**  
 Babelcube Inc.



\* El término vegetariano se está convirtiendo en muy popular en nuestro país ya que el interés por este tipo de alimentación agrupa a un número cada vez mayor de personas aunque, muy a menudo, el conocimiento de los principios que regulan una elección vegetariana y la cultura necesaria para practicarla de manera correcta son valores que se olvidan banalmente o se interpretan mal. \* Sin pretensión de realizar un tratado, sino únicamente para aclarar algunos

conceptos base del vegetarianismo, en esta obra formularemos algunas preguntas y propondremos respuestas, claras y comprensibles, basadas en los conocimientos actuales y más modernos de la ciencia dietológica. Alrededor del mundo Planeta Gastro ¿Cómo se construye una gastronomía de fiesta? ¿Cómo se entiende en una cultura como la hebrea las relaciones entre la alimentación y la espiritualidad? En Cocina judía para celebrar la

vida, su autora, Débora Chomski, propone un recorrido histórico y cultural por una de las cocinas más antiguas y trascendentes de la gastronomía mundial, que ha ejercido una influencia innegable en las cocinas de España y el Mediterráneo, Europa central y del este, América latina y Norteamérica, Asia y Suráfrica. El texto recoge testimonios y recetas de las diferentes tradiciones y culturas que conviven en el seno del pueblo judío y que están en

relación con los pueblos que le dieron acogida en diferentes épocas. El itinerario que propone Cocina judía para celebrar la vida se fundamenta con las aportaciones de la Cábala y otras fuentes de sabiduría religiosa a cuestiones de la alimentación, la cultura y la salud, a las cuales los alimentos y la cocina kasher ofrecen una respuesta garantizada y de calidad. Se brinda aquí un recetario tradicional y de creación que recoge platos de las cocinas familiar y de vanguardia,

para personas con diferentes sensibilidades alimenticias (alergias a algunos alimentos, pautas dietéticas válidas también para las dietas vegetariana, halal o adventista, entre otras). En este viaje de ida y vuelta por las diferentes cocinas de la cocina judía, el texto aporta doscientas cincuenta recetas originales de carnes, pescados, masas y pastas, legumbres, arroces, verduras y postres. En su desarrollo, la identificación entre las festividades religiosas y

las prácticas alimentarias, aunque no exclusiva de la cocina judía, adquiere una dimensión destacable y modeladora de otras cocinas. Preparaciones como el cholent o la adafina, los kneidalej, las filikas, los knishes o las tapadas, así como los innumerables panes y pasteles con que se celebran los momentos señalados del ciclo anual, forman parte del acervo cultural de un pueblo cuya cocina se ha ido adaptando y recreando con extraordinaria versatilidad e ingenio.

Las delicias de Ella**SALAMANDRA**

The definitive and most comprehensive cookbook of traditional and authentic home cooking vegan dishes from 150 countries around the world."—Vegan Magazine With nearly 500 vegetable-driven recipes, Vegan: The Cookbook, inspired by cuisines around the world, brings vegan home cooking to new levels of deliciousness. Featuring dishes from countries ranging from Albania to Zambia, it showcases the

culinary diversity of vegan cuisine, highlighting regional fruits and vegetables, traditional cooking techniques, and universally delectable flavours. Home cooks will discover sweet and savoury starters, soups, salads, mains, and desserts for all to enjoy, accompanied by straightforward instructions and gorgeous colour photography.

El nuevo libro de la cocina natural GRIJALBO

"Austrian grill master Tom Heinzle knows that when it comes to grilling, there

is no off-season. In fact, the blistering charcoal and wafts of hot air that emanate from the grill on a snowy winter's day can be truly exhilarating. Eschewing the usual hamburger/hot dog fare, Winter Grilling features recipes for wild game like boar, hare, turkey and duck, all prepared with unique and festive spices. There are also recipes for seasonal sides and even grilled desserts."--Back cover.

**Enciclopedia universal ilustrada europeo-americana** Libros Cúpula

El reconocido chef James Tahhan, coanfitrión de Un nuevo día, el programa de Telemundo ganador de premios Emmy, se ha convertido en uno de los chefs de la televisión diurna más famosos al ofrecer consejos culinarios con su distintivo factor ¡wow! Entrenado en el prestigioso Cordon Bleu, Chef James es conocido por la cocina pan-latina de clase mundial de su premiado restaurante, pero su pasión no se queda ahí. Cuando se trata de aprender acerca de la comida, de su

preparación y de la preparación de alimentos de todos los días, este innovador chef trabaja arduamente para encontrar maneras de hacer de la cocina de casa un espacio creativo y cómodo. Gracias a sus tempranas experiencias culinarias en la cocina de un vecino —quien era un amante de la buena comida—, y a las adquiridas con el tiempo como chef formal, Chef James nos muestra que todos podemos preparar platillos deliciosos e impactantes para todo

tipo de ocasiones. En este, su primer libro de cocina, Chef James se enfoca en ingredientes sencillos, de alta calidad, de diferentes partes del mundo y los mezcla con recetas y sabores latinos para crear platillos fusión con el distintivo factor ¡wow! que lo colocó en el mapa culinario. Además de la variedad de espectaculares recetas, James invita a sus lectores a que conozcan tras bastidores su vida como chef, compartiendo valiosos secretos de la profesión que te ayudarán

a evitar errores de cocina comunes, a ser creativo cuando pases por alto un procedimiento o dos, a escoger los mejores ingredientes en el mercado o el supermercado y a

aprender atajos infalibles para preparar comida de una manera más rápida. Ya sea que te guste cocinar o que apenas empieces a hacerlo, el libro de Chef James te demostrará que cualquiera puede dominar

el arte de la preparación de alimentos e impresionar a sus amigos y familiares con comidas simples y completas que son, además, sofisticadas, deliciosas y extraordinarias.