



REDES
SOCIALES



PUBLICIDAD
ONLINE

Recetas del huerto de Rechupete

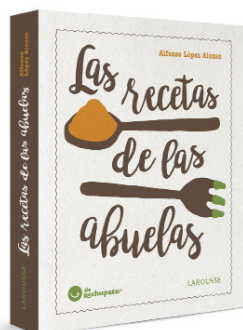
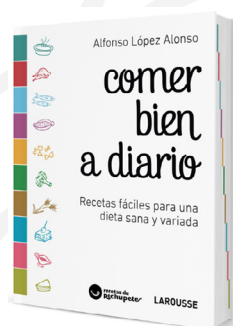
El mejor momento para cocinar y disfrutar de las hortalizas

Alfonso López Alonso recuerda a sus padres, en su Galicia natal, cuidando del huerto familiar como de un bien imprescindible. Desde entonces entiende las verduras como una de las bases sobre las que construye su amplio y variado recetario.

Al inicio de cada apartado, cada uno de ellos ligado al período estacional, explica las características y bondades de las verduras que son propias de esos meses, sus características organolépticas, nutricionales y de aporte de fibra, agua, almidón, calorías, etc. En este sentido, el libro adquiere un valor mucho más allá del simple recetario.

Las propuestas, adecuadas a cada estación, destacan por su combinación de receta tradicional y nuevas tendencias en gastronomía: Risotto de verduras, Verduras salteadas al wok con langostinos, Hamburguesas veganas de lentejas y verduras, Coca de verduras, Patatas a la importancia, Hamburguesas vegetales de patata y guisantes, Ensalada a los tres quesos con nueces y cebolla frita, Cebollas rellenas, entre muchas otras.

Alfonso López Alonso, nacido en Galicia, es el alma del blog de cocina **Recetas de Rechupete**. Su pasión por la cocina surgió al observar el mimo con que cocinaban su abuela Lucrecia y su madre Rosa. Cuando decidió trasladar sus conocimientos gastronómicos al mundo de las redes poco imaginaba el gran éxito que alcanzaría su blog, con decenas de miles de visitas cada mes. Es autor de varios libros, entre otros, *Comer bien a diario*, *Cocina gallega* y *Las recetas de las abuelas*.



En la misma colección:

Número de páginas: 288
Formato: 19,5 x 25 cm
Encuadernación: Cartoné
Código: 2651087
ISBN: 978-84-18100-67-3
Precio: 19,95 euros
Edición: 1.ª edición/ Septiembre 2020
Colección: Cocina y gastronomía > Cocina

LAROUSSE