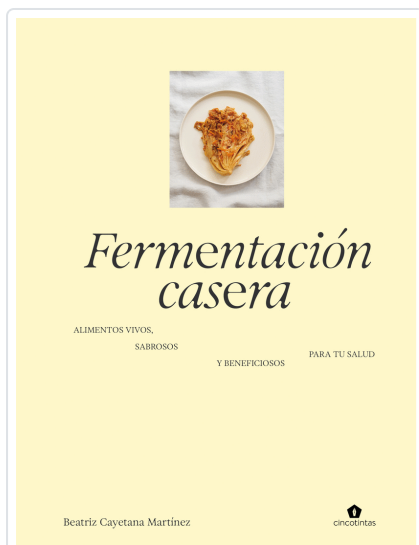


FERMENTACIÓN CASERA



Beatriz Cayetana Martínez

SINOPSIS

Descubre la magia de la fermentación en tu cocina

La fermentación es una forma sencilla y poderosa de transformar los alimentos y enriquecer tu alimentación con sabores únicos y beneficios para la salud.

Este libro es una guía para introducirte en el mundo de la fermentación de manera accesible y práctica, utilizando los utensilios que ya tienes en casa. Incluye recetas detalladas y explicaciones paso a paso para que puedas preparar una gran variedad de fermentos: verduras en salmuera, en su propio jugo o en miel, kimchi, bebidas probióticas como la kombucha o el kéfir, lácteos —y alternativas veganas—, panes, tempeh e incluso vinagres.

Además de aprender a elaborar cada receta, descubrirás cómo integrar estos alimentos en tu día a día para potenciar tus platos y cuidar tu bienestar con microorganismos beneficiosos.

Fermentar no es complicado: es un proceso que puede integrarse en la cocina cotidiana y que transforma la manera en que nos relacionamos con los alimentos. Este libro te acompañará en ese recorrido de forma clara, invitándote a disfrutar de cada paso y a descubrir los matices de sabor y vitalidad que la fermentación aporta a tu mesa....



Editorial	CINCO TINTAS
Materia	[WBA] COCINA GENERAL Y RECETAS
EAN	9788419043672
Status	Disponible
Páginas	288
Tamaño	254x194x30 mm.
Peso	1000
Precio (Imp. inc.)	35,00€
Idioma	Español
Fecha de lanzamiento	19/01/2026