



Comprar, Conservar y Congelar nuestros alimentos (Spanish Edition)



Descargar



Leer En Linea

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Comprar, Conservar y Congelar nuestros alimentos (Spanish Edition)

Cristina Galiano

Comprar, Conservar y Congelar nuestros alimentos (Spanish Edition) Cristina Galiano

En este libro vais a encontrar, la gran mayoría de vosotros, contestación a muchas de las preguntas que continuamente me hacéis. Conservar o congelar nuestros alimentos, tanto crudos como cocinados, es mucho más que abrir la nevera o el congelador e introducir allí los alimentos de cualquier manera. Si se hace correctamente, los resultados obtenidos pueden ser espectaculares e increíbles.

Con este libro vais a perder el miedo y el respeto a la conservación, la congelación y la descongelación de los alimentos y sabréis resolver todas las dudas que se os plantean constantemente. Es ameno, sencillo, muy riguroso como todos los míos, de fácil consulta, y con él vais a saber, utilizando correctamente el frío, cómo tener siempre a punto tanto vuestra nevera como vuestro congelador.

Al salir a la compra lo primero que se debe hacer es comprobar la calidad y el estado de los alimentos que adquirimos. Pero al llegar a casa, hay que saber conservarlos para que no pierdan su aspecto natural, su frescura, su aroma, color y sabor y, especialmente, sus propiedades nutritivas. Así no habrá necesidad de tirar nada en absoluto y mucho menos de arriesgar nuestra salud innecesariamente. Cuando muchos de vosotros me comentáis que no os gusta congelar, y yo os pregunto que a qué temperatura lo hacéis, absolutamente todos me contestáis lo mismo. Pues bien, si no lo hacéis siguiendo las normas internacionales que, por otro lado, son facilísimas, los resultados no solamente serán malos sino catastróficos. Por ello leeros detenidamente todas las páginas, desde la primera, sin olvidaros de consultar el índice que os aporta una gran ayuda. Os planteo ciertas preguntas en las que siempre dudáis:

¿Es importante conocer la temperatura que tiene el congelador a la hora de congelar o da lo mismo?

¿Un alimento fresco que ha estado congelado, se puede cocinar y volver a congelar?

¿Cómo debe descongelarse cualquier alimento o plato cocinado, en la nevera, a temperatura ambiente, con una fuente de calor...?

¿Cómo debe calentarse cualquier plato ya cocinado para que no sepa a “recalentado”?

INDICE GENERAL DETALLADO

A

- Aceite crudo y aceite frito, cómo conservarlos
- Aceite de oliva virgen extra, cantidad diaria por persona recomendada por la OMS
- Aceiteras, para qué sirven
- Aceites de coco, palma y palmaste, por qué son perjudiciales para la salud
- Aceites vegetales sin especificar, cuáles son
- Aceitunas, cómo conservarlas
- Acelgas, ajetes tiernos, ajos, alcachofas, cómo conservarlos en la nevera
- Aderezadores para ensalada, qué son y para qué sirven
- Agenda o libro de registro, para qué sirven
- Agua y agua de limón, cómo conservarlas o congelarlas
- Aguacates y albaricoques, cómo conservarlos en la nevera
- Ajos enteros pelados, cómo se conservan estupendamente en la nevera
- Ajos secos, cómo se conservan

- Albaricoques, cómo conservarlos en la nevera
- Alcaparras, pepinillos y demás encurtidos, cómo se conservan
- Alimentos, por qué deben envasarse la mayoría antes de introducirlos en la nevera
- Alimentos, por qué se estropean
- Alimentos adquiridos ya congelados, cómo deben comprarse
- Alimentos cocinados en casa, cuándo deben introducirse en la nevera o en el congelador
- Alimentos comprados ya congelados, cómo transportarlos
- Alimentos comprados ya congelados, ¿son realmente buenos y nutritivos?
- Alimentos congelados industrialmente, cómo conservarlos correctamente
- Alimentos congelados, cómo descongelarlos correctamente
- Alimentos frescos, cuándo introducirlos en la nevera
- Alimentos frescos congelados que se descongelan, ¿se pueden volver a congelar?
- Alimentos frescos congelados que se descongelan y se cocinan, ¿se pueden después volver a congelar?
- Alimentos infantiles ya cocinados, cómo conservarlos o congelarlos
- Alimentos o platos cocinados, cantidades que se deben congelar
- Alimentos o platos cocinados en casa, pasos a seguir para congelarlas correctamente

...

 [Descargar Comprar, Conservar y Congelar nuestros alimentos \(...pdf](#)

 [Leer en línea Comprar, Conservar y Congelar nuestros alimentos ...pdf](#)

**Descargar y leer en línea Comprar, Conservar y Congelar nuestros alimentos (Spanish Edition)
Cristina Galiano**

Format: Kindle eBook

Download and Read Online Comprar, Conservar y Congelar nuestros alimentos (Spanish Edition) Cristina Galiano #UMSB0VR5IG8

Leer Comprar, Conservar y Congelar nuestros alimentos (Spanish Edition) by Cristina Galiano para ebook en línea Comprar, Conservar y Congelar nuestros alimentos (Spanish Edition) by Cristina Galiano Descarga gratuita de PDF, libros de audio, libros para leer, buenos libros para leer, libros baratos, libros buenos, libros en línea, libros en línea, reseñas de libros epub, leer libros en línea, libros para leer en línea, biblioteca en línea, greatbooks para leer, PDF Mejores libros para leer, libros superiores para leer libros Comprar, Conservar y Congelar nuestros alimentos (Spanish Edition) by Cristina Galiano para leer en línea. Online Comprar, Conservar y Congelar nuestros alimentos (Spanish Edition) by Cristina Galiano ebook PDF descargar Comprar, Conservar y Congelar nuestros alimentos (Spanish Edition) by Cristina Galiano Doc Comprar, Conservar y Congelar nuestros alimentos (Spanish Edition) by Cristina Galiano Mobipocket Comprar, Conservar y Congelar nuestros alimentos (Spanish Edition) by Cristina Galiano EPub **UMSB0VR5IG8UMSB0VR5IG8UMSB0VR5IG8**