

# **FERMENTACIÓN PARA PRINCIPIANTES. GUÍA PASO A PASO SOBRE FERMENTACIÓN Y ALIMENTOS PROBIÓTICOS (Plus Vitae)**

Los alimentos fermentados son una deliciosa y abundante fuente de nutrientes. Muchas de las bebidas y de los alimentos que solemos tomar con frecuencia, como el vino, la cerveza, el queso, el pan o el yogur, o productos que forman parte de las tradiciones culinarias de distintos países pero que se han ido incorporando a la alimentación general, como el chucrut, el corned beef o el kimchi, son todos ellos fruto de un proceso de fermentación. Además de añadir complejidad a los sabores de muchos alimentos, se ha demostrado que la fermentación conlleva en sí misma efectos extraordinariamente positivos para la salud, desde el favorecimiento de la digestión a la facilitación de la absorción completa de los nutrientes presentes en los productos que comemos.

Sin embargo, son muchas las personas que se muestran reacias a iniciarse en el conocimiento de las técnicas de fermentación por considerarlas demasiado complejas. Fermentación para principiantes es el medio ideal para vencer esa resistencia. Con instrucciones sencillas y claras, explicadas paso a paso, el libro sirve para despejar cualquier posible duda relacionada con la fermentación de alimentos practicada en casa. Tanto si se preparan alimentos fermentados con el objetivo de mejorar la propia salud, como si solo se desea conocer los secretos de esta técnica de elaboración y conservación de alimentos, de eficacia contrastada a lo largo de siglos, esta obra sirve como guía e introducción al mundo del arte de la fermentación y de la ciencia de los alimentos probióticos.

FERMENTACIÓN PARA PRINCIPIANTES. GUÍA PASO A PASO SOBRE FERMENTACIÓN Y ALIMENTOS PROBIÓTICOS (Plus Vitae) por Drake Press fue vendido por EUR 10,00 cada copia. El libro publicado por Editorial Edaf, S.L.. Contiene 176 el número de páginas.. Regístrese ahora para tener acceso a miles de libros disponibles para su descarga gratuita. El registro fue libre.



- Título del libro : FERMENTACIÓN PARA PRINCIPIANTES. GUÍA PASO A PASO SOBRE FERMENTACIÓN Y ALIMENTOS PROBIÓTICOS (Plus Vitae)
- ISBN: 8441436339
- Fecha de lanzamiento: May 10, 2016
- Número de páginas: 176 páginas
- Autor: Drake Press
- Editor: Editorial Edaf, S.L.

Debido a un problema de derechos de autor, debes leer FERMENTACIÓN PARA PRINCIPIANTES. GUÍA PASO A PASO SOBRE FERMENTACIÓN Y ALIMENTOS PROBIÓTICOS (Plus Vitae) en línea. Puedes leer FERMENTACIÓN PARA PRINCIPIANTES. GUÍA PASO A PASO SOBRE FERMENTACIÓN Y ALIMENTOS PROBIÓTICOS (Plus Vitae) en línea usando el botón a continuación.

LEER ON-LINE

## **Libro**

Desde los orígenes, la humanidad ha tenido que hacer frente a una cuestión fundamental: la forma de preservar y transmitir su cultura, es decir, sus creencias y ...

## **Universidade da Coruña :: Biblioteca Universitaria**

I edición do curso "Como buscar e usar a información para elaborar a tese de doutoramento"