

LOVE COCINA

SOLO
1,90
€

PLATOS FÁCILES, ORIGINALES, DELICIOSOS...

Recetas caseras

- ✓ **Sorprende a tu familia** con una tortilla de cebolla, un jurel en salsa, con filetes de ternera ¡increíbles!
- ✓ **Guisos de patata:** espectaculares combinaciones con mariscos, legumbres, chorizo... y, todos, buenísimos
- ✓ **¿Te gusta la carne?** Tenemos 7 cortes de cerdo para demostrarte cómo sorprender en la mesa

Especial

Huevos:

de un ingrediente sencillo a platos de cine ¡te van a encantar!

CREMAS

Y SOPAS

para saciar tu estómago en invierno y alimentarte con muchas vitaminas y minerales



PESCADOS

DORADA.

Vamos a presentarte nuevas maneras de cocinarlas y saborearla. ¿Te apuntas?



POSTRES

BIZCOCH

de chocolate variados, de zanahoria, pistachos, mango, mandarina. Todos, ¡santísimo!

¡TODO TIENE SU SECRETO!

Encuentra

cómo mejorar la preparación de una salsa, cada receta con todos los que se enciende en la...

Canelones vegetales con almendras crujientes (pág. 38)

AROMATIZANTES

¿Sabes cómo usarlos?

Te contamos cuál es el mejor momento para una sopa, un pescado, una carne... (pág. 38)



21,60 €

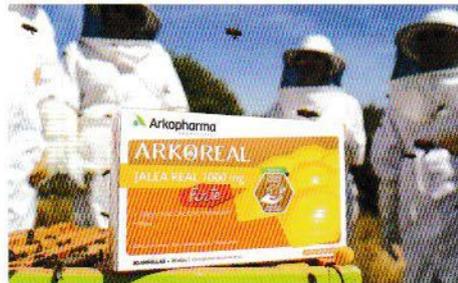


El dúo perfecto

Esta cafetera de **Orolely** es apta para todo tipo de cocinas incluida la inducción. Disponible en 3 tamaños: para 6, 9 y 12 tazas. Solo tendrás que añadir agua en el depósito inferior, añadir café en el cacillo y esperar a que el agua hierva y libere el vapor. El batidor varilla para capuccino es el complemento ideal para preparar deliciosas recetas con bebidas frías y calientes. Genera una deliciosa espuma al momento.

El snack definitivo

Un puñado de pipas USA y obtendrás, no solo un momento de placer y familiar, sino todos sus beneficios: ácido fólico (ideal para embarazadas), magnesio, vitamina E (muy antioxidante), entre otros. Y ayudarás a tu corazón.



Arko Jalea Real

La jalea real es un tesoro de la naturaleza. Las vitaminas B₃ (niacina), B₆, B₅, C y el fósforo contribuyen al buen metabolismo energético. Las vitaminas B₆ y C contribuyen a las funciones psicológicas normales, al buen funcionamiento del sistema inmunitario y a disminuir la fatiga y el cansancio. La vitamina B₅ contribuye al rendimiento intelectual.

Apúntate al azúcar que no es azúcar

Estos caramelos se disuelven lentamente aumentando el pH de la boca (alcalino) impregnando con el fosfato de calcio la saliva, quedando anulada la acción de las bacterias dañinas que están en la boca y que producen ácido láctico, estropeando nuestros dientes, evitando que aparezcan las caries.



Además, su agradable sabor y su dulzura natural permiten eliminar la ansiedad en la que nuestro cuerpo pide dulce, evitando recurrir a otros dulces.

9,45 €

LUGARES QUE NO TE PUEDES PERDER



Benares

Dos años después de su apertura, Benares Madrid inicia una nueva etapa con una carta absolutamente renovada. La calidad de las materias primas con las que trabaja desde sus inicios, ha llevado al chef Atul Kochhar a encauzar su cocina hacia un planteamiento más tradicional; hacia esas cociones suaves y lentas propias de los hogares indios, a platos reconocibles y a aliños potentes. Hay que probarlo. www.benaresmadrid.com



Pikda

PiKda meet & dreams, una super hamburguesería, acaba de abrir sus puertas en el barrio madrileño de Retiro con una propuesta gastronómica de excelencia que hará soñar a los amantes de la carne de vacuno premium. El corazón del restaurante es su parrilla de carbón, única en la zona, y visible para los clientes, gracias al concepto de cocina abierta. En la barra, tapeo. www.pikda.es



Gaztelupe

Hay gustos para todos y aunque la fusión está de moda, la cocina de siempre no se desfasa si hay alguien detrás que sepa mantenerla viva. Luis Martín supo hacerlo cogiendo las riendas de la que fue su escuela durante años, ya que lleva 20 trabajando entre las bambalinas de Taberna Gaztelupe. Guisos tradicionales, setas, parrilla... ¡no te lo pierdas! www.gaztelupe.goizeko-gaztelupe.com