

# **Pan Sin Gluten. Segunda Edición: Principios, técnicas y trucos para hacer pan, pizza, bizcochos, cupcakes y otras recetas sin gluten. (Spanish Edition)**

Segunda Edición, revisada y ampliada. Se incluye la información nutricional de cada receta.

---

Un día descubres que tienes que eliminar el gluten de tu dieta y/o la de alguien en tu vida. Y entonces te preguntas: ¿Y qué es el gluten? ¿Donde se encuentra y cómo lo evito? ¿Cómo puedo hacer pan, panecillos, pizza, cocas, crepes, magdalenas, bizcochos y pasteles sin gluten en casa? ¿Que ingredientes puedo utilizar? ¿Y cómo? ¿Es igual de nutritivo un pan sin gluten que un pan normal? ¿Tengo que utilizar mezclas panificables o puedo crear mi propia mezcla?

Estas mismas preguntas se las hicieron la autora y el autor de “Pan Sin Gluten” y el libro es su respuesta.

El libro se divide en dos partes. En la primera parte se aborda el problema del gluten en la dieta, donde se encuentra, cómo evitarlo y sobretodo cuales son los productos alternativos al gluten y sus propiedades. Se identifican y analizan nutricionalmente los ingredientes (tipos de harinas, aditivos, levaduras y gasificantes) con que hacer pan y bollería sin gluten. Cómo afectan al resultado, como se pueden combinar y en que proporción.

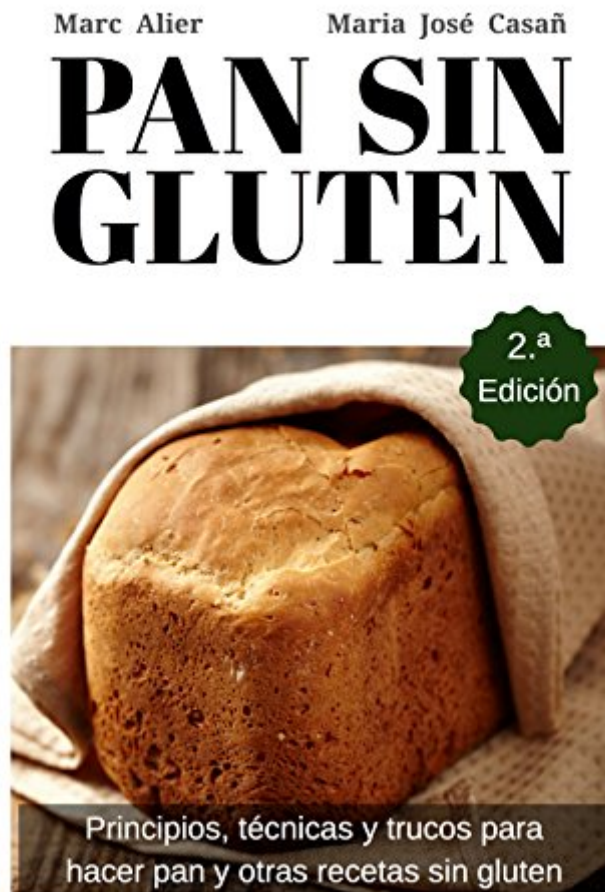
La segunda parte se centra en la cocina: se presentan las técnicas y trucos para cocinar sin gluten, y se proponen 15 recetas de panes, pizzas, crepes, empanadillas, cocas, bizcochos, magdalenas (cupcakes) y pasteles sin gluten. Ofreciendo alternativas en las recetas, procesos, herramientas ( panificadora, amasadora, amasado a mano) y tipos de harina para que tu puedas hacer tus propias variaciones de estas recetas sin gluten.

Marc Alier es doctor en ciencias, es profesor agregado en la Universidad Politécnica de Cataluña, autor de más de 100 artículos en revistas y congresos científicos, conferenciante y productor de los programas de radio y podcast Mossegalapoma.cat y Zetatesters.com. Padre de dos hijos, diseña software libre educativo, cocina y construye guitarras eléctricas.

María José Casañ es doctora en ciencias, es profesora agregada en la Universidad Politécnica de Cataluña, autora de más de 60 artículos en revistas y congresos científicos. Madre de dos hijos, tiene interés en temas relacionados con la educación, la salud y la alimentación.

Etiquetas: Celiaquía, Celíacos, Celíaco, gluten, cocina, intolerancias alimentarias, salud, nutrición, pan, bizcochos, magdalenas, pizza, cupcakes, crepes, baking, cocina, gluten free.

Pan Sin Gluten. Segunda Edición: Principios, técnicas y trucos para hacer pan, pizza, bizcochos, cupcakes y otras recetas sin gluten. (Spanish Edition) por Marc Alier fue vendido por £3.78 cada copia. Contiene 212 el número de páginas.. Regístrate ahora para tener acceso a miles de libros disponibles para su descarga gratuita. El registro fue libre.



- Título del libro : Pan Sin Gluten. Segunda Edición: Principios, técnicas y trucos para hacer pan, pizza, bizcochos, cupcakes y otras recetas sin gluten. (Spanish Edition)
- Fecha de lanzamiento: January 3, 2016
- Número de páginas: 212 páginas
- Autor: Marc Alier

Debido a un problema de derechos de autor, debes leer Pan Sin Gluten. Segunda Edición: Principios, técnicas y trucos para hacer pan, pizza, bizcochos, cupcakes y otras recetas sin gluten. (Spanish Edition) en línea. Puedes leer Pan Sin Gluten. Segunda Edición: Principios, técnicas y trucos para hacer pan, pizza, bizcochos, cupcakes y otras recetas sin gluten. (Spanish Edition) 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"