

Conoce nuestra web: cocinando en familia actualización.



Cocinando en Familia

Os recordamos una nueva sección de nuestra Web en la que hemos ampliado los contenidos

Podéis acceder a ella a través de un enlace directo que aparece en la página principal mediante el siguiente dibujo.

También se puede acceder desde la sección de alimentación de Vivimos Sanos.

En la sección hemos añadido dos nuevos apartados y ahora se divide en 4:

-Cocinar y comer sano

A su vez se divide en dos apartados:

- Frutas y verduras conoce sus propiedades.
- Descubriendo superalimentos. Legumbres.

-¿Qué comemos mañana?

Ejemplos de menús semanales, nutricionalmente equilibrados y con productos de temporada. ¡Tú eliges qué comer mañana, tú cocinas!

-Recetas para dietas especiales

Recetas de cocina, saludables, apetecibles y fáciles de elaborar pensadas para situaciones con requerimientos especiales: celíacos, vegetarianos, alérgicos, intolerantes,...

-Recetas de Familia

Recetas de cocina tradicional, saludables, apetecibles y fáciles de elaborar. Para disfrutar con la cocina y comiendo

en familia. Elaboradas por Carmen de la Torre, madre y pediatra a la que le gusta cocinar y otros colaboradores nutricionistas.

Estamos seguros que será de vuestra secciones mas útiles y favortas. Podéis acceder directamente a la sección a través de este enlace

www.familiaysalud.es/vivimos-sanos/alimentacion/cocinando-en-familia

Fecha de publicación: 7-10-2022
