

Conoce nuestra web: Recetas especiales



¡Hola familias!

Ya conocíais nuestra sección “[Cocinando en familia](#)”, cuyo objetivo es intentar facilitaros las tareas de la crianza. Esta sección fue creada en diciembre del año 2018 y de forma progresiva la hemos ido dotando de recursos para vosotros.

Hemos ido incorporando [ejemplos de menús semanales](#), nutricionalmente equilibrados y con productos de temporada así como [recetas de cocina tradicional](#), saludables y fáciles de elaborar para vuestras familias. Y en el año 2020, en homenaje a aquellas familias de otros países que nos siguen, también fuimos aglutinando “[recetas de otras culturas](#)” para todos vosotros.

Somos conscientes de que existen muchos y variados tipos de familias, y qué cada una de ellas puede necesitar modos distintos de cocinar por presentar algunos trastornos o hábitos que condicionan su alimentación, como por ejemplo, alergias alimentarias, celiaquía, intolerancias, familias vegetarianas, etc. Para ellos está dedicado el nuevo apartado “[Recetas para dietas especiales](#)” donde vamos a ir ofreciándoos nuevos platos, también saludables y apetecibles, pero pensados con aquellos ingredientes y requisitos específicos necesarios para algunas situaciones que los precisan.

Todas ellas para disfrutar con la cocina y comiendo en familia. Y elaboradas por pediatras y nutricionistas. ¡Pruébalas!

Equipo Editorial Familia y Salud

