



Páginas llenas de sabor y salud

Los libros "Frutas" y "Verduras" pueden adquirirse a través de www.horticom.com/bookshop:
Frutas - Ref.: 4501
Verduras - Ref.: 4500
PVP: 39,50 € c/u

Quien visite un supermercado, se dé una vuelta por el mercado semanal de su pueblo o ciudad o incluso tenga la sana costumbre de visitar librerías y no perciba una cierta sensibilidad hacia los buenos hábitos alimentarios puede ser por varias razones: una de ellas es que no le importa, otra es que considera que tomando sacarina con el café o comiéndose un yogur con bifidus activo para desayunar ya cumple su dosis de dieta saludable. Ambos se equivocan. De acuerdo, admitimos que no se promueve el consumo de frutas y hortalizas todo lo que los que están comprometidos con la causa desean, pero es evidente que algo de revolución existe, tímida, pero existe.

En el caso de los libros, he llegado a ver publicaciones sobre cocina sana, vegetariana, ensaladas, etc. en una cadena de tiendas dedicadas al hogar. Es decir, que compras una sartén, y encima te llevas un libro en el que te enseñan cómo utilizarla de manera saludable. O regalas un wok a alguien y te marcas el detalle de incluir un libro sobre cocina con el artilugio japonés, y si es vegetariana, ganamos puntos. Algunos dirán que todo esto es una moda y una costumbre extravagante. Es posible, pero nadie negará que se trata de una moda sana.

El libro, un claro ejemplo

El mercado del libro gastronómico, sobre todo aquél que hace referencia a hábitos culinarios saludables, está ganando cada vez más adeptos. Esto no sólo se nota en los estantes de las librerías; desde nuestra experiencia en la venta de libros a través del website Horticom Bookshop, www.horticom.com/bookshop, vemos que se trata de un tipo de literatura de gran demanda por parte de nuestros clientes. Las editoriales perciben este interés, y por lo tanto se están publicando nuevos títulos con mayor frecuencia.

Bibliografía saludable en Horticom Bookshop

www.horticom.com/bookshop

- **Cocina sana**
Ref.: 4486 PVP: 6,95 euros
- **Cocina vegetariana**
Ref.: 4487 PVP: 6,95 euros
- **El gran libro de las hortalizas**
Ref.: 4445 PVP: 24 euros
- **El gran libro del wok**
Ref.: 4438 PVP: 20 euros
- **Ensaladas**
Ref.: 4488 PVP: 6,95 euros
- **Ensaladas de Europa**
Ref.: 4382 PVP: 17 euros
- **Frutas**
Ref.: 4501 PVP: 39,50 euros
- **Hortalizas y ensaladas**
Ref.: 4483 PVP: 4,95 euros
- **La biblia vegetariana**
Ref.: 4383 PVP: 34,50 euros
- **La fruta, un sano placer**
Ref.: 4171 PVP: 30 euros
- **Patatas**
Ref.: 4474 PVP: 10 euros
- **The great tomato book**
Ref.: 4476 PVP: 23 euros
- **Wok vegetariano**
Ref.: 4485 PVP: 6,95 euros
- **¿Qué hay de nuevo en propiedades saludables y nutritivas de frutas y hortalizas?**
Ref.: 4485 PVP: 6,95 euros

Pero este fenómeno no sólo atrae al usuario final, normalmente aficionados a la cocina que buscan nuevas ideas o personas con inquietudes respecto a la alimentación sana, también encontramos entre los clientes de este tipo de literatura a los actores en la cadena de distribución alimentaria, desde centros de distribución hortofrutícola a gerentes de la sección de frutas y hortalizas de grandes superficies o propietarios de pequeñas fruterías. Todos quieren conocer mejor el producto que venden para mejorar la comunicación con sus clientes y aportar mensajes de calidad avalados por las fuentes de información que representan este tipo de publicaciones.

Frutas y Verduras

Dentro de la extensa oferta de libros relacionados con la fruta y hortaliza destacamos dos pertenecientes a la colección "Enciclopedia práctica de cocina", se trata de "Frutas" y "Verduras". Aunque el nombre de la colección así lo indica, no se trata de libros estrictamente culinarios. En ellos el lector encontrará información sobre unas 30 frutas y hortalizas en la que se contempla la diversidad varietal y las características principales de cada producto: propiedades organolépticas, procedencia, etc.

Otro aspecto a destacar es la inclusión de productos poco usuales en algunos mercados europeos, como el gombo, la fruta de Jack, kiwanos, etc. Se trata de frutas y hortalizas procedentes de otras latitudes más exóticas, y algunas de ellas representan una fuente de alimentación básica en su zona de origen.

En cuanto al apartado culinario, los libros presentan una gran variedad de métodos y técnicas de elaboración y sugerencias, sin olvidar la extensa cantidad de recetas tanto de platos fríos, ensaladas, salsas, aliños y platos calientes en combinación con carnes, pescados y muchas otras propuestas que mezclan lo clásico con la cocina más imaginativa.

Son sin duda libros cuyo interés reside en fomentar el conocimiento de nuevos tipos y variedades de frutas y hortalizas, descubrir su versatilidad en la cocina, y en consecuencia promover su consumo de forma agradable y amena.

Cada día salen al mercado nuevas publicaciones con formatos muy atractivos y a precios asequibles, con la finalidad de dar a conocer a lectores de todo tipo los beneficios derivados de consumir frutas y hortalizas