



“Darte el gusto y el placer de saborear la salud” así nos invita la asociación de USSEC (Consejo exportador de soya de Estados Unidos) que busca que la población tenga más preferencia por este alimento que además de nutritivo cuenta con muchas variantes para su preparación.

“Una de las características de la buena alimentación es combinar, variar, cocinar de manera adecuada, regular cantidades y disfrutar de la textura y sabor”

La soya tiene la bondad de poder integrarse en la rutina de alimentación ya que puede combinarse con muchos otros ingredientes: desde lácteos, verduras, caldos, pescado, carne y huevos.

En esta ocasión fuimos testigos de la preparación de 3 alimentos con soya: ceviche peruano, chiles en nogada y pasta a la boloñesa. Es impresionante que cada alimento no llevó más de 15 minutos en su preparación, así que para los que tenemos poco tiempo en la cocina y queremos algo rico es una magnífica opción, además del bajo costo que tiene el adquirir este alimento.

¿Quieren aprender a prepararlo?... apúntense, se ofrecerá una clase magna completamente gratis. No necesitas llevar nada, ahí proveerán de lo necesario. Será el sábado 30 de julio y solo hay que registrarse en la página:

www.soyaessalud.com

La clase será dirigida por el chef Giuseppe De Pasquale quien estará acompañado por el actor José Ron.

