

Los libros de cocina BORA son un soplo de aire fresco para la cocina del día a día

BORA es sinónimo de revolucionar la cocina como espacio vital con productos extraordinarios para experiencias extraordinarias. Ahora, en línea con la misión de la empresa, BORA nos trae dos nuevos libros de cocina como inspiración para la preparación diaria de platos saludables. Las recopilaciones «365 días», con sus recetas sencillas y deliciosas, y «Crujiente. Tierno. Jugoso.», que pretende facilitarnos la cocina con el horno de vapor profesional BORA X BO, son una invitación al placer y al disfrute. Picoteos, entrantes, platos principales o postres y un protagonista en común: el puro placer de cocinar. Por ello, en la creación del amplio y variado recetario, uno de los criterios más importantes para la inclusión de una receta era su idoneidad para el día a día.



Cocina saludable apta para el día a día y de elaboración sencilla, para disfrutar más de la cocina diaria. El libro de cocina «365 días» de BORA para los amantes de la cocina fresca, sin complicaciones, incluye más de 90 recetas y variados consejos de expertos para llevar una alimentación saludable.

Foto: BORA

«365 días. Recetas para el día a día – fáciles y saludables»: El libro de cocina para el día a día

«365 días» reúne alrededor de 90 recetas de la gastronomía europea: picoteos, entrantes, platos principales y postres de Alemania, España, Francia, Italia, Inglaterra y los Países Bajos. Siguiendo los principios de la casa BORA, fabricante de electrodomésticos prémium para la cocina, muchas de las recetas se basan en las directrices nutricionales definidas por la empresa como parte de su compromiso como patrocinador del equipo ciclista BORA – hansgrohe.

Cocinar fresco y saludable todos los días puede ser un verdadero desafío. Es fácil quedarse sin ideas de recetas rápidas y sencillas al cabo de un tiempo. «365 días. Recetas para el día a día – fáciles y saludables» es un libro de cocina que presenta nuevos impulsos y surge de la colaboración entre BORA y la editorial Gräfe und Unzer. Al no estar vinculado al uso de un sistema de extracción de superficie BORA, es adecuado para cualquier persona que se interese por ideas como las presentadas, para llevar una alimentación saludable.

En él, expertos de BORA como, entre otros, la autora de libros de cocina Bettina Matthaei, y chefs de BORA, como Luigi Cassago, Jaime Seva, Henk van den Born o el patissier Werner Raith, reinterpretan muchos clásicos con la delicadeza y el entusiasmo culinario que se esperan en estos tiempos. Todos los platos tienen algo en común: prometen hacerle disfrutar sin demasiado esfuerzo y, además, son variados, ricos en nutrientes y equilibrados. Descubriremos una cocina refinada y con los pies en la tierra, pero también combinaciones de sabores inusuales que despertarán las ganas de disfrutar de una cocina europea al alcance de todos. Con estas recetas, la cocina cotidiana moderna se convierte en un verdadero placer culinario.

Presentando cada receta, una breve clasificación cultural o culinaria del plato o los ingredientes. «Gachas Bircher» o «Bocadillo de jamón con chutney rápido de mango» son los nombres de las delicias presentadas en el capítulo «Platos pequeños», pensadas para empezar el día de forma saludable o, por qué no, recargar pilas entre las comidas principales. Como entrantes, recetas como, por ejemplo, la «Sopa holandesa de mostaza con salmón rayado» o la «Saltimbocca con dorada». Aunque los títulos puedan sonar algo sibaritas, como «Pizza blanca con col negra y pasas sultanas» o «Poke con albóndigas de champiñón», no hace falta tener la ambición de un chef para preparar deliciosos platos principales. Lo mismo ocurre con los postres, cuidadosamente seleccionados, como el flan español, la tarta al calvados o los fideos al vapor con semillas de amapola: no solo le garantizamos que son fáciles de hacer, sino que además son una verdadera caricia para el alma.

Además de las recetas, el libro de cocina, con imágenes Food & Table en gran formato, también incluye inspiración adicional, comenzando por conocimientos informativos básicos y culinarios en torno a la alimentación saludable: así, por ejemplo, Robert Gorgos, nutricionista del equipo ciclista BORA – hansgrohe con estudios en ciencia de la alimentación, comparte sus apasionantes conocimientos expertos y nos brinda numerosos consejos prácticos.

Temas como «Compras para una vida cotidiana sana» describen, de forma sencilla y en breves párrafos, qué alimentos no deben faltar en su día a día y por qué. Asimismo, otros capítulos, como los que versan sobre cocinar con hierbas y especias, cocinar con antelación, sabores y maridaje de sabores o la preparación de aperitivos saludables, también muestran el fin práctico del libro.

Y es que «365 días» no es un libro de cocina de instrucciones rígidas. Se trata, más bien, de un libro que pretende mostrar las posibilidades existentes y que nos invita a poner en el asador todas nuestras ganas de experimentar para, así, variar cada plato según el gusto y las necesidades individuales. Por ello, muchas recetas se complementan con consejos adicionales sobre alternativas vegetarianas y sustituciones de productos de temporada: así, nunca echará en falta los productos más adecuados y frescos en cada momento. Como todos sabemos, también se come con la vista. Por ello, las recetas se acompañan de fotografías de alta calidad de los platos ya listos, todas ellas salidas del estudio fotográfico propio de BORA. El título se ha elegido con total deliberación: «365 días» es un libro al que querrá recurrir día tras día: tanto cuando opte por la «tortilla con tomates cherrí, queso feta y albahaca» como cuando se decida por los «linguini al limón con burrata», incluso tras un largo día de trabajo, siempre podrá encontrar una idea rápida, saludable y fácil, perfecta para disfrutar. El libro está disponible, por 29 €, bien online, en Amazon y a través de comercios especializados en cocinas que sean socios BORA.

¿Quiere echar un vistazo? Aquí encontrará algunas recetas. [Extracto del libro de cocina como PDF]

Ficha técnica

365 días – Recetas para el día a día – fáciles y saludables

- Publicado por Gräfe und Unzer
- Formato: 23 × 26 cm
- Extensión: 224 páginas
- Contenido: más de 90 recetas
- ISBN DE 978-3-8338-9082-6
- PVR 29,00 €
- Disponible para pedido en Amazon o en directo en su socio BORA del comercio especializado en cocinas



Bacalao frito con tomates cherri y puré de alubias



Linguini al limón con burrata



Mousse ligera de chocolate

Fotos: BORA

«Crujiente. Tierno. Jugoso.»: nuestros platos favoritos al horno de vapor BORA X BO

El mismo título nos despierta el apetito: «Crujiente. Tierno. Jugoso.» es un libro de cocina con recetas saludables y adecuadas para el día a día, especialmente seleccionadas para cocinar con el horno de vapor profesional BORA X BO. Es el sucesor de la obra «Cocina con estrella al horno de vapor», para la cual maestros de primera fila, como Johann Lafer y Eckart Witzigmann, entre otros, reinterpretan sus clásicos para el innovador horno de BORA.

Las más de 70 recetas aptas para el día a día del libro le muestran cómo cocinar los platos tradicionales e internacionales más populares con el horno de vapor profesional y acorde al momento actual, desde un buen bistec de falda marinado hasta un huevo *onsen* perfecto, sin olvidar, por supuesto, el clásico *coulant* de chocolate con núcleo semilíquido. Los valiosos consejos de los expertos de BORA se encargan de poner la guinda en esta moderna creación gastronómica y repostería.

«Crujiente. Tierno. Jugoso.» es el libro de cocina para todos aquellos que cocinan con horno de vapor: sumérgase, día tras día, en la deliciosa variedad y el placer saludable de lo cotidiano.

El libro está disponible, por 19 €, bien online, en Amazon y a través de comercios especializados en cocinas que sean socios BORA.

¿Quiere echar un vistazo? Aquí encontrará algunas recetas. [Extracto del libro de cocina como PDF]



Cocinar con el horno de vapor en casa y sin gran esfuerzo, cada día: «Crujiente. Tierno. Jugoso.» hará las delicias de los amantes del horno de vapor profesional BORA X BO con sus más de 70 recetas aptas para el día a día.

Fotos: BORA

Ficha técnica

Crujiente. Tierno. Jugoso. – Cocinar fácilmente con el horno de vapor – Recetas para el BORA X BO.#

- Publicado por la editorial propia de BORA
- Formato: 21 × 24 cm
- Extensión: 192 páginas
- Contenido: más de 70 recetas
- Ya disponible en Amazon o en directo en su socio BORA del comercio especializado en cocinas



Salmón con ensalada de rabanitos y pepino



Gyros de apionabo con tsatsiki



Crème brûlée de coco con piña

Descarga de imágenes: <https://www.bora.com/es/es/empresa/area-de-prensa/>



Sobre la empresa

BORA desarrolla y produce innovadores electrodomésticos prémium con diseño de alta gama para la cocina. El grupo empresarial germano-austriaco posiciona internacionalmente su cartera de productos con el *claim* «More than cooking». Desde su fundación en 2007 por Willi Bruckbauer, la empresa BORA se cuestiona todo aquello a lo que estamos acostumbrados para lograr una auténtica revolución de la cocina como espacio vital. La misión: productos extraordinarios para experiencias extraordinarias.

Todo empezó con los innovadores sistemas de extracción de superficie que, gracias a una tecnología inteligente, aspiran los vapores de cocción hacia abajo y se siguen desarrollando constantemente con la exigencia de perfección propia de BORA. La cartera de productos se amplió con el BORA X BO, un horno de vapor profesional para el hogar, y el multicajón BORA complementario, seguidos de los sistemas de refrigeración y congelación y la iluminación. Los productos de BORA se caracterizan por un máximo rendimiento, una limpieza fácil y un manejo sencillo. Gracias a su diseño atemporal, se integran sin problemas en todo tipo de cocinas y garantizan aire limpio y vista libre en el espacio de la cocina como espacio vital.

BORA cuenta con más de 500 empleados alrededor del mundo, distribuidos, en particular, entre sus sedes de Raubling, Niederndorf y Sídney, así como en las tiendas insignia de Múnich y Herford. Actualmente, los productos de BORA se venden por todo el mundo, en más de 60 países.

La empresa fue premiada por primera vez en 2009, en el marco del concurso de innovación «365 Orte im Land der Ideen». Luego seguirían el Deutscher Gründerpreis y numerosos Red Dot Awards, Plus X Awards, German Design Awards, Iconic Awards, German Brand Awards, Good Design Awards e iF Design Awards, entre otros.

Más información en bora.com

Contacto de prensa con la empresa BORA

Relaciones públicas de BORA
pr@bora.com

BORA Vertriebs GmbH & Co KG
Innstrasse 1
6342 Niederndorf
Austria

bora.com