



Fecha de publicación:
22/06/2020

Sello Editorial:
Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Stephanie Campi

Teléfono: +598 99 567 420

Email: stephanie.campi@planeta.com.uy



Recetas para todos los días

Catalina de Palleja

En este libro encontrarán ideas prácticas, recetas para todos los días, con ingredientes económicos, fáciles de encontrar y que no llevan mucho tiempo de elaboración.

Desde pequeña sentí una gran curiosidad por la cocina. Eso de poder elaborar mis propios alimentos siempre me llamó la atención. Crecí en Florida y en mi casa, cuando era niña, la cocina siempre fue un lugar de encuentro. Pero no fue ahí cuando descubrí mi pasión por las cacerolas... Llegó el momento de elegir una profesión y me decidí por la carrera de Nutrición. Siempre vinculada a la gastronomía a través de cursos que podía mechar entre medio de mis estudios y trabajo, empecé a entender lo importante que era para mi carrera el conocimiento práctico del cocinero. El vínculo entre la teoría y la práctica se volvió algo fascinante para mí.

Soy consciente de los tiempos que corren y de las mil actividades que nos hacen estar de aquí para allá, pero también estoy convencida que es posible llevar adelante una alimentación casera, saludable, variada y equilibrada. En este libro, encontrarán recetas de todo tipo, pero todas tienen el denominador común de que cualquier persona las puede elaborar.

Son ideas prácticas, recetas para todos los días, con ingredientes económicos, fáciles de encontrar y que no llevan mucho tiempo de elaboración.

Con un poco de organización se pueden lograr platos exquisitos, caseros y nutricionalmente equilibrados. Espero que les guste, las disfruten y les sean útiles.

Catalina de Palleja

Nació en Montevideo, circunstancialmente. Vivió en Florida toda su infancia y adolescencia hasta que a los 18 años se mudó a la capital para seguir estudios terciarios en la Escuela de Nutrición de la Facultad de la República. Mientras avanzaba en la carrera, fue sumando diferentes cursos de cocina que le permitieron explorar diversas áreas dentro de la gastronomía. Es la segunda de seis hermanos. Está casada con Nicolás y tiene dos hijos, Gerónimo y Guzmán.

Se inició en el área de la comunicación en 2005, en el programa de televisión Tu Bebé. Desde el

2014 está al frente del programa La Receta, que se emite en vivo durante las mañanas, de lunes a viernes por Canal 12.

En 2020 publicó su primer libro: Recetas para todos los días, junto a editorial Planeta. En 2021

sumó a su trabajo como comunicadora un nuevo programa de televisión propio: La Receta Niños, también por Canal 12.