

## **COCINA PARA INFARTADOS**

**Obra inédita en la que actualmente trabaja Alberto Fernández Bombín**

Cada año crece el número de infartados, cada vez son más jóvenes, la esperanza de vida es más larga y la calidad de vida es mejor. Estos enfermos son enfermos crónicos de larga duración y necesitan de una alimentación específica.

No existe en el mercado un libro centrado en alimentación para personas con esta patología, y los libros de cocina sana son, como su propio nombre indica, muy sanos, pero poco placenteros a la hora de comerlos, van poco más allá de recomendar alimentos y técnicas de cocina cardiosaludables.

Como expertos, sabemos con seguridad que es posible comer sano, proteger el corazón y disfrutar como gourmet por el camino.

El esquema del libro está centrado en una primera parte práctica en la que detallamos qué es un accidente cerebro vascular, por qué esta patología necesita de una alimentación especial, qué ingredientes son imprescindibles y cuáles están prohibidos, qué técnicas son más apropiadas... Esta parte del libro ocupa un 30% del espacio.

El resto del libro lo ocupan las recetas. Se da cabida a recetas tradicionales, de cocina moderna, cocina asiática... Recetas actuales y fáciles de preparar.

Alberto Fernández Bombín  
Crítico y periodistas gastronómico