

image not found or type unknown



Repostería sana para ser feliz

Alma Obregón

Fecha de publicación:

03/10/2017

Sello Editorial:

Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Isabel Santos

Teléfono: 91 423 03 33

Email:

isantos@planeta.es

Nombre:

INTERNACIONAL:

Patricia Jiménez

Teléfono: 93 492 82 76

Email:

pjimenezl@planeta.es

Nombre: Laura Franch

Teléfono: 91 423 03 03

Email:

lfranch@planeta.es

Nombre:

INTERNACIONAL:

Eduardo Martín

Teléfono: 93 492 89 06

Email:

emartines@planeta.es

Nombre: Laura Verdura

Teléfono: 91 423 03 03

Email:

lverdura@planeta.es

Nombre: Fátima Santana

Teléfono: 91 423 03 03

Email:

fsantana@planeta.es

La superventas de la repostería creativa, Alma Obregón, nos demuestra con recetas fáciles que se puede ser goloso sin renunciar a la salud

Cupcakes, tortitas, *cookies*, tartas... En este libro encontrarás recetas para todos los momentos y, por primera vez, varias propuestas dedicadas a los más pequeños. Todo pensado con la misma fórmula ganadora: delicioso + saludable. Además, el libro incluye una introducción a la «repostería saludable» y, al lado de cada receta, una guía de alérgenos.

«Los que me seguís sabéis que soy una firme defensora de que lo más saludable es comer de todo en su justa medida (¡postres incluidos!) y llevar una vida activa. Por eso tenía ganas de preparar por fin un recetario con esos dulces que se pueden tomar de manera regular sin sentirse culpable y que nos pueden endulzar el día a día sin hacernos coger unos kilos.»

Como siempre, os prometo recetas sencillas, sin complicaciones, e ingredientes fáciles de encontrar y muy muy naturales. En ellas no encontraréis edulcorantes artificiales ni ingredientes altamente procesados; todo lo contrario: nuestros aliados serán las frutas, las verduras, las harinas, los cereales integrales..., conformando postres que aportan beneficios para una dieta equilibrada.»

Alma Obregón

image not found or type unknown



Alma Obregón

Alma Obregón se fue a estudiar el doctorado a Alemania en 2010, donde se interesó por la pastelería. Ese año inauguró el blog Objetivo: cupcake perfecto, e inició su formación con cursos en Inglaterra y Alemania.

A su regreso, empezó a impartir talleres de cupcakes en lo que se convertiría en el primer local de Alma's Cupcakes. En 2011 ganó el Premio Bloguera de Oro de Canal Cocina. En paralelo, obtuvo el título de Chef Pastelera por Le Cordon Bleu en 2014 y asistió a cursos que le proporcionaron la titulación PME en decoración de pastelería y la de Instructora Wilton. Ha asistido, además, a múltiples cursos para completar su formación: presenciales, con profesores de la talla de Xavier Barriga, Ibán Yarza o Zoe Clark, y online, con Antonio Bachour, Dinara Kasko o Julien Boutonnet.

En 2012 comenzó su andadura en televisión con un especial de Canal Cocina para luego lanzarse con sus propios programas: primero en Divinity con Cupcake Maniacs y, después, al regresar Canal Cocina, con Dulces con Alma. Ha publicado doce títulos de repostería y en 2014 fue protagonista del set que lanzó El País y que incluyó uno de sus libros. Durante dos años participó en la Feria Internacional de Pastelería creativa Cake&Bake, en Ciudad de México, como ponente y como presentadora del evento. Ha aparecido como pastelera invitada en MasterChef Junior y también en BakeOff.

Su trimaternidad supuso un antes y un después a todos los niveles. En ese sentido, en 2022 decidió dar un nuevo giro a su trayectoria y centrarse en la enseñanza online, lanzando, de la mano de Scope Producciones, sus primeros cursos, que ya aglutinan a más de mil cien alumnos.

IG: @alma_cupcakes

YT: AlmaObregonVideos

Web: almaobregon.com