

image not found or type unknown



# El secreto japonés del té verde

**Izumi Forasté Onuma**

**Fecha de publicación:**  
21/02/2024

**Sello Editorial:**  
Diana

## Contacto de prensa

**Nombre:** Paloma Cordón

**Teléfono:** 93 492 86 33

**Email:**  
pcordon@planeta.es

Izumi Forasté nos enseña en este libro todos los secretos de una de las bebidas más antiguas del mundo y cómo podemos disfrutar al máximo de todas sus virtudes, tanto en la cocina (incluye recetas de comidas, bebidas y cosméticos) como en relación con la espiritualidad y el autoconocimiento.

**Izumi Forasté nos enseña en este libro todos los secretos de una de las bebidas más antiguas del mundo y cómo podemos disfrutar al máximo de todas sus virtudes, tanto en la cocina (incluye recetas de comidas, bebidas y cosméticos) como en relación con la espiritualidad y el autoconocimiento.**

Las hojas del té verde eran consumidas en la medicina tradicional china ya desde hace más de 4.000 años. Posteriormente empezaron a disfrutarse como bebida y se dice que fueron los sacerdotes budistas japoneses, quienes viajaron a China para aprender la cultura, quienes importaron el té verde a Japón hace 1.200 años aproximadamente. Al principio era una bebida muy cotizada que estaba solo al alcance de los sacerdotes y de la nobleza. Se servía con delicadeza en una importante ceremonia de la corte llamada Kinomidokyou (). El té verde se ha popularizado mucho en las últimas décadas en Occidente, aunque casi nadie conoce en profundidad sus virtudes para la salud y sus vínculos con la espiritualidad y la cultura de Japón. En esta deliciosa obra de Izumi Forasté, autora española-japonesa con una visión privilegiada de ambas culturas, conoceremos a fondo la historia de esta bebida tan especial, sus distintas aplicaciones, variedades y usos prácticos, con recetas de bebidas elaboradas con sus hojas e incluso cosméticos, así como su estrecha relación con virtudes y valores de la cultura japonesa que podemos adoptar en nuestra vida diaria para rodearnos en todo momento de belleza, sencillez y salud.

image not found or type unknown



## Izumi Forasté Onuma

**Izumi Forasté Onuma** creció entre dos culturas muy diversas. De raíces euroasiáticas (padre español y madre japonesa), su educación y su gran afición por los trucos de belleza y autocuidado le han permitido ir adquiriendo la información más puntera de profesionales dermatólogos, químicos y consultores de belleza japoneses. En 2016 lanzó su canal de YouTube, que, con más de 220.000 suscriptores, es de los principales de la categoría en España. *El secreto japonés del yoga facial* es la biblia donde comparte las claves de esta herramienta de autocuidado, aderezadas con oportunos consejos del estilo de vida japonés que potenciarán nuestra salud y bienestar.