



Fecha de publicación:
11/11/2026

Sello Editorial:
Zenith

Contacto de prensa

Nombre: Paloma Cordón

Teléfono: 93 492 86 33

Email: pcordon@planeta.es

Triunfa con mis recetas estrella

Paula Monreal

Paufeel, la gran *influencer* de la cocina fácil y saludable en redes, presenta un nuevo recetario con 80 recetas para acertar siempre.

Paufeel, la gran *influencer* de la cocina fácil y saludable en redes, presenta un nuevo recetario con 80 recetas para acertar siempre.

Paufeel reúne en este libro 80 recetas infalibles con su toque único: platos sencillos, rápidos y resultones, elaborados con pocos ingredientes y pensados para triunfar en la mesa, ya sea en el día a día, o cuando quieres quedar bien sin complicarte en la cocina.

Son esas recetas que te salvan cualquier comida o cena, tanto si cocinas para ti como si quieres lucirte cuando tienes invitados: las que repites, recomiendas y siempre funcionan. Propuestas versátiles, ricas y saludables, perfectas para comer bien sin renunciar al sabor ni al disfrute.

El nuevo libro de Paufeel que no puede faltar en tu cocina.

Paula Monreal

Paula Monreal, conocidísima como [@paufeel](#), es amante de la naturaleza, los animales, la cocina y el estilo de vida saludable. En sus redes nos enseña de qué manera podemos conseguir vivir una vida más sana y activa a través de la alimentación equilibrada, libre de azúcar y gluten.