

La alegría del orden en la cocina: Cambia tu vida desde el alma de tu casa

Roberta Schira

LA ALEGRÍA DEL ORDEN EN LA COCINA

Cambia tu vida desde
el alma de tu casa



AGUILAR

Fecha de publicación: 6 abril, 2017

Editor: AGUILAR

Autor: Roberta Schira

Longitud de impresión: 128

Idioma: Español

PDF

«Son muchísimas las personas que agradecen a Marie Kondo y a La magia del orden haber cambiado su vida; y entre ellas estoy yo. Sin embargo, me di cuenta de que en su libro faltaba casi siempre un espacio: la cocina, la estancia en la que exprimo mi pasión por todo aquello que rodea a la comida: convivir, compartir, cuidar de nosotros a través del cuidado a los demás.»

Roberta Schira

La cocina es la estancia más importante de la casa en todas las civilizaciones del mundo y ha ocupado a lo largo de la historia una posición de gran importancia dentro de la casa. Se trata de un espacio fundamental en la vida de las familias. Ordenarla significa hacerla funcional para quien la dirige, pero también comporta mejorar nuestra relación con la comida y con los demás habitantes de la casa a partir de nuestras emociones.

Roberta Schira es una de las firmas más acreditadas de la crítica gastronómica en Italia y en este libro une sus dos grandes pasiones: la cocina y la psicología. Nos demuestra que a partir de un buen orden se produce un cambio en nosotros mismos.

Reseñas:

«Una guía en clave mediterránea en el que su autora nos enseña a hacer las paces con uno de los lugares más importantes de la casa. La transformación se logra poco a poco, día a día: desde las indicaciones básicas para ordenar una despensa digna de su nombre a las operaciones de limpieza que proponen eliminar aquello que no se use al menos una vez al mes.»

Corriere della Sera

«En el maremagnum de tanta publicidad ligada a lo gourmet no está de más un poco de reflexión e introspección religiosa. A eso es a lo que invita a sus lectores la crítica gastronómica Roberta Schira. La alegría del orden en la cocina, inspirado abiertamente en el best seller de la japonesa Marie Kondo, logra a pesar de todo encontrar una clave completamente inédita. El verdadero cambio, el auténtico proceso de autoconcienciación comienza en la nevera, con demasiada frecuencia vacía o reducido a almacén, y en las alacenas, porque "el desorden en la cocina indica problemas y malestares".»

Il Giornale

«La alegría del orden en la cocina sostiene la necesidad de ordenar la nevera y la despensa para "purificar" nuestras emociones, así como la tentación de comer poco y mal.»

Starbene

«Ha llegado la réplica italiana al método del orden de Marie Kondo. Y parte de la única estancia no explorada por la experta japonesa: la cocina.»

L'Huffington Post

«Si han leído La magia del orden, best seller de la japonesa Marie Kondo (y también si no lo han hecho), sumérjense en estas instrucciones de Roberta. Todo les parecerá fácil, obvio, inteligente: ¿por qué no se les habría ocurrido?»

Il Sole 24 Ore

«Definitivamente, la cocina es el lugar por excelencia para el alma. En ese sentido, Roberta tiene toda la razón [...] y leer, con el corazón abierto, su libro puede convertirse

en la solución, la modalidad mediterránea para reencontrar lo esencial redescubriendo, de forma actual, la alegría de gozar de las pequeñas cosas auténticas que de verdad importan. Capaz de hacernos conversar e iluminarnos, La alegría del orden en la cocina es un manual para leer y releer.»

Mondo Padano

«Ordenar y hacer funcional una cocina influye en todo: el amor, la convivencia... y la dieta.»

Fine dining lovers

<http://yep.pm/9F807Gui5/UdjNOWJk1.pdf.rar>