



201 tips para no comer como el or**

Narda Lepes Miranda

Tips, tuits, consejos, ideas o como quieran llamarlos

Todo empezó casi como un chiste. Una tarde, medio aburrida en casa, disparé un par de tuits y la cosa pegó bien. Rebotó por todos lados. A partir de ese momento se transformó en algo que creció tanto de un lado como del otro de la red. Y es que, a veces, los que estamos todo el día en la cocina damos por hecho o por sabidos muchos temas básicos o de sentido común. Por eso, me pareció una buena idea bajar y juntar estos tips, tuits, consejos, ideas y comentarios –o como quieran llamarlos– en un libro. Porque comer bien es mucho más que preparar grandes recetas o saber un montón de técnicas. Comer bien, y no como el or**, es algo de todos los días, todo el día, 24/7. Así que lean, prueben, hagan y diviértanse.

Fecha de publicación:

01/10/2020

Sello Editorial:

Editorial Planeta

Contacto de prensa

Nombre: Aniela Vanoni

Email: aniela.vanoni@eplaneta.com.ar

Nombre: Ariel Benítez

Email: ahbenitez@eplaneta.com.ar

Nombre: Santiago Satz

Email: ssatz@eplaneta.com.ar

Nombre: Tomás Villafañe

Email: tomas.villafane@eplaneta.com.ar

Nombre: Cecilia Pintos

Email: cpintos@eplaneta.com.ar



Narda Lepes Miranda

Narda Lepes se dedica a la gastronomía desde 1992, cuando dio sus primeros pasos en reconocidos restaurantes de Francia y la Argentina. En 1999 inicia su carrera televisiva, en la que combinó –con un estilo hasta ese entonces único– su cocina con buena música y viajes en los que mostraba qué se comía en lugares exóticos del mundo. Además de columnas en revistas dominicales y fascículos en diarios nacionales, en 2007 publicó su primer libro, *Comer y pasarla bien*, uno de los volúmenes de cocina más vendidos en la historia argentina, que marcó un antes

y un después en la manufactura editorial gastronómica. En 2010 publicó *Qué Cómo Dónde*, una guía de compras que transformó en fácil aquello que parecía complejo, y en 2020 201 TIPS para *No comer como el or**!!*. Desde sus inicios trabaja de manera incansable para mejorar la producción de alimentos, concientizar sobre hábitos de consumo y facilitar el contacto entre productores y cocineros. En 2011, a partir del nacimiento de su hija Leia se gestó el proceso creativo del material y la investigación que forman parte de *ñam ñam*.