

Recomanacions digitals per la Cuina a baixa temperatura

**Setmana del 13
al 19 de juliol**

[La cocció a baixa temperatura](#): És una tècnica d'origen almenys medieval a la cuina popular catalana i de la major part de països europeus, i que ha estat de les més emprades durant centenars d'anys. Actualment torna a estar de moda no només a les famílies sinó a grans restaurants de tot el món. La baixa temperatura fa que algunes vitamines i nutrients no arribin a "morir" ni perdre les seves propietats.

[Salvador Brugués](#): Cuiner català especialitzat en cuina a baixa temperatura i cuina al buit. Va estudiar a l'Escola d'Hostaleria i Turisme de Girona i exerceix com a professor en aquest centre educatiu des del 1990.

[Entrevista](#) a Salvador Brugués

El Cellar de Can Roca: [ROCOOK](#) és el nom del projecte de El Cellar de Can Roca de cuina a baixa temperatura. Ens ensenyen la tècnica, pas a pas per tal que puguem gaudir de tots els seus avantatges.

[Receptes](#): A la web **Alta cocina en casa**, dediquen un ampli espai a parlar i mostrar receptes de la cuina a baixa temperatura.

[Utensilis](#): Al web **El Comidista** del diari El País, liderada per Mikel López Iturriaga, dediquen un article a dues de les màquines que serveixen per a cuinar a baixa temperatura

[Vídeo](#): En el canal de televisió de cuina **Volta i Volta** ens presenten la recepta de Bacallà a Baixa temperatura amb patata i safrà amb Alberto Alguacil.