



COCINA Y APRENDE CON LOS MEJORES PROFESIONALES EN REDES SOCIALES



Si nunca has utilizado Instagram o tienes dudas con alguna Red Social ponte en contacto con nosotros en marketingycomunicacion@econocom.com ¡te enseñamos cómo utilizarlas!

Cocina Abierta

Karlos Arguiñano ofrece diversión e innovación para que comer cada día no sea una tarea monótona. Los niños son los que dan más guerra a la hora de comer, por eso Arguiñano no se olvidará de ellos y propondrá platos divertidos para sus paladares.



@cocinaabierta_

Cocina Abierta



Jordi Cruz

Jordi Cruz nos ofrece diariamente a través de sus directos en Instagram un sin fin de recetas sencillas que podemos elaborar en nuestra propia cocina.

@jordicruzoficial

yomequedoencasacocinando

Nuestros chefs, tras apagar los fogones durante una temporada, han querido crear una bonita iniciativa: ayudarnos a mejorar nuestra destreza en la cocina en directo. ¿Cómo? Pues han creado un Instagram @yomequedoencasacocinando al que se han sumado grandes chefs como Paco Morales, Xanty Elías, Javier Estévez, Clara Díez, Pepe Roch o Andoni Luis Aduriz.



@yomequedoencasacocinando



Dani García

Al frente de BiBo y Lobito de Mar, el chef cuyo grupo de restauración ha sido galardonado con tres de estas anheladas estrellas. El cocinero malagueño está compartiendo recetas para que todos sus fans puedan sentir que son 'aspirantes' participando en una prueba de Master Chef.

@danigarcia7

Cristina Oria

La madrileña en los últimos años ha llevado a cabo una notable expansión de su negocio, sumando al servicio de comida a domicilio la apertura de locales donde se puede ir a comer o merendar y hace días anunciaba con mucha pena el cierre temporal de estos locales. Aunque no podamos degustar sus delicias, sí que podemos intentar replicarlas.



@cristinaoriachef



Juan Llorca

Chef de la Escuela Montessori de Valencia. Este cocinero con el objetivo de que la alimentación de los niños sea óptima comparte sus mensajes a través de Instagram. Juan se ha propuesto hacer un directo todos los días de la cuarentena para hablar de temas de actualidad relacionados con el mundo de la nutrición y la cocina.

@juanllorca

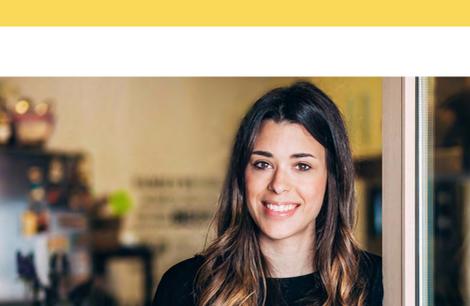
juanllorca.com

Dabiz Muñoz

Ha vuelto a los fogones, en esta ocasión a los de su casa, dispuesto a hacernos disfrutar de una cuarentena gourmet durante el confinamiento. El chef tres estrellas Michelin, al igual que otros muchos grandes nombres de la cocina española, se ha puesto manos a la obra para compartir con sus seguidores algunas de sus recetas favoritas vía Instagram.



@dabizdiverxo



Delicious Martha

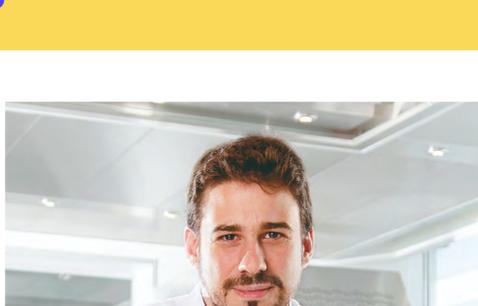
Comprueba que ser vegano no es sinónimo de comer de manera aburrida o sosa. La 'influencer' acumula más de 294.000 seguidores que seguro se derriten viendo las apetecibles fotografías que publica. Tartas, arroces, e incluso hamburguesas, nada se le resiste a esta 'eat girl' que comparte su forma de llevar a cabo sus elaboraciones también a través de IGTV.

@deliciousmartha

Delicious Martha

Javi Estévez

El chef de la Tasquería, apuesta estos días por proponer a sus seguidores recetas sencillas y saludables con ingredientes que todos podemos tener en la despensa. Una de sus primeras propuestas ha sido un suculento arroz con verduras y sorpresas, con el que se declara un fan incondicional de los arroces y de prepararlos para sus amigos y familia.



@chefjaviestevez



Eneko Atxa

La propuesta del chef tres Estrellas Michelin de Azurmendi también ha querido sumarse a la iniciativa de compartir algunas de sus recetas en Instagram.

En este caso, nos propone una receta con un vegetal clásico, una coliflor. Una forma distinta y deliciosa de preparar un ingrediente básico en cualquier hogar.

@enekoatxa