

### Libros

#### Celiacos famosos

W.A.A.  
Editorial LoQueNoExiste.  
224 páginas. **19,50 €.**



Dieciséis personas que viven de cerca la enfermedad celiaca cuentan sus experiencias, anécdotas, consejos, recetas para hacer entender a la sociedad que ser celiaco ya no es un impedimento.

#### La cocina de la felicidad

Adriana Ortemberg.  
Editorial Urano.  
256 páginas. **14 €.**



¿Sabías que algunos alimentos nos producen calma y serenidad y que, en cambio, otros propician la aparición de la fatiga, del estrés e incluso de la agresividad? Descubre cómo potenciar el bienestar físico, emocional y espiritual.

#### 500 zumos y batidos

Christine Watson.  
Editorial Blume.  
288 páginas. **9,95 €.**



Desde las combinaciones frutales más frescas y originales hasta los batidos más suaves y cremosos. Tanto si buscas mejorar tu salud, disfrutar de un completo desayuno o de un capricho que te relaje, este es tu libro.

### Videojuego

#### Camina conmigo

Plataforma: Nintendo DS.  
Precio: **49,95 €.**



Cumple con las exigencias que nos proponen todos los médicos y dietistas de andar, al menos, 30 minutos al día, con este juego lo tendrás más fácil y además, será divertido. Al salir a caminar, colócate el podómetro especial y cuando llegues a casa, sólo tendrás que conectarlo a la consola para ver tus progresos y los de toda tu familia. Consigue retos tan originales como llegar a la Luna andando, seguir el curso del río Nilo o iluminar tu ciudad con la energía que generes.

### Curso de cocina

#### Escuela Cooking Club

Intensivo de verano.  
C/ Veza, 33. Madrid.  
Horarios: Del 7 al 31 de julio.  
Precio: 430 €. Semanas sueltas: 125 la semana.  
Tel.: 91 323 29 58  
[www.cookingclub.es](http://www.cookingclub.es)

Ya es hora de que aproveches tu tiempo y aprendas a cocinar de una vez por todas, en sólo dieciséis días



aprenderás un montón de recetas, comenzando por lo básico para ir subiendo de nivel hacia el final del curso. Se tratará sobre todo la gastronomía española, pero también se preparan recetas de otros países.

### Restaurante

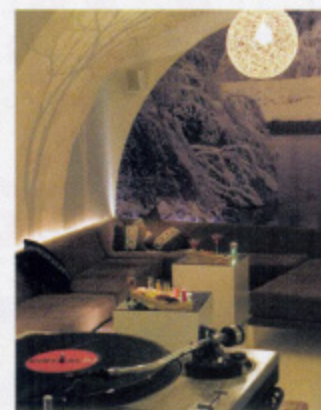
#### Olsen Madrid

C/ Prado, 15. Madrid.  
Tel.: 91 429 36 59  
[www.olsenmadrid.com](http://www.olsenmadrid.com)

Hasta finales de agosto, puedes probar la nueva selección de tapas acompa-



ñadas de diferentes helados salados que se pueden armonizar con varios vodkas de sabores. ¿Qué mejor manera de combatir las altas temperaturas?



### Tienda cocina

#### Gadgets & Cuina

C/ Aragó 249. Barcelona.  
C.C. la Illa. Planta -1,  
1 Rebost. Av. Diagonal, 557.  
Barcelona.  
Tel.: 93 494 98 34

¿Eres fanático de las últimas novedades en utensilios de cocina?, ¿te gusta cocinar pero no encuentras gente que te enseñe? Aquí tienes todo lo que necesitas, desde el material más innovador hasta diferentes talleres culinarios para todas las edades.

### Al aire libre

#### Huertos ecológicos

Tel.: 91 429 36 59  
[www.gasparcaballerodesegovia.net](http://www.gasparcaballerodesegovia.net)



Conoce de cerca cómo es posible hacer una horticultura ecológica, sencilla y en poco espacio, con gran ahorro de agua, de fácil iniciación y mantenimiento, Tendrás el jardín más bonito de la vecindad.

### Heladería italiana

#### La Romana

Av. Olímpica, 26.  
Arroyo de la Vega-La Moraleja.  
Madrid.  
Horario: de 12 a 24 horas.

Basándose en la mejor tradición italiana, en esta heladería se utilizan ingredientes frescos, sin conservantes ni colorantes. Podrás ver el laboratorio donde hacen el producto de manera artesanal y si tu sabor no está disponible, te lo harán al instante. La leche es fresca y los frutos secos son de las mejores regiones de Italia.



### Mercado

#### San Miguel

Plaza de San Miguel.  
[www.mercadodesanmiguel.es](http://www.mercadodesanmiguel.es)

Con la reinauguración, ahora tiene capacidad para 33 puestos, entre los que hay bodegas, bares, cafeterías, una ostería, pastelerías, una librería gastronómica, tienda de utensilios de cocina y puestos de mercado cuidados hasta el último detalle y que no cierran hasta las dos de la madrugada. ■