

Descubrimos los beneficios de la cerveza cocinando este salmón a la cerveza

[Descubrimos los beneficios de la cerveza cocinando este salmón a la cerveza](#)

[imprimir](#)



No hace falta que te la presentemos. La **cerveza** es casi una tradición en muchos países del mundo. Pero, ¿realmente sabes qué propiedades tiene esta bebida? Hoy te contamos algunas curiosidades y te explicamos cómo beneficiarte de ella en la cocina.

La cerveza es una bebida de origen natural a base de cebada y otros cereales. Actualmente puedes encontrar cientos de variedades: con o sin alcohol, de trigo, negra, más o menos amarga... Se trata de un producto con numerosos beneficios para el organismo, siempre que se consuma con moderación, claro está. Aquí recogemos algunos de ellos:

- **Tiene efecto antioxidante** y, por lo tanto, favorece el retraso del envejecimiento celular y puede ayudar a disminuir el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares.
- **Facilita la digestión y estimula el apetito** gracias al lúpulo, que es el encargado de darle el característico sabor amargo.
- **Tiene efecto diurético**, por lo que ayuda a limpiar el organismo gracias a su alto contenido en agua y por ser baja en sodio y rica en potasio. Además, es muy hidratante.
- **Aporta gran cantidad de nutrientes**, entre los cuales destacamos vitaminas del grupo B, fósforo, magnesio, proteínas, carbohidratos...
- Aunque no lo creas, tiene un **bajo contenido calórico**, comparado con otras bebidas alcohólicas. Lo que engorda es lo que solemos comer para acompañar una caña de cerveza: patatas chips, bravas, cacahuetes...

Aunque lo habitual es tomarla como bebida, la cerveza se puede incorporar en gran cantidad de platos de formas muy diferentes:

- Aporta un **sabor único** a nuestra comida.
- Es un elemento ideal para preparar **salsas**, ya que les aporta cremosidad.
- **Ablanda la carne** y la hace más jugosa
- Aporta un sabor excepcional en **pescados preparados al horno** como, por ejemplo, si preparas esta deliciosa receta: [salmón a la cerveza](#)
- Es muy útil para los **guisos**, reemplazando el vino.
- Puede **sustituir a la levadura** para las masas de pizza, pan, empanadas, etc.
- Hace que los **rebozados** sean más ligeros y con una textura más esponjosa.

Y tú, ¿para qué usas la cerveza? Dínos cuáles son tus **recetas** preferidas con esta bebida y [compártelas](#) con nuestros usuarios.

Etiquetas

[beneficios de la cerveza](#)

[cerveza](#)

[salmón](#)

[salmón a la cerveza](#)

[Induction Pro](#)

Deja tu comentario

Su nombre

E-mail

Comentario

[Acerca de formatos de texto](#)

Plain text

- No se permiten etiquetas HTML.
- Las direcciones de correos electrónicos y páginas web se convierten en enlaces automáticamente.
- Saltos automáticos de líneas y de párrafos.

Publicar