

Según la Asociación Española de Personas con alergia a alimentos y látex, la alergia a los alimentos se produce cuando la persona reacciona con síntomas al contacto, ingestión o inhalación de las proteínas de un alimento.

Ése fue el caso de Emma, cuando descubrió que su hijo era alérgico a diferentes productos. O de su hermano Adrián cuando simplemente decidió llevar una vida más saludable, mejorando sus hábitos alimenticios. Por ello crearon este blog en el que, desde sus vivencias y su experiencia personal en el día a día, tratan de enseñarnos un mundo nuevo con creativas (y saludables) recetas, mejorando nuestro estilo de vida y el de todas aquellas personas que se ven afectadas por este tipo de enfermedades o alergias.

Además, tienen un apartado con noticias que permitirán que estés al día de cualquier novedad en investigaciones, jornadas y seminarios, o productos nuevos que salen al mercado.

En resumen, y como ellos indican, la intención de este blog es que sirva de plataforma para aprender, ayudar y difundir todas las experiencias y conocimientos de todos.

<https://exploratucoquina.com>