

PRIMER CADENA DE COMIDA RÁPIDA VEGANA

J0Y, la primera cadena de comida rápida vegana de Latinoamérica, abrirá dos nuevas tiendas en Buenos Aires

A finales de octubre del 2022, J0Y Burgers & Plants abrió por primera vez en la ciudad de Buenos Aires, siendo la primera cadena de comida rápida vegana de Latinoamérica. Esta cadena busca recrear, en una versión totalmente vegetal gracias a la colaboración con la empresa local de productos vegetales, Felices las Vacas, los sabores tan familiares y las texturas de aquellas cadenas de comida rápida más reconocidas a nivel mundial, ofreciendo desde hamburguesas y nuggets hasta macarrones con queso y kombucha. El éxito de este negocio, planificado desde sus inicios como franquicia, ha hecho posible la próxima apertura de más restaurantes J0Y en dos localidades, uno en Belgrano y otro en Nolderta. Se planifica, después, abrir otro más en Palermo.

Fecha de la noticia: 17 febrero 2023

FUENTE: vegconomist.com

COCINAS NOTABLEMENTE VEGANAS

15 cocinas que son notablemente veganas

Si bien la dieta vegana y los platillos sin productos de origen animal son una tendencia creciente a nivel mundial, hay culturas cuyas gastronomías son natural y originariamente

amigables con el veganismo, como es el caso de la tailandesa, la china o incluso la mexicana, por lo que te darás cuenta de que puedes probar platillos de base vegetal en diversos países alrededor del mundo. Esto se debe a circunstancias históricas, geográficas o religiosas particulares del lugar, como es el caso de la gastronomía etíope, donde la religión católica ortodoxa hace que cada año, durante 180 días se deje de lado los productos de origen animal, favoreciendo la creación de una amplia variedad de platillos completamente vegetales, como el beyaynetu, una combinación de vegetales y legumbres servidos sobre un pan plano fermentado hecho a base de harina de teff, un grano originario de la región.

Fecha del artículo: 15 febrero 2023

tastingtable. com

¡ESTAMOS INVITADOS AL 8VO VEGGIE FEST DE ZAPOPAN, JALISCO!

TE INVITAMOS A COMPARTIR CON NOSOTROS EL DÍA 3 Y 4 DE FEBRERO DEL AÑO 2024 .

¡VEN A CELEBRAR CON NOSOTROS LA 8VA EDICIÓN DEL ZAPOPAN VEGGIE FEST!

HABRÁ:

- TALLERES

- CONFERENCIAS

-MÚSICA

-NOVEDOSA COMIDA VEGANA

-PAN ARTESANAL

-NUTRICIÓN

¡Y MUCHAS SORPRESAS MÁS!

¡ ¡TE ESPERAMOS!!

DÍAS 4 Y 5 DE FEBREO 2024

¡COMPORTE UN TALLER DE COCINA VEGANA Y UNA PLÁTICA INTERACTIVA CON DEYANIRA Y ALFONSO DEL CANAL DE YOUTUBE:

“COCINA VEGAN FÁCIL”

Dirección: Andador turístico, Prolongación 20 de Noviembre, esquina con Av Américas. ZAPOPAN, JALISCO.

PERSONALIDADES QUE LLEVAN UNA ALIMENTACIÓN VEGANA- HOWARD LYMAN

Ex granjero Industrial

Renombrado conferencista, escritor y abogado de los animales.

Ahora Vegano

Entre otros premios ha recibido el Peace Abbey Courage of Conscience Award, por su liderazgo en el movimiento por los derechos de los animales.

Escritor del libro "Mad Cowboy" y el recetario vegano "No more Bull!"

Fue la cuarta generación de granjeros, estuvo involucrado directamente en la granja industrial en la producción de lácteos, puercos, gallinas, carne, ganadería, ternera, granos y heno.

Al vivir de cerca el maltrato y las condiciones tan inhumanas con las que eran tratados los animales decidió renunciar a todo lo que por generaciones habían venido haciendo, decidió convertir su granja en siembra de vegetales orgánicos, dejó el consumo de lácteos y carne, decidiéndose por la alimentación vegana.

Se ha dedicado a dar conferencias y a escribir libros para concienciar sobre esta inhumana práctica, abogando por los derechos de los animales.

"Viviendo en la granja aprendí que una vaca puede tomar a su becerro de entre cientos de otros becerros sin jamás cometer un error. Nuestros caballos respondían a comandos verbales, así que no había duda sobre su entendimiento de las palabras sin embargo, nosotros sí teníamos problemas con las suyas."

"Vivir mi vida como ahora lo hago, como un total vegano, me da gran satisfacción sabiendo que ningún animal tiene que morir para que yo pueda vivir."

"Mi experiencia de vida me ha dado un mayor entendimiento de lo que está sucediendo y del error en la creencia sobre algo llamada matanza "humana".

"Los animales tienen familias y sentimientos, así que, el pensar que la amabilidad antes de matarlos es la respuesta es algo completamente erróneo.

Los humanos no tenemos la necesidad de productos de origen

animal. Y cuando consumimos estos productos no sólo los estamos matando, ya que a largo plazo estamos matando al planeta y a nosotros mismos”.

“No puedes llamarte ambientalista y comer carne. punto.º

Howard Lyman.

FUENTES

JOE VIDEN Y EL PESCADO...

PETA le propone a Biden una cuaresma con pescado frito vegano

El presidente Joe Biden, católico, acostumbra no consumir carne roja durante la cuaresma y optar por el pescado, lo que ha aprovechado la asociación PETA para alentarle a ir más allá y considerar no consumir pescado ni productos animales durante la cuaresma, es decir, ser vegano durante ese tiempo. La propuesta, enviada por medio de un correo, es que PETA organice una comida en la Casa Blanca en la que ofrezca tofish o pescado de tofu y, como postre, helado libre de lácteos. De esta manera se busca que el presidente sea un ejemplo a seguir para la población católica al aceptar el veganismo durante la cuaresma.

Fecha de la noticia: 18 febrero 2023 eltiempolatino. com

TE INVITAMOS A VER ESTA RECETA DE BACALAO VEGANO

PERSONALIDADES QUE LLEVAN UNA ALIMENTACIÓN VEGANA- PETER DINKLAGE

Actor de cine, televisión y teatro estadounidense.

Reconocido por su papel de Tyrion Lannister en la serie Juego de tronos.

Ganador de dos Emmy y un Globo de Oro

Ha actuado en cerca de 50 películas y 14 series de televisión.

Peter Dinklage fue vegetariano desde la niñez, porque siempre a sentido respeto por los animales, recientemente lleva la alimentación vegana.

Participó en un video titulado FACE YOUR FOOD, "Quizá querrás dejar de verlo, pero, esto es por lo que pagas cada que compras carne, huevo y lácteos."

En la serie Juego de Tronos, cuando Peter Dinklage debe comer carne, lo que realmente esta comiendo es tofu (derivado de soya)

"Quiero a los animales, a todos los animales.

No dañaría a un gato o a un perro,

a una gallina o a una vaca.

Y no diría a nadie que los dañara por mí.

Es por eso que soy vegano."

-Peter Dinklage

FUENTES

PERSONALIDADES QUE LLEVAN UNA ALIMENTACIÓN VEGANA- JANE GOODALL

(Vegetariana)

Primatóloga, etóloga y antropóloga nacida en Londres en 1934

Dra. Jane Goodall

Es considerada la mayor experta en chimpancés por su estudio de 55 años de duración sobre las interacciones sociales y familiares de los chimpancés salvajes.

Fundadora del Instituto Jane Goodall

Trabajadora en asuntos de conservación y bienestar animal.

Ha recibido más de 100 premios internacionales.

Ha escrito artículos y numerosos libros entre los que se encuentran:

- "Vida y costumbres de los chimpancés."
- "Treinta años estudiando a los chimpancés."
- "Esperanza para los animales en el mundo."

"Cuando conoces a los chimpancés, conoces personalidades individuales. Cuando un chimpancé bebé te mira, es como un bebé humano. Tenemos una responsabilidad con ellos."

"Deberíamos tener respeto por los animales, porque eso nos hace seres humanos a todos."

-Dr. Jane Goodall

"Me convertí en vegetariana porque leí un libro sobre granja industrial intensiva y quedé en shock porque no sabía que los animales eran tratados de esa manera, la siguiente vez que vi un pedazo de carne en mi plato pensé, esto simboliza miedo,

dolor y muerte. Así que no comeré eso. Ahora sabemos que el intenso consumo de carne es terriblemente dañino para el ambiente, así como terriblemente cruel.”

FUENTES

de Facebook:

VEGANISMO POLÍTICO?

¿MOVIMIENTO

Veganismo: por qué deberíamos verlo como un movimiento político en lugar de una opción dietética.

El veganismo, si bien por muchos es asociado a un estilo de vida o una dieta a elección del individuo, hay otra perspectiva que lo concibe como un movimiento político que, como tal, tiene miras al cambio. Estos cambios son la búsqueda de la minimización u erradicación total de las industrias y las actividades en general que dañan deliberadamente y comprometen el bienestar animal. Sin embargo, se aclara que para lograr la fuerza de un movimiento político es necesario soltar el ideal de la perfección al aceptar que es inevitable el daño a la vida animal por el mero hecho de ser parte de este mundo, sin embargo, el objetivo es minimizar esta afectación en la mayor medida posible.

FUENTE

Fecha de la noticia: 24 enero 2023 theconversation.com

LA DESPENSA VEGANA

Queremos compartir algunos productos o ingredientes que tenemos en nuestra despensa.

Para la elaboración de las recetas saludables y veganas, recetas sin carne o productos de origen animal que en este canal te presentamos.

Despensa básica en la cocina vegana:

- Tofu
- Azúcar (coco, mascabado, orgánica, miel de agave)
- Leche en polvo
- Ajo en polvo
- Tomillo
- Cebolla en polvo
- Pimienta
- Cúrcuma
- Romero seco
- Orégano
- Sal de mar
- Levadura nutricional
- Garbanzo
- Avena

- Quinoa
- Tapioca
- Almendras
- Nueces
- Aceite de oliva
- Aceite de coco
- Aceite vegetal (Canola, girasol, soya, cártamo, ajonjolí, aguacate, etc.)
- Frijol
- Lentejas
- Arroz
- Frijol de soya
- Linaza
- Chía
- Soya texturizada
- Pepita de calabaza
- Ajonjolí o sésamo
- Harina de trigo
- Fécula de maíz
- Harina de arroz
- Harina de garbanzo
- Harina de avena
- Polvo para hornear (Royal) – Pastas (sin huevo) – Harina de

maíz

- Pan molido
- Azúcar glas o impalpable
- Salsa de soya
- Vinagre (blanco. de manzana y balsámico) – -Arándanos
- Coco rallado
- Semillas de girasol

TE INVITAMOS A VER ESTE VIDEO SOBRE LA DESPENSA VEGANA.

PERSONALIDADES QUE LLEVAN UNA ALIMENTACIÓN VEGANA- ALEXEY VOEVODA

Ruso de 1'94 metros de estatura y entre 114 y 126 kilos de peso.

Competidor Olímpico de bobsleigh

Competidor profesional de vencidas

Practicante olímpico de Judo.

(vegano)

Premios en competencias en bobsleigh

Ganador de 3 medallas de Oro en olimpiadas

Ganador de 1 medalla de plata en olimpiadas

Ganador de 2 medallas de Bronce en olimpiadas

Ganador de varias competencias de vencidas a nivel

profesional.

Su triunfo sobre el legendario competidor de vencidas John Brzenk lo inmortalizó en un documental titulado "Pulling John" dirigido por Sevan Matossian.

"Noté muchos beneficios desde que soy vegano.

Primero, ya no como el sufrimiento o el dolor de animales indefensos.

Segundo, mi cuerpo se ha hecho más liviano.

Tercero, en mi profesión la flexibilidad y elasticidad son increíblemente importantes, y yo aumenté ambas.

Y cuarto, ahora casi nunca sufro de resfriados o gripe."

"Un hombre puede vivir y sano sin matar animales para alimentarse; por lo tanto, si come carne, participa en quitar la vida a de animal por su apetito. Y actuar así es inmoral."

– Alexey Voevoda

FUENTES