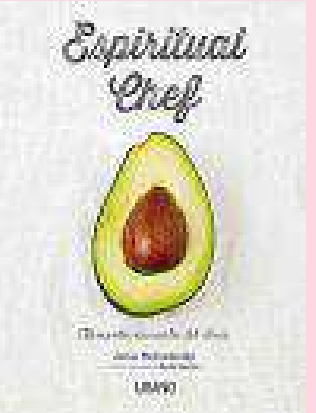
LA 'RAW-EVOLUCIÓN'

Cambiar la forma de comer transforma a las personas y Javier Medvedovsky, la gran figura en España de la nueva tendencia gastronómica conocida como *raw food*, así lo predica. En su libro *Espiritual chef* (Urano), el creador del proyecto con este mismo nombre y cocinero innovador, invita al lector a conocer el movimiento de la alimentación viva, una dieta, medicina y filosofía vital que aporta consciencia y amor al propio proceso de cocinar para después comer.