
Ricette Di Dolce E Salato Alice

Le favole sull'alimentazione. Per mangiarti meglio
Dizionario Larousse della civiltà romana
Cucina Crudista Vegana Per Tutte Le Stagioni
Mille ricette della cucina italiana. Il più grande e ricco libro illustrato dedicato alla tavola del nostro paese
La cucina napoletana
LE RICETTE VEGANE DELLA NONNA
500 ricette con la quinoa
Profumi di agrumi. Ricette creative tra il dolce e il salato
Il paese dei maccheroni
Ricette della tradizione siciliana
La pasta madre. 64 ricette illustrate di pane, dolci e stuzzichini salati
Le cucine del mondo
Cioccolato Codex Nero Fondente
Ricette a buffet
A tavola con i Romani antichi
La Staffetta di cucina cioccheciò
Spezie
Facili e saporite ricette chetogeniche per la crockpot
Mix & drink. Come preparare cocktail con le tecniche del barchef
Vietnam
La cucina italiana
Pop. La nuova grande cucina italiana. D'O, ricette e gioco di squadra
Apericena sfiziosa
Il riposo della polpetta e altre storie intorno al cibo
L'Italia dei dolci
Cavolo che design. 70 ricette con le verdure
Le ricette del blog
Dieta dell'Intestino In italiano/ Intestine Diet In Italian
PROFUMO DI CIOCCOLATO
Ars culinaria
Alberghi e ristoranti d'Italia
Arcipelago patate e mondo zucca - Ricette di Casa
La cucina del monastero. Ricette di cucina naturale per ogni stagione
Rinascimento a tavola
La veganista ricette al forno. Dolce e salato senza prodotti di origine animale
FOOD&WOD 2 - All about food - Strategie e ricette per nutrire corpo e mente
Viaggio nell'emisfero del gusto
Perdere peso: libro di ricette dietetiche (per chi ama le diete per dimagrire)
Vietnam

JOSE HUANG

Le favole sull'alimentazione. Per mangiarti meglio

Edizioni Zem

La grande avventura delle spezie nella cucina, nella storia e nel mito. Un racconto tutto pepe!

Corrado Augias La storia di una delle categorie alimentari più interessanti e controverse, affascinanti come può esserlo solo il superfluo. Carlo Petrini

Alla noce moscata si deve che New York non si chiami Nuova Amsterdam. Infatti gli olandesi

barattarono con gli inglesi le proprie conquiste in America per non trovarseli tra i piedi nelle Molucche, dove si produceva questa spezia. È solo uno degli episodi che dimostrano, come spiega Antinucci, come la grande storia sia strettamente connessa alle spezie. Ma questo libro è anche un libro di ricette, riportate da famosi cuochi e

gastronomi secolo dopo secolo. Scopriremo, ad esempio, che per gustare pietanze simili a quelle della Roma Imperiale non conviene prenotare in un'osteria di Trastevere, ma piuttosto in un ristorante cinese di Shanghai. Rocco Moliterni, "Tuttolibri"

Dall'"invenzione" della

speculazione finanziaria all'apertura di nuove rotte: zenzero, cannella, noce moscata, curcuma, pepe, zafferano hanno cambiato la storia. Nicola Saldutti, "Corriere della Sera"

Dizionario Larousse della civiltà romana

Feltrinelli Editore

Stufi di stare ai fornelli?

Divertitevi con la non-cucina crudista vegana, adatta a tutte le stagioni!

Con le ricette di questo libro, dal salato al dolce, potrete preparare in pochi minuti piatti sfiziosi tutti da gustare ... Mangiare consapevole, sano, etico, divertendosi a preparare: adesso si pu... A chi gi vegano, a chi ancora onnivoro e scettico, a chi soffre di intolleranze alimentari, a chi non ha mai amato la carne e la mangiava per convenzione sociale, a chi imbranato a cucinare e vorrebbe fare un figurone da chef con gli amici, a chi odia stare ai fornelli....questo libro si rivolge a tutti voi!

**Cucina Crudista
Vegana Per Tutte Le
Stagioni** HOEPLI EDITORE

Perchè un "altro" libro di cucina?. La risposta è nei numeri del mio blog "Arte e Cucina da Clo" dal quale ho estratto le ricette di questo libro: due anni e mezzo di lavoro, 250 post

pubblicati, 1500 commenti, 120.000 contatti, 311 lettori fissi ai quali vorrei dare una risposta. Per seguire le ricette di questo libro non c'è bisogno di essere uno chef, di avere un'attrezzatura di cucina da grande ristorante, di trovare ingredienti complicati. Ma solo di un pò di buona volontà e del bisogno di offrire ai propri invitati ed alla propria famiglia delle preparazioni d'effetto e di gusto. La scelta di pubblicare una raccolta di ricette di dolci tra le tante tipologie contenute nel blog è stata semplice: ho seguito il mio gusto di appassionata di dolci, di torte, di muffin e creme. La suddivisione in più sezioni è dovuta alla necessità di fornire un quadro più completo possibile partendo dalle preparazioni di base fino ad arrivare a quelle più complicate e d'effetto

**Mille ricette della
cucina italiana. Il più
grande e ricco libro
illustrato dedicato alla
tavola del nostro paese**

Gremese Editore

Piatti salutari, senza glutine, proteici e tutti da provare Scopri le ricette più golose con l'ingrediente del momento

Praticamente sconosciuta, fino a qualche tempo fa, la quinoa ha rapidamente

pubblicati, 1500 commenti, 120.000 contatti, 311 lettori fissi ai quali vorrei dare una risposta. Per seguire le ricette di questo libro non c'è bisogno di essere uno chef, di avere un'attrezzatura di cucina da grande ristorante, di trovare ingredienti complicati. Ma solo di un pò di buona volontà e del bisogno di offrire ai propri invitati ed alla propria famiglia delle preparazioni d'effetto e di gusto. La scelta di pubblicare una raccolta di ricette di dolci tra le tante tipologie contenute nel blog è stata semplice: ho seguito il mio gusto di appassionata di dolci, di torte, di muffin e creme. La suddivisione in più sezioni è dovuta alla necessità di fornire un quadro più completo possibile partendo dalle preparazioni di base fino ad arrivare a quelle più complicate e d'effetto

**Mille ricette della
cucina italiana. Il più
grande e ricco libro
illustrato dedicato alla
tavola del nostro paese**

Gremese Editore

Piatti salutari, senza glutine, proteici e tutti da provare Scopri le ricette più golose con l'ingrediente del momento

Praticamente sconosciuta, fino a qualche tempo fa, la quinoa ha rapidamente

pubblicati, 1500 commenti, 120.000 contatti, 311 lettori fissi ai quali vorrei dare una risposta. Per seguire le ricette di questo libro non c'è bisogno di essere uno chef, di avere un'attrezzatura di cucina da grande ristorante, di trovare ingredienti complicati. Ma solo di un pò di buona volontà e del bisogno di offrire ai propri invitati ed alla propria famiglia delle preparazioni d'effetto e di gusto. La scelta di pubblicare una raccolta di ricette di dolci tra le tante tipologie contenute nel blog è stata semplice: ho seguito il mio gusto di appassionata di dolci, di torte, di muffin e creme. La suddivisione in più sezioni è dovuta alla necessità di fornire un quadro più completo possibile partendo dalle preparazioni di base fino ad arrivare a quelle più complicate e d'effetto

**Mille ricette della
cucina italiana. Il più
grande e ricco libro
illustrato dedicato alla
tavola del nostro paese**

Gremese Editore

Piatti salutari, senza glutine, proteici e tutti da provare Scopri le ricette più golose con l'ingrediente del momento

Praticamente sconosciuta, fino a qualche tempo fa, la quinoa ha rapidamente

pubblicati, 1500 commenti, 120.000 contatti, 311 lettori fissi ai quali vorrei dare una risposta. Per seguire le ricette di questo libro non c'è bisogno di essere uno chef, di avere un'attrezzatura di cucina da grande ristorante, di trovare ingredienti complicati. Ma solo di un pò di buona volontà e del bisogno di offrire ai propri invitati ed alla propria famiglia delle preparazioni d'effetto e di gusto. La scelta di pubblicare una raccolta di ricette di dolci tra le tante tipologie contenute nel blog è stata semplice: ho seguito il mio gusto di appassionata di dolci, di torte, di muffin e creme. La suddivisione in più sezioni è dovuta alla necessità di fornire un quadro più completo possibile partendo dalle preparazioni di base fino ad arrivare a quelle più complicate e d'effetto

**Mille ricette della
cucina italiana. Il più
grande e ricco libro
illustrato dedicato alla
tavola del nostro paese**

Gremese Editore

Piatti salutari, senza glutine, proteici e tutti da provare Scopri le ricette più golose con l'ingrediente del momento

Praticamente sconosciuta, fino a qualche tempo fa, la quinoa ha rapidamente

conquistato le tavole di tutto il mondo e si è imposta come un super-alimento, immancabile nella spesa di chi è attento alla salute. Ricca di proteine, e in particolare di proteine che includono tutti gli aminoacidi essenziali, è anche una eccezionale fonte di magnesio, folati, fosforo, ferro e fibre. È l'ingrediente ideale insomma per l'alimentazione dei vegetariani e dei vegani, e in più è priva di glutine, quindi indicata per chi è intollerante o celiaco. L'ottimo sapore della quinoa ne consente la versatilità in cucina: troverete qui raccolte le 500 migliori ricette che spaziano dai dolci per la colazione alle zuppe, senza trascurare gli hamburger, le polpette, le ricette di pane, le insalate, gli stuzzichini e tanti appetitosi dessert. L'acquolina in bocca è assicurata! Camilla V. Saulsbury è un'esperta nutrizionista e una personal trainer; scrive di cibo, insegna a cucinare e inventa nuove ricette. Ha collaborato con vari canali tematici televisivi e con il «New York Times». È laureata in sociologia con una specializzazione in studi sull'alimentazione. Con la Newton Compton

ha pubblicato 750 ricette per il muffin perfetto e 500 ricette con la quinoa.

La cucina napoletana

Gius. Laterza & Figli Spa
 Il vino in cucina -
 L'abbinamento cibo-vino nel tempo - Abbinamento e cultura - I fattori culturali - Abbinamenti particolari - Elementi di fisiologia sensoriale - La degustazione del cibo - La degustazione del vino - Le schede di valutazione dell'abbinamento.

LE RICETTE VEGANE DELLA NONNA Donzelli Editore

Un viaggio a ritroso nel tempo, tra le mense e le dispense dei nostri antenati, alla ricerca delle origini remote della tradizione culinaria italiana. Un itinerario culturale non meno che gastronomico, per portare alle luce, nelle cucine regionali, i gusti e i sapori che ci provengono dal mondo italico e greco-romano. Si scopre così, tra queste pagine, che è soprattutto nei piatti della cucina povera e quella dei contadini, degli artigiani, dei bottegai che si rintracciano le radici di una tradizione che si perde nel tempo, e che grazie a massaie inconsapevoli è giunta fino alle nostre tavole, sia pure con le inevitabili varianti dovute al

trascorrere dei secoli. Un percorso di lettura e di sapori che passa in rassegna i frutti della terra coltivati dagli antichi e i loro alimenti animali, l'uso del vino, del miele e dei condimenti grassi; come pure i sistemi di cottura, le forme di preparazione e di conservazione dei cibi, gli utensili, le portate. Attingendo alle pagine più vive di Catone, Apicio, Ateneo, Plinio, Columella e ad altri classici, le autrici ci illustrano l'antica arte culinaria e le usanze di un tempo, i leggendari convivi, le rituali libagioni. E attraverso una messe di informazioni, curiosità e aneddoti ci aiutano a guardare nei nostri piatti, per riconoscere le antiche persistenze, accompagnandoci al tempo stesso nella sperimentazione di ricette millenarie, lungo il filo delle tradizioni gastronomiche regionali. *500 ricette con la quinoa* EDT srl
 State lottando su come far entrare correttamente i batteri buoni nel vostro intestino? Tutti gli alimenti che mangiamo hanno un beneficio per i nostri valori nutrizionali. Tuttavia, alcuni degli alimenti che mangiamo possono essere dannosi per il nostro intestino.

Quando il nostro intestino non è sano, anche il nostro sistema non lo è. Perderemo il sonno, forse diventeremo depressi e persino aumenteremo di peso. I problemi intestinali sono una preoccupazione di oltre il 50% della popolazione negli Stati Uniti. Questo libro vi aiuterà ad ottenere una salute intestinale corretta attraverso il consumo di buoni alimenti batterici e probiotici, insieme a cibi fermentati! Questo libro sarà un punto fermo per voi nel cambiare il vostro stile di vita e nel mantenere la vostra salute intestinale. Ci sono diverse ricette in questo libro che si dovrebbe aiutare a trovare le ricette giuste per le vostre esigenze. Si sono inoltre forniti con la possibilità di avere un primo passo per ottenere la vostra salute dell'intestino sotto controllo. Di seguito è riportato un elenco di ogni ricetta che è disponibile per voi qui: Pane Tostato Dolce E Salato Avena Con Semi Di Papavero Al Limone Cereali Per La Colazione Con Banane, Mirtilli E Noci Tofu Strapazzato sul Pane Tostato Muffin Con Semi Di Papavero Al Limone Frullato Di Curcuma Di More Muffin Con Spezie Di Zucca Patè Di Noci Ai

Funghi Insalata Di Cereali Agli Agrumi Zuppa Di Carote Allo Zenzero Zuppa Di Lenticchie Al Limone E molto altro ancora!

Profumi di agrumi. Ricette creative tra il dolce e il salato Youcanprint

Questo libro vuole muovere le coscienze e regalare un nuovo punto di vista sul significato di corretta alimentazione, sfatando i miti diffusi sull'argomento, le "FAVOLE" che ci vengono raccontate e tramandate in maniera infondata. Queste alimentano errate convinzioni sulla nutrizione ed inducono a scelte alimentari sbagliate, reale pericolo della società moderna. La minaccia, metaforicamente rappresentata da un lupo travestito da nonna, si cela infatti dietro figure rassicuranti, come una nonna appunto, un genitore, ma perfino il sistema di refezione scolastica od ospedaliera, che, con l'intenzione di fare del bene, non svincolandosi da errori alimentari comuni e tramandati, promossi a verità senza fondamento scientifico, in realtà diffondono la maggior insidia dei giorni nostri: il cibo dannoso, base delle malattie croniche. È un

libro alla portata di tutti gli adulti, del settore e non, perché possano aiutare se stessi e le generazioni future a scegliere consapevolmente un percorso alimentare anti-infiammatorio per una vita migliore.

Il paese dei maccheroni
Gribaudo

Viaggio nell'emisfero del gusto rappresenta un'avventura (una sorta di viaggio appunto) che si snoda attraverso un percorso articolato di costumi, colori, spazi ed emozioni, dove la cultura della tradizione culinaria italiana sconfinava nelle note colorite di cucina etnica, indossando spesso i panni della mia cucina personale. L'estro e la creatività, spesso solo accennate, aprono una finestra di sperimentazione che talvolta si dissocia dal rigore del "classico". Sensazioni ed emozioni legate al gusto si fondono nel tentativo di rompere gli schemi monotoni della ripetitività, fino ad abbozzare una simbiosi con l'arte e l'estetica. Elementi di completamento come l'accostamento ai vini, la conoscenza degli aromi e delle spezie, cenni sulla palatabilità, in un contesto che sa di velata

formazione alla cucina, impreziosiscono l'opera. "Viaggio nell'emisfero del gusto", costituisce un itinerario di viaggio flessibile, ma rigoroso per chi volesse affrontare un modo alternativo per avvicinarsi al fantastico mondo della cucina.

Ricette della tradizione siciliana Edagricole-New Business Media

L'illustrazione esemplare di una ricerca e di una riflessione di storia totale che riesce a combinare idee, valori e pratiche. E anche una storia d'Italia e degli italiani spiegata con realismo concreto, sapienza e umorismo. Un bel libro. Jacques Le Goff Un libro gradevolissimo che ci guida a un ritorno all'amore per il convito come momento essenziale nella storia del vivere civile. Tullio Gregory

La pasta madre. 64 ricette illustrate di pane, dolci e stuzzichini salati Editrice Compositori

La veganista ricette al forno. Dolce e salato senza prodotti di origine animale La pasta madre. 64 ricette illustrate di pane, dolci e stuzzichini salati Edagricole-New Business Media Mille ricette della cucina italiana. Il più grande e ricco libro illustrato dedicato alla tavola del

nostro paese Rizzoli Vietnam EDT srl Ars culinaria Donzelli Editore

Le cucine del mondo

HOEPLI EDITORE

Un godibilissimo excursus sulla storia del cibo raccontata dal punto di vista del cervello più che delle viscere. Faccio subito un esempio molto significativo: il pane.

Questo alimento fondamentale, anche se un po' trascurato nelle culture del benessere, rappresenta una vera e propria 'invenzione'. Corrado Augias, "il venerdì di Repubblica" Un patrimonio di sapienze tradizionali, un repertorio di consuetudini alimentari dal Medioevo in qua.

Edmondo Berselli, "la Repubblica" Massimo Montanari ragiona con sapiente buon umore di riti conviviali, ricette, sapienza filosofica, culture che si ibridano nel piacere dell'esperimento e della scoperta, nell'esperienza comunitaria ed etica della condivisione. Antonio Calabrò, "Il Mondo" Massimo Montanari coglie nel profondo la dimensione culturale del 'fare cucina', la sua forza rappresentativa dei valori, dei simboli, dei significati dell'identità stessa delle comunità che di tali pratiche alimentari si sono

nutrite. Angelo Varni, "Il Sole 24 Ore"

Cioccolato Codex Nero Fondente Edizioni

Demetra

I genitori di Rose hanno una pasticceria, la Bliss Bakery. E i loro sono dolci magici; nel vero senso della parola! I genitori di Rose hanno anche un segreto: è il Magiricettario, un antico volume che raccoglie ricette magiche, come i Ciococroissant della Felicità e la Torta Tornaindietro alle more;

Ricette a buffet Donzelli Editore

Vuoi festeggiare la tua nuova casa e non sai che cosa preparare per l'aperitivo? La risposta alla tua domanda è una sola: hai bisogno di una... ricettina! In questo volume: tante idee da assaporare un boccone dopo l'altro!

A tavola con i Romani antichi Gius. Laterza & Figli Spa

Perdete peso. Vivete sani. Risparmiate tempo. La dieta chetogenica da enormi benefici per la perdita di peso e uno stile di vita sano. Ma uno dei principali vantaggi è il controllo che vi può dare sulle vostre abitudini alimentari. Questo è reso ancora più facile quando avete una raccolta di facili ricette da seguire. I pasti

presentati in "Facili e Saporite Ricette Chetogeniche per Crockpot" vi permetteranno di mangiare sani piatti a basso contenuto di carboidrati con la giusta proporzione di grassi, proteine e altri elementi nutrizionali vitali. Mangiando questi piatti vi aiuterà anche a stare lontani da abitudini alimentari poco salubri che minano le possibilità che perdiate peso. Le grandi ricette contenute in questo libro sono tutte chetogeniche e possono essere cotte in una crock-pot (pentola a cottura lenta). Questo significa che oltre ad essere salutari, sono anche facili e comode per le persone che non hanno molto tempo da dedicare alla cucina. Ottimo per quei giorni in cui sei impagnata, pigra o semplicemente stanca. Inoltre, le vostre sessioni in cucina sono facilitate da istruzioni passo passo per ogni ricetta. La maggior parte delle ricette non richiedono cotture precedenti, quindi potete semplicemente mettere gli ingredienti nella vostra crock-pot e impostare il timer. Ci sono anche suggerimenti per preparare pasti più saporiti. Dato che vi sono

50 ricette in questo libro, pianificando e usando la fantasia potete farlo durare due mesi (poi ricominciate da capo!). Non dovrete più sprecare tempo prezioso cercando in internet le ricette per preparare piatti per voi o la vostra famiglia. Ecco alcune delle ricette contenute nel libro: Pollo al Formaggio e Spaghetti di Zucchine Pollo al Curry e Cocco Petti di Pollo Ripieni alla Greca Maiale al Pomodoro Speziato Sfilacci di Maiale al Cocco e Citronella Polpettone Italiano con Zucchine Bistecche Svizzere Speziate Jambalaya Crock-pot Pizza al Formaggio
La Staffetta di cucina cioccheciò Newton Compton Editori Unico ed entusiasmante, il Vietnam è una meta eccezionale per i buongustai e per gli amanti delle spiagge, un paese di grande interesse culturale in cui si può ancora viaggiare spendendo poco. **Spezie** La veganista ricette al forno. Dolce e salato senza prodotti di origine animale La pasta madre. 64 ricette illustrate di pane, dolci e stuzzichini salati Gli addominali si costruiscono in cucina, ma contare le calorie non serve a niente. Melissa lo

sa bene e ha deciso di farlo sapere agli altri. Con i tre eBook di FOOD&WOD si è messa in gioco anche per sfatare il mito della dieta e condividere tantissimi consigli per una vita più salutare. Come? Provandolo sulla propria pelle. Trovare l'equilibrio non è stato semplice, tanto che l'incontro con la filosofia alimentare dell'Intuitive Eating potrebbe sembrare un segno del destino. In questo secondo episodio Melissa ne esplora i 10 principi cardine, arricchendo il racconto con la propria esperienza. Il tocco in più? Suggerimenti pratici e ricette gustose che vi faranno cambiare idea sul modo di vedere il cibo sano e dimenticare qualsiasi dieta abbiate provato in passato. [Facili e saporite ricette chetogeniche per la crockpot goWare](#) Un colore scuro e l'inconfondibile gusto che lascia una nota di amaro in bocca, questo è il cioccolato fondente, presentato in questo volume in tutti i passaggi che stanno dietro a una semplice tavoletta, con le sue caratteristiche nutrizionali e il suo gusto apprezzato per diverse ragioni. Un libro dedicato al solo cioccolato

fondente: dalla pianta al suo frutto profumato, dalla raccolta alla molitura, dalla massa di cacao alle tavolette, per poi passare alle tecniche di degustazione, agli abbinamenti e per concludere con il nero fondente come ingrediente principe di ricette stellate. La parte dedicata alla degustazione fornisce le linee guida per valutare il cioccolato fondente attraverso tutti i sensi, creando una vera esperienza sensoriale. L'abbinamento con le bevande, quali caffè, acqua, birra, tè e distillati, che coinvolge i professionisti del settore, lascia spazio anche agli appassionati che scopriranno i segreti di queste unioni felici. Un ricettario stellato chiude il volume, senza lasciare così l'amaro in bocca. Un viaggio che ha inizio dalla presentazione delle diverse varietà di piante coltivate, passa alla conoscenza del frutto, alle caratteristiche e ai valori nutrizionali della cabossa, della polpa e delle fave di cacao fresche che contiene al suo interno, fino a introdurre alcuni cenni storici che legano il cioccolato a storie e leggende lontane. La degustazione del

cioccolato che avviene attraverso i cinque sensi e la tavola con le principali sensazioni e percezioni del fondente è un ulteriore e diverso strumento di guida, altrettanto valido e ricco di sorprese. Le tavolette degustate vanno dal fondente extra 85% a un fondente extra con semi di cacao, all'arancia, pistacchio fino al sapore intenso e particolare della tavoletta con i cristalli di zenzero o fondente al 95%. Infine un capitolo sull'utilizzo del cioccolato nella ristorazione. Dal nero fondente i grandi chef hanno saputo scovare il meglio e lo hanno usato per la realizzazione di piatti particolari, ma equilibrati nella composizione e nel sapore.

Mix & drink. Come preparare cocktail con le tecniche del barchef

Touring Editore
Napoli è un mondo a parte fatto di mille mondi, come dimostra del resto la sua gastronomia. Come non esisterebbe la lingua italiana senza la Toscana, così non ci sarebbe la cucina italiana senza Napoli: pizza, pasta, caffè, mozzarella, limoncello sono solo alcuni dei simboli di una cucina eterna e radicata nelle abitudini della gente. Il

cibo per i napoletani è talmente importante che non hanno un sostantivo per chiamarlo: usano il verbo mangiare che diventa sostantivo o magnà, ossia il mangiare. C'è la tradizione di terra perché prima i napoletani erano soprannominati mangiafoglie grazie alla fertilità del suolo vulcanico che conferisce un sapore unico alle verdure, agli ortaggi e alla frutta, poi la cucina marinara, e ancora lo street food popolare con la pizza, le frittatine di maccheroni, le palle di riso, la pasticceria da passeggio (sfogliatelle, babà, zeppole), la cucina nobile portata dai monzù tra la fine del Settecento e l'inizio dell'Ottocento, la cucina borghese del Novecento italiano, quella moderna dei cuochi stellati. Per il napoletano o magnà costituisce il centro della giornata: che cosa sarebbe una domenica senza il Napoli e il ragù? [Vietnam](#) Tilcan Group Limited
Salve a tutti! Sono la Nonna Rosa, vivo sulle sponde del lago di Como e gestisco da tanti anni una graziosa trattoria sempre affollata di turisti e clienti abituali. La cucina è da sempre la mia grande passione. Sin da piccola

passavo ore e ore a guardare la mia nonna cucinare e spesso ne vestivo anche i panni di aiutante chef. Da grande ho avuto la fortuna di trasformare questa mia passione in un mestiere, quando ho iniziato a lavorare giovanissima nel migliore ristorante di Lecco. Grazie a tanti sacrifici e tanta passione, ho poi avverato il sogno della mia vita, aprendo un ristorantino tutto mio, potendomi finalmente esprimere al massimo della mia creatività culinaria. Sai, oggi il vegano è tanto di moda ma io ho sposato questa filosofia di vita già negli anni '70 quando a pensarla così eravamo proprio una tribù. Da allora mi sono specializzata nella "cucina green", con la missione di non trascurare mai il gusto e la gioia della tavola, intesa come

ricercatezza dei piatti e degli ingredienti. Sin da quegli anni ho iniziato a sperimentare e a trascrivere le ricette di maggior successo. Erano stesso i miei clienti a chiedermi di volta in volta questo o quel piatto particolarmente riuscito. E c'era gente che veniva appositamente da Milano nel week end per mangiare i miei piatti veg. Rosa, mi dicevano, come cucini tu a Milano nessuno! E persino i non veg si complimentavano per aver pranzato o cenato in modo ricco e saporito senza che gli mancasse nulla. Oggi assistiamo a un vero e proprio boom del vegano e così ho deciso di scrivere questo libro con le mie migliori ricette. Sapete quanta gente conosco che negli ultimi anni si è appassionata al mondo vegano? Davvero tanti e insospettabili. Ma

questo libro si rivolge a tutti. Anche a te mamma che hai una figlia vegana e vuoi imparare a cucinarle cose buone, sane e saporite. O a te, che sei un appassionato di cucina e vuoi ampliare i tuoi orizzonti verso la cucina vegana. Spero che possiate apprezzare questo mio modesto lavoro, fatto di tanta passione ed esperienza. Ho cercato di descrivervi le ricette in modo meno freddo e asettico rispetto ai classici manuali di cucina. Ho immaginato che tu fossi qui accanto a me in cucina, aiutandomi a preparare qualcosa di buono, insieme. Questo è stato lo spirito con cui ho scritto questo libro e spero che tu possa apprezzarlo. Ma adesso, bando alle ciance, passiamo ai fornelli! Pronti? Buona lettura e viva la cucina veg! La Nonna Rosa

Best Sellers - Books :

- [It's Not Summer Without You](#)
- [Twisted Lies \(twisted, 4\)](#)
- [We'll Always Have Summer \(the Summer I Turned Pretty\) By Jenny Han](#)
- [Meditations: A New Translation By Marcus Aurelius](#)
- [The Untethered Soul: The Journey Beyond Yourself](#)
- [Playground](#)
- [I Love You Like No Otter: A Funny And Sweet Board Book For Babies And Toddlers \(punderland\)](#)
- [The Silent Patient](#)
- [My First Library : Boxset Of 10 Board Books For Kids](#)
- [Ugly Love: A Novel By Colleen Hoover](#)