

in libreria

*Qualche utile consiglio
per arricchire la vostra
raccolta di testi di cucina*



Quanto cucinare è un piacere



Un libro ricco di spunti per chi ama davvero il buon cibo. La prima parte è ricca di trucchi e segreti, con preziosi consigli anche su come utilizzare al meglio la tecnologia. Segue poi il ricettario diviso per tipologia di pasto, dalla colazione alla cena.

La cucina senza tempo (da perdere), di MonnyB, Gribaudo editore, 144 pagine 17,90 €.

Occhio... al peso!

Uno degli aspetti più noiosi delle diete sta nel pesare gli alimenti per rimanere entro i limiti quotidiani imposti. Con questo nuovo metodo ideato da una famosa nutrizionista, si impara a pesare a occhio gli ingredienti, per arrivare a perdere 3 chili in 21 giorni, oppure 1 chilo in 3 giorni. E in più tanti consigli per una corretta alimentazione.

Dimagrire senza bilancia, di Maria Makarovic, Mondadori Editore, 168 pagine, 19,00 €.



Tra sacro e profano

Il cibo non è solo una gioia per il palato. La cultura gastronomica di un popolo mette in evidenza aspetti che si fondono con la storia, l'antropologia, le religioni. Questo è un libro di ricette



popolari che trova le sue radici in storie, che hanno come protagonisti i Santi, in una zona d'Italia, la Romagna, che non ha bisogno di presentazione.

Diavoli e Santi a Bagno Maria, a cura di Antonietta Milani, Menabò editore, 254 pagine, 15,00 €.