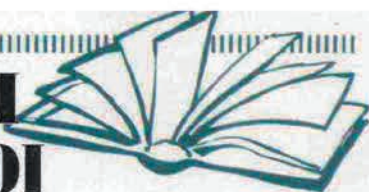


COTTO E  
MANGIATO



# Libri SCELTI PER VOI



## FRESCO.

**Conoscere, scegliere e cucinare il pesce**

Fresco è il libro completo per acquistare e cucinare consapevolmente il pesce. 23 specie di pesci, molluschi e crostacei vengono raccontate nel dettaglio dal mare al piatto, con tutti gli indizi per valutare la freschezza sul banco, le tecniche per pulire, sfilettare e conservare alla perfezione, i migliori metodi di cottura e le ricette.

di **Gennaro D'Ignazio, Eugenio Signoroni**

Topic Edizioni

256 pagine - € 49



## LE MIE RICETTE SALVAPIANETA

**Per una cucina sana, naturale e a basso impatto ambientale**

Non solo un libro di ricette, ma un vero e proprio manuale di sostenibilità. Tessa Gelisio, che da anni si occupa di ecologia e cucina, ci guida nella scelta degli ingredienti con un'attenzione speciale alla loro provenienza e alla stagionalità, ci fa scoprire nuovi metodi di cottura per ridurre il consumo di energia e propone interessanti idee per limitare al minimo gli sprechi, conservando e congelando i cibi nel modo giusto ma anche preparando originali ricette, o con la tecnica del *meal prep* e preparazioni base da avere sempre pronte.

di **Tessa Gelisio**

Editore Rizzoli Libri

192 pagine - € 19



## STORIA DEL PANE.

**Un viaggio dall'Odissea alle guerre del XXI secolo**

Da Omero che descrisse gli uomini come «mangiatori di grano o di pane» all'ideazione del Wonder Bread da supermercato, fino alla recente riscoperta della panificazione artigianale di alto livello. Gabriele Rosso ci guida in un viaggio all'interno della storia e delle evoluzioni del pane, alla scoperta di miti e innovazioni, cambiamenti politici e trasformazioni economiche legate all'alimento che più di ogni altro ha influenzato lo sviluppo della società.

di **Gabriele Rosso**

Editore Il Saggiatore

184 pagine - € 17



## IL GRANDE LIBRO DELLA CUCINA NATURALE.

**Con le ricette di Romain Meder e Jessica Préalpato**

Con la sua filosofia della *Naturalité*, Alain Ducasse ha ideato una gastronomia all'insegna del rispetto nei confronti del pianeta e della riscoperta di ingredienti dimenticati o considerati minori provenienti da produttori d'eccellenza. Un patrimonio di ricette incentrate su pesce, cereali e verdure, in un raffinato connubio tra l'alta cucina e le ultime istanze di sostenibilità e valorizzazione del territorio.

di **Alain Ducasse**

Giunti Edizioni

480 pagine - € 70



## UN PO' PIÙ SU.

**La mia cucina di montagna (per tutte le stagioni)**

La cucina di Davide Zambelli è proprio come lui: semplice, genuina e spontanea, qui racchiusa in 80 ricette, piatti che reinterpretano con intelligenza la tradizione, fotografati rigorosamente all'aria aperta, per assaporare al ritmo delle stagioni tutto il gusto della montagna. Una festa di sapori offerti da Madre Natura, resi unici dai profumi del bosco e dall'aria frizzante che si respira un po' più su...

di **Davide Zambelli**

Editore Gribaudo

224 pagine - € 18,90

