

gustoSano

migliora la tua vita un pasto alla volta

Sapore d'estate

I MIGLIORI PIATTI PER LE VOSTRE
CENE ALL'APERTO

MAGICA QUINOA

RICETTE PER VEGETARIANI,
CELIACI E BUONGUSTAI

+ DI
90
RICETTE
A TUTTA SALUTE!

UN BARBECUE PERFETTO

I CONSIGLI PER UNA
GRIGLIATA
INDIMENTICABILE

INSALATE DI PASTA

PIÙ CREATIVI
SOTTO IL SOLE



LEGGENDO... DI GUSTO!

Ogni mese tre libri che accompagneranno il nostro tempo libero alla scoperta di curiosità legate al cibo e a una nutrizione corretta ed equilibrata, ma anche alla scoperta di sapori, novità e di come il buon cibo possa cambiare in meglio il nostro corpo, la nostra mente... la nostra vita.

“
Non
riesco a
saziarmi di
libri

FRANCESCO PETRARCA



Le ricette di Casa Laurito Avanzi... tutta!

DI MARISA LAURITO

“Ho voluto raccogliere molte ricette tradizionali italiane, tramandate dalle donne della mia famiglia che non buttavano mai via nulla e che con l'arte di trasformare gli avanzi inventavano sempre nuove e deliziose ghiottonerie”. Ecco l'intento di Marisa Laurito, presentatrice e attrice di cinema e teatro, da sempre appassionata di cucina in cui si cimenta con risultati sorprendenti. Mai come in questo momento in cui è così importante non sprecare nulla il cibo, elemento così prezioso, può essere reinventato e sfruttato in modi diversissimi. Le ricette sono più di 200 e insegnano, oltre che a dare sfogo alla propria creatività, anche e soprattutto a “rispettare il cibo”: fondamentale regola della famiglia Laurito. A chi l'autrice dedica il suo libro? “A tutte quelle donne che quotidianamente e con tanta pazienza preparano i manicaretti per i loro cari!”
MONDADORI, € 16,90



EXTRApasta

DI AA.VV.

Il connubio tra olio extravergine e pasta risulta quanto mai perfetto e imprescindibile. L'olio extravergine di oliva non deve assolutamente essere mortificato a semplice condimento o aggiustatore di ricette, ma deve essere considerato a tutti gli effetti ingrediente vero e proprio che riesce ad esaltare ogni nostro piatto. In questo volume sono presentate 63 ricette rigorosamente a base di olio extravergine di oliva nelle quali esso viene utilizzato come elemento fondamentale anche negli impasti, nei ripieni nonché all'interno di sughi. A ideare e sperimentare le ricette 30 blogger, tra le più accreditate della rete, che hanno sposato entusiasticamente il progetto di valorizzazione dell'olio extravergine di oliva, con uno sguardo anche a una maggiore educazione alimentare, rivolta ai più e meno giovani, circa le molteplici proprietà benefiche di questo pilastro della nostra cucina mediterranea.
CINQUESENSI, € 10,00



Come Bio comanda

IN COLLABORAZIONE CON
BIOEXPRESS

Le piccole scelte quotidiane in fatto di alimentazione sono di fondamentale importanza. Scegliere i prodotti giusti, facendo attenzione a genuinità, filiera biologica e stagionalità, è saggio e salutare per vivere al meglio. Cosa si intende per “Bio”, perché scegliere il biologico e come saperlo scegliere è spiegato ad apertura di libro, per poi lasciare spazio a una dettagliata presentazione dei prodotti della terra (dai nostrani fino a quelli più esotici). Accanto alla descrizione di ogni singolo prodotto (con caratteristiche e curiosità), alla guida all'acquisto, al metodo di pulizia e a quello di conservazione verranno presentate ricette pratiche, veloci ma allo stesso tempo di grande effetto. Utilizzare frutta e verdura per creare primi piatti, secondi, contorni e dessert: un ricettario per un'alimentazione corretta, sana per accontentare le esigenze di tutti i palati.
GRIBAUDO, € 14,90 ●