

La cucina

Ricette facili e sane per tutte le stagioni

CHI l'ha detto che gusto e salute non vanno di pari passo? Tra le coloratissime pagine di questo prezioso ricettario troverete tutti i segreti per una cucina che sposa il piacere della tavola con la passione per gli ingredienti naturali. Perché è proprio dagli ingredienti che bisogna partire per migliorare l'alimentazione di tutti i giorni, avendo cura di selezionarli tra le primizie di stagione. Questo libro (in uscita il 7), raccoglie mese per mese i prodotti più freschi e per ciascuno di essi propone ricette sane, facili da realizzare e originali da presentare. Un paradiso per la gola che è anche un toccasana per il corpo e lo spirito.



LAURA RANGONI
 "La cucina della salute"
 Newton
 Compton
 Euro 14,90

