



L'INSOLITO LEGUME

Alla scoperta di farine insospettabili

Marianna Franchi

19 x 24 cm - cartonato

288 pagine, illustrazioni a colori

€ 28 - 978 88 6753 189 9



9 788867 531899

“Vi sorprenderebbe sapere che la migliore torta di nocciole che abbia mai assaggiato è fatta solo con farina di lenticchie? E che la più golosa crema al cioccolato di sempre l’abbia preparata con farina di lupini e pochi altri ingredienti? All’inizio, forse, vi sembrerà strano utilizzare i legumi sotto forma di farina. Probabilmente la curiosità, velata da un sano scetticismo, vi porterà a scrutare, dubbiosi, i tanti tipi di farina presenti sullo scaffale del super e poi, pian piano, la voglia di provare qualcosa di diverso, di vedere i vostri bambini che mangiano i legumi senza un’ombra di riluttanza sul viso vi convincerà che i vantaggi nell’utilizzo di queste farine sono innumerevoli. E se è la reperibilità a frenarvi, nonostante oggi non sia più un problema, posso assicurarvi che l’autoproduzione risolverà ogni difficoltà in questo senso, insegnandovi molto sulla qualità dei vostri ingredienti preferiti e aprendo scenari sconosciuti sull’espressione ‘sapori autentici e genuini’.”

Per chi non si stanca di percorrere sentieri alternativi, per chi crede che un approccio più fresco a ingredienti tradizionali rappresenti un enorme arricchimento, per chi è convinto che la pasta e ceci sia buona ma un pan brioche con farina di ceci sia assolutamente da provare, per chi ha sempre pensato che sia troppo difficile passare dalla teoria alla pratica di un’alimentazione più sostenibile... questo è il libro che stavate aspettando.



Guido Tommasi Editore