



Guido Tommasi Editore

Novità

CSABA GOOD FOOD 4-5

ILLUSTRATI 6-41

CUCINA REGIONALE 42-43

PICCOLI SPUNTINI 44-45

GREEN & GOOD 46-51

PAROLE IN PENTOLA 52-53

10 MODI DI... 54-57

GERMOGLI 58-61

FUORI COLLANA 62-68



Un altro catalogo? Oh no!

Questo è un piccolo scrigno di carta.
Dentro c'è tutta (o quasi) la nostra
storia: l'amore per il cibo, le parole
immaginate per descriverlo e le
immagini create per renderlo reale.

Perché non è mai questione di quantità
ma di come qualcosa che è in dispensa
diventa una storia, un frammento
luminoso che parla di noi.

Csaba dalla Zorza

È la food writer italiana che ispira uno stile di vita semplice ed elegante al tempo stesso. Seguita quotidianamente nelle sue trasmissioni TV e sul suo sito internet, è autrice di numerosi libri di cucina e lifestyle.



DATI TECNICI

18,7 x 24,8 cm

cartonato

272 pagine, illustrazioni a colori

€ 30

978 88 6753 247 6



9 788867 532476

CHRISTMAS BAKING

Csaba dalla Zorza

Csaba è la padrona di casa indiscussa quando si tratta di celebrare il Natale.

Al mese di dicembre la scrittrice italiana più hygge ha dedicato una stagione intera – la quinta, nel suo libro *Csaba 5 Seasons* e diverse serie TV, trasmesse da Real Time, Travel & Living, La7 e Food Network.

Adesso Csaba dedica un volume a tutti coloro che a Natale amano fare, regalare e mangiare i biscotti: per accompagnare una tazza di thé, per offrire un dono fatto con le proprie mani con amore, per allontanare la tensione che a volte questo mese porta con sé, semplicemente impastando con le canzoni natalizie come sottofondo.

90 ricette – tutte spiegate in modo facile, affinché possano riuscire bene anche a chi non è esperto: dai grandi classici come i Linzer Cookies ai Focchi di Neve, sino ad arrivare a creazioni più sofisticate come i pini glassati al pistacchio o i macarons di Natale, senza escludere le proposte salate per l'aperitivo delle feste, e un capitolo extra dedicato ai dolci da dessert da portare in tavola insieme al classico panettone.

Imparerete a fare la pasta frolla a occhi chiusi, a conoscere gli impasti di base più utilizzati e a decorare i vostri biscotti con la mano sicura di Csaba.



Sabrina d'Aubergine

è una foodblogger per passione. Convinta che stare ai fornelli sia un esercizio di creatività da praticare in assoluta leggerezza, sperimenta e scrive divertendosi, documentando con una reflex quel che avviene nella sua cucina. Colleziona farine, vecchie posate scompagnate e ricette. Racconta le sue storie commestibili nel blog *Fragole a merenda* (www.fragoleamerenda.it). Ha iniziato pensando ai suoi figli e a tutti quelli con cui le piace stare a tavola, ma in punta di piedi è arrivata nel cuore di molti.



DATI TECNICI

19 x 24 cm

cartonato

352 pagine, illustrazioni a colori

€ 35

978 88 6753 235 3



IL FORNAIO DELLA DOMENICA

Sabrina d'Aubergine

La piccola cucina di Fragole a merenda torna con nuove avventure commestibili, stavolta a base di lievito e farina.

Tra racconti e ricette, il viaggio nel magico mondo della panificazione casalinga inizia dai “soda bread”, i pani rapidi al bicarbonato; prosegue con il lievito di birra, esplorando i trucchi che gli regalano una marcia in più; e arriva all’antico, affascinante, misterioso lievito madre.

A guidare il lettore non è un panettiere professionista, ma un “fornaio della domenica”: è la semplicità, la chiave d’accesso a tecniche e ricette. E a forza di farla più semplice di quel che si dice in giro, si finisce per scoprire che un lievito madre è più facile da accudire di un gatto, che l’appiccicosissima segale si può domare facilmente, e che un pane a lunga lievitazione ha bisogno di tempo sì, ma... non del vostro!

Le ricette sono alla portata di tutti, spiegate in ogni dettaglio e raccontate per strappare un sorriso anche nei passaggi più ardui. L’approccio è rilassato, gli utensili low-tech: non c’è una planetaria in queste pagine, si procede a mani nude o a colpi di cucchiaino.

Così il “buon pane” finisce per non esser più solo un alimento con una storia millenaria, ma uno stile di vita: un modo per volersi bene, senza complicazioni. La via della semplicità al pane fatto in casa regala emozioni, oltre che deliziose pagnotte: l’unico rischio che correte è di scoprire che anche in voi si nasconde un amaestratore di lieviti e farine!

Un gioioso, insospettabile, talentuoso “fornaio della domenica”...





DATI TECNICI

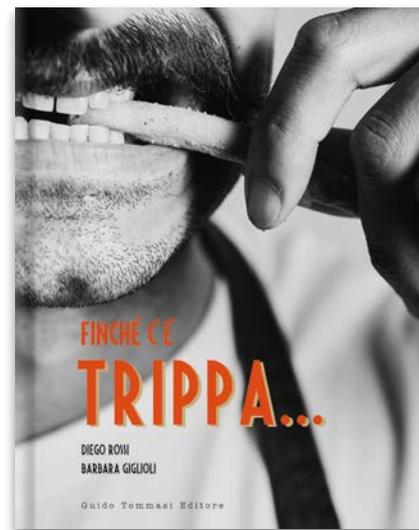
19 x 24 cm
 cartonato
 256 pagine, illustrazioni a colori
 € 25
 978 88 6753 275 9



UNO CHEF SENZA SPRECHI

Cucinare senza buttare via (quasi) nulla
 Tommaso Arrigoni

Cucinare come uno chef senza fare avanzi, senza che una sola buccia di patata o un solo gambo di carciofo finisca nella spazzatura o ammuffisca in frigorifero. Un sogno? Utopia? Fantasia? Forse no. Tommaso Arrigoni con questo volume vuol permettere a tutti di preparare piatti gourmet senza sprechi eccessivi. Se, quindi, siete tra coloro che sognano di allietare i loro commensali con ricette eleganti e non difficili, ma allo stesso tempo non amate avere avanzi in frigorifero, questo è il libro che fa per voi. Qui troverete sessanta piatti (divisi in quattro capitoli dedicati ad antipasti, primi, secondi e dessert) non eccessivamente complessi ma di grande effetto e di sicura riuscita, a cui si aggiungono altrettante ricette per usare tutti (o quasi) gli scarti ottenuti. In più una serie di suggerimenti e di consigli che vi permetteranno di sfruttare fino all'ultima lisca di pesce e di cucinare in maniera consapevole e responsabile.



DATI TECNICI

19 x 24 cm
 cartonato
 224 pagine, illustrazioni a colori
 € 30
 978 88 6753 239 1

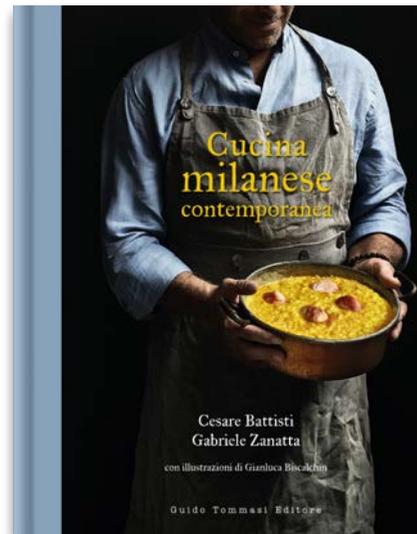


FINCHÉ C'È TRIPPA...

Diego Rossi, Barbara Giglioli

Questo libro nasce da un'intervista e da una passione in comune ai due autori: quella per il quinto quarto. Lo chef Diego Rossi (miglior chef secondo la Guida 2020 ai Ristoranti d'Italia, Europa e Mondo di Identità Golose) e la giornalista Barbara Giglioli sono convinti che spesso siano proprio gli ingredienti più poveri a dare le maggiori soddisfazioni a tavola. Chi di voi non ha mai assaporato a occhi chiusi una trippa fumante preparata dalla nonna o un buon patè spalmato sul pane caldo, capace di farvi sentire immediatamente a casa? Questo libro è per tutti. È per chi non vuole solo leggere ricette, ma cerca anche consigli su dove recuperare le frattaglie, come trattarle e come sceglierle. Non è nemmeno un manuale scientifico, ma piuttosto un modo per permettervi di viaggiare per l'Italia, a spasso per le fattorie e gli allevamenti dei piccoli produttori, seguendo sempre la via del gusto. Il libro non è diviso per tipologia di frattaglie, ma per animali. Ogni capitolo è infatti dedicato a una "bestia": si va dagli animali di cortile, fino ad arrivare ai bovini e persino ai pesci. Una parte del libro è poi dedicata agli archetipi, ossia quelle ricette senza tempo, i piatti della nostra infanzia, come la Trippa, la Finanziere o il Cibreo. Non manca poi una speciale sezione sulle frattaglie erotiche. Indicazioni, ricette e consigli dello chef, il tutto impreziosito dalle foto di Marco Varoli e dai disegni di Gianluca Biscalchin. Un libro da tenere sempre a portata di mano, non solo per imparare a cucinare il quinto quarto, ma anche semplicemente per il gusto di sfogliarlo, magari in una fredda domenica d'autunno con il camino acceso o davanti alla finestra durante un temporale estivo.





CUCINA MILANESE CONTEMPORANEA

Cesare Battisti, Gabriele Zanatta

Cesare Battisti, chef del rinomato ristorante meneghino Ratanà, e Gabriele Zanatta guidano i lettori in un viaggio alla riscoperta dei sapori della cucina milanese, che viene riproposta in chiave contemporanea ma sempre nel rispetto dei dettami della tradizione. Il volume si articola in tredici capitoli, ciascuno dei quali è dedicato a un particolare ingrediente o a una specifica portata: introduzioni rapide ma ricche di curiosità, anche di natura storica, sono seguite da consigli sulla qualità e sulla stagionalità dei prodotti da acquistare. Gli autori presentano la rivisitazione di un'ampia gamma di ricette, spesso caratterizzate da preparazioni più leggere e meglio digeribili. Sfogliando *Cucina milanese contemporanea* potrete quindi riscoprire il celebre "risotto alla milanese" e le origini di questo piatto diventato un simbolo della città della Madonnina. I preziosi suggerimenti di Cesare Battisti e di Gabriele Zanatta vi condurranno a rivalutare le verdure invernali e a gustare gli involtini di verza, la crema di cavolfiore e le cipolle al forno. E ancora, conoscerete le numerose potenzialità culinarie delle interiora, esaltate nella tipica "trippa alla milanese", la piacevolezza di un brasato cotto nel vino, la ricercatezza di una cassoeula d'oca e l'intramontabilità di un classico come l'ossobuco. Aiutati dal profumo della frittura, coglierete anche la differenza tra cotoletta e costoletta e saprete riutilizzare gli avanzi del bollito nei deliziosi "mondeghili". Gustando il luccio e l'anguilla, scoprirete che anche il pesce si è ritagliato un ruolo di riguardo nella tradizione gastronomica milanese. Se siete desiderosi di fare un tuffo nella tradizione mantenendo uno sguardo sul presente, questo libro non vi deluderà.

DATI TECNICI

19,3 x 25,3 cm

cartonato

256 pagine, illustrazioni a colori

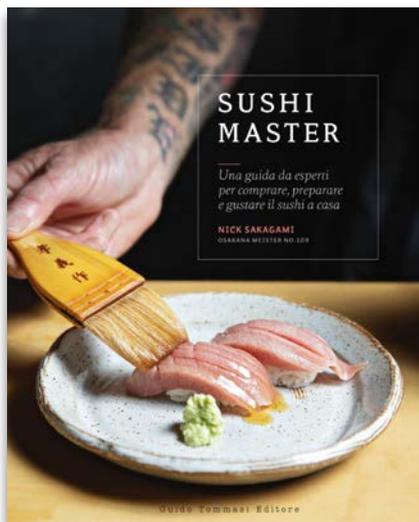
€ 30

978 88 6753 198 1



9 788867 531981





DATI TECNICI

20 x 25 cm
 cartonato
 168 pagine, illustrazioni a colori
 € 25
 978 88 6753 280 3



SUSHI MASTER

Una guida da esperti per comprare, preparare e gustare il sushi a casa

Nick Sakagami

La maggior parte di noi crede che preparare il sushi sia una cosa facile: una polpetta di riso con sopra un trancio di pesce et voilà... il gioco è fatto. Niente di più sbagliato!

Perché quando il sushi è preparato da uno chef esperto, diventa una vera e propria forma d'arte improntata a raggiungere il perfezionismo e che vede la maestria nella ricerca della semplicità. Da qui deriva una grande purezza che fa sì che il sushi più bello sia anche quello con un aspetto semplice. Questa passione per la perfezione spinge i sushi chef ad attenersi a standard precisi di freschezza, qualità e sostenibilità nonché a un equilibrio di sapori e consistenze unico nel suo genere. Ecco che allora imparare a preparare il sushi da soli acquista un significato più ampio: comprendere meglio la cultura giapponese. Realizzare il sushi richiede flessibilità e spirito di adattamento, caratteristiche proprie del popolo giapponese che non si conquistano certo dall'oggi al domani. Per ottenere quella pura semplicità che si cela dietro alla creazione del sushi, infatti, servono conoscenza e tanta tanta pratica.

Questo il messaggio di Nick Sakagami, l'unica persona al di fuori del Giappone ad aver ottenuto il titolo di *osakana meister* (maestro del pesce). In *Sushi Master*, l'autore presenta l'incredibile arte del sushi proprio a partire dal pesce, regalando ai lettori una panoramica unica e inedita non solo del mercato ittico di Tsukiji, ma anche degli strumenti, delle tecniche, dell'etichetta e dei segreti del sushi. E dopo aver letto l'ultima pagina di questo libro, il California Roll non vi sembrerà mai più lo stesso.



DATI TECNICI

19 x 23,5 cm
 cartonato
 192 pagine, illustrazioni a colori
 € 25
 978 88 6753 293 3



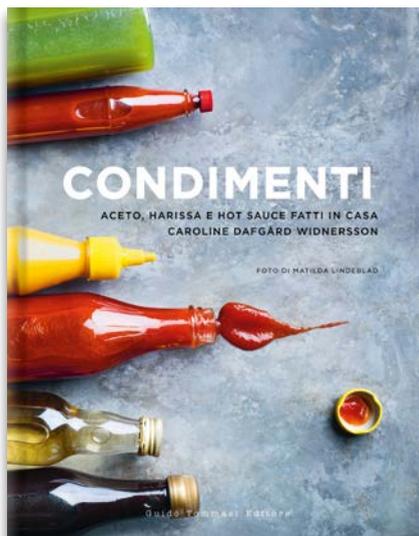
WAGAMAMA

Cibo per l'anima

Steven Mangleshot, futuro chief executive chef di wagamama, ordina un ramen e vive un'esperienza folgorante: un piatto realizzato con solo quattro o cinque ingredienti, tra cui erbe aromatiche fresche, verdure e pesce, dal sapore eccezionale. Rimane senza fiato per i suoi sapori, per il ricco brodo vellutato e per i noodles cotti alla perfezione, ancora appena al dente: una ciotola di pura meraviglia. È questo che lo ha fatto innamorare del cibo asiatico, ed è questo lo spirito che ancora oggi mantiene vivo da wagamama.

Con questo libro, "mangiare wagamama" non si limiterà alle sole frequentazioni di uno dei ristoranti omonimi, ma costituirà un'occasione per ricreare e rivivere l'atmosfera anche a casa, spesso e con semplicità. Il volume presenta alcuni dei piatti wagamama di maggior successo, semplificati perché possano essere realizzati in una normale cucina domestica. Alcune ricette saranno perfette per i weekend di relax, quando si ha un po' più di tempo, altre si possono mettere insieme in pochi minuti, l'ideale per un pranzo in settimana. Servono solo ingredienti freschi, un sano appetito e un pizzico di orgoglio. Il resto è puro piacere.





DATI TECNICI

18 x 23 cm
 cartonato
 140 pagine, illustrazioni a colori
 € 20
 978 88 6753 279 7



9 788867 532797

CONDIMENTI

Aceto, harissa e hot sauce fatti in casa

Caroline Dagegård Widner

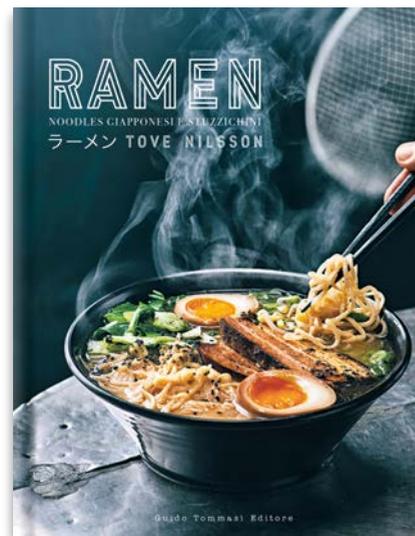
Per tutti quei piatti asciutti e monotoni, per quelli timidi con una personalità che fatica ad emergere, per quelli tristi e deprimenti, per quelli “vorrei ma non posso”... la salvezza è rappresentata dai condimenti! Non parliamo di salse e intingoli già pronti, ma di vere e proprie delizie fatte in casa! Forse vi starete chiedendo perché dovrete perdere tempo a preparare i condimenti nella vostra cucina, quando ci sono delle pratiche bottigliette sugli scaffali del supermercato...

Be', innanzitutto perché i piatti al wok sono più buoni con la salsa alle ostriche fatta in casa, l'hamburger è migliore con il ketchup fresco e le ostriche diventano davvero speciali con la hot sauce artigianale. E poi se non siete amici del glutammato monosodico, o di additivi alimentari sconosciuti la cui identità si compone di lettere e numeri... allora avrete un ottimo motivo per cimentarvi con la preparazione casalinga. Un libro solo di salse?

Naturalmente no! È un libro che parla di esaltazione del gusto, di come rendere sublime un ingrediente, ampliando a dismisura le sue possibilità gustative e il ventaglio del suo utilizzo: prendete i limoni in conserva, per esempio. Pochi ingredienti per ottenere un sapore di limone deciso ma piacevole, un tocco aromatico, una consistenza morbida ma carnosa molto piacevole sotto i denti, perfetto per accompagnare molti piatti di carne.

Forse vi è capitato di essere stufo della solita bistecca, cotta al solito modo, con il solito gusto. Buona, però... Partite da quel “però” e spingetevi oltre. Insaporitela con una pasta al chipotle fatta in casa e vi sentirete subito in Messico.

Si tratta di ricette dalle mille varianti, per gli innovatori e i classicisti, e per chi non si rassegna alla piattezza del gusto e della vita.



DATI TECNICI

18 x 23 cm
 cartonato
 152 pagine, illustrazioni a colori
 € 20
 978 88 6753 278 0



9 788867 532780

RAMEN

Noodles giapponesi e stuzzichini

Tove Nilsson

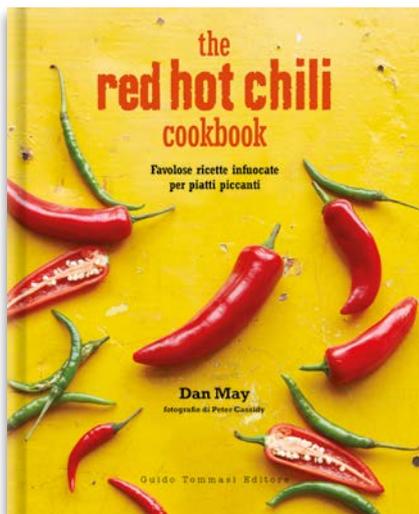
“Sono una fanatica del ramen. Da dieci anni a questa parte, ogni volta che vado all'estero mi metto in cerca dei locali che preparano il ramen. Ferma in coda fuori dai migliori ramen bar, continuo a stupirmi di quanti altri siano come me: sempre in cerca di un'altra razione.

Tutto inizia quando ti servono una grande ciotola piena fino all'orlo di brodo fumante, bollito fino a 48 ore e insaporito con funghi secchi, alghe, miso e pesce essiccato. Il brodo ha una superficie perfetta, con piccole gocce di grasso. I tagliolini, sottili ed elastici, sono adagiati in una ciotola capiente insieme a pancetta di maiale marinata, un uovo marinato in salsa di soia e altre decorazioni. Pochi piatti creano assuefazione come il ramen. Dai locali più trasandati di Tokyo ai ristoranti più cool di Los Angeles, nella ciotola si può trovare di tutto, dalle combinazioni di sapori più semplici a quelle più complesse”.

Se non avete ancora l'acquolina in bocca leggendo l'introduzione di questo libro, forse non avete mai assaggiato i ramen: dovete assolutamente rimediare e sentire perché un piatto semplice come i tagliolini in brodo può regalare tanta soddisfazione e una tale gioia al palato.

E poi, tornati a casa, seguite i consigli della giovane chef svedese autrice di questo libro e perdetevi in un universo gustativo in cui gli ingredienti sono perfettamente adagiati in una ciotola e immersi in un brodo ricco. Osservatene i colori e saggiatene la consistenza: non potrete più farne a meno.





THE RED HOT CHILI COOKBOOK

Favolose ricette infuocate per piatti piccanti
Dan May

Una raccolta infuocata e divertente di oltre 60 ricette che mettono in risalto il sapore e il carattere dei peperoncini. Perfetto per gli amanti del piccante e delle cucine del mondo, questo libro dà una scossa elettrizzante alle papille gustative.

Autore di questa fantastica opera è Dan May, il guru dei peperoncini, che condivide con i propri lettori le sue ricette preferite per celebrare un vero e proprio portento della natura in tutte le sue varianti e intensità.

Per ogni ricetta, May consiglia la miglior varietà di peperoncino da usare, così da ottenere il massimo a livello sia di sapore, sia di piccantezza.

Dalle zuppe alle insalate, passando per gli stuzzichini, i piatti principali e i contorni, May affronta anche il corollario più variegato che si possa immaginare in cucina, comprendendo salse, sughi, marinare e addirittura dolci e bevande.

DATI TECNICI

19 x 23,5 cm

cartonato

160 pagine, illustrazioni a colori

€ 25

978 88 6753 297 1



9 788867 532971



LA VERA CUCINA MESSICANA

Felipe Fuentes Cruz, Ben Fordham

Nel luglio del 2008 Ben Fordham e Felipe Fuentes Cruz fondano il loro primo ristorante Benito's Hat nel centro di Londra. Fedeli alla convinzione che sia fondamentale proporre ingredienti di qualità e piatti cucinati freschi ogni giorno, la loro missione è quella di offrire una cucina messicana semplice e buonissima, che regali un'esperienza di viaggio tra le palme e le onde turchesi delle spiagge di Puerto Vallarta fino al cuore pulsante di Città del Messico. Con questo libro potrete fare quel viaggio nel comfort di casa vostra, con una vastissima varietà di ricette. Alcune sono una lezione di semplicità, mentre altre richiedono pazienza e precisione, rivelandosi adatte alle occasioni più speciali.

Ispirato dal celebre cibo di strada, dai sapori speziati e dalla ricca cultura culinaria del suo Paese d'origine, Felipe, al timone della cucina di Benito's Hat, propone un menu a base di burritos, tacos, zuppe e insalate reinterpretate in una chiave unica e moderna.

Chi già ama i piatti messicani troverà qui nuove ed entusiasmanti ricette. E se invece non avete mai cucinato niente di messicano, mettete da parte i preconcetti e accogliete a braccia aperte gli splendidi sapori e le combinazioni che questo meraviglioso Paese e la sua cucina hanno da offrire.

DATI TECNICI

19 x 23,5 cm

cartonato

144 pagine, illustrazioni a colori

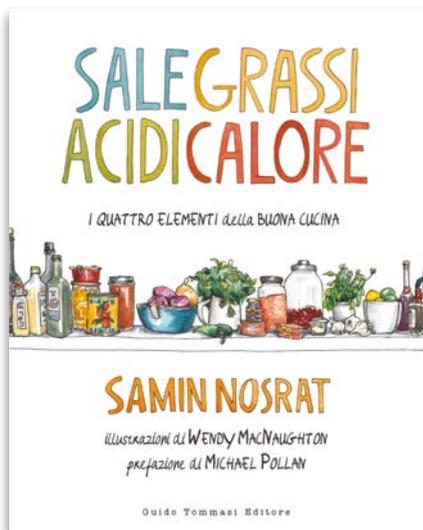
€ 23

978 88 6753 296 4



9 788867 532964





DATI TECNICI

19 x 23 cm
 cartonato
 470 pagine, illustrazioni a colori
 € 34
 978 88 6753 264 3

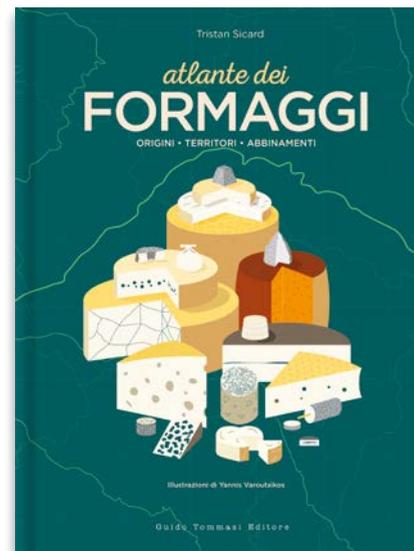


SALE GRASSI ACIDI CALORE

I quattro elementi della buona cucina
 Samin Nosrat

Sale, grassi, acidi, calore non è il classico libro di cucina. Come i piatti dell'autrice, la chef, insegnante e scrittrice Samin Nosrat, questo libro nasce dalla combinazione di ingredienti di altissima qualità: belle storie, scienza, ricette e illustrazioni originali, il tutto condito da una grande ironia e da un amore contagioso per il cibo. Samin, infatti, non si limita a elencare una serie di passaggi e di istruzioni da seguire ed eseguire, ma, in modo semplice e coinvolgente, spiega anche i principi alla base della buona cucina, in particolare quelli relativi a sale, grassi, acidi e calore. "Padroneggiate questi principi", promette l'autrice, "e potrete rendere buono qualsiasi piatto". Ogni preparazione evoca inoltre una storia che attinge direttamente dal suo bagaglio di ricordi ed esperienze personali, perché "una grande ricetta, come una grande fotografia, racconta una storia e lo fa bene" e nessun buon piatto potrà mai essere tale se non si assaggia e non si impara a "cucinare a sentimento" e a fidarsi dei propri sensi. Un testo utile, divertente e adatto a tutti che entrerà presto a far parte della raccolta di libri di cui non si può fare a meno.

***Sale, grassi, acidi, calore* è anche una serie in onda su Netflix.**



DATI TECNICI

18,5 x 24 cm
 cartonato
 272 pagine, illustrazioni a colori
 € 30
 978 88 6753 295 7



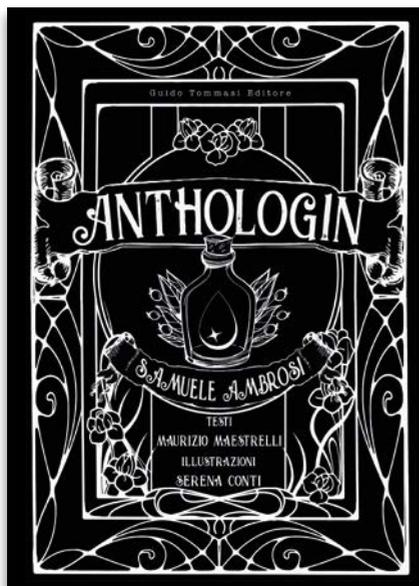
ATLANTE DEI FORMAGGI

Origini, territori, abbinamenti
 Tristan Sicard

Perché il Camembert della Normandia è bianco? Da dove viene "l'odore di formaggio"? Perché l'Emmental ha i buchi? Finalmente le risposte a tutte le domande possibili e immaginabili riguardo al mondo dei formaggi. Interamente illustrata e commentata, quest'opera descrive oltre 450 varietà internazionali di formaggio, dettagliandone le origini, i territori di provenienza e gli accompagnamenti a tavola. Un atlante completo per approfondire le proprie conoscenze sulle razze bovine da latte, riconoscere i differenti tipi di formaggio (fresco, a crosta naturale, a pasta pressata, a pasta molle), scoprire le varie denominazioni (DOC, DOP, IGP) e, grazie a un'accurata cartografia, scovare i produttori migliori, conoscendone la storia, le curiosità e i segreti. Il mondo del formaggio come non l'avete mai visto.

Tristan Sicard, appassionato di gastronomia con una formazione da giornalista, ha aperto nel 2011 un bar a fromages nel centro storico di Lille. È grazie a questa esperienza che ancora oggi continua il suo viaggio alla scoperta della grande ricchezza che contraddistingue il mondo caseario.





DATI TECNICI

19 x 24 cm
 cartonato
 288 pagine, illustrazioni a colori
 € 30

978 88 6753 276 6



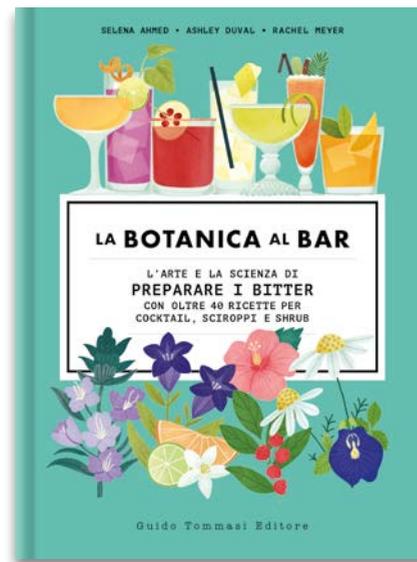
ANTHOLOGIN

Samuele Ambrosi, Maurizio Maestrelli

Un libro che nasce da un incontro fortunato, quello fra Samuele Ambrosi, pluripremiato barman internazionale di grande esperienza e dal curriculum sfavillante, Maurizio Maestrelli, apprezzato giornalista e autore di volumi sulla birra e sul mondo degli alcolici in generale, e Serena Conti, raffinata disegnatrice e designer dalle collaborazioni che vanno ben oltre gli italici confini.

Un libro che racconta tutto il fascino del gin, un distillato dalla lunga storia e dall'immensa popolarità. Mai come oggi arrivata a vette impensabili. Una seduzione che va oltre i profumi e il sapore, oltre le caratteristiche tecniche e i sistemi di produzione. Alle sue spalle ci sono storie e aneddoti, vicende che ne hanno determinato la nascita o che hanno inciso sulla sua evoluzione, contaminazioni con la politica e l'economia e, ancora, episodi più circostanziati, ma non per questo meno affascinanti, legati a personaggi famosi, fossero questi scrittori, attori, registi, politici o chissà cos'altro. Ed è la conoscenza di questo "backstage" che rende ogni sorso di gin un'emozione e arricchisce l'armonia degli infiniti cocktail a cui dà vita.

Rendersi conto di questo significa comprendere meglio le ragioni della vera e propria rinascita della mixology e del rinnovato interesse nei confronti del gin. Un distillato sul quale, oggi, avete tra le mani il libro definitivo.



DATI TECNICI

16 x 20 cm
 cartonato
 176 pagine, illustrazioni a colori
 € 22,50

978 88 6753 277 3



BOTANICA AL BAR

Selena Ahmed, Ashley Duval, Rachel Meyer

Questo libro racconta di piante, di biodiversità, di quanto lontano possano portare l'amicizia e la passione per il proprio lavoro e... di quanto sia importante preparare cocktail ispirati alla natura! Più di dieci anni fa, tre ragazze impegnate in percorsi di ricerca universitari, si conoscono nel giardino botanico di New York.

Condividono la passione per la biodiversità e per le piante ritenute importanti sia da un punto di vista culturale, che da quello scientifico e gustativo.

Fin qui è una bella storia d'amicizia come tante ma il legame con i vostri adorati cocktail ancora non si coglie, vero?

Questione di tempo, perché le tre etnobotaniche, affascinate dai profumi, dall'aspetto e dai sapori delle piante e dei paesaggi in cui lavorano, danno vita a un'azienda (la Shoots & Roots Bitters): qui creano e condividono bitter basati sulla scienza, traendo ispirazione dall'ecologia e dai sapori del mondo.

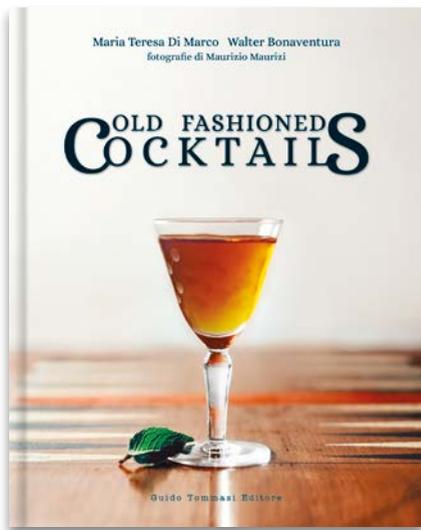
Produrre bitter è un'arte creativa ma con basi scientifiche che si fondano sul rispetto della diversità ambientale, sulla sostenibilità e sulla scienza del gusto.

In molti dei bitter descritti in questo libro troverete un approccio che si basa in gran parte sui luoghi: tante delle miscele riflettono la varietà delle piante regionali. Oggi l'attenzione alla biodiversità locale è più importante che mai, per via dei rapidi cambiamenti ambientali e sociali che stiamo vivendo.

Ecco quindi che questo libro, trattando degli aspetti culturali, botanici, sensoriali e salutistici dei bitter, vi darà la possibilità di creare i vostri bitter su base scientifica e vi offrirà incredibili ispirazioni per le vostre ricette di cocktail.

Non riuscirete più a bere quegli intrugli industriali che si servono nei bar, perché vi sembreranno banali, privi di carattere e artificiosi.





DATI TECNICI

19 x 24 cm
 cartonato
 144 pagine, illustrazioni a colori
 € 20
 978 88 6753 258 2



OLD FASHIONED COCKTAILS

Maria Teresa Di Marco, Walter Bonaventura

Che la cucina sia in parte alchimia è stato scritto e detto fino a farne quasi un luogo comune. Difficile però da comprendere fino in fondo, quasi che l'affermazione fosse solo un'astrazione che svanisce nella quotidianità dei gesti di tutti noi, che apparecchiamo pranzo e cena nello spazio cotto tra il frigorifero e il forno. Ma nel bere, nel miscelare, nell'arte della cocktaileria questa cucina liquida, quasi magica, è un dato concretissimo. Non tanto o non solo per le gradazioni alcoliche di distillati ed estratti capaci di dare alla testa, quanto per l'esattezza millimetrica di proporzioni e profumi, di bilanciamenti e contrasti. Del resto se quella del bere miscelato è una storia antichissima lastricata di alambicchi, marinai, avventurieri, personalità quasi mitologiche, la sua realtà e il suo successo sono la compostezza rigorosa della formula. Una faccenda antica, "old fashioned", verrebbe da dire, ma forse proprio per questo terribilmente alla moda. Questo libro ripercorre le tracce di questa storia, liquida anch'essa, intrecciandola spesso con quella dei manuali e dei testi che hanno contribuito a farne una leggenda godibilissima, dentro e fuori il bicchiere. Un corpus di ricette classiche, che include naturalmente anche le loro variazioni, per prendersi poi la libertà e il piacere di inventare nuove formule e nuove alchimie, tra l'Italia e Barcellona.



DATI TECNICI

19 x 24 cm
 cartonato
 144 pagine, illustrazioni a colori
 € 25
 978 88 6753 301 5



LA BOQUERIA

e i mercati di Barcellona

Maria Teresa Di Marco, Marie Cécile Ferré

Se è vero che ogni grande città ha il suo ventre nel mercato, per Barcellona e la Boqueria questa relazione è ancora più evidente. Poche città come la capitale catalana hanno fatto del proprio mercato e della sua cultura un simbolo, un'attrazione e il fulcro di un amore travagliato ma ancora fortissimo. La Boqueria è un universo in cui immergersi e perdersi, un luogo privilegiato (anche se oggi in pericolo) in cui è possibile trovare ogni cosa, vicina e lontana, a volte lontanissima. I gamberi di Palamos e i *percebes* arrivati da Galizia, i carciofi degli orti di Sant Boi e la frutta esotica del Centro America, le cipolle di *Figuerras* e le patate peruviane, tutto converge qui e qui si mette in scena, non semplicemente in mostra. Ma la Boqueria, assediata dal turismo mordi e fuggi, è anche una piazza difficile, che fa fatica a mostrare la propria verità: occorre armarsi di pazienza, prendersi il tempo e inseguire le tracce di chi la vive e di chi la fa ogni giorno. Si scopriranno così mappe segrete, abitudini consolidate e la radice di una tradizione gastronomica, quella catalana, che ha tratti suoi marcatissimi nell'associazione di *mar i muntanya* (mare e montagna), nella cultura del *sofregit* e delle salse (*alioli*, *romesco* e *picada*). La Boqueria vista da qui si mostrerà allora come il cuore simbolico di una rete di mercati che permea la città e la nutre: ogni quartiere ha il suo mercato che non è semplicemente un luogo di approvvigionamento ma uno dei centri della vita in comune a ogni età. Prendiamo dunque la nostra cesta sotto il braccio e partiamo per un viaggio dentro la pancia e la gastronomia di Barcellona!



Manuela Conti

Food writer, aspirante cuoca e contadina per passione.

Una laurea in Scienze Ambientali e un'inclinazione innata per la scrittura e la buona tavola.

Nata e cresciuta in Brianza, mamma di tre bambini e autrice del blog *Con le mani in pasta* (www.conlemaninpasta.com), in cui dal 2012 racconta le sue più grandi passioni: autoproduzione, lievito madre e stagionalità. Ama ascoltare vecchie storie, leggere poesie e osservare il miracolo del pane che cresce nel forno. Crede fermamente che non si possa iniziare la giornata senza una buona colonna sonora e che il cambiamento arrivi dalle piccole cose.



DATI TECNICI

19 x 24 cm

cartonato

144 pagine, illustrazioni a colori

€ 25

978 88 6753 1300 8



9 788867 533008

DEL PANE NON SI BUTTA VIA NIENTE

Manuela Conti

Sentiamo spesso l'esigenza di tornare all'essenziale, di eliminare fronzoli e lustrini dalla tavola, di rimettere al centro qualcosa di semplice e quasi primordiale. E quando capita... quasi sempre partiamo dal pane. Crosta dorata e croccante, oppure morbida e pallida, mollica profumata, ricca di alveoli... un capolavoro di ingegneria chimica, complesso il giusto, un alimento indispensabile. Tuttavia, il rischio che vada sprecato o dimenticato, fa sempre capolino dalla dispensa.

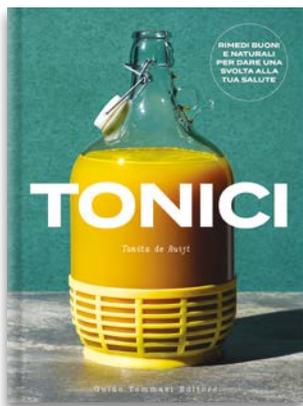
Basta cambiare un po' la prospettiva per scongiurarlo: se avanza non è una seccatura ma una grande opportunità per cogliere quell'incredibile predisposizione del pane, anche quando non è più fragrante, a essere nutrimento.

Più il pane è buono in origine, migliore sarà la sua seconda vita.

Tra le pagine di *Del pane non si butta via niente* il pane torna a essere uno degli elementi cardine della nostra tavola e si trasforma, mostrandoci la sua incredibile molteplicità. Dalle salse al gazpacho, dagli gnocchi agli sformati passando alla pizza e ai dolci, il pane porta in ogni ricetta consistenze e nuovi sapori, trascinandoci in una sfida tra briciole e creatività.

Allenatevi allora con questa raccolta di ricette, per un approccio più moderno e consapevole al riutilizzo del pane.





DATI TECNICI
 16 x 21 cm
 cartonato
 160 pagine, illustrazioni a colori
 € 20
 978 88 6753 229 2



DATI TECNICI
 19 x 24 cm
 cartonato
 160 pagine, illustrazioni a colori
 € 28
 978 88 6753 242 1



TONICI

Tanita de Ruijt

Utilizzare il cibo come farmaco fa parte di un istinto basilare di sopravvivenza che pare abbiamo perso di vista. Ed è anche utile, specie quando la vita fa uno dei suoi tanti scherzetti, come il mal di gola il giorno di un incontro importante, il senso di gonfiore dopo aver mangiato troppo o il mal di testa il giorno dopo una bella sbornia. C'è stato un tempo in cui tutti coloro che cucinavano erano esperti anche di alimenti medicinali. Erbe e spezie erano servite con un duplice scopo: finivano in infusi medicinali e in pentola, in quel genere di rimedi casalinghi che preparava la nonna: i tonici. Inserire i tonici nel nostro stile di vita aiuta a prevenire i sintomi di alcuni fastidi, perché rinforzano i sistemi di base del corpo. Il loro utilizzo è un approccio alla salute di prevenzione e onnicomprensivo.

Sappiate poi che per i tonici non serve avere sotto mano tutti i "superfood" salutari più in voga. Molti degli ingredienti più efficaci, come erbe e spezie, sono già nella nostra dispensa. Questo libro contiene modi diversi e del tutto naturali per curare in casa i disturbi più comuni in modo rapido, efficace e sicuro. Toniche che non solo solleticano le papille gustative, ma che danno energia e buon umore, ricorrendo alla dispensa standard per preparare in casa rimedi sorprendentemente efficaci ed economici.

IL LIBRO DEI BITTER

Adam Elmegirab

I bitter, quelle bottiglie di piccole dimensioni che fanno bella mostra di sé in qualsiasi bar che si rispetti, sono gli eroi silenziosi e non celebrati del mondo dei drink.

Adam Elmegirab, storico ed esperto in questo ambito, oltre che fondatore dell'azienda omonima, presenta i risultati di quasi un decennio di ricerca nel mondo dei bitter, guidando il lettore dalla promozione della prima ora (che li esaltava parlandone come se si trattasse di un vero e proprio "elisir") alla nascita dei cocktail, fino al loro enorme successo nell'Ottocento, per proseguire poi con il successivo crollo della produzione a seguito del Proibizionismo. Ma, per fortuna, la storia ha un lieto fine: il ritorno in auge dei bitter come componente essenziale nel kit di strumenti del barista contemporaneo.

Oltre alla storia, però, l'autore racconta i principali ingredienti che servono alla preparazione dei vari bitter, dal bergamotto all'anice stellato, passando per la corteccia di angostura e l'assenzio romano.

Ma il vero cuore del volume è la sezione dedicata alle principali tecniche di preparazione di grandi cocktail, con 50 ricette create da Adam Elmegirab e dai maggiori bartender a livello mondiale. Questi drink eccezionali dimostrano come le diverse caratteristiche dei bitter possano esaltare un cocktail in modi sorprendenti.



DATI TECNICI
 19 x 24 cm
 cartonato
 336 pagine, illustrazioni a colori
 € 30
 978 88 6753 197 4



CON LE MANI IN PASTA

La cucina, le stagioni e l'autoproduzione
 Manuela Conti

Questo è un libro prezioso, il diario di una ragazza che ama la cucina e la sua terra, il racconto di un viaggio avventuroso tra le brume della Brianza e il caldo sfavillio degli utensili in cucina.

Coltivare la terra, prepararla ad accogliere un orto, prendersi cura di un giovane frutteto rappresentano una grande e perigliosa avventura per chi ha un'idea molto vaga della vita in campagna, ma sono anche una dichiarazione d'amore appassionato per quei luoghi se, come ha fatto l'autrice, diventano la tua quotidianità. La campagna e la cucina sono grandi maestre: insegnano il rispetto delle stagioni, l'attesa, la cura per ogni forma di vita, il reale sapore di un ingrediente, la gratitudine e la fatica, l'umiltà di fronte a un rovescio della sorte e il coraggio nell'accettare una sfida, la perseveranza e la pazienza, l'abilità di trasformare il poco in molto, di dar voce a materie prime povere e dimenticate.

In questo libro troverete moltissime ricette, consigli preziosi per avviare e prendervi cura del vostro orto in ogni stagione e uno sguardo pieno di meraviglia per il risultato che riuscirete a portare in tavola. Anche una pagnotta, dall'aspetto rustico e un po' antico, parlerà di voi, delle vostre coraggiose puntate nell'autoproduzione e della vostra visione del mondo: nessun piatto messo insieme alla rinfusa ma piccoli gesti pieni di consapevolezza e di amore. Ogni giorno scegliamo come alimentare la nostra famiglia: perché servire cibo preparato e cotto da altri, anonimo e senza una storia da raccontare? A volte sono le storie a fare la differenza, quel piccolo frammento di vita da accompagnare a un contorno di verdure, forse un po' storte e gibbose, ma tanto più buone per la nostra salute e la nostra anima.





DATI TECNICI
 19 x 26 cm
 cartonato
 184 pagine, illustrazioni a colori
 € 27
 978 88 6753 265 0



CUCINA SERIALE

Cucina un giorno, mangia una settimana
 Keda Black

La sensazione di sollievo quando entri in casa dopo una giornata di lavoro...

E quella piacevole spossatezza che ti guida verso il divano, con i pensieri pesanti fuori dalla porta e la voglia di godersi una serata tranquilla. Eh sì!

Eppure, dopo un primo sorso di gioia casalinga, eccolo che si presenta, puntuale e petulante, ogni sera più antipatico: il pensiero della cena!

Cosa mangio?

All'improvviso tutto diventa troppo complicato.

Pizza surgelata? Ma basta!

Petto di pollo? È racchiuso nel suo iceberg di indifferenza nel freezer.

Pasta in bianco? Oddio, mi starò ammalando?

Risotto? Quando avrò finito, sarà ora di andare a letto!

Insalatona? Non merita neanche un commento!

Ecco, se vi siete riconosciuti vuol dire che avete bisogno di questo libro.

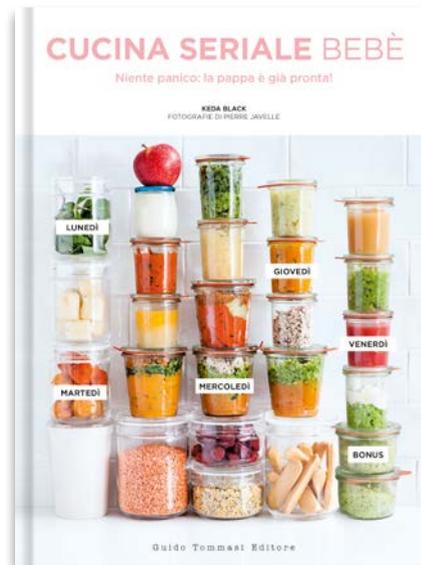
Cucina seriale. Cucina un giorno, mangia una settimana.

Non è un manuale di auto-aiuto, ma può cambiare la vostra settimana, eliminare l'angoscia da frigo vuoto e conservare intatte le potenzialità di una tranquilla serata a casa.

Basta seguire le indicazioni sulla spesa e la preparazione dei cibi, etichettare e conservare...

Piatti gustosi e sempre diversi, senza un filo di noia e con un alto tasso di semplicità.

Godetevi il meritato relax.



DATI TECNICI
 19 x 26 cm
 cartonato
 184 pagine, illustrazioni a colori
 € 27
 978 88 6753 281 0



CUCINA SERIALE BEBÈ

Niente panico: la pappa è già pronta!
 Keda Black

Chiunque abbia un bambino in età da svezzamento, sa cosa sia il vero disagio.

Comincia a morderti le caviglie già all'uscita dall'ambulatorio del pediatra e non ti molla neanche quando arrivi a casa, con le indicazioni attaccate al frigorifero e la spesa fatta.

L'approccio allo svezzamento è sempre una questione di equilibrio tra un pediatra, un bambino più o meno pronto e interessato al cibo e una mamma più o meno ansiosa. La testa comincia a generare domande assurde, senza risposta. Per evitare di essere risucchiate da un vortice di dubbi variegato all'ansia da prestazione con granella di paura... dovete solo cercare la calma necessaria nell'organizzazione.

Il pediatra è il vostro migliore alleato, date ascolto al vostro bambino e tutto filerà liscio.

Lo scopo di questo libro è facilitare l'organizzazione di quel momento delicato della diversificazione dell'alimentazione: introdurre cibi diversi dal latte, cui il piccolo è abituato, deve essere un processo lento e graduale. Non esistono schemi fissi, ognuno ha i propri tempi (in base ai gusti, alle necessità, alla dentizione...).

E allora procuratevi una casseruola con un coperchio, un cestino per la cottura al vapore, un utensile per frullare e una bilancia. Poi barattolini per conservare le preparazioni o le vaschette per fare il ghiaccio.

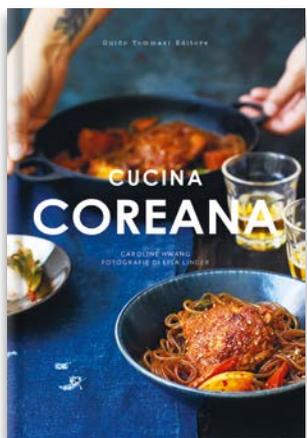
Frutta e verdura, meglio se di provenienza biologica, e la carne e il pesce migliori che riuscite a trovare. Quindi ritagliatevi un paio d'ore nel weekend per preparare i pasti del vostro bambino e... lanciatevi con lui in questa nuova avventura alla scoperta del gusto!

Vi renderete conto che il tempo, l'arcigno tiranno delle neomamme, pian piano diventerà meno burbero, più generoso, distenderà il suo cipiglio e vi lascerà addirittura lo spazio per godervi le vostre piccole conquiste e quelle del vostro bambino!





DATI TECNICI
 18,5 x 27 cm
 cartonato
 224 pagine, illustrazioni a colori
 € 30
 978 88 6753 263 6



DATI TECNICI
 18,5 x 27 cm
 cartonato
 256 pagine, illustrazioni a colori
 € 30
 978 88 6753 227 8



CUCINA GIAPPONESE

Aya Nishimura

Contrariamente a quanto si potrebbe pensare, la cucina giapponese è nel complesso molto semplice e di facile preparazione, oltre che sana e ideale per tutti i giorni. Non richiede tecniche complesse o ingredienti difficili da reperire.

La maggior parte dei piatti può essere realizzata in pochissimo tempo: basta avere ingredienti freschi e qualche condimento semplice come salsa di soia, miso, aceto, zucchero, sale, sakè, dashi e mirin. L'essenza della cucina nipponica è proprio la combinazione fra questi otto sapori e gli ingredienti freschi. *Cucina giapponese* è una raccolta di ricette moderne e popolari, come ramen, gyoza, teriyaki e tonkatsu, e di piatti che normalmente sono tipici dei pasti domestici giapponesi e che quindi sono facili da preparare, come i peperoni alla griglia con flocchi di bonito, le frittelle di kakiage o il tofu (fritto e al sesamo) fatto in casa.

Materie prime e condimenti ben selezionati e sapientemente impiegati, utilizzo di consistenze diverse e una sottile attenzione al dettaglio garantiranno risultati sorprendenti e saranno in grado di elevare anche il piatto più semplice a qualcosa di davvero speciale.

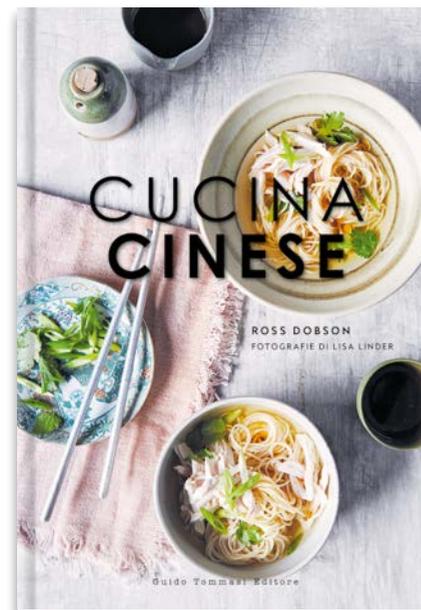
CUCINA COREANA

Caroline Hwang

All'inizio dei loro pasti, spesso i coreani servono il primo piatto dicendo: "Prego, mangia bene!".

La salute è di primaria importanza per questo popolo, e per essere sani è necessario mangiare bene, perché la salute inizia dallo stomaco. Inoltre, il cibo è un'esperienza condivisa: i banchan, i piattini di contorno serviti a ogni pasto, sono da condividere, così come va condivisa la maggior parte dei piatti principali. Le diverse pietanze si mangiano tutte insieme, senza posate con cui servirsi, ma solo con le bacchette e i cucchiari personali da affondare nel piatto comune.

Anche se a tanti sembra complicata e molto difficile, in realtà quella coreana è una delle cucine più semplici che esistano, e questo libro ne è la dimostrazione. Un volume ricco di ricette, con tutti i banchan più comuni che in genere si gustano al ristorante o si comprano nei negozi etnici. Inoltre la cucina coreana richiede ingredienti essenziali: basterà quindi riempire frigorifero e dispensa per essere già pronti a partire e sperimentare.



DATI TECNICI
 18,5 x 27 cm
 cartonato
 224 pagine, illustrazioni a colori
 € 30
 978 88 6753 282 7



CUCINA CINESE

Ross Dobson

Si dice che il silenzio non sia un buon segno in una cucina cinese, luogo in cui dominano il movimento e il rumore e dove gli utensili di metallo si scontrano tra loro. Le cucine cinesi evocano una cacofonia, che tuttavia genera la più armoniosa ed equilibrata delle gastronomie.

Canton, l'Anhui, il Fujian, lo Hunan, lo Jiangsu, lo Shandong, il Sichuan e lo Zhejiang definiscono le otto grandi cucine regionali cinesi.

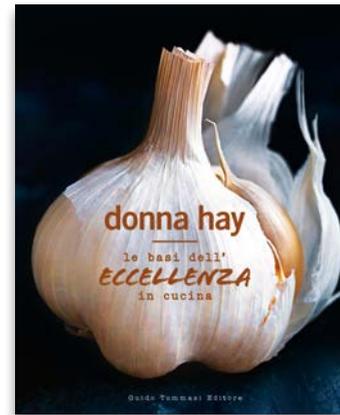
Benché diverse, queste cucine hanno ingredienti comuni. Ogni regione si caratterizza però per una combinazione specifica di ingredienti e tecniche di cottura, a volte con differenze minime, altre volte più rilevanti.

Al di là degli ingredienti e delle tecniche, tuttavia, uno dei punti in comune delle diverse cucine regionali è il nome spesso immaginifico ed enigmatico dato alle portate. Chissà quale piatto delizioso si nasconde dietro un nome intrigante come "Formiche che salgono su un albero" o "Polpette testa di leone". "Mangiare bene significa raggiungere il cielo", dice un adagio cinese. Come ogni altro elemento, il simbolismo fa parte della tradizione culinaria, e il nome attribuito a un piatto gli conferisce dunque un significato superiore.



Donna Hay

Australiana, è uno dei personaggi di maggiore successo nel panorama dell'editoria gastronomica internazionale. Cuoca e *food stylist*, è autrice di numerosi best-seller di cucina vincitori di premi internazionali, pubblica *donna hay magazine*, una rivista quindicinale il cui motto è "turn simple into special" (rendi speciale ciò che è semplice), e tiene diverse rubriche su numerose testate giornalistiche.



DATI TECNICI

22 x 26,5 cm

cartonato

400 pagine, illustrazioni a colori

€ 39

978 88 6753 234 6



9 788867 532346

LE BASI DELL'ECCELLENZA IN CUCINA

Donna Hay

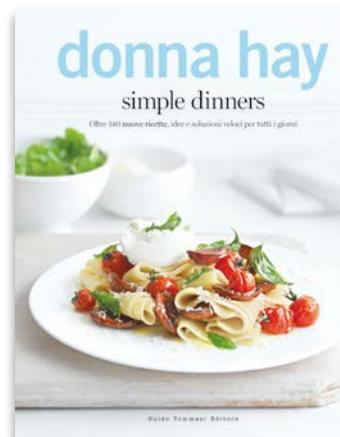
Proprio come per qualsiasi altra cosa in cui si vuole essere bravi, padroneggiare i fondamentali è il modo in cui si acquisisce la fiducia in cucina. Bisogna camminare, prima di sapere correre, giusto?

In questo libro Donna Hay condivide con i lettori tutte le sue ricette di base, le fondamenta dei migliori classici (gnocchi facili alla ricotta e spinaci o cheesecake alla ricotta), oltre che i piatti moderni (risotto agli asparagi e limone con pancetta glassata allo sciroppo d'acero o frittata al cavolo nero, timo e formaggio di capra) e internazionali (noodles in padella con anatra al barbecue o maiale in stile thai e curry di basilico) che più ama e che cucina con maggiore frequenza. Immaginate il pollo arrostito più dorato, la pancetta più croccante, le verdure più invitanti, la torta paradiso più deliziosa e, ovviamente, i brownies più goduriosi...

Distribuite in soli due capitoli (uno dedicato al salato e uno al dolce), ognuna di queste proposte è seguita da varianti intelligenti e da consigli di facile realizzazione per modificarne il sapore, così che ogni ricetta si moltiplichi e il repertorio del lettore cresce senza alcuna fatica.

In poche parole, ecco la guida personale di Donna Hay dalle basi all'eccellenza in cucina.

Buon divertimento fra mestoli e fornelli!



DATI TECNICI

24,6 x 29,7 cm

brossura

208 pagine, illustrazioni a colori

€ 28

978 88 6753 200 1



9 788867 532001

SIMPLE DINNERS

Oltre 140 nuove ricette, idee e soluzioni veloci per tutti i giorni

Donna Hay

Quante volte avete aperto il frigorifero e, scorgendo solamente qualche uovo e un po' di formaggio, lo avete richiuso in preda alla più cupa desolazione? E quante altre volte sbirciando con occhio speranzoso nel deserto della vostra dispensa vi avete trovato solo dei fagioli in scatola? Se queste amare constatazioni, unite alla mancanza di ispirazione culinaria, vi hanno indotto a pensare che la penuria degli alimenti a vostra disposizione nel migliore dei casi vi avrebbe permesso di mettere insieme giusto una cena improvvisata, senza poi pretendere che fosse anche buona e soddisfacente, allora questo libro è davvero la vostra salvezza. Donna Hay vi dimostrerà come da ingredienti basilari, che potreste già avere nella dispensa, potrete trarre ricette semplici ma sempre sfiziose, adatte alle vostre cene infrasettimanali, che diventeranno gustose parentesi tra una giornata lavorativa e l'altra.

Seguendo l'idea che un uovo in frigorifero può trasformarsi in un pasto pronto sulla tavola, *Simple dinners* vi proporrà un'ampia selezione di oltre 140 ricette, dai primi ai dolci, che daranno una svolta alle vostre serate.

**DATI TECNICI**

20 x 26 cm
cartonato
224 pagine, illustrazioni a colori
€ 29,90
978 88 6753 266 7



9 788867 532667

COPENHAGEN

Le ricette di culto

Christine Rudolph, Susie Theodorou

Il cibo è una cosa seria a Copenhagen e gli abitanti del posto la sanno lunga sulla cucina tradizionale, che qui è basata sull'utilizzo di ingredienti locali e sulla tendenza a mantenere i piatti semplici, senza però rinunciare in alcun modo al gusto. Questa tendenza è ben riscontrabile non solo nelle case danesi, ma anche nei ristoranti, indipendentemente dalle loro dimensioni.

Le prime sono popolate da cuochi casalinghi il cui rispetto degli ingredienti è riconoscibile nell'uso di erbe e verdure coltivate sul tetto, in vasi sul davanzale o in uno dei piccoli orti che ormai si trovano un po' ovunque.

Nei secondi operano chef che prestano molta attenzione agli ingredienti, creando stretti legami con i produttori e assicurandosi che i menù mantengano una forte connotazione stagionale.

Questo amore per il cibo sostiene quell'atmosfera "hygge" (confortevole) che si trova in tutta Copenhagen e che è garantita dalle grandi tavole comuni presenti nei ristoranti e nei luoghi pubblici all'aperto, così da favorire l'incontro e la condivisione.

**DATI TECNICI**

18 x 26,5 cm
cartonato
336 pagine, illustrazioni a colori
€ 30
978 88 6753 243 8



9 788867 532438

UN GUSTO DIVERSO

Dove sano e delizioso s'incontrano

Diana Henry

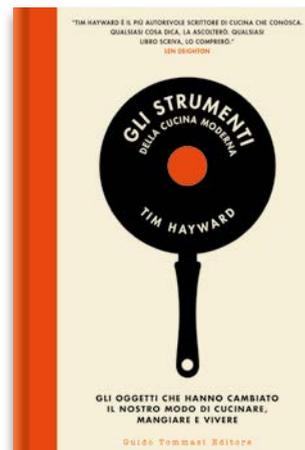
"I consigli sull'alimentazione per combattere il cancro, perdere peso e avere una pelle luminosa si sprecano, basta guardare le copertine delle riviste in un'edicola. E sono in molti a suggerire anche cosa *non* mangiare.

Ci preoccupiamo continuamente del cibo e della salute, eppure è evidente che nella dieta occidentale c'è qualcosa che non va: il diabete e l'obesità sono in rapido aumento e le cardiopatie e il cancro sono diffusissimi.

In questo clima ho cominciato a chiedermi se la mia, composta in buona parte da verdure e cibi integrali, fosse davvero una dieta sana, e grazie alle successive ricerche che ho condotto ho potuto approfondire le mie conoscenze in questo ambito.

E così che ho scoperto che alcune cose che mi piacciono fanno anche molto bene, come i pomodori arrostiti (contengono i licopeni, che, a quanto pare, svolgono una funzione di protezione contro le cardiopatie e il cancro della mammella) e molti, molti altri piatti. Alla fine ho messo insieme le risposte che cercavo e ho creato una raccolta di piatti non solo gustosi, ma anche sani.

È così che ho sviluppato il mio nuovo gusto: mangio meglio e mi sento meglio, senza rinunce, che non fanno mai parte del menù. Al contrario, questo è un libro per gente che ama mangiare. Il fatto che faccia anche bene, è un fortunato extra."

**DATI TECNICI**

15 x 23 cm
cartonato
208 pagine, illustrazioni a colori
€ 28
978 88 6753 228 5



9 788867 532285

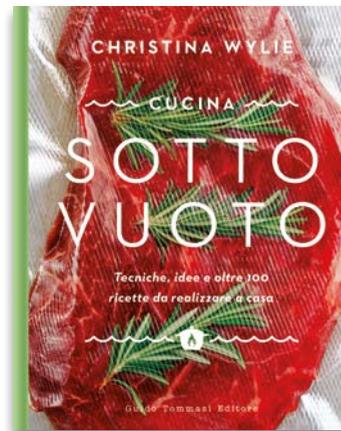
GLI STRUMENTI DELLA CUCINA MODERNA

Gli oggetti che hanno cambiato il nostro modo di cucinare, mangiare e vivere

Tim Hayward

Al giorno d'oggi consideriamo la cucina come il cuore della casa. È il luogo in cui la famiglia si riunisce. Nella moderna abitazione occidentale, tuttavia, la cucina rappresenta ormai molto di più: un luogo dove trascorrere del tempo al di là di quello speso per la semplice preparazione o il consumo dei pasti. Le cucine sono ormai anche un luogo di relax, di studio o di lavoro. Un luogo della nostra quotidianità, insomma, in cui ci piace stare e che quindi arrediamo con oggetti che lo rendano accogliente, piacevole, bello e caldo, oltre che funzionale. Per questo il design moderno lo ha così tanto influenzato.

E se quindi la cucina è una vivida istantanea della nostra moderna vita domestica, lo studio degli strumenti in essa contenuti altro non è che lo studio di noi stessi e delle nostre esigenze. Dallo spremiagrumi al cestino del pane, questo libro rappresenta un viaggio alla scoperta di tutti quegli attrezzi che, a vario titolo, popolano la nostra vita di tutti i giorni... e parlano di noi molto più di quanto immagineremo.

**DATI TECNICI**

25,4 x 20,3 cm
cartonato
288 pagine, illustrazioni a colori
€ 30
978 88 6753 238 4



9 788867 532384

CUCINA SOTTO VUOTO

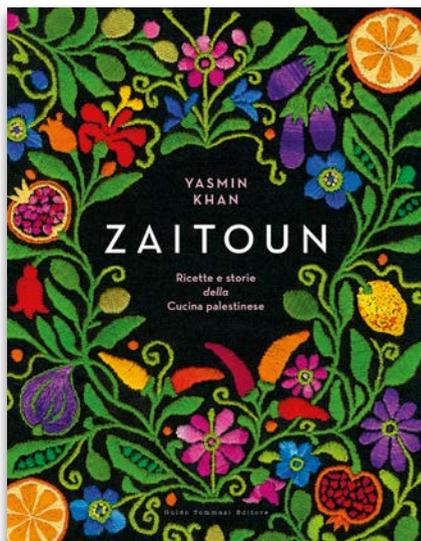
Tecniche, idee e oltre 100 ricette da realizzare a casa

Christina Wylie

Se possedete una macchina per il sotto vuoto di certo l'avrete già usata per preparare semplici hamburger, bistecche o arrostiti. Ma è solo l'inizio. Da anni nei ristoranti si utilizza il metodo del sotto vuoto per cucinare alla perfezione una gran quantità di cibi diversi. Adesso anche voi potrete fare lo stesso. Seguite i consigli di Christina Wylie e portate le vostre abilità culinarie a un livello successivo: preparare con questa tecnica ogni pasto della giornata.

Per pranzo provate ad accompagnare la vostra insalata con un filetto di tonno o di salmone cotti sotto vuoto (il segreto è la salamoia!). Per cena, poi, le possibilità sono pressoché illimitate. Potrete scegliere piatti della tradizione asiatica come il merluzzo marinato al miso, oppure rimanere sul classico con un confortante pollo fritto speziato. Terminate il pasto in dolcezza con una cheesecake dal tocco fantasioso di uno sciroppo preparato sotto vuoto. Oppure coccolatevi con una tazza bollente di punch al rum. Cosa c'è di meglio per concludere una giornata?

Cucina sotto vuoto è un libro pieno di spunti interessanti, completo di indicazioni precise per i tempi di cottura, combinazioni uniche tra il metodo del sotto vuoto e altre tecniche di cottura e oltre 100 ricette da esplorare per ottenere il massimo da questo insolito modo di cucinare.



DATI TECNICI

19 x 25 cm
 cartonato
 256 pagine, illustrazioni a colori
 € 30
 978 88 6753 262 9



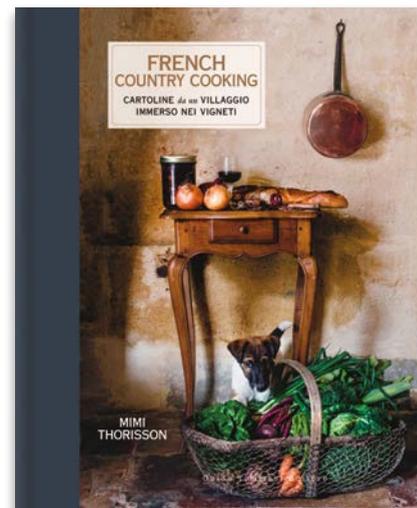
ZAITOUN

Ricette e storie della cucina palestinese
 Yasmin Khan

“Da attivista per i diritti umani, ho viaggiato per il mondo, raccogliendo storie dalle persone che incontro e traducendole in campagne per la giustizia. Come scrittrice di cibo e di viaggi, ho raccolto storie dalle persone e le ho tradotte in ricette per far festa. Il filo che lega tutto il mio lavoro è la convinzione che noi umani, ovunque ci troviamo, abbiamo più cose in comune di quelle che ci dividono. Celebrare questa vicinanza è la mia passione, ispirata dal vecchio detto ebraico che “un nemico è solo una persona di cui non conosci ancora la storia”. È stato questo desiderio di condividere storie a portarmi per la prima volta in Israele e in Cisgiordania nel 2009, mentre lavoravo per un’organizzazione per i diritti umani britannica. Non è stato un viaggio facile. Niente ti prepara a vedere l’occupazione fisica israeliana della Cisgiordania da vicino: posti di blocco, muri, soldati e campi profughi. È stato difficile digerire i giorni e sopportare il dolore delle comunità traumatizzate. Le sere, però, mi davano tregua: al calare della notte, la mia mente turbata era distratta dal mio stomaco. Arrivavano a tavola ciotole di hummus denso, ricco di tahina e liscio come seta. Le melanzane affumicate cotte sulla brace e coperte di aglio e limone mi forzavano a prenderne una terza porzione; vivaci insalate di erbe, sottaceti croccanti, olio d’oliva così piccante da essere l’unico condimento che serve. I sapori cantavano sulla lingua: decisi, salati, freschi e brillanti. Il cibo palestinese sapeva di vita e, in una regione che troppo spesso sembra che stia per morire, l’ho apprezzato come non mai.”

FRENCH COUNTRY COOKING

Cartoline da un villaggio immerso nei vigneti
 Mimi Thorisson



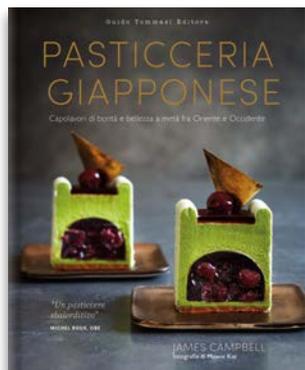
DATI TECNICI

21 x 25 cm
 cartonato
 336 pagine, illustrazioni a colori
 € 34
 978 88 6753 253 7



Un viaggio accattivante attraverso la campagna vinicola francese meno conosciuta, con 100 ricette semplici ma squisite, 150 splendide fotografie e storie ispirate dalla vita di un piccolo villaggio d’altri tempi. La famiglia di Mimi si trasferisce in un vecchio château abbandonato nel Médoc (e più precisamente a St. Yzans) e subito il passato di questi luoghi riemerge nella quotidianità moderna. Al mercato, intenta a cercare ingredienti locali, e in giro per il paese, indaffarata nel trovare maestranze per i necessari lavori di rinnovo della casa, Mimi incontra i contadini e gli artigiani del posto, che riportano alla luce la storia dei vecchi proprietari: Plantia Pautard, cuoca di talento, e suo marito, abile panettiere che asseconda le ambizioni della moglie di aprire un albergo-ristorante nella loro dimora. Nasce così una raccolta di deliziose ricette della tradizione contadina francese d’altri tempi che Mimi Thorisson ci ripropone con grande maestria: dal soufflé di asparagi bianchi alla torta al cioccolato con burro salato, passando per il pot au feu della vendemmia. A firmare le fotografie Oddur Thorisson, marito di Mimi, che regala alle ricette, ai luoghi e ai personaggi una veste affascinante ed evocativa. *French Country Cooking* è un vero e proprio inno a un angolo intatto di Francia non ancora illuminato dai riflettori.





DATI TECNICI

19 x 24 cm
cartonato
176 pagine, illustrazioni a colori
€ 25
978 88 6753 240 7



PASTICCERIA GIAPPONESE

Una deliziosa ed estetica fusione fra Oriente e Occidente
James Campbell

La passione per la cucina di James Campbell, nato e cresciuto in Scozia, ha avuto origine sin dalla sua infanzia. Il suo amore e la sua passione per i dolci sono però nati quando ha cominciato a lavorare nel settore pasticceria dei più grandi ristoranti scozzesi, londinesi e australiani, fra cui il Mandarin Oriental Hotel, dove è sbocciato l'interesse per la pasticceria giapponese. Questo libro rappresenta un vero e proprio viaggio nelle eccellenze dell'Est e del Sud-Est asiatico. Un inno alla pasticceria giapponese e alle sue caratteristiche peculiari: precisione, rigore, pulizia, attenzione per il dettaglio e per l'accostamento cromatico (valori affascinanti che peraltro sono ampiamente riconoscibili nell'intera cultura nipponica), e ancora la celebrazione della stagionalità degli ingredienti e la cura dell'esecuzione in ogni fase, dalla preparazione del cibo al servizio, addolcito dalla natura gentile ed educata di questo popolo. Un libro in cui James Campbell raggiunge risultati sorprendenti grazie all'incredibile fusione di sapori tradizionali con la pasticceria francese e all'inserimento di ingredienti esotici che si abbinano fra loro alla perfezione.



DATI TECNICI

19 x 27 cm
cartonato
520 pagine, illustrazioni a colori
€ 35
978 88 6753 223 0



VIAGGIO ALLE SORGENTI DEL TÈ

Catherine Bourzat, Laurence Mouton

Catherine Bourzat e Laurence Mouton hanno dedicato una grande inchiesta alla seconda bevanda più consumata al mondo dopo l'acqua, il tè. Due anni di lavoro, un viaggio durato quattro mesi, sei paesi visitati, tutti in Asia, culla e centro nevralgico della coltura e del commercio del tè da 6000 anni. Dal triangolo d'Oro birmano alle pendici del Fujiyama, dal delta dello Yangzi jiang ai piedi dell'Himalaya, dall'Oceano Indiano al mar della Cina.

Le due passionarie viaggiatrici hanno seguito il filo rosso dettato dal calendario delle raccolte, sulle tracce delle sette varietà di tè: il Ceylan (Sri Lanka), il Shincha (Giappone), il Darjeeling (India), l'Oolong (Taiwan) e la Maccha (Giappone), il Pura Luce (Cina) e il Le-phet (Birmania).

Un diario di bordo molto dettagliato, in cui le descrizioni delle loro avventure (e disavventure) hanno il potere di immergerci in una cultura affascinante, di farci incantare dalle varie fasi di preparazione delle foglie, di indurci al confronto tra quello che sappiamo e le vere regole della commercializzazione del tè.

E poi, ancora, i momenti che gli sono consacrati (il tea time nello Sri Lanka, cerimonie del tè in Giappone) e il modo in cui il tè sposa il quotidiano di miliardi di asiatici.

In questo grande reportage, la realtà contemporanea incrocia la leggendaria via del tè, con molti riferimenti al passato coloniale dei paesi produttori e un rapido affresco sul loro futuro.



DATI TECNICI

19 x 24 cm
cartonato
224 pagine, illustrazioni a colori
€ 25
978 88 6753 226 1



GELATI

Lydia Capasso, Simone De Feo

Dalla collaborazione fra Lydia Capasso, autrice gastronomica golosa di gelato sin da bambina, e Simone De Feo, gelatiere appassionato e competente, nasce questo libro che coniuga la professionalità con la gola e mette chiunque in condizione di realizzare, anche a casa, un buon gelato: il migliore di quelli possibili con strumenti amatoriali. Perché non è detto che per mangiare un gelato gustoso o una granita rinfrescante si debba necessariamente andare a comprarli: il gelato è un dessert veloce e facile da realizzare, e può essere persino una soluzione rapida per un fine pasto. Un libro che tuttavia non parla solo di gelato, ma che trasmette anche i profumi della famiglia e gli abbracci dei ricordi, quelli legati all'infanzia, quando l'amore per il gelato ha avuto inizio per entrambi gli autori. Oggi, curiosità e passione continuano ad accompagnarli nella loro personale ricerca del "buon gelato": un gelato nel quale, su tutto, prevale il sapore. Il sapore è sempre ciò che li guida, sia quando creano i gusti più tradizionali, sia quando ricercano l'equilibrio tra note aromatiche inattese, portando il salato nel gelato e creando ricette di gelato gastronomico che ridefiniscono il concetto di gelato tradizionale e aprono le porte a nuove, impensate possibilità.

E poi c'è l'attenzione per la materia prima, uno degli aspetti più importanti nella preparazione. La fedeltà alla tradizione è la solida base sulla quale fondono la creatività e il gusto per l'innovazione: questa è la strada che hanno scelto di percorrere per creare un gelato dalla ricetta estremamente corta e dalla grande ricchezza aromatica. Un gelato digeribile, non troppo dolce ed equilibrato, secondo la più alta tradizione artigianale italiana.

DISPONIBILE IN INGLESE

THE BOOK OF ICE CREAM

£ 23 | \$ 28
978 88 6753 249 0





DATI TECNICI
20,5 x 26 cm
cartonato
160 pagine, illustrazioni a colori
€ 25
978 88 6753 237 7



VEGGIE BURGER

Ricette straordinarie per hamburger nutrienti a base vegetale completi di pane e condimenti

Nina Olsson

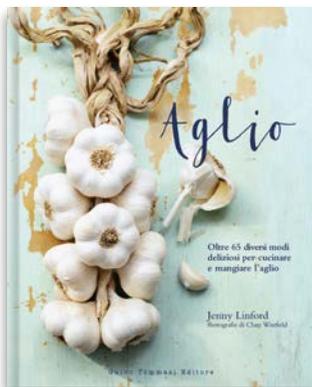
Una raccolta di burger vegetariani che si ispira alle tradizioni più gustose di ogni parte del mondo. Facili da preparare, sono tutti a base di ingredienti sani e squisiti che creano vivaci strati di sapori, uniti in un'armonia perfetta.

Ancora oggi, molti sono convinti che l'alimentazione vegetariana sia sinonimo di piatti noiosi, ed è sempre fantastico osservare le loro espressioni mentre addentano veggie burger che invece sono deliziosamente succosi e saporiti.

Ecco perché i veggie burger hanno fatto così tanta strada negli ultimi anni, diventando un piatto trendy e popolare.

Ma, al di là della popolarità e del trend, uno dei punti di maggior forza dei veggie burger è la loro straordinaria versatilità: il fatto che possano declinarsi in un'infinità di variazioni creative, tutte da gustare.

Questo libro vi spiegherà come creare vere e proprie alchimie di verdure, cereali e legumi che spesso si ispirano alle tradizioni culinarie di tutto il mondo. Mixarle come più preferite sarà un modo fantastico per godersi queste creazioni!



DATI TECNICI
19 x 24 cm
cartonato
160 pagine, illustrazioni a colori
€ 25
978 88 6753 236 0



AGLIO

Oltre 65 diversi modi deliziosi per cucinare e mangiare l'aglio

Jenny Linford

Conosciuto e coltivato fin dall'antichità, dai Cinesi, dagli Egizi, dai Greci e dai Romani, l'aglio, con il suo profumo pungente e il suo sapore deciso, ha da sempre evocato sentimenti forti e contrastanti. Se da una parte è stato a lungo considerato un ingrediente umile e plebeo, suscitando addirittura il disprezzo di alcune religioni, dall'altra, grazie alla sua straordinaria capacità di insaporire i piatti in cui viene utilizzato, è diventato uno dei più amati e indispensabili condimenti nelle cucine di tutto il mondo, da quella francese a quella italiana, passando per quella libanese, indiana, thailandese e portoghese. In camicia, schiacciato, a pezzi o tritato, si può facilmente imparare a dosarne il peculiare aroma in modo da conferire carattere anche alle pietanze più monotone. Per non parlare delle sue proprietà benefiche e terapeutiche. In questo volume troverete tutto quello che c'è da sapere sulla storia, la preparazione, la conservazione, la produzione e le caratteristiche di questo superfood di fronte al quale non è possibile, nel bene e nel male, rimanere indifferenti. Un viaggio attraverso le sue varietà, i suoi produttori e persino il folklore e gli eventi che ruotano attorno all'*Allium sativum*. Sì, perché in diverse parti del mondo ci sono addirittura dei festival interamente dedicati all'aglio. E chissà che, dopo la lettura di questo libro, non vogliate andare a curiosare anche voi...



DATI TECNICI
18 x 25,5 cm
cartonato
256 pagine, illustrazioni a colori
€ 30
978 88 6753 221 6

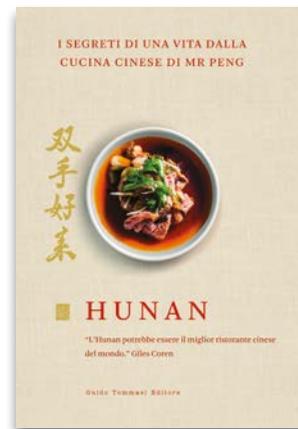


AGRUMI

Ricette che celebrano l'aspro e il dolce

Catherine Phipps

“Come altri food writer del freddo Nord, posso vivere di riflesso attraverso gli ingredienti che uso. Ho avuto la fortuna di vivere (brevemente) in un luogo dove ogni giorno potevo cogliere lime, arance amare e pompelmi. Eppure, se mi soffermo a pensare agli agrumi e a tutto ciò che vi associo, mi accorgo che moltissimi dei miei ricordi sono legati all'ambiente domestico. [...] Ritorno con la mente ancora più indietro, fino all'infanzia, e mi rendo conto di come l'amore per gli agrumi sia intrecciato alla nostalgia – e alle stagioni – e si rifletta sulle cose che preparo anno dopo anno. Amo ogni singolo gusto e aroma degli agrumi e il fatto di poterli usare per un'ampia varietà di piatti internazionali. Più di ogni altra cosa, degli agrumi apprezzo l'utilità. Sono l'ingrediente più vantaggioso che si possa avere in cucina. Hanno proprietà conservanti e stabilizzanti. Possono 'cuocere' e intenerire carne e pesce. In più, fanno molto bene: non sono solo ricchissimi di antiossidanti e vitamina C, ma si ritiene anche che vengano in aiuto per tutto, dall'ipertensione alla depressione. Sono semplicemente miracolosi”.



DATI TECNICI
18 x 26 cm
cartonato
272 pagine, illustrazioni a colori
€ 29,90
978 88 6753 213 1



HUNAN

I segreti di una vita dalla cucina cinese di Mr Peng

Mr Y.S. Peng, Xie Qin

Siamo così abituati al cibo cinese che a volte non facciamo neanche caso al menu che ci viene messo in mano. Gli ideogrammi tradotti nella nostra lingua sembrano condensarsi in alcune pietanze dal gusto agrodolce che conosciamo bene e con cui soddisfiamo la nostra voglia di cibo esotico. Nessuna sorpresa. Nessuna sostanziale scoperta. Nessun arricchimento. Questo libro è per chi ama essere stupito dalla semplicità.

Come scrive Mr Peng, fondatore e chef di questo ristorante, tra i migliori di Londra, “il cibo è semplice ma i sapori sono infiniti. Si tratta di individuare il meglio degli ingredienti [...]”.

Quel che rende unico Hunan è il nostro approccio al modo di mangiare. Voglio che tutti assaggino tutto, e che provino cose diverse ogni volta, perciò non c'è il menu, ma a ogni cliente viene servita una selezione di piattini, spesso più di 15 per volta. Ogni piatto è una fotografia per il palato, che cattura ricordi di Taiwan, del Sichuan, del Guangdong e oltre”.

Come ci riesce? Mescolando con cura le spezie, dosando salse e liquidi aromatici, con piccole aggiunte di zenzero, cipollotto e aglio e scegliendo solo ingredienti di prima qualità. Per Mr Peng il cibo è tutta la sua vita. Se l'idea di condividere le conoscenze di una cinquant'anni passati in cucina ha fatto scolorire l'immagine degli involtini primavera bisunti che associavate al cibo cinese... allora dovrete proprio leggere questo libro.

La cucina di calycanthus

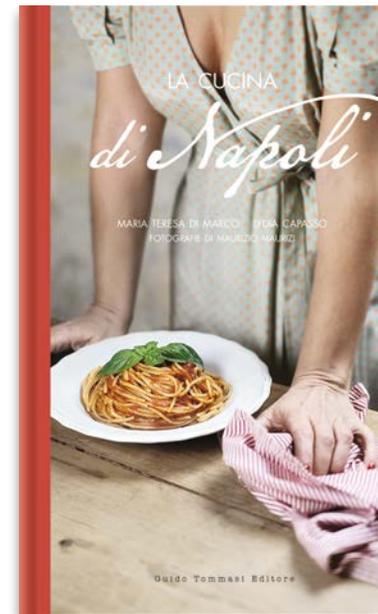
www.lacucinadicalycanthus.net



Mau (Maurizio Maurizi), cioè "Il" fotografo, ha fotografato a lungo, e con soddisfazione, bellezze femminili per scoprire poi l'estro delle verdure e del cibo. Vive a Roma, ma fa il pendolare tra la capitale e Barcellona, dove si rifugia tre mesi all'anno. Gli altri nove la rimpiange.

Maite (Maria Teresa Di Marco) da piccola voleva fare la fioraia, la parrucchiera e la studiosa di pesci, ma ha finito per occuparsi di media. Appare e scompare, non sai mai dov'è. Insegna, scrive, si impiccchia di cose d'arte. È probabile che sia in treno o alla stazione di Trento, di Firenze o di Roma. O sulle pendici dell'Etna, da dove è partita.

Marie (Marie Cécile Ferré) vive a Roma per amore, non proprio e non sempre per la città. Custodisce gelose radici nel Chianti e in Francia, ma anche un legame più sotterraneo con la Spagna. Si occupa di musica per lavoro e non solo. Ha una nostalgia morbosa di Parigi, dove torna troppo poco.



DATI TECNICI

17,5 x 28,5 cm

cartonato

264 pagine, illustrazioni a colori

€ 25

978 88 6753 199 8



LA CUCINA DI NAPOLI

Maria Teresa Di Marco, Lydia Capasso

La cucina napoletana, assai più di altre tradizioni, ha in bocca la storia e lo spirito di una città che non ha uguali. Mastica la semplicità, gode dell'eccellenza dei prodotti e soprattutto esercita la creatività gioiosa che non si accontenta: a Napoli non basta mettere insieme il pranzo con la cena, ma occorre fare del cibo, come della vita, un boccone di piacere. È così che la tradizione popolare, ingegno del poco e del niente, ha corso accanto ai percorsi aristocratici della corte borbonica, segnata dall'influsso spagnolo ma soprattutto francese, in piatti sontuosi come i timballi, i sartù, o la pasticceria raffinatissima.

Ma a Napoli tutto si tocca, si mischia, si confonde in un miracolo di identità e di sapore che funziona solo qui. "Mangiatori di foglie", ovvero di verdure e di minestre a volte elaborate e ingegnosissime (come nel caso della celebre minestra maritata), i napoletani lo sono stati per antica tradizione e non hanno smesso al fondo di esserlo quando sono diventati, assai più recentemente, "mangiatori di maccheroni". La pasta, e in modo diverso la pizza, è il respiro di Napoli e della sua arte: celebra le vongole anche quando se ne sono *fuggite*, fa della frittata di maccheroni una religione di scrupolose esattezze e dello *scammaro* di magro un piatto che consola. Ma al contempo costruisce attorno alla pasta e ai suoi formati fastose architetture con crostate, timpani, timballi, lasagne e le dedica, in un atto d'amore e di pazienza, i grandi sughi di lenta cottura (ragù, bolognese, glassa e genovese).

La cucina napoletana è una cucina che si arrangia meglio di qualsiasi altra, ma che in nessun caso si accontenta.



**DATI TECNICI**

19 x 19 cm

cartonato

72 pagine, illustrazioni a colori

€ 12,50

978 88 6753 252 0

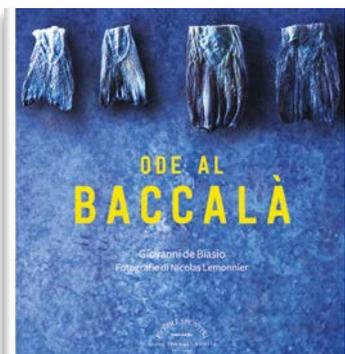


9 788867 532520

TUTTO FA BRODO

Maria Teresa Di Marco, Marie Cécile Ferré

Di verdure, di pollo, di manzo o di resti, ma anche di pesce, di crostacei, di cappone o di funghi, il brodo è la base della cucina, quella buona, quella di sempre, quella che massimizza tutti i prodotti e ne sa trarre tutto il sapore. Ma se è vero che (quasi) tutto fa brodo, è vero anche che il brodo ha le sue regole e soprattutto il suo tempo, che esige attenzione nella scelta e nell'assemblaggio degli ingredienti e che a volte richiede qualche passaggio in più per diventare piatto della festa. In queste pagine troverete brodi per tutti i gusti e di tutti i colori, classici e meno classici, perché il brodo è ancora il re dell'economia domestica, senza essere un piatto vintage. In fondo, sino a quando in una cucina sobbolirà lentamente una pentola di brodo appannando i vetri delle finestre, ci sarà amore per il cibo, e fino a quando ci sarà brodo... ci sarà speranza!

**DATI TECNICI**

19 x 19 cm

cartonato

72 pagine, illustrazioni a colori

€ 12,50

978 88 6753 216 2



9 788867 532162

ODE AL BACCALÀ

Giovanni de Biasio

Immagina l'Artico, il freddo secco e intenso, la luce abbagliante che mette a nudo i colori, l'odore pungente di pesce, le acque maestose del mare del Nord. E ora immagina il tepore di casa, le finestre rigate di pioggia, il profumo inconfondibile del baccalà adagiato mollemente nel suo intingolo. Non un piatto di pesce qualsiasi, ma un capitolo della nostra storia culinaria e un pezzo di storia del nord Europa. L'arte di scegliere il baccalà non si impara a scuola: si tramanda, di generazione in generazione. Piccoli segreti custoditi dalle famiglie dell'arcipelago norvegese delle Lofoten. Riuscite a vederle? Schiere di uomini, con le loro cerate gialle, che affrontano il mare aperto. Per il merluzzo nordico. Una volta in porto, il viaggio è appena cominciato per il merluzzo. Occorre capacità di sentire, con il tatto, la vista, annusando i pesci, come individuare quello perfetto e procedere poi alla salagione. Alla fine, il testimone passa a noi. Abbiamo tra le mani un prodotto unico. Dobbiamo prendercene cura e rendergli onore. Questo libro vi aiuterà a farlo. Vi porterà al largo, fuori dalle acque tranquille della tradizione, in un viaggio in cui sentirete il profumo accogliente di molte cucine, guiderà la vostra mano a dosare spezie, a scegliere ingredienti insoliti, a portare in tavola un piatto che sa di storia e di modernità. Di quanti libri potete dire lo stesso?

**DATI TECNICI**

19 x 19 cm

cartonato

72 pagine, illustrazioni a colori

€ 12,50

978 88 6753 225 4



9 788867 532254

LA FABBRICA DELLE CARMELLE

Maria Teresa Di Marco, Marie Cécile Ferré

Inutile far finta di niente: le caramelle sono nella nostra memoria bambina l'emblema stesso di ogni felicità. Piccoli tesori incollati alle dita con tutto il sapore di un desiderio esaudito o di una promessa che ci ha impegnato a essere buoni.

Ma se ora che siamo grandi (o almeno ci proviamo...) giocassimo a farcele da soli le caramelle? Questo libro è la prova che è possibile, facile e soprattutto divertente fabbricarsi caramelle su misura, senza trucchi e senza inganni, senza coloranti e senza additivi, girando intorno alle mille sfumature dello zucchero, e qualche volta facendone persino a meno. Non serviranno strumenti professionali, solo termometri e in certi momenti un poco di pazienza, ma volete mettere la magia di saper creare con le proprie mani piccole felicità da tenere in tasca?

**DATI TECNICI**

19 x 19 cm

cartonato

72 pagine, illustrazioni a colori

€ 12,50

978 88 6753 222 3



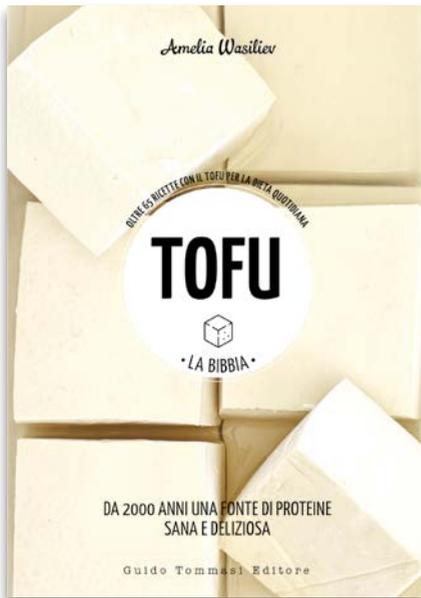
9 788867 532223

PIZZA FRITTA

Enzo Coccia

Se avete una passione per l'autenticità della tradizione e pensate che non esista nulla di più irresistibile di una buona pizza, non potete perdervi questo libro sulla sua variante fritta. Enzo Coccia, titolare de *La Notizia*, una delle più celebri pizzerie di Napoli, ci guida alla scoperta della pizza fritta, svelandone ogni segreto.

La sezione introduttiva del volume ripercorre la storia di questa pietanza e offre preziosi suggerimenti che consentiranno anche a voi di sperimentarne la preparazione: imparerete i procedimenti che portano a una frittura perfetta (dalla scelta dell'olio alla temperatura a cui deve essere utilizzato), padroneggerete i nomi e le caratteristiche dell'attrezzatura necessaria e conoscerete le qualità di un impasto a regola d'arte. Trenta ricette capaci di unire tradizione e innovazione - dalla pizza fritta con provola di latte vaccino, pomodori 'a pacchetelle', pecorino romano e basilico, alla montanara con straccetti di bufala, pesto alla genovese, pinoli tostati e pepe nero -, vi faranno scoprire tutto il gusto di una nuova dimensione del piacere culinario. Non riuscirete più a farne a meno.



TOFU

La Bibbia

Amelia Wasiliev

Perché dovrei mangiare il tofu?
Vi sarà capitato di chiedervelo, mentre setacciavate con sguardo indagatore il reparto frigo del supermercato alla ricerca di un'idea.
In effetti il tofu è un alimento bistrattato e sottovalutato come pochi.
Viene preso come esempio ogni volta che si vuole parlare di un cibo triste, dall'aspetto poco entusiasmante e dall'odore strano (e dal sapore decisamente trascurabile!).
Ma è davvero così? E se, come spesso capita, non gli avessimo dato la giusta attenzione o, peggio, non lo avessimo preparato nel modo giusto?
Il tofu deriva dalla soia (si ottiene facendo cagliare il latte di soia) ed è un prodotto estremamente versatile... È proprio quel tipo di cibo che quando scandagliate il reparto frigo del supermercato dovreste acquistare. Perché? Perché è una fonte economica di proteine, assorbe molto bene gli aromi e può essere preparato in tanti modi diversi...

Sì, ma quali?

Ed è qui che entra in scena *Tofu* e preparatevi a essere sorpresi.

Perché si può usare in piatti sia dolci che salati, grattugiarlo in un'insalata, inserirlo in una grigliata, cuocerlo al forno o al vapore, oppure farci una salsina saporita... Interessante, vero?
Inoltre, è un alimento totalmente compatibile con una dieta vegana, povero di colesterolo ma ricco di grassi insaturi. Insomma, non resta che tuffarsi nella lettura di questo libro perché forse, finora, avete ignorato un alimento che merita di essere inserito nella vostra dieta.

DATI TECNICI

15,2 x 21,5 cm

brossura

160 pagine, illustrazioni a colori

€ 14,90

978 88 6753 273 5



9 788867 532735



MISO

La Bibbia

Caroline Hwang

Capita a volte di leggerlo nei vari blurb, per catturare l'attenzione dei lettori o solo per dare un tocco di importanza a titoli spesso un po' anonimi... Eppure, almeno in questo caso, non ci sono altre parole per dirlo: questo libro è indispensabile.
Perché cambierà il vostro modo di sentirvi bene senza ribaltare uno stile di vita cui siete affezionati, abitudini collaudate e una dispensa che vi descrive come e più di un'istantanea.
Basterà un barattolino di miso, la vostra leva personale per sollevare il mondo, e avrete a disposizione un intero esercito di enzimi utili alla digestione e al riequilibrio della flora intestinale.
Tra le pagine di questo libro scoprirete che il miso, una pasta fermentata a base di soia e altri cereali dosati insieme a una buona quantità di sale marino, è un alimento molto antico, tipico della tradizione gastronomica giapponese. Non si tratta di una moda temporanea, ma di un alimento molto utile per rafforzare e regolare l'intestino e la flora intestinale. Potrete integrarlo nella vostra dieta, aggiungendolo a fine cottura nelle zuppe, nelle minestre, nelle verdure al salto, negli stufati, nelle salse...

Ha un sapore sapido e in commercio ne esistono davvero tante varietà con molte sfaccettature di gusto in base all'ingrediente principale che è stato utilizzato e al tempo di fermentazione cui è stato sottoposto: da quello a base di riso, più delicato, a quello d'orzo, più intenso e corposo. Scegliete il miso che più si adatta ai vostri piatti... e preparatevi a scoprire un mondo di benefici!

DATI TECNICI

15,2 x 21,5 cm

brossura

160 pagine, illustrazioni a colori

€ 14,90

978 88 6753 270 4



9 788867 532704





DATI TECNICI

15,2 x 21,5 cm
brossura
160 pagine, illustrazioni a colori
€ 14,90
978 88 6753 230 8



CURCUMA

La Bibbia
Fern Green

La curcuma è una spezia dall'aroma intenso e dal colore vivace. Sembra un topinambur ma non lo è, serve a dare l'allegria! È un rizoma dotato di notevoli proprietà terapeutiche. Nelle culture orientali e nella medicina ayurvedica, infatti, ha sempre giocato un ruolo di primo piano, ma è una spezia molto apprezzata in tutto il mondo. Negli ultimi anni è tornata alla ribalta, di pari passo con un rinnovato interesse per le medicine alternative e naturali: l'intento è quello di contenere gli effetti collaterali e l'assuefazione causati dall'uso e dall'abuso di farmaci. Ancora oggi, nella medicina ayurvedica si ritiene che fortifichi il corpo e lo riscaldi. È un rimedio consigliato contro i malanni più comuni, come il raffreddore e la febbre, ma anche per problemi di salute più complessi, come la depressione e l'ansia.

Nel XVIII secolo la curcuma era nota in Cina, Africa e Giamaica, dove era utilizzata per combattere gli avvelenamenti causati dai parassiti e dagli alimenti infetti, oltre che per trattare varie malattie. Grazie alle sue eccellenti proprietà antibatteriche serviva anche a curare le ferite e le infezioni.

La curcuma, usata anche come colorante, è utilizzata per tingere gli abiti e ottenere quello sfavillante color arancio, caratteristico dell'abbigliamento dei buddisti. La curcuma è, soprattutto, un ingrediente portentoso. In questo libro troverete ricette da preparare tutti i giorni: è più salutare, infatti, se ingerita in piccole dosi nell'ambito di un'alimentazione sana ed equilibrata, e assumerla quotidianamente è meglio che ingerire quantità maggiori sotto forma di integratori alimentari. Imparerete a realizzare smoothies, il celebre "latte d'oro" e alcune tisane da bere con regolarità. Se amate le creme e le zuppe, ne troverete di deliziose, profumate e nutrienti, tutte ottime per la salute.



DATI TECNICI

15,2 x 21,5 cm
brossura
160 pagine, illustrazioni a colori
€ 14,90
978 88 6753 259 9



BEVANDE PROBIOTICHE

La Bibbia
Caroline Hwang

Alla base di una buona salute c'è un intestino sano. È infatti scientificamente provato che un apparato digerente sano facilita la riduzione dello stress e dell'ansia, tende a diminuire i problemi dermatologici e stimola il sistema immunitario. Oltre a seguire un'alimentazione equilibrata abbinata a una regolare attività sportiva, potete contribuire alla vostra felicità e alla salute del vostro intestino con bevande e alimenti fermentati, ricchi di probiotici. Questi batteri benevoli sono alla base di preparati salutari e sempre più popolari come il kombucha e il kefir. Esistono poi altre bevande probiotiche meno conosciute, come il kvas di barbabietola, il jun e il tepache, che si caratterizzano per le stesse proprietà derivate dalla fermentazione e, in aggiunta, sono anche molto piacevoli al gusto. Alcune fermentazioni richiedono l'aiuto di colture vive, come i grani di kefir o i ceppi di kombucha, mentre altri alimenti fermentano da soli, spontaneamente.

In questo libro troverete tutte le indicazioni utili e i semplici passaggi da seguire per preparare sia le bevande fermentate con i grani di kefir e i ceppi di kombucha sia quelle fermentate naturalmente. Dovrete fare solo un po' di attenzione alle varie fasi, ma la preparazione non richiederà più di 5 minuti al giorno. Tante ricette gustose e facili da realizzare che saranno un vero toccasana per il vostro intestino.



DATI TECNICI

15,2 x 21,5 cm
brossura
160 pagine, illustrazioni a colori
€ 14,90
978 88 6753 260 5



BEVANDE VEGETALI

La Bibbia
Fern Green

Se soffrite del famoso colpo di sonno del pomeriggio, ma volete evitare la tensione e il nervosismo causati dall'ennesima tazza di caffè o avete semplicemente bisogno di una spinta energetica, la potenza delle piante è quello che fa per voi. In questo libro troverete 70 ricette di bevande vegetali, nutrienti e sane, ma soprattutto gustose. Bevande dotate di superpoteri, ricavate da erbe, radici e spezie, appositamente ideate per risvegliare i sensi, elevare lo spirito e dare una sferzata alla vostra salute. Calde o fredde, contribuiranno a stimolare il sistema immunitario e a rallentare l'invecchiamento, ma anche a migliorare la resistenza e le prestazioni sportive e a preservare il fegato, grazie alle loro proprietà detossinanti. Siete pronti a provare queste deliziose ed energetiche "bombe" vegetali?



DETOX SMOOTHIES

La Bibbia

Fern Green

Avete bisogno di una sferzata di energia? La vostra pelle sembra spenta? Ecco il libro che aspettavate, in cui scoprirete un sistema molto piacevole per liberarvi dalle tossine accumulate nel vostro corpo a causa dei frenetici ritmi di vita odierni. Ci prendiamo sempre meno cura di noi stessi, trascurando l'importanza di una corretta alimentazione e le tossine ne approfittano per accumularsi sotto forme molteplici.

A volte, però, abbiamo la sensazione di essere andati oltre e avvertiamo una mancanza di energia, abbiamo mal di testa, problemi di peso, insonnia, cambiamenti di umore, oppure siamo incapaci di concentrarci. Tutti questi sintomi possono avere un'unica causa: le tossine in eccesso che ci aggrediscono, indebolendo il sistema immunitario.

Il nostro corpo ne elimina naturalmente molte, a condizione di nutrirlo a sufficienza e di garantire un corretto funzionamento degli organi. Gustando questi smoothies, veri e propri concentrati di alimenti nutritivi, darete al vostro corpo la grande spinta che aspettava. Una dieta detox breve (da 3 a 5 giorni) aiuterà il vostro corpo a detossinarsi, purificarsi e ricostruirsi.

DATI TECNICI

15,2 x 21,5 cm

brossura

160 pagine, illustrazioni a colori

€ 14,90

978 88 6753 209 4



9 788867 532094



SPORT SMOOTHIES

La Bibbia

Fern Green

Se amate la corsa, il ciclismo, il nuoto e in generale lo sport, o se in palestra vi sentite a casa, l'energia è ciò che vi serve. Il cibo che consumiamo ogni giorno è l'unica fonte di energia per il nostro organismo e assumere i giusti nutrienti è fondamentale per l'attività fisica.

Gli alimenti sono il carburante del corpo e della mente, devono dare forza ai muscoli e mantenere il cervello concentrato e attento. Per questa ragione è necessario ingerire calorie salutari e di qualità. Trovare il tempo per preparare e consumare cibi che rispondano a queste caratteristiche può però essere difficile. Questo libro, articolato in quattro capitoli, vi guiderà alla preparazione di smoothies pre e post-allenamento, per la massa muscolare e per il carico di carboidrati, e vi consentirà così di offrire al vostro corpo l'energia che richiederà.

Questi smoothies rappresenteranno un modo efficiente e veloce per incrementare l'assunzione giornaliera di calorie sane e per fornire all'organismo le energie necessarie per lavorare al meglio. Così, ad esempio, quelli pre-allenamento non solo vi garantiranno l'apporto di carboidrati, ma vi forniranno anche i liquidi di cui avrete bisogno senza appesantire lo stomaco. Gli smoothies post-allenamento, invece, vi aiuteranno a reintegrare il glicogeno dopo l'esercizio fisico e favoriranno il risanamento dei muscoli in seguito a uno sforzo intenso.

DATI TECNICI

15,2 x 21,5 cm

brossura

160 pagine, illustrazioni a colori

€ 14,90

978 88 6753 211 7



9 788867 532117



OLIO DI COCCO

La Bibbia

Jessica Oldfield

Per molto tempo l'olio di cocco è stato considerato dannoso per la salute, mentre in realtà è molto sano, perché contiene acidi grassi saturi particolari, i trigliceridi a catena media. Gli oli contengono un mix di acidi grassi a catena corta, media e lunga, e i trigliceridi a catena media sono benefici per l'organismo.

Da secoli in Asia, India e Polinesia l'olio di cocco è allo stesso tempo un alimento e una medicina. Fa parte integrante dell'alimentazione e gli scienziati pensano che questo spieghi la bassa incidenza nelle popolazioni locali di malattie cardiache, tumori e altre malattie degenerative. Il mondo occidentale invece sta scoprendo solo adesso i benefici per la salute insiti nell'olio di cocco e la sua incredibile natura di superalimento.

Al punto che gli scienziati ritengono ormai che l'olio di cocco sia l'olio più sano in assoluto. Associato a un'alimentazione equilibrata, può essere una marcia in più per la nostra salute e il nostro benessere.

DATI TECNICI

15,2 x 21,5 cm

brossura

160 pagine, illustrazioni a colori

€ 14,90

978 88 6753 210 0



9 788867 532100



GREEN LOW CARB

La Bibbia

Amelia Wasiliev

Il principio di questa dieta è eliminare dalla propria alimentazione alcune famiglie di alimenti ricche di glucidi (cereali, zuccheri, alimenti trasformati, farinacei, frutti ad alto tenore in fruttosio) e consumare più alimenti poveri di glucidi e sani, come la carne.

Seguire una dieta povera di glucidi non richiede un grande cambiamento nei gesti quotidiani. Oggi l'informazione nutrizionale è entrata a far parte delle abitudini di tutti, al punto che in molti prodotti, ricette e ristoranti si tiene conto dei consumatori che scelgono questo stile alimentare. Sono molti gli scienziati, i grandi chef o le star che hanno preso coscienza dell'importanza di un'alimentazione povera di glucidi e che si fanno portabandiera di questa idea.

Adottare questa dieta è semplicissimo e comporta un nuovo modo di alimentarsi. Per sapere quali cibi privilegiare o evitare, è importante assimilare le informazioni di base sui glucidi che troverete nelle pagine iniziali di questo volume. Così acquisirete le nozioni necessarie e scoprirete idee per i vostri menu che faciliteranno l'adozione di un nuovo stile di vita.

DATI TECNICI

15,2 x 21,5 cm

brossura

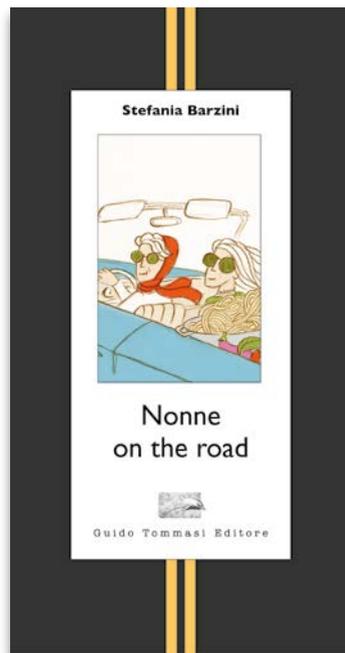
160 pagine, illustrazioni a colori

€ 14,90

978 88 6753 212 4



9 788867 532124



NONNE ON THE ROAD

Stefania Barzini

È l'anno delle elezioni americane che vedranno vincere Trump, e due consuocere italiane (appassionate di cucina e dei loro nipoti, oltre che proprietarie di una scuola di cucina a Roma) decidono di partire alla conquista dell'America. E di farlo cucinando "on the road", da costa a costa. La loro sarà una sfida: portare in America il cibo italiano, ma non di chef e ristoranti alla moda, bensì delle nostre case. Atterreranno a New York, armate di pentole e padelle, nelle quali prepareranno sartù, amatriciane e carbonare, gnocchi e arancini, panelle e polpettoni, tortelli e timballi. Lo faranno in ristoranti e scuole di cucina, locande e istituti di cultura, case private e cantine di produttori di vino. Voleranno da New York a Miami, da Miami a Los Angeles per poi, novelle Thelma e Louise da Los Angeles, a Santa Barbara, a San Francisco, a Napa Valley. Introdurranno gli americani alla farina di ceci, all'olio italiano di qualità e ai fagioli zolfini, scorrazzeranno tra supermercati e Farmer's Markets, faranno incontri curiosi e vivranno momenti di grande entusiasmo... ma anche di grande imbarazzo! Torneranno a casa, dopo un mese e mezzo, stanche ma vittoriose, e avendo, una volta per tutte, sconfitto pregiudizi e luoghi comuni - gastronomici e non - che da sempre contraddistinguono i rapporti tra italiani e americani.

Stefania Barzini, nata a Roma nel 1952, si occupa da anni di cucina e di enogastronomia. Ha vissuto a lungo negli Stati Uniti dove ha tenuto corsi di cucina regionale italiana per americani e dove organizzava per l'Istituto Italiano di Cultura di Los Angeles, eventi a tema enogastronomico. Attualmente vive a Roma dove è uno degli autori di Rai-Sat Gambero Rosso Channel e collabora per diverse riviste di enogastronomia. Cura per Guido Tommasi Editore l'adattamento delle ricette antiche della collana "Cum Grano Salis" diretta da Luigi Ballerini. Per Guido Tommasi Editore ha pubblicato *A tavola con gli dei* e *Una casalinga a Hollywood*.

DATI TECNICI

11,5 x 22 cm

brossura

216 pagine

€ 17

978 88 6753 233 9



SUITE PER UN CASTAGNO

Raethia Corsini

C'è una solida e atavica saggezza radicata nel senso della Terra, della sua storia, del suo sapore e delle vite che accoglie. Per appropriarsene occorre recuperare la semplicità delle cose, attraverso occhi bambini. Anche a 100 anni. Con la lente dei ricordi di un'infanzia e un'adolescenza trascorse in pieno contatto con la natura, Castagne ci (ri)porta a quelle radici, in un viaggio-memoir che vagabonda tra storie personali, letterarie, culinarie, fantastiche. L'autrice le narra prendendo come guida e punto di riferimento il castagno. Pianta dei primordi, sopravvissuta alle grandi rivoluzioni geofisiche del Pianeta, per millenni i suoi frutti hanno nutrito gli esseri viventi, tanto da meritare il nome di albero del pane; una fonte economica e di scambio che ha favorito la formazione delle civiltà moderne. Una pianta che sembra partecipare alle complessità del mondo, dell'ecosistema e della Storia, con la serena resilienza di chi non ha fretta perché sa di avere molto da esprimere in ogni stagione. Come un Maestro di vita.

DATI TECNICI

11,5 x 22 cm

brossura

132 pagine

€ 13

978 88 6753 274 2



Raethia Corsini, nata a Milano per caso, è toscana DOC da più di cinque generazioni e ha trascorso l'infanzia e buona parte dell'adolescenza sull'Appennino toscano-emiliano. Ha studiato e si è formata a Milano, ha girato i cinque continenti e oggi vive e lavora a Roma. Giornalista professionista, free lance dal lontano 1989, ha scritto di viaggi, cibo, società per i principali magazine italiani. Collabora con D-laRepubblica e Wall Street International. Con Guido Tommasi ha pubblicato *Nei miei panni, autobiografia intima di Mila Schon* (2006 - edizione limitata) e *Spiriti Bollenti. Ritratti terrestri di 21 chef stellari* (2011) Premio selezione Bancarella della cucina 2012. Ha pubblicato racconti di viaggio e costume in Francia e in Italia. A favore dell'associazione di promozione sociale Smallfamilies® è co-curatrice della prima collana editoriale italiana dedicata ai temi della famiglia che cambia. Il suo sito è www.zippora.it.



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 6753 291 9

I LAMPONI

Françoise Durif

Il lampone è tra le piante da frutto più antiche. Secondo una leggenda i lamponi in origine erano bianchi. Assunsero il colore rosso rosato e l'aspetto leggermente granuloso quando la nutrice di Zeus, che voleva calmare il bambino, si graffiò raccogliendo un frutto e il suo sangue colorò per sempre i frutti. Fino alla fine del Medioevo, la pianta cresceva allo stato selvatico, colonizzando le regioni montuose dell'Europa Occidentale. Solo in seguito si è cominciato a coltivarlo, forse per poter godere più a lungo del suo aroma delicato.



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 6753 286 5

IL PANE SECCO

Laura Annaert

Per quale motivo dovremmo apprezzare la cucina a base di pane secco? Perché è saporita, ingegnosa, semplice e sofisticata allo stesso tempo. E poi è una cucina versatile che offre un'infinita gamma di sensazioni: il desiderio di cibi rustici, la voglia di un cibo che sappia di essenziale, la spinta a non sprecare, l'entusiasmo di utilizzare un ingrediente che, con poche aggiunte, sa farsi amare. Non solo cucina povera, ma soprattutto tanta creatività per chi vuole farsi sorprendere.



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 6753 284 1

IL RISO

Marianne MBaye

Alimento universale e infinitamente diverso, nella forma (chicchi lunghi, corti, tondi, affusolati), nel grado di trasformazione (risone, non decorticato, integrale, riso bianco) e nel modo di prepararlo (alla creola, pilaf, risotto). È un ingrediente così vivo e diffuso proprio in virtù della sua stessa varietà. In questo libro le associazioni, spesso inedite, fra il riso e gli altri ingredienti rimandano a paesi, persone e situazioni che l'autrice ha amato. La cucina può rendere la nostra quotidianità più piacevole, anche grazie all'incontro con altre culture.



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 6753 288 9

IL BROCCOLO

Marie Dargent

I broccoli, appartenenti alla famiglia dei cavoli selvatici, furono scoperti ai tempi dell'Impero Romano e molto utilizzati nella cucina dell'epoca. Ma è solo nel XVI secolo che Caterina de' Medici, grande artefice della rivoluzione gastronomica francese, li reintrodusse sulle tavole nobili e borghesi. Nella loro storia si sono alternati momenti di declino, oblio e riscoperta. Da una ventina d'anni a questa parte, però, la loro fortuna sembra costante: il loro aspetto floreale, il sapore particolare e gli innumerevoli benefici ne hanno fatto una verdura insostituibile.



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 6753 285 8

L'ORTICA

Véronique Chapacou

L'ortica è un'erba infestante dalle molteplici virtù alimentari, medicinali, tessili, tintorie, cosmetiche e perfino foraggere. Consumata da moltissimo tempo, nel corso dei secoli ha spesso salvato dalla carestia, grazie alla sua grande ricchezza di proteine, vitamine, minerali e aminoacidi. Oltre a essere un'ottima fonte di nutrimento, è una delle piante più adatte a curare l'anemia e i reumatismi e a ristabilire l'equilibrio generale dell'organismo. È un ottimo fertilizzante e repellente naturale ed economico per il giardino.



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 6753 290 2

LE POLPETTE

Andrée Zana-Murat

La polpetta è la sintesi tra l'universale e il particolare, ciò che ci assomiglia e che ci distingue, l'essenza e la quintessenza della cucina... In tutto il mondo, non importa se poveri o ricchi, a tutti è capitato di riflettere su come cucinare degli avanzi o cercare un modo diverso per utilizzare i soliti ingredienti. La polpetta è presente ovunque, è una sorta di intuizione globale ma anche una sfida, perché realizzare con poco o niente un piatto eccezionale è un'impresa culinaria.



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 6753 289 6

LA MANDORLA

Anne-Sophie Rondeau, Anne Guéchova

Il mandorlo selvatico cresceva originariamente nel Mediterraneo orientale e nel Levante e venne introdotto in Sicilia per poi diffondersi in Francia e in Spagna. È una pianta longeva, i cui frutti sono stati utilizzati da sempre per trame un olio ricco di proprietà e per dare corpo e profumo a una miriade di preparazioni dolci. Le delizie alle mandorle, infatti, sono disseminate in tutta Europa come i sassolini di Pollicino e fanno parte della storia di ognuno di noi.



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 6753 283 4

IL RABARBARO

Véronique Maslin

Bellissimo con le sue grandi foglie verdi e il lungo gambo screziato, il rabarbaro è stato paragonato alla fenice perché scompare in inverno per tornare, rinnovato, in primavera. È giunto in Europa intorno al XVII secolo e da allora non se n'è più andato: è delizioso sia cotto che crudo, in versione dolce o salata, servito in pinzimonio, in un'omelette ed è eccezionale nelle composte di frutta perché regala un tocco acido molto piacevole e difficilmente dimenticabile.



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 6753 292 6



LA FRUTTA E LA VERDURA DEL POTAGER DU ROI

Martine Willemin

Il Potager du roi è un giardino e un orto creato nel 1683 nel castello di Versailles per il re Luigi XIV da Jean-Baptiste de la Quintinie, allora direttore dei giardini reali. Diventato un giardino urbano, si estende su 9 ettari ed è suddiviso in due parti: una centrale, in cui si coltivano le verdure, e un'altra in cui crescono alberi da frutto e piante di piccoli frutti. Da una visita al Potager du Roi non si torna mai a mani vuote. Dalle confetture ai succhi, alla frutta raccolta in giornata.



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 6753 287 2



LA PATATA

Clémentine Virault

Le patate, coltivate dagli Incas sulla Cordigliera delle Ande, fecero il loro ingresso nel vecchio continente poco prima del 1540. All'inizio, soprattutto in Francia, vennero snobbate per una presunta tossicità e relegate a cibo per animali. Due secoli dopo, grazie all'ostinazione e all'astuzia di Parmentier, divennero molto popolari... con un piccolo trucco: nel periodo della raccolta, le guardie armate proteggevano i campi coltivati, lasciando credere che lì si coltivasse una verdura rara e preziosa. Durante la notte, le guardie avevano l'ordine di far entrare i ladruncoli affamati che venivano a rubare quel tubero commestibile.



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 95092 461



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 95092 928



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 95092 546



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 96621 356



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 95092 942



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 96621 325



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 95092 454



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 96621 349



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 95092 911



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 95092 959



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 95092 539



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 96621 363



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 95092 515



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 95092 935



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 96621 332



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 95092 508



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 95092 492



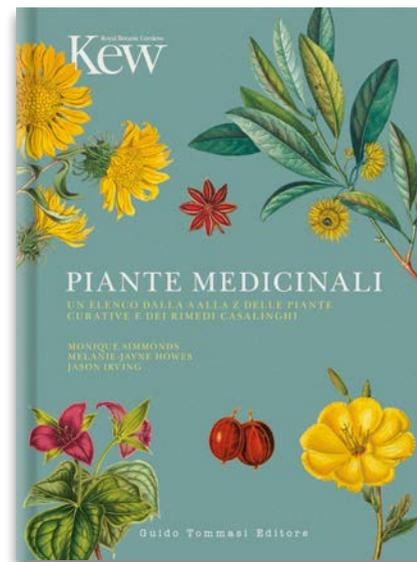
12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 95092 522



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 95092 478



12,5 x 21 cm
24 pagine
€7
978 88 95092 485



DATI TECNICI

17 x 22,7 cm

cartonato

224 pagine, illustrazioni a colori

€ 24,90

978 88 6753 294 0



9 788867 532940

PIANTE MEDICINALI

Un elenco dalla A alla Z delle piante curative e dei rimedi casalinghi

Monique Simmonds, Melanie-Jayne Howes, Jason Irving

Questo è un libro per persone curiose, il cui sguardo si posa su ogni filo di erba, per chi si intrattiene ad osservare la forma dei petali di un fiore e le nervature di una foglia, per chi trova il prato all'inglese infinitamente meno interessante di un giardino disordinato in cui crescono tante specie vegetali, rigogliose e scarmigliate.

Piante medicinali è il miglior regalo per chi è un attento osservatore della natura perché contiene illustrazioni magnifiche ma non solo: descrive più di 270 piante usate per le loro proprietà medicinali e 24 "ricette" per preparare in casa tisane, oli, tinture e creme.

Molti dei farmaci più importanti derivano da piante e molti altri ancora aspettano di essere scoperti. Questo moderno erbario racchiude in sé 5000 anni di ricerche e sapere botanici.

A differenza degli animali, le piante sono di solito fisse in un luogo, non possono fuggire dai pericoli correndo via o spostarsi per riprodursi. Durante il processo evolutivo hanno sviluppato altre strategie di sopravvivenza e riproduttive, per affrontare le sfide del loro ambiente e competere con successo per lo spazio vitale e il nutrimento.

Leggere la storia di queste piante, il loro modo di adattarsi, gli usi che nei secoli se ne sono fatti, confermati o meno dalle recenti scoperte scientifiche, è come imbarcarsi per un lungo viaggio intorno al mondo.

Ogni capitolo è un incredibile arricchimento: non guarderete più con gli stessi occhi un sentiero all'apparenza anonimo, il ciglio di una strada o un fazzoletto di terra incolta.





DATI TECNICI

14,5 x 21,5 cm
 cartonato
 224 pagine, illustrazioni a colori
 € 19,90
 978 88 6753 256 8



IL GIARDINIERE PREMUROSO

Una raccolta di problemi fastidiosi e soluzioni sorprendenti

Guy Barter

Le questioni che disorientano i giardinieri sembrano infinite: dal motivo per cui la lavanda tende a lignificare alla base a come fermare l'invasione delle lumache. Questo libro, come il precedente *Il giardiniere curioso*, affronta alcuni di questi rompicapo del giardinaggio. E *Il giardiniere premuroso* svela come non esista una sola risposta, ma più risposte. E anche questo è ciò che rende il giardinaggio un'attività tanto interessante e appassionante. Parte del divertimento sta infatti proprio nell'indagare il complesso funzionamento del mondo naturale appena fuori dalla porta di casa, e viceversa, imparare a conoscere il proprio giardino servirà a far sì che tutto fili liscio.

Un libro per chi vuole creare un bagaglio di conoscenze con cui capire e affrontare i meccanismi della grandiosa natura.



DATI TECNICI

14,5 x 21,5 cm
 cartonato
 224 pagine, illustrazioni a colori
 € 19,90
 978 88 6753 217 9



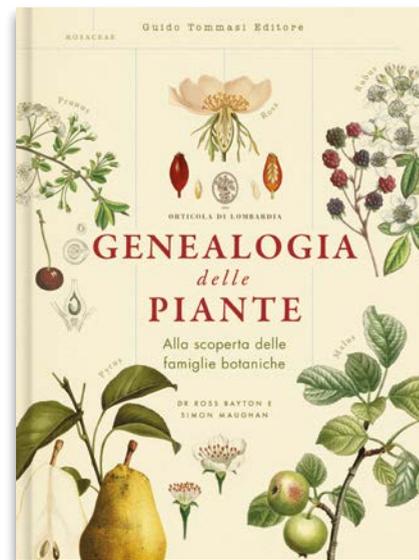
IL GIARDINIERE CURIOSO

Una raccolta di domande curiose e risposte sorprendenti

Guy Barter

Il giardiniere curioso fornirà le risposte alle domande di qualsiasi giardiniere, compresi gli interrogativi a cui non penserebbe mai. Oltre a soddisfare le curiosità – come dice il titolo – di ogni orticoltore, questo libro è un interessante viaggio nel mondo del giardinaggio scandito da domande e risposte, a volte pratiche, a volte eccentriche, ma sempre intriganti. Impreziosito da ricercate incisioni, schemi, fotografie e approfondimenti, questo affascinante volume è una guida avvincente ai fatti curiosi del giardinaggio e ai suoi aspetti meno conosciuti: un perfetto dono per ogni giardiniere dalla mente indagatrice.

L'autore, Guy Barter, è un esperto orticoltore, da anni a capo del servizio di consulenza per i membri della RHS, l'inglese Royal Horticultural Society, che ogni anno dà risposta a centinaia di domande inviate da giardinieri in erba e non.



DATI TECNICI

17 x 22,7 cm
 cartonato
 224 pagine, illustrazioni a colori
 € 24,90
 978 88 6753 220 9



GENEALOGIA DELLE PIANTE

Alla scoperta delle famiglie botaniche

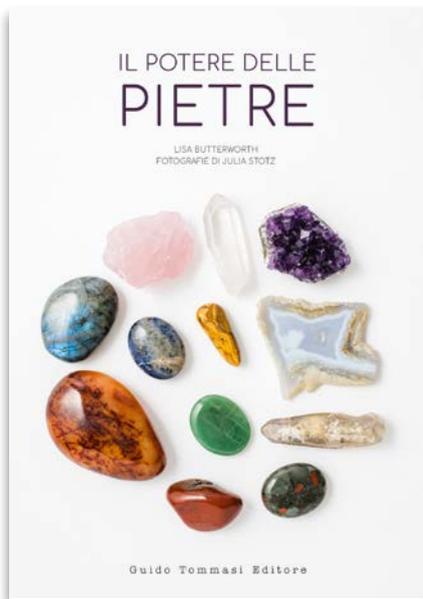
Dr. Ross Bayton, Simon Maughan

Moltissime persone pensano che le piante facciano parte di un'unica grande famiglia, ma in realtà non è così: esistono centinaia di famiglie di piante e i botanici le hanno raggruppate con grande ingegno, impiegando le conoscenze sulla genealogia e la storia dei singoli gruppi, per dare senso e ordine a oltre 250.000 specie vegetali.

La presenza delle famiglie botaniche è ben visibile tutt'intorno a noi. Facendo una passeggiata in qualunque periodo dell'anno e osservando le piante che ci circondano, siano esse selvatiche o da giardino, resterete sorpresi dalla quantità di famiglie rappresentate anche in un piccolo spazio a poca distanza da casa.

Se guarderete con attenzione i vostri giardini, scoprirete che essi sfoggiano una variegata genealogia vegetale, in parte dovuta alla fatica di orticoltori che, nel corso dei secoli, hanno avviato la coltivazione di specie provenienti da tutto il mondo. Se state progettando il vostro giardino, *Genealogia delle piante* vi fornirà utili insegnamenti: sapere che tutte le piante appartenenti a una certa famiglia condividono caratteristiche comuni vi aiuterà a creare composizioni efficaci e ad ampliare la gamma di specie che potrete utilizzare. Scoprirete inoltre che il mondo delle piante ha una sua logica interna che vi eviterà di dover studiare ogni singolo esemplare: i raggruppamenti familiari, infatti, esistono proprio con questa finalità. Con l'aiuto di questo volume e l'esperienza che maturerete, anche voi riuscirete a dare un senso all'enorme diversità biologica del regno vegetale, mettendo insieme somiglianze familiari e tracciando relazioni genealogiche.





IL POTERE DELLE PIETRE

Lisa Butterworth

“I cristalli sanno insegnare ed essere guide gentili, sono fulgidi sapienti in grado di metterci in sintonia con le nostre verità più intime e con l’energia del mondo e delle persone intorno a noi”. È questo il principio su cui si fonda *Il potere delle pietre*, una vera e propria guida alla scoperta del mondo dei cristalli e della cristalloterapia. La prima sezione del volume fornisce le informazioni necessarie per addentrarsi consapevolmente in questa affascinante realtà, con l’obiettivo di offrire gli strumenti per conoscere e sfruttare l’energia emanata dai minerali. Lisa Butterworth spiega innanzitutto in che modo è possibile procurarsi le pietre, pulirle e conservarle per cominciare ad allestire una collezione personale, quali sono le differenti forme delle gemme che, insieme alle loro peculiari caratteristiche fisiche, possono influire sull’energia che da esse scaturisce, e come creare rituali con i cristalli per potenziarne e renderne più benefici gli effetti.

Nella seconda parte del libro, l’autrice propone oltre 65 schede, ciascuna dedicata a un diverso minerale. Con l’ausilio di immagini tanto essenziali quanto evocative, ognuna di esse presenta le specifiche caratteristiche di una singola pietra, il suo colore e l’area di provenienza, e illustra l’ampia gamma dei benefici emotivi, spirituali e fisici che essa produce, classificandoli secondo i chakra a cui sono associati. Sapevate che la giada può incrementare l’impegno, rafforzare i legami tra le persone e calamitare l’amicizia? E ancora, avreste mai immaginato che lo zaffiro è utile per risolvere i problemi di comunicazione?

Il potere delle pietre vi svelerà tutta la magia dei cristalli.

DATI TECNICI

15 x 21,5 cm

brossura

160 pagine, illustrazioni a colori

€ 18

978 88 6753 257 5



9 788867 532575



OLI ESSENZIALI

Lisa Butterworth

Da millenni l’uomo utilizza rimedi naturali di origine vegetale, a scopo sia preventivo che terapeutico. Anche oggi, nonostante i prodigi e i benefici della medicina moderna, gli oli essenziali estratti dalle piante possono essere un modo meraviglioso e alternativo per prenderci cura di corpo, mente e spirito. A un costo contenuto e accessibile ci consentono di gestire personalmente la nostra salute e ci offrono soluzioni naturali e facili per affrontare un gran numero di problemi, mentali, emotivi e fisici. Lisa Butterworth ce ne offre un’ampia panoramica e ci spiega con semplicità e chiarezza quali sono i metodi principali per godere dei benefici di queste potenti essenze. Un’introduzione perfetta a un collaudato modo di curarsi.

Lisa Butterworth si occupa di cibo, moda, cultura pop, questioni femminili e molte altre cose fantastiche mentre si gode il sole eterno a Los Angeles.

Scriva, tra gli altri, per *Cosmopolitan*, *Elle*, *Oyster*, *Time Out*, *Vulture*, *The Cut*, *New York Magazine*, *Women’s Health* ed *Etsy*.

Co-fondatrice di *Tidal*, una rivista di moda, stili di vita e cultura, scrive libri che trattano di teorie *New Age* e benessere per *Hachette Livre*.

Come redattore della *West Coast di Bust*, rivista femminile di lifestyle, è sempre alla ricerca di nuove culture pop ma è molto interessata anche ai mercatini delle pulci, al camioncino dei taco e, in generale, a far casino.

DATI TECNICI

15 x 21,5 cm

brossura

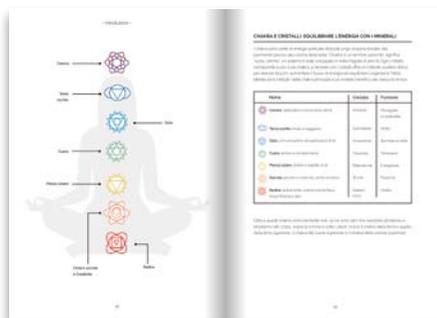
160 pagine, illustrazioni a colori

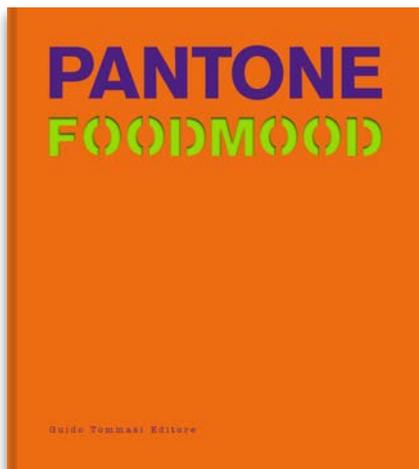
€ 18

978 88 6753 271 1



9 788867 532711





DATI TECNICI

24 x 27 cm
 cartonato
 288 pagine, illustrazioni a colori
 € 45
 978 88 6753 165 3



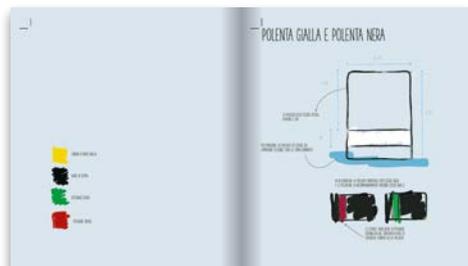
PANTONE FOODMOOD

Pantone ha rivoluzionato l'industria delle arti grafiche lanciando, più di cinquant'anni fa, il Pantone Matching System®, uno standard che permette ai professionisti del mondo grafico e della stampa di declinare e riprodurre fedelmente i colori in ogni parte del mondo. Un linguaggio universale che, attraverso l'accuratezza della riproduzione e della classificazione dei colori, è diventato uno strumento duttile e preciso, creativo e accurato. Questo "canone" ha trovato applicazione negli ambiti più diversi e ha rafforzato la sua identità da un lato attraverso il rigore del design Pantone e della "regola aurea" delle proporzioni con cui viene declinato, dall'altro attraverso la forza espressiva dei colori associati al loro significato e alle emozioni. La "mazzetta" Pantone è diventata un intramontabile strumento di lavoro sempre a portata di mano: che sia sulla scrivania di un designer o di un art director, nella bottega di un artigiano o di uno stilista di moda, nello studio di un architetto o di un designer di cosmetici. E in cucina? È pensabile portare la filosofia Pantone tra i fornelli? L'idea di applicare le nostre linee guida in un ambito non solo professionale ma alla portata di tutti gli aspiranti "cuochi/food designer" ci ha appassionato. È nato così il Pantone Foodmood: enjoy!

DISPONIBILE IN INGLESE

PANTONE FOODMOOD

£ 35 | \$ 50
 978 88 6753 208 7



DATI TECNICI

17 x 24,5 cm
 cartonato
 288 pagine, illustrazioni a colori
 € 27
 978 88 6753 298 8



IL POLLO DI MEZZANOTTE

E altre ricette per cui vale la pena di vivere
 Ella Risbridger

Ci sono molti modi di cominciare a raccontare una storia. Questa comincia con un pollo... C'è stato un periodo, per Ella Risbridger, in cui il mondo era diventato opprimente: i suoni troppo forti, i colori troppo intensi, tutto e tutti troppo veloci. Una notte si ritrovò stesa sul pavimento della cucina, incerta se si sarebbe mai rialzata in vita sua – e fu il pensiero di un pollo, del cucinarlo e del mangiarlo, che la fece rimettere in piedi e le fece desiderare di tornare a vivere. *Il pollo di mezzanotte* è un libro di cucina. Sfolgiandolo troverete piatti talmente invitanti che vi verrà un'irrefrenabile voglia di provare le sue ricette: stuzzichini di pesce piccante, zuppa di pomodoro e aglio, confortanti spaghetti chili e limone, lasagne ai porri, sardine al limone, curry di pollo, brownies al burro croccante... Questo è il tipo di cucina che potrete gestire anche con una leggera sbronza in corso. Un tipo di cucina che probabilmente vi verrà addirittura meglio se potrete contare su una bottiglia di vino aperta e un boccone di pane per fare la scarpetta. Se però decidete di mettervi comodi e di leggere *Il pollo di mezzanotte* sorseggiando una tazza di tè (o un bicchiere di quel vino di cui sopra), scoprirete che questo libro è anche e soprattutto un elenco di cose per cui vale la pena vivere – un manifesto di momenti per i quali vale la pena vivere. Insomma, un libro di ricette per tornare a osservare il mondo con occhi innamorati.





DATI TECNICI

18 x 24 cm
brossura
256 pagine, illustrazioni a colori
€ 27

978 88 6753 261 2



9 788867 532612

PRODOTTI PER LA PULIZIA FATTI IN CASA

*Pulire e igienizzare la propria casa
in modo naturale*

Fern Green

Un libro per chi si preoccupa degli ingredienti contenuti nei prodotti che utilizza per pulire la casa. Per chi vuole smettere di usare sostanze chimiche corrosive che possono compromettere la salute e desidera saperne di più sulle alternative naturali per igienizzare i propri ambienti.

Una raccolta di oltre 110 ricette per venire incontro alla maggior parte delle esigenze di pulizia. Ogni capitolo è dedicato a un locale della casa e propone ricette uniche per farlo brillare in ogni angolo, rispettando l'ambiente e la salute.

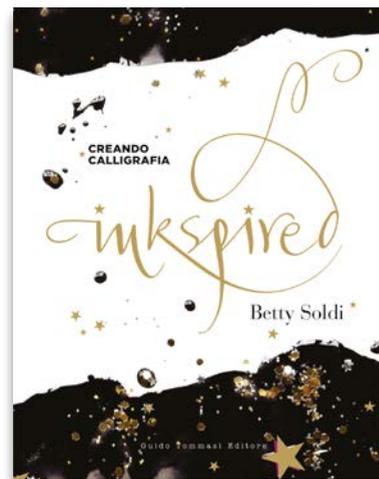
Preparare in casa i prodotti per la pulizia comporta numerosi vantaggi: non solo è una scelta più economica, ma è anche più sicura per l'ambiente e per la salute. Questo libro spiega come realizzare i prodotti di uso quotidiano, per esempio un detergente per tutte le superfici o il detersivo per il bucato, e anche come lavare oggetti che non si puliscono tutti i giorni, come cuscini e tappeti.

Contiene inoltre consigli per profumare i prodotti fatti in casa con gli oli essenziali, perché tutti gli ambienti abbiano un odore gradevole.

Un libro per chi vuole liberarsi dai prodotti per la pulizia disponibili in commercio che contengono sostanze chimiche dannose come candeggina e ammoniaca, che possono aggravare eventuali allergie, problemi di natura asmatica e disturbi dermatologici, rischiando di intossicare soprattutto i bambini e gli animali domestici.

Le alternative naturali sono invece del tutto innocue, a base di ingredienti facilmente reperibili come aceto, bicarbonato di sodio e sale.

Il futuro dei prodotti per la pulizia della casa è qui.



DATI TECNICI

19 x 24 cm
brossura
192 pagine, illustrazioni a colori
€ 25

978 88 6753 215 5



9 788867 532155

INKSPIRED

Creando calligrafia

Betty Soldi

Riprendi contatto con la scrittura, gioca con l'inchiostro e scopri la gioia creativa della calligrafia.

Con questo suo libro ingegnoso Betty Soldi – calligrafa e designer – ti porta in un viaggio nello sviluppo del tuo stile personale per esprimerti con svolazzi e una bella scrittura. Scopri forme e caratteri moderni usando le pagine dedicate agli esercizi creativi, valorizza i tuoi errori ed esplora idee nuove, come scrivere con il rossetto sugli specchi o comporre parole sulle foglie. Osserva la tua calligrafia prendere vita in tanti modi divertenti e originali, dalla personalizzazione di carte da regalo, inviti e biglietti di auguri alle decorazioni su palloncini e addobbi natalizi. Lasciati *inkspirare* e trasforma magicamente i tuoi scarabocchi inchiostriati.



LO CHEF ARRABBIATO

Anthony Warner

Se pensate di leggere questo libro per scoprire il segreto di un'alimentazione sana o il modo per dimagrire, sappiate che siete sulla strada sbagliata. In questo libro Anthony Warner, chef appassionato con approfondite conoscenze scientifiche e una forte curiosità su come il cibo abbia effetto sulla nostra salute, non dà risposte, ma piuttosto pone domande, concentrandosi soprattutto sulle tendenze dei trend salutisti e del cosiddetto "clean food", ovvero quel cibo che vuole essere un concentrato di virtù sotto ogni aspetto: sano, biologico ed ecosostenibile. Incuriosito dall'argomento e desideroso di saperne di più e di andare a fondo della questione, Warner ha cominciato a fare ricerche indipendenti in proposito, scoprendo quanto, in diversi casi, i principi alla base di queste tendenze fossero scientificamente infondati e talvolta addirittura insensati e pericolosi. Questo libro è il risultato di due anni di ricerche in controtendenza, una raccolta di riflessioni che non ha la pretesa di dare risposte certe, ma che semplicemente evidenzia quanto ancora ci sia da scoprire intorno al cibo e ai legami fra alimentazione e salute. Insomma, una tessera in più in un puzzle che è ancora tutto da completare.

DATI TECNICI

15 x 24 cm
brossura
336 pagine
€ 20

978 88 6753 241 4



9 788867 532414



DATI TECNICI

15 x 21 cm

brossura

288 pagine, illustrazioni in bianco e nero

€ 16

978 88 6753 214 8



9 788867 532148



DATI TECNICI

19 x 23,5 cm

brossura

192 pagine, illustrazioni a colori

€ 20

978 88 6753 231 5



9 788867 532315

IL GALATEO DEL TERZO MILLENNIO

Filiberto Passananti, Matteo Minà

con illustrazioni di Gianluca Biscalchin

Quante volte ci è capitato di alzare gli occhi al cielo, esasperati, invocando un aiuto ultraterreno o rammaricandoci di non essere in un altro posto, di fronte ad atteggiamenti scorretti e maleducati?

A nulla serve sollevare un sopracciglio con espressione minacciosa o fingere di schiarirsi la gola... La soluzione, come spesso accade, è nei libri. In questo, in particolare.

“Non stiamo inventando nulla: sei secoli fa, il fiorentino monsignor Giovanni Della Casa scrisse un piccolo trattato sull’argomento, che conosciamo con il titolo di Galateo.

Si tratta di un manuale che contiene indicazioni precise da seguire nei rapporti sociali. Val la pena di riscoprirlo, anche solo per la verve con la quale l’autore scriveva e per la sua lungimiranza, perché non basta essere alla moda per sentirsi trendy e giusti, è indispensabile capire il concetto che i rapporti sociali vanno sviluppati sul rispetto e sulla comprensione delle persone con cui si entra in contatto”.

Una sintesi giornalistica dell’intera opera di monsignor Della Casa, con una piccola chicca utile e curiosa: un capitolo con i pareri di personaggi famosi, vicini, nei loro comportamenti di vita e di lavoro, alla filosofia del Galateo.

MONDO CANE

Il mondo visto con gli occhi del vostro cane

Karen Wild

Questo libro guarda al mondo con gli occhi dei cani, per capire cosa significhi essere un cane oggi.

La “vita da cani” non dipende solo dalla biologia: è un intricato insieme di genetica, apprendimento, aspetto e comportamento, in continua evoluzione.

L’idea che un cane ha di se stesso e del mondo è influenzata dall’ambiente circostante. I suoi compiti possono andare dall’essere un amichevole compagno al controllare il bestiame, dall’aiutare chi ha problemi di salute allo scovare bombe. Per capire meglio come i cani vedono il mondo, questo libro parla con la loro voce e spiega cosa vedono, sentono o percepiscono.

Questa specie si è evoluta in un modo specifico che favorisce la vita con gli umani e il testo approfondisce il modo in cui i cani comunicano, si adattano alle regole e alle abitudini dei loro padroni e godono dei benefici di questa relazione.

Questo libro prevede inoltre sezioni su come decifrare il comportamento canino e sugli incroci selezionati ad hoc dagli allevatori. Esaminando l’evoluzione del cane, le fasi principali della sua vita, la biologia e i modi significativi in cui apprende, questo libro offre uno sguardo unico su ciò che vuol dire davvero essere un cane oggi.

Promozione e distribuzione in libreria: Messaggerie Libri S.p.A.

Guido Tommasi Editore

Datanova S.r.l., via A. De Togni, 27 – 20123 Milano – Tel. +39 02 89013399

Fax +39 02 877046 – www.guidotommasi.it – info@guidotommasi.it

Direzione Editoriale: Guido Tommasi – guido@guidotommasi.it

Amministrazione: Silvia Cesaris – silvia@guidotommasi.it

Assistenza clienti, e-commerce: Karen Mancini – karen@guidotommasi.it

Responsabile commerciale: Paolo Sasso – paolo@guidotommasi.it

Comunicazione, ufficio stampa, eventi: Elena Maccone – elena@guidotommasi.it

Coordinamento editoriale: Anita Ravasio – anita@guidotommasi.it

Redazione: Anita Ravasio, Giusy Marzano – info@guidotommasi.it

Ufficio grafico: Carolina Quaresima – carolina@guidotommasi.it



Guido Tommasi Editore

www.guidotommasi.it

