



LO CHEF ARRABBIATO
*La cattiva scienza e la verità
sul mangiar sano*

Anthony Warner

15 x 21 cm – brossura
320 pagine – Fuori collana
€ 20 – 978 88 6753 241 4



Siete pronti a mettere in discussione tutte le vostre certezze in fatto di cibo e salute? In questo libro non troverete una lista di regole da seguire per perdere peso o vivere più a lungo. A parlare è uno chef "incazzato" che ci invita a fermarci e a prenderci del tempo per riflettere sulla miriade di informazioni e "frottole sul cibo" che ogni giorno influenzano le nostre scelte e i nostri comportamenti.

Anthony Warner, chef con una formazione in biologia e un forte interesse per il modo in cui l'alimentazione influisce sulla nostra salute, non ci dà delle risposte, ma ci aiuta a porci delle domande, evidenziando quanto ancora c'è da scoprire sul cibo e soprattutto sul rapporto tra cibo e salute.

Un inclemente atto di accusa contro i "ciarlatani della pseudoscienza" e le lobby della salute e del benessere che stanno prendendo il sopravvento, relegando ai margini le opinioni di scienziati dell'alimentazione, dietisti e autorità sanitarie.



Guido Tommasei Editore