



FREEZE

Piatti nutrienti disponibili in ogni momento

Ruby Bell, Milly Bagot

19 x 23,5 cm – cartonato – collana Illustrati

176 pagine, illustrazioni a colori

€ 25 – 978 88 6753 354 1



Non sarebbe stupendo tornare a casa la sera, dopo una lunga giornata di lavoro, e trovare una scorta di cibi già pronti che vi attendono in freezer? Perché mettersi ai fornelli tutti i giorni se si possono semplicemente scaldare piatti deliziosi e nutrienti in pochi minuti? FREEZE è proprio quello che vi serve per trasformare tutto questo in realtà.

Il congelatore, molto spesso semivuoto e non utilizzato al massimo delle sue potenzialità, si riempirà rapidamente di pietanze sempre a vostra disposizione.

Ruby Bell e Milly Bagot hanno testato e ottimizzato personalmente ogni singola ricetta di questo libro, per creare combinazioni genuine e naturali, dall'ottimo sapore sia cotte che solo scongelate. Non potrete che ricredervi sull'idea negativa legata al cibo surgelato: il freezer batch cooking vi libererà subito dallo stress delle preparazioni frettolose, senza rinunciare al piacere di cucinare qualcosa di buono.

Sarà come premere il tasto "Pausa" su un piatto fresco, appena cucinato, e premere poi "Play" quando sarà il momento più giusto per mangiarlo. Un enorme vantaggio in termini non solo di tempo ma anche di economia, utile a ridurre drasticamente ogni spreco di cibo.

Dal salato al dolce, queste ricette sono l'ideale per le cene con gli amici organizzate all'ultimo momento o per i pasti di tutta la famiglia, per una pausa pranzo veloce in ufficio o per la merenda dei più piccoli. Non dovrete far altro che rilassarvi, aprire il vostro amico congelatore e scegliere.



Guido Tommasi Editore