



CUCINA ECONOMICA

*120 ricette mangiare bene con poco,
risparmiando ogni giorno*

Csaba dalla Zorza

fotografie di Stefania Giorgi

18,7 x 24,8 cm – cartonato – collana Csaba dalla Zorza

352 pagine, illustrazioni a colori

€ 35 – 978 88 6753 371 8



Eliminare lo spreco in cucina, mangiare in modo migliore e risparmiare imparando a fare economia domestica è un tema più attuale che mai. Lo sa bene Csaba dalla Zorza, autrice del best seller *The Modern Cook* (oltre 20 mila copie vendute in un anno), che con questo nuovo libro affronta il tema della cucina di casa ponendo l'accento sulla necessità di tornare alla parsimonia come scelta. E non si limita a dare ricette che utilizzino ingredienti poveri, ma condivide una filosofia di vita che vuole ridurre l'impatto che il cibo ha sulla nostra spesa mensile, sul consumo delle risorse del Pianeta, e sull'investimento di tempo che richiede portare in tavola un pasto completo.

Si parte dalla gestione della dispensa, suddivisa per stagione, la conservazione in frigorifero, la rotazione degli ingredienti settimanali, la pianificazione del menù e l'utilizzo degli avanzi di un pasto per dar vita, in modo sincero e affatto scontato, a quello del giorno dopo. Ma si arriva anche a imparare come migliorare la propria organizzazione personale, per fare la spesa in modo intelligente e avere sempre a portata di mano ciò che serve. Senza tralasciare quello stile garbato che l'autrice condivide anche quando apparecchia un piatto unico fatto con gli avanzi della cena del giorno prima. Nulla si butta, ma tutto concorre a creare piatti che nessuno potrebbe mai sospettare siano animati dall'idea del risparmio. Anche quando abbiamo ospiti.

Dalla sua cucina di casa, Csaba condivide l'amore per il mangiare bene e l'attenzione per una dieta più verde, dove ortaggi di stagione e prodotti locali sono la base per una nuova felicità domestica.



Guido Tommase Editore