



DRINK (PRO)BIO

Una volta c'era solo lo yogurt, che qualcuno si diletta a preparare a casa, oggi sono molti i cibi fermentati conosciuti e apprezzati anche al di fuori di piccole zone circoscritte. Crauti, kefir, miso, ginger ale, kombucha ma anche pane, birra, vino, alcuni formaggi e così via: molti alimenti di cui oggi si riconoscono qualità organolettiche e salutistiche. È il buono che fa bene - quello di batteri, lieviti e muffe - che ci si può produrre anche da soli: qui una guida per imparare a preparare le bevande probiotiche in casa.

Kombucha, kefir e oltre.

Una guida divertente e gustosa per preparare le vostre bevande probiotiche in casa

Alex Lewin,
Raquel Guajardo
Guido Tommasi

208 pp. - 25€



QUEL CHE MANCA DEL CIBO

"Manca la colazione e manchi tu, mamma". A passo di carica tra eventi e riflessioni, il racconto di una storia vissuta nell'ombra di un abbandono che si fa vuoto e desiderio di vuoto. Che evolve in rapporti malati - con le persone e con il mangiare - e poi si fa ricerca, della mamma scomparsa e del cibo che accompagna, dà il ritmo e il senso delle cose. Sempre il cibo orienta i desideri - di cose insapori, bianche, inconsistenti, che consentono di cancellarsi giorno dopo giorno, un etto alla volta - e regala alla protagonista la sua unica certezza: che senza di esso puntuale arriva la fame, che - almeno lei - non delude mai.

I passi di mia madre
Elena Mearini
Morellini

224 pp. - 15,90€



L'ABC DEL DOLCE

Tra i nomi più noti del settore, Luca Montersino firma questa guida completa alla pasticceria, di grande utilità per gli appassionati della dolce scienza e per gli addetti ai lavori. Dagli ingredienti alle ricette di base, passando per tecniche e strumenti: Montersino, con approccio enciclopedico, passa in rassegna i termini fondamentali, i concetti, gli elementi chiave, fornendo un valido ausilio per chi volesse imparare i trucchi del mestiere, conoscere meglio le materie prime e le loro proprietà chimiche e fisiche, perfezionare procedimenti, ottenere migliori risultati.

Glossario di pasticceria. Dalla A alla Z, tutti i segreti dell'arte dolce
Luca Montersino
Gribaudo

320 pp. - 20,90€



WEEKLY FOOD

Una cucina stagionale e senza sprechi è un vantaggio da più punti di vista: economico, ambientale, gustativo, nutrizionale. Un obiettivo da perseguire anche grazie a questo un volume organizzato in schede settimanali con i prodotti da preferire secondo i dettami del buono, pulito e giusto: frutta e verdura, ma anche legumi, pesce, carni e formaggi. L'autore correda ogni scheda con curiosità, consigli per la spesa, la cucina e per contenere gli sprechi, e poi ricette, una descrizione dei prodotti e delle loro varietà e una tabella stagionale dettagliata secondo le zone geografiche.

Almanacco Slow Food. Prodotti e ricette di settimana in settimana
Carlo Bogliotti
Slow Food

224 pp. - 9,90€

(Mondadori, 333 p, 14€). Virus, iperinformazione, fake news e ipotesi di complotto ci fanno sentire in una bolla in cui è difficile venire a capo della verità. Cucina vegetale: sembra una nuova tendenza in realtà è qualcosa di radicato nella cucina campana, quando con poco si faceva molto; Il Pesce e l'Olio di

T. Esposito (Museo di Pulcinella, 144 p, 8€) non può mancare nella libreria del cuoco moderno. Una serie di gustose ricette nate dalla creatività e dall'impossibilità, conseguente ai divieti religiosi, di mangiare carne durante la Quaresima. [Nel prossimo numero curiosiamo tra le letture di Francesca Fiore]