



Buone Feste

Il 2016 è volato via. Ma nuove ed entusiasmanti storie e pranzi vi racconteremo anche nel 2017. Ringraziamo coloro che ci leggono...



In libreria La Cucina del Senza: ecco il regalo ideale per vivere la tavola e delle festività coniugandoli alla salute.

December 28, 2016 3 Comments

Durante Le festività natalizie si tende ad eccedere IN LIBRERIA LA CUCINA DEL SENZA® DI MARCELLO CORONINI

Un regalo per se stessi o per gli amici per vivere i piaceri della tavola e delle festività coniugandoli alla salute

Mangiare bene senza usare sale, grassi o zucchero aggiunti: questa è la sfida alla base de [La Cucina del Senza](#). La pasta senza sale o la torta di mele senza zucchero sono sane dal punto di vista nutrizionale, ma possono essere anche "buone". La risposta è in questo [link](#): tante ricette semplici e ricche di gusto, perfette per la cucina di ogni giorno, per una cena con gli amici o per una festa in famiglia, dimostrano che bastano i giusti accorgimenti per guadagnare in salute senza rinunciare al piacere di mangiare bene.

«La Cucina del Senza decreta una vera e propria rivoluzione alimentare che mette insieme gusto e salute» racconta [Marcello Coronini](#), ideatore di La Cucina del Senza e delle ricette di questo volume. «È una svolta per la cucina di tutti i giorni ed è rivolta soprattutto alle cuoche e ai cuochi di casa che devono distinguersi con commensali diversi a dieta per i più svariati motivi. A tutti è capitato di provare ricette dietetiche, ma si tratta di preparazioni senza gusto e senza. La Cucina del Senza è buona, attenta alla salute, ma attentissima anche ai sapori. Una cucina gustosa in cui non si accorge della mancanza di sale, di grassi o di zucchero. Invitare a cena amici non anticipando nulla e preparare alcuni piatti "senza" significa ricevere complimenti per la piacevolezza e il gusto delle preparazioni. Lo stupore sarà totale quando racconterete che non avete utilizzato sale, grassi o zucchero».

La ricca introduzione del libro La Cucina del Senza svela i benefici e i principi della Cucina del Senza, con tutte le indicazioni necessarie per metterli in pratica ogni giorno: non servono rivoluzioni, basta fare attenzione agli ingredienti e alle tecniche di cottura. Ravoli di erbe alla piastra, risotto con noci gorgonzola e rago rosso, pipe salate con uova passa e sciarola, caciucco di tagli di carrelli, polpette al pomodoro, pizza con scardola e mazzancolle, torta di mele, tartufi di ricotta ai tre colori e molte altre ricette. [Marcello Coronini](#) ha studiato un libro destinato a rimanere in cucina, non sarà semplicemente un nuovo modo di cucinare, ma un nuovo modo di vivere, dove i piaceri della tavola incontrano finalmente anche quelli della salute.

La Cucina del Senza può rivoluzionare la nostra alimentazione grazie alla facilità di esecuzione e, inoltre, può essere considerata come una cucina preventiva e allo stesso tempo valida per chi ha problemi di salute. È adattabile ad ogni regime alimentare in atto: una dieta non dieta che coinvolge tutta la famiglia. Un bellissimo regalo in vendita online anche sul [sito di Feltrinelli](#) e che può permettere di scrivere biglietti di auguri sintesi.

Per saperne di più su La Cucina del Senza basta partecipare a [Gusto in Scena](#) (Venezia, 12-13 febbraio 2017), evento enogastronomico ideato e curato da Lucia e Marcello Coronini.



The Lunch Girls

The Lunch Girls, il blog. Segui i consigli delle ragazze o scegli dove andare a mangiare. The best restaurant in Italy.



3 commenti:



Gil Zetbase 28 dicembre 2016 20:16
Great post!
Happy Holidays!
Gi Zetbase
<http://gizetbase.com/>



Rosanna Briguglio 31 dicembre 2016 12:25
I hope you have a very happy new year!
Have a lovely weekend :)
Rosanna x
Rose's Rooftop



Il bello per me home & beauty 2 gennaio 2017 10:05
tantissimi auguri di buon anno, interessante questo libro non lo conoscevo proprio.

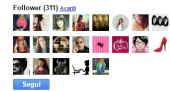
Inserisci il tuo commento...
Commenta come: Unknown (Goo) Exit

ABOUT US



Dove si va a pranzo oggi? Te lo dicono le The Lunch Girls!

GOLOSONI



POPULAR POSTS

Buone Feste
Il 2016 è volato via. Ma nuove ed entusiasmanti...

In libreria La Cucina del Senza: ecco il regalo ideale per vivere i piaceri della tavola e delle festività coniugandoli alla salute. Durante Le festività natalizie si tende ad eccedere. IN...

novità viso: Senza Età di Acqua alle Rose
Dalla tradizione dell'Acqua Distillata alle Rose a una...

TESTAMENTO SOLIDALE



Scopri di più cliccando sul banner

SHOPPING



LAST POST

In libreria La Cucina del Senza: ecco il regalo ideale per vivere i piaceri della tavola e delle festività coniugandoli alla salute - 28/12/2016
CESARINE.IT DAL FRODO ALLA SICILIA, SONO OLTRE 200 LE DEPOSITARIE DELLA VERA CUCINA ITALIANA, CHE FA IMPAZZIRE GLI STRANIERI - 27/12/2016
Chef Alberto Colacchio cucina il pranzo di Natale per la comunità S. Egidio - 23/12/2016
Buone Feste - 23/12/2016
Con Exquisia, Nobile è una scelta di famiglia! - 22/12/2016

ETICHETTE