

viaggicibobenesseredesignmodasport **DOLCEVITA**

SANO MA VERO

TOGLI SALE E ZUCCHERO E RESTA IL PIACERE

La cucina del senza (ed. Gribaudo, pp. 156, euro 12,90) non è solo il titolo del libro e un'intuizione di Marcello Coronini, che lo firma. È una scelta alimentare che punta a conservare la salute a tavola senza sacrificare il piacere del gusto. È possibile? Sì, secondo Coronini che chiarisce: il «senza» riguarda il mancato utilizzo di sale, grassi e zucchero, che però in molti alimenti sono già presenti. Bastano piccoli accorgimenti: quel che bisogna evitare è l'aggiunta. Le ricette sono appetitose, dalle trofie al pesto al coniglio in porchetta. Interviste e contributi a cura di Roberto Perrone.



La proprietà intellettuale è riconducibile alla fonte specificata in testa alla pagina. Il ritaglio stampa è da intendersi per uso privato

