

Pietro Macchione Editore

Varese



Autrici Manuela Aiolfi
 Eugenia Dozio
 Gabriella Fantuz
 Claudia Maffoni
 Alessandra Mammano

Titolo Quando il cibo
 diventa cura

Formato 21x29,7
Pagine 80
Anno di edizione 2016
Prezzo € 15,00
Isbn 978-88-6570-309-0

Quando il cibo diventa cura I QUADERNI DELLA FONDAZIONE GIACOMO ASCOLI

C'è una cucina che oltre all'appagamento dei sensi e all'estetica, vede come obiettivo primo quello di nutrire l'uomo, proponendo varietà e preparazioni nel rispetto delle regole che stanno alla base di uno stile di vita sano. Non si deve aspettare che si manifesti un problema di salute per cominciare a rivedere il proprio modo di nutrirsi. Mangiare bene significa vivere bene e favorisce il buon umore. In questo libro vi sono ricette per ogni stagione e per ogni occasione, per tornare ad amare la vita.