



**RICETTE E CONSIGLI  
PER MANGIARE SANO  
CON POCHI GRASSI**

di **Eugenio Savioli**

**TACCUINI - RICETTE**

15 x 21 cm

160 pp. + cop. broccura

**€ 9,90**

**ISBN 9788833243252**

ISBN 978-8833243252



Eugenio Savioli, Maestro di Cucina e Presidente onorario dell'Associazione professionale Cuochi Italiani di Milano per la provincia di Bologna, ci regala un compendio di consigli sui cibi per un'alimentazione equilibrata e leggera, semplice e adeguata ai ritmi sempre più frenetici. Non solo un ricettario, ma un vero e proprio diario con i segreti per la scelta degli alimenti più utili nella preparazione di piatti che - senza mortificare il palato -, ci permettano di condurre uno stile di vita all'insegna del benessere.

**EUGENIO SAVIOLI**, Maestro di Cucina e Presidente onorario dell'Associazione Cuochi Italiani di Milano per la provincia di Bologna. Per Minerva ha pubblicato i libri: *Mangiare bene per vivere sani* (2010), *Le ricette perdute della tradizione contadina* (2010) e *Gustose ricette per crostini e bruschette* (2010).