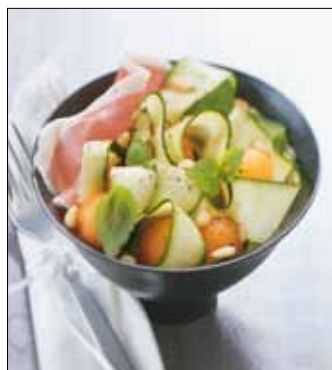
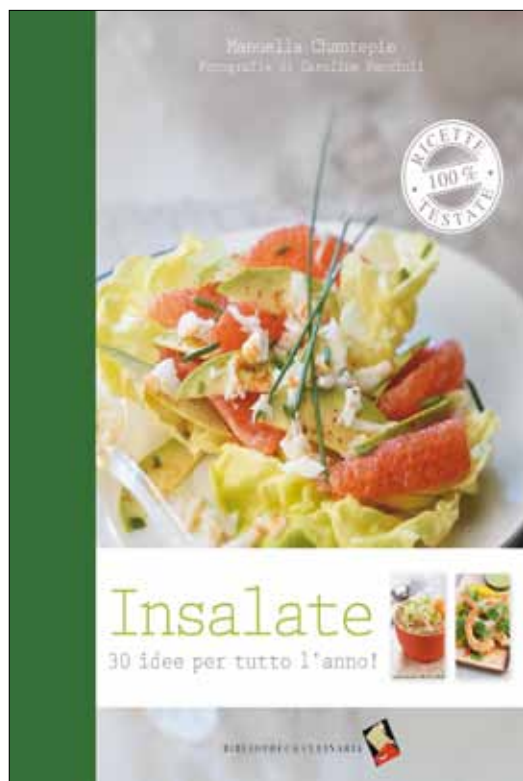


Insalate

30 idee per tutto l'anno



Tante proposte
per fare dell'insalata
il piatto
più intrigante
del menu

Si tende a considerare le insalate piatti estivi ma, in realtà, la loro stagione dura tutto l'anno. Ogni mese regala erbe e foglie che possono essere combinate e arricchite con altri ingredienti apparentemente all'infinito. È questa moltitudine di possibilità che a volte blocca la nostra creatività. Frastornati dall'abbondanza della scelta che la natura ci offre, ripieghiamo su soluzioni già sperimentate.

In questo libro troverete 30 proposte per variare il vostro repertorio di insalate. Seguendo l'andamento delle stagioni scarola, rucola, valerianella e altre foglie verdi si sposano con la freschezza della frutta e verdura del momento. Pasta, riso, quinoa, bulgur e tofu fanno da contraltare a sapori decisi; formaggio, carne, pollo, pesce, crostacei e molluschi trasformano l'insalata in un pasto completo. E per aggiungere un tocco aromatico, una serie di condimenti, dalle semplici vinaigrette alle emulsioni d'ispirazione orientale.

della stessa collana

Wok

ISBN 978-88-95056-82-1

Pancake, crêpe e blini

ISBN 978-88-95056-84-5

Confetture & chutney

ISBN 978-88-95056-81-4

LIVELLO DI EXPERTISE



A CHI SI RIVOLGE
/ grande pubblico /

Collana	Ricette 100% testate
Autore:	Manuella Chantepie
Fotografie	Caroline Faccioli
Formato:	18 X 23,5 cm
Legatura:	cartonato
Pagine:	64
Illustrazioni:	36 foto a colori
ISBN:	978-88-95056-96-8
Prezzo:	€ 11,80

