

La mamma e il suo bambino. Agendiaro del primo anno di vita

"When serving as the bishop of the Diocese of Bridgeport, I was delighted whenever I received an invitation to dine with the priests at St. Joseph's parish in Danbury. For I knew what awaited me: a splendid meal, lovingly prepared by a gifted cook, Franca. The food was always superb, and I felt transported back to Italy each time. Thus, I was very happy indeed to learn of her collaboration with Father Matthew Mauriello and their soon-to-be-published cookbook." His Eminence, Edward Cardinal Egan Archbishop Emeritus of New York "Several times each year, Fr. Matt invited a group of priests for a fraternal gathering and a home-cooked Italian meal. It was always a treat! Everything was prepared from scratch by him; from the large platters of antipasto to the manicotti or tortellini, then a main course, followed by Tiramisu or freshly-made ice cream. There was even home-made Limoncello. The excellent meal was accompanied by warm conversation and conviviality among the brother priests. It seemed that Fr. Matt's joy in serving as a priest was the secret ingredient in his cooking. Those were very memorable gatherings." A priest of the Diocese of Bridgeport About the authors: This cookbook is the product of nearly twenty years of friendship between Franca Bosio Bertoli and Fr. Matthew Mauriello. In 1992, Fr. Matt began his parish priest assignment at St. Joseph Church in Danbury, CT where Franca was the Rectory cook. They hit it off, exchanging cooking tips and recipes. Franca was born in the Province of Cremona, in northern Italy and Fr. Matt's relatives came from the Province of Avellino in southern Italy. They hope that this cookbook, a treasury of recipes and a product of love and friendship, will bring others as much joy as their mutual love of cooking has brought to them.

C'è più gusto a nutrirsi bene, soprattutto se a seguirci in questo percorso sono gli esperti del settore, supportati da solide teorie e studi qualificati. Questo libro, a metà strada fra saggio e ricettario, tocca alcuni punti chiave dell'alimentazione che tutti dovremmo seguire: il legame tra dieta mediterranea e sostenibilità; la relazione tra cibo, microbiota e sistema immunitario; il ruolo dell'alimentazione per quanto riguarda il controverso tema delle intolleranze e delle allergie e molto altro. E poi: dalla colazione alla cena, cosa deve contenere un piatto completo e bilanciato? Se non si vuole fare un pasto completo è meglio scegliere un primo, un secondo, o un piatto unico? È giusto demonizzare il dessert? Il libro risponde a queste e ad altre domande, presentando inoltre ricette e menu appositamente studiati per proteggere il sistema immunitario e garantire un alto livello di benessere, sempre con un occhio alla sostenibilità (presupposto dell'opera, infatti, è che ciò che fa bene a noi deve far bene anche al pianeta). Inoltre, come intermezzo fra le pagine compaiono particolari box che sfatano i "falsi miti" dell'alimentazione: è vero che le uova fanno aumentare il colesterolo? Il famoso "bicchiere di vino" a pasto è davvero una pratica salutare? Per dimagrire bisogna eliminare i carboidrati? Il tutto dalla viva voce e dalla competenza di due personalità che hanno fatto del benessere il loro campo di studio. Grazie a loro scopriremo che nutrirsi bene, se si hanno le informazioni giuste, è in realtà molto più semplice di quanto si pensi.

LA SALUTE é NEL SANGUE

Così come viene. Le carni bianche

Bussola alimentare per orientare la tua alimentazione e cucinare piatti facili, gustosi e salutari

Recipes from Gangivecchio's Sicilian Kitchen

Il cibo buono

Pollo, tacchino e coniglio La carne bianca è la più consumata nel mondo; economica, leggera, digeribile, ha soppiantato negli ultimi anni l'uso di quella rossa, sicuramente più ricca di grassi. La tradizione popolare italiana ha saputo valorizzare nel modo migliore i pregi del pollo, del tacchino e del coniglio, abbinando le varie parti dell'animale a spezie, verdure ed erbette particolari, per non parlare di accostamenti più “moderni” e bizzarri, ad esempio con il pesce. E certo non sono solo le parti più carnose, come le cosce e il petto, a poter comparire degnamente sulla tavola, ma anche quelle meno “nobili”, come le ali e il collo. Accanto alle ricette più semplici, come il pollo arrosto o la cotoletta di tacchino, ne troverete in queste pagine altre che richiedono un impegno e un tempo di preparazione maggiori, come il famoso tacchino del giorno del Ringraziamento americano, i salmi, gli umidi, le frittture, i pasticci e perfino le minestre. Laura Rangoni giornalista, studiosa di storia dell'alimentazione e della gastronomia, si occupa di cucina da trent'anni, con un centinaio di libri pubblicati. Dirige il settimanale di enogastronomia www.cavoloverde.it e gira l'Italia a caccia di sempre nuove specialità da assaggiare. Con la Newton Compton ha pubblicato, tra gli altri, Ammazzacaccia; La cucina piemontese; La cucina bolognese; La cucina toscana di mare; La cucina sarda di mare; La cucina milanese; Turisti per cacio; Kitchen Revolution; La cucina della salute; Il grande libro dell'orto e della cucina naturale; 1001 ricette di pizze, focacce e torte salate; 1001 ricette della nonna e 1000 ricette di carne bianca. Il suo sito internet è www.laurarangoni.com.

Siamo bombardati da messaggi spesso contraddittori sul cibo: c'è chi sostiene che la scelta vegetariana sia in assoluto la migliore, chi demonizza tutte le proteine di origine animale, chi al contrario suggerisce un'alimentazione iperproteica quale metodo vincente per un'ottima forma fisica, chi è un convinto sostenitore delle classiche diete ipocaloriche. Riprendiamoci autonomia e tempo, anche in cucina, e accendiamo i fornelli! Questo libro è rivolto a chiunque abbia a cuore la propria alimentazione e la propria salute, utile in particolar modo ai giovani che vogliono essere protagonisti in cucina. La sua lettura consentirà a chiunque di conoscere le basi di un'alimentazione realmente varia e bilanciata, un aiuto quindi a salvaguardare negli anni il vigore del corpo e la lucidità della mente. Insomma, oggi più che mai mens sana in corpore sano.

Cucina energetica e curativa. Per vivere più sani e più a lungo

Carni di Pollo, Tacchino e Coniglio

pollo, tacchino e coniglio

Carni bianche

Pollo arrostito con patate e piselli

In questo libro ho raccolto ricette, trucchi e segreti annotati giorno dopo giorno, mettendo insieme ricordi, sapori di un tempo e nuove idee. Lo dedico a voi, care lettrici, con l'augurio che vi aiuti a portare in tavola l'inconfondibile calore della cucina di casa. Oggi il mondo è sempre più multiculturale e la vita di tutti i giorni risente sempre di più di abitudini e stili di vita che provengono da altre culture. E questo accade anche per quanto riguarda la nostra alimentazione. Sempre più spesso adottiamo abitudini alimentari di altre nazioni o popoli per assecondare il nostro nuovo stile di vita o semplicemente per curiosità. Lo scopo di questo libro è quello di far riscoprire la bellezza del mangiare bene e sano, capire quali sono le cattive abitudini da evitare e cosa fare per comprendere le giuste abitudini. Ma allo stesso tempo vuole insegnare e far conoscere i modi di alimentarsi di altri popoli perché a tavola si può anche fare integrazione e capire che quello che per noi è "strano" per altri popoli è semplicemente "normale".

Inside proteins

La classe non è acqua

1000 ricette di carne bianca

ENGLISH MANUAL

Ricette buone e consigli esperti per far mangiare cibi sani e vari ai nostri figli (dai 6 mesi ai 14 anni)

Un libro per scoprire deliziose ricette a base di carne tipiche delle nostre cucine. Direttamente dai provetti cuochi che popolano le nostre case, la ricchezza delle ricette casalinghe e di famiglia in più di 100 piatti suddivisi per tipologia: carni rosse, barbecue, hamburger, uova, carni bianche. Tutte ricette casalinghe semplici da cucinare secondo tradizione.

Cucina Napoletana - Ricette Raccontate

Mi manca Giovenco

La cucina di casa del Gambero Rosso. Le 1000 ricette

Manuale di metodologia operativa per gli operatori dei Servizi Sociali

Monitore Zoologico Italiano