

Conservare Verdura, Funghi, Olive

Vivere e lavorare in campagna: coltivare la terra, allevare gli animali, preparare il cibo in casa, crearsi una cantina. Come gestire l'orto, il giardino, gli animali da cortile, come fare i formaggi, le conserve, le marmellate, i liquori, il pane, la carne, il vino, l'aceto, l'olio extravergine di oliva e tanto altro ancora in un eBook di 479 pagine: un pratico quaderno con tecniche e consigli, testi facili, essenziali, illustrazioni e fotografie puntuali. Per imparare a coltivare e rispettare la natura, e per ritornare a collegare il sapere con le mani.

Ricette vegane per tutti i gusti (e per convincere i dubbiosi!): una raccolta di più di 200 ricette di Vegolosi.it, perfette per comporre il proprio menu di primavera senza rinunciare al gusto e all'originalità: in questo eBook troverete un sacco di idee semplici da portare in tavola ma mai banali! Antipasti, salse e snack, primi piatti cremosi, hamburger vegetali, polpette e piatti unici; non mancano le insalate ma nemmeno gustosi dolci vegani senza uova e burro, leggeri e buonissimi. Queste pagine vi permetteranno di moltiplicare le vostre possibilità in cucina facendo a meno di qualsiasi prodotto di origine animale: c'è da scoprire un mondo incredibile e tutto nuovo!

La cucina mediterranea delle verdure

365 giorni di buona tavola

La scienza pratica raccolta di nuove invenzioni e scoperte ...

Vivere vegetariano For Dummies

Conservare

Uno zibaldone gastronomico dal più eccentrico dei protagonisti dell'enogastronomia italiana. Ogni giorno è scandito da una ricetta, un aneddoto, un ricordo legato alla tradizione culinaria, parte fondamentale del nostro patrimonio culturale. Beppe Bigazzi ci insegna e ci ribadisce che non esiste una cucina di qualità senza delle materie prime di qualità e che la cucina eccellente non è la cucina alla moda bensì quella che deriva dal rispetto per la tradizione. Un libro piacevole e utile che con umiltà e rispetto per la natura e per i suoi prodotti ci insegna non solo a cucinare piatti squisiti ma anche a vivere la quotidianità con semplicità e armonia.

La salute e la vitalità di un organismo dipendono in primo luogo dalla qualità degli alimenti che vengono ingeriti. Tuttavia, di queste sostanze che introduciamo quotidianamente nel nostro corpo, ben il 50% è costituito da cibi "morti", che non nutrono l'organismo bensì lo danneggiano. Nutrizione cosciente presenta nuove e illuminanti informazioni sugli alimenti e la loro digestione, come pure sul legame mente-corpo, confutando molte convinzioni errate tuttora presenti in campo alimentare e affrontando anche il problema delle intolleranze, in costante aumento. Grassi saturi che si trasformano in pericolosi veleni, alimenti industriali e manipolati, additivi, coloranti, conservanti, ormoni di sintesi, alcolici, zuccheri e farine raffinate: Marion Kaplan ci spiega che poco a poco tutti questi finti alimenti, presi nel loro insieme, indeboliscono l'organismo e lo rendono soggetto a malattie di varia natura, anche molto gravi. Facendo chiarezza sullo stato dell'alimentazione moderna, Nutrizione cosciente spiega che per tornare in forma non è necessario privarsi dei piaceri della tavola. Anzi, imparando a riconoscere ciò che nutre davvero, possiamo giungere alla riscoperta di sapori veri e genuini, ritrovando la gioia di alimentarci secondo le nostre reali necessità. I benefici di un'alimentazione a base di cibi "vivi" Gli alimenti "morti" e il loro effetto sull'organismo I veleni che assumiamo in modo inconsapevole Come evitare i pericoli e gli errori della cottura I grassi: amici o nemici? Lo zucchero bianco, un dolce veleno Vitamine, minerali e oligoelementi Fa' che il cibo sia la tua medicina Sport, gravidanza, svezzamento, infanzia e terza età Le regole d'oro per perdere peso e guadagnare in salute

Ricette primaverili 100% vegetali

Extraverginità

Così come viene. Conserve di verdura

La cucina senza tempo (da perdere)

Il libro delle marmellate, conserve e gelatine di frutta e verdura

Sbattè all'improvviso la bottiglia sul tavolo, facendo sobbalzare le tazzine di caffè e i posacenere. "Questo è quello che nel mondo intero prendono per olio extravergine d'oliva: questa roba sta uccidendo l'olio di qualità e sta facendo fallire i produttori onesti". Mi puntò contro il collo della bottiglia come una pistola, poi sollevò gli occhiali per leggere l'etichetta. "C'è scritto quello che si legge su ogni olio d'oliva: 100% italiano, spremuto a freddo, molito con macine di pietra, extravergine...". Scosse il capo, come se non credesse ai suoi occhi. "Extravergine? Cos'ha a che vedere con la verginità quest'olio?" Per millenni l'olio di oliva ha rappresentato un bene prezioso per i popoli del Mediterraneo non solo come alimento di primaria importanza ma come medicina, conservante, cosmetico e presenza indispensabile in ogni rituale. Oggi numerosi scienziati ed esperti celebrano le straordinarie proprietà di quella sostanza pregiata e rigenerante che defi niamo, con un'espressione carica di signifi cati, olio 'extravergine': un prodotto la cui provenienza italiana è in tutto il mondo sinonimo del massimo standard qualitativo. Ma è possibile che questo simbolo di benessere e di purezza sia diventato il bersaglio di corruzioni, adulterazioni e truffe internazionali? E siamo sicuri che quello che ci propongono i più famosi e pubblicizzati marchi industriali sugli scaffali dei supermercati possieda le qualità che la parola 'extravergine' richiede per legge? Alcune importanti indagini e diverse vicende giudiziarie, qui documentate con la serietà del miglior giornalismo d'inchiesta, raccontano una storia molto diversa, fatta di traffici, adulterazioni e scarsissima attenzione ai diritti del consumatore; una storia che sta mettendo in ginocchio i tanti piccoli produttori di olio eccellente, per i quali restare in un mercato saturo di 'extravergini' fasulli a prezzi stracciati è sempre più difficile. A partire da un esplosivo reportage commissionatogli dal «New Yorker» nel 2007, Tom Mueller ha indagato il mondo dell'olio d'oliva parlando con storici e magistrati, archeologi e coltivatori, produttori, investigatori e molti altri dei suoi protagonisti. Oggi è considerato uno dei massimi esperti mondiali della materia e, con una scrittura fresca e ispirata, traccia in questo libro il ritratto di un vivace e aff ascinante microcosmo. Viaggiando senza sosta fra le diverse regioni italiane, i Paesi del Mediterraneo e i nuovi mondi della cultura oleicola, Mueller testimonia la battaglia per la qualità e la salute che numerose personalità in ogni campo, accomunate dalla passione per l'olio extravergine, combattono quotidianamente: vite toccate da uno strano, coraggioso entusiasmo, che nasce dalle proprietà antiche di questo alimento e contagerà inevitabilmente anche il lettore.

Un volume fotografico appetitoso alla scoperta delle specialità regionali più tipiche. Un viaggio affascinante che celebra i tesori del gusto: ecco svelati tutti i segreti del variegato patrimonio gastronomico delle regioni italiane, in un mosaico appetitoso fatto di ricette tradizionali, prodotti tipici di qualità, storia e cultura. Ogni volume è arricchito da splendide fotografie, suggerimenti per varianti, istruzioni passo dopo passo per riuscire a realizzare le ricette più complesse e tante informazioni per conoscere il territorio...stando

seduti a tavola!
Nutrizione cosciente

Squisitezze di verdure e funghi - Ricette di Casa
Vivere e lavorare in campagna. Orto, frutteto, dispensa, cantina - Verde e natura
Puglia - La grande cucina regionale italiana

Le più gustose ricette per la conservazione della verdura. Libro che appartiene ad una lunga collana totalmente dedicata all'alta cucina italiana. Genuinità, golosità e semplicità fanno da cornice a questo libro che imposta le basi per chi vuole iniziarsi all'arte del cucinare. Tra le ricette base le più semplici e conosciute sino a giungere alle più sfiziose ed elaborate.

Un'ampia selezione di ricette, ideate dall'autrice, cotte e crude, agrodolci e umesu; con l'utilizzo di alghe marine e spirulina. Formaggi vegan, preparazioni e condimenti, piatti ricchi suddivisi in: pasta, cereali, proteine, agrodolci, pizze. Infine dolci e dessert: torte, dolci, crepê, gelati, sorbetti, aspic e semifreddi. Illustrato con le immagini fotografiche realizzate dall'autrice stessa, un lavoro fotografico vivace e ricco di colore. Arte Cucina, ricette vegan biologiche senza glutine.

guida pratica alla produzione di prodotti alimentari e preparazioni di base

Risparmiare in cucina

curarla a tavola

Recenti sviluppi di igiene e microbiologia degli alimenti

Ricette estive 100% vegetali

Capperi sotto sale, Aglio sott'olio, Cardi in agrodolce, Carciofini sott'olio, Cetriolini sott'aceto, Funghi trifolati, Melanzane al f...
Olive in salamoia ligure, Pomodori secchi sott'olio, Salsa di pomodori e peperoni verdi, Salsa chili, Giardiniera con tonno, Crema
alle noci, Pesto alla ligure, Chutney di ribes all'aceto balsamico, Mostarda cremonese, Marmellata di arance, Confettura di ama
Cotognata, More selvatiche e vaniglia, Confettura rossa al vino... e tante altre ricette succulente in un eBook di 127 pagine. U
ricettario, con tenere illustrazioni dal sapore naïf per rendere gradevole la lettura, e comodi indici per trovare subito quello ch
libro che ha tutto il calore e il sapore di casa tua.

Una guida pratica a un sano stile di vita vegetariano. Diventare vegetariani? Questa guida esauriente fornisce tutti i consigli s
che servono per compiere una transizione dolce, salutare e felice per se stessi e l'intera famiglia. Vivere vegetariano For Dumr
ogni cosa, dalla conversione della cucina senza carne al rispetto di un'etichetta vegetariana basilare. In questo libro: • I benefici
dieta vegetariana per la salute • Informazioni nutrizionali per vivere vegetariano • Consigli per la spesa • Informazioni sul lingu
etichette alimentari • Mangiare vegetariano al ristorante o in viaggio • Consigli pratici per ricevere ospiti non vegetariani • Ric
senza carne apprezzati da tutta la famiglia. Imparate a: • Conoscere e adottare uno stile di vita vegetariano • Mangiare veget
una dieta sana e bilanciata • Non rinunciare a fare la spesa al supermercato e a mangiare al ristorante • Cucinare facilmente
e vegetariani con le decine di ricette proposte.

Le ricette per fare in casa le conserve - Fare in casa

Censimento degli opifici e delle imprese industriali al 10 giugno, 1911

Il sublime e scandaloso mondo dell'olio d'oliva

Puglia. Con atlante stradale

Puglia e Basilicata

Conserving fruits and vegetables.

Grazie a questo piccolo manuale potrete imparare tutti i trucchi con i quali da sempre le nonne preparano gustose e salutari conserve di frutta
e verdura. L'introduzione e il ricettario vi forniranno un panorama completo su come realizzare un'ottima confettura di amarene, una
cotognata, una saporita giardiniera in agrodolce o dei carciofini sottolio. Insomma, il libro ideale per chi vuole avere una dispensa sempre
rifornita e ricca di cibi genuini.

Nuovi argomenti di Chimica per l'insegnamento. Radicali liberi, antiossidanti e reazioni chimiche oscillanti

Pesce & verdure. Un'unione gustosa e salutare

Scegli ciò che mangi

250 idee fresche, golose e sostenibili

Radicali liberi, antiossidanti e reazioni chimiche oscillanti

Una raccolta delle 250 migliori ricette estive di cucina 100% vegetale di Vegolosi.it, perfetta per
curiosi, vegetariani e vegani. Più di 500 pagine di ricette semplici, fresche e assolutamente gustose,
ideali per trovare sempre nuove idee per affrontare il caldo e assaporare verdura e frutta tipica della
stagione estiva: tutte fotografate e testate dalla redazione del magazine di cucina vegan più autorevole
e visitato d'Italia!

“Una buona dieta deve rallentare il processo di invecchiamento. Ne segue la perdita di peso”

Sull'alimentazione si dice tutto e il contrario di tutto: chi propone diete iperproteiche, chi un
consumo esclusivo di cereali e verdure, chi sostiene che una dieta ricca di grassi farà miracoli. Poi,
c'è chi è per il bio e i cibi naturali, e chi invece propina prodotti dietetici, brandizzati e molto
chimici, come elisir di lunga vita. Ma dove sta la verità? A partire dalle considerazioni derivate dai
suoi studi, Kris Verburgh entra nei meandri del funzionamento della biochimica del nostro organismo e,
con l'approccio dello scienziato, svela le molte “false verità” della presunta sana alimentazione e
propone uno schema nutrizionale nuovo e rivoluzionario, la clessidra alimentare, che permette di
individuare a colpo d'occhio quali sono gli alimenti sani e quali quelli da evitare o da assumere con
moderazione. Siete anche voi disorientati dalle tesi contraddittorie dei vari dietologi e nutrizionisti?
Volete conoscere la reale influenza dei cibi sulla salute del vostro corpo, sul suo metabolismo, e sul
dimagrimento che ne deriva? Basato sugli studi scientifici più recenti e autorevoli, La clessidra
alimentare spiega come sia possibile, attraverso il cibo, rallentare l'invecchiamento, prevenire le
malattie, in particolare quelle correlate all'età, e dimagrire facilmente.

Scelte alimentari consapevoli per la salute del corpo e il benessere della mente

La bibbia della fermentazione casalinga, da tutto il mondo

Ipertensione

Censimento degli opifici e delle imprese industriali al 10 giugno 1911 ...

In cucina con Igles Corelli. Le ricette e i segreti per diventare un grande chef

Ideato per due semplici motivi, aiutare a risparmiare perché è risaputo che fare i prodotti in cucina a casa è molto più economico che comprarli e, la

seconda ragione, aiutare, per esempio sposi novelli o chi non ha dimestichezza di recuperare informazioni dal web o, non ultimo ma importantissimo, chi non ha tempo per dedicare alla ricerca, è anche indirizzato per tutte quelle situazioni di emergenza che possono verificarsi tutti i giorni in cucina (è finita la maionese...). Utilizzando ingredienti giusti ne possiamo guadagnare anche in freschezza, sapore e salute, evitando di ingerire tutte quelle sostanze aggiuntive, presenti nei cibi che compriamo, utilizzate per la conservazione e la preparazione. Sono molteplici le preparazioni che possiamo fare a casa, dal pane alla pasta, dal formaggio ai salumi, dalle salse ai fermentati.... La guida pratica per le preparazioni fai da te in cucina.

1408.2.19

Conservare verdura, funghi, olive

verdura, funghi, olive e...

Mente inquieta. Stress, ansia e depressione

Dalla ricerca biomedica più avanzata, il nuovo metodo per vivere più sani, più a lungo e più magri

Le buone conserve di frutta e verdura

La verdura va gustata quando è stagione, si può però cercare di rinchiuderne i segreti e trasformarla in gusti forti e delicati, godendo nel compiere un gesto antico come l'uomo: conservare il cibo per la stagione fredda. È una tale gioia aprire un vasetto di asparagi, capperi, carciofini, zucchine, crauti, giardiniera, olive, funghi, chutney, mostarda, cipolline, salsa di pomodoro, melanzane... Tecniche tradizionali per preparare e conservare il sole dell'orto sott'olio, sott'aceto, sotto vuoto in salamoia ed essiccato in un eBook pratico e utilissimo di 93 pagine, perfetto anche per i principianti.

Amata dagli appassionati e dai professionisti, questa guida, la più completa sull'argomento, offre:

- La storia, i meccanismi fisici e le trasformazioni chimiche alla base della fermentazione, con esempi tratti dalle tradizioni di ogni luogo e tempo.*
- Tutto il necessario per incominciare: dall'attrezzatura fondamentale alle condizioni climatiche e ambientali ideali.*
- Informazioni chiare e dettagliate, con istruzioni e ricette passo passo, per fermentare frutta e verdura, latte e derivati, cereali e tuberi amidacei, legumi e semi... e ottenere idromele, vino e sidro, formaggi e latticini, birre, alcolici, e bevande frizzanti...*
- Consigli pratici per fermentare, nel rispetto dell'igiene e della sicurezza, e per conservare i propri fermentati.*
- Una panoramica dei campi di applicazione non alimentari della fermentazione: dall'agricoltura alla gestione dei rifiuti, dalla medicina all'arte.*
- Come far diventare la fermentazione una vera e propria attività. Con una introduzione di Michael Pollan, scrittore e giornalista enogastronomico.*

Conservare frutta e verdura

Marmellate e Conserve di casa - Ricette di Casa

Fai da te in cucina

Il grande libro della fermentazione

Sardegna

Sformatini di asparagi con grissini di sfoglia, Carciofi stufati con pancetta, Fagioli all'uccelletto, Melanzane alla parmigiana, Spiedini vegetariani in tempura, Fagottini di verza con polentina di castagne e fonduta, Ghiotta, Sformatini di fave secche con pancetta e cipolla, Spinaci crudi al formaggio, Canestrini di zucchine, Porcini in umido alla trentina, Frittedda, Asparagi selvatici lessi, Ceci all'acciugata... e tante altre ricette succulente in un eBook di 47 pagine. Un utilissimo ricettario, con tenere illustrazioni dal sapore naïf per rendere gradevole la lettura, e comodi indici per trovare subito quello che cerchi. Un libro che ha tutto il calore e il sapore di casa tua.

Conservare verdura, funghi, olive e...Conservare verdura, funghi, oliveConservare frutta e verdura

L'Italia agricola

Annuario statistico dell'agricoltura italiana

Vegan Ti Amo

La clessidra alimentare

Biology Pamphlets