

APPUNTAMENTI IN

Festival, incontri, corsi, libri e molto altro
per essere sempre aggiornati
sul mondo del benessere

agenda

A cura di Maria Giuseppina Buonanno

TUTTO DA LEGGERE

A cura di Lavinia Capritti



I SEGRETI DELLA PASTA FATTA IN CASA

Questo è un libro sulla pasta fatta in casa, ma non raccoglie ricette. Piuttosto, l'autore vuole raccontare, attraverso un viaggio sentimentale, i segreti della pasta casalinga e fare un ritratto di chi mette (letteralmente) le mani in pasta. Spiegando anche che la sfoglia e i diversi formati si possono preparare con i bilancini o come facevano le nonne. **Cuore in pasta**, di Davide Morosinotto (Vallardi, pag. 191, € 14,90).



LA CUCINA DEL SENZA E DEL GUSTO

Un manuale utilissimo: gli autori, lui critico gastronomico e divulgatore scientifico, lei arrivata alla gastronomia per amore, ci portano per mano nella cucina del «senza». Ovvero, ricette realizzate senza l'aggiunta di zuccheri, grassi e sale per riequilibrare il metabolismo. Con 80 ingredienti salvavita. **Mangiare con gusto e vivere 100 anni**, di Lucia e Marcello Coronini (Gribaudo, pag. 160, € 14,90).

8-26

agosto

LE SAGRE

Agosto è un mese particolarmente ricco di appuntamenti, sagre, eventi. Eccone alcuni.

• **IN CAMPANIA, A CAMPOLI DEL MONTE**

TABURNO (BENEVENTO), l'8, il 9 e il 10 agosto si tiene **Calici di stelle**, la festa del vino aglianico (a fianco, la locandina). **Per informazioni:** www.eptbenevento.it.

• **IN PUGLIA, A MARGHERITA DI SAVOIA**

(in provincia di Barletta-Andria-Trani), dal 10 al 21 agosto si presenta, con l'ottava edizione, la Fiera Nazionale dell'artigianato e dei prodotti tipici regionali. **Per informazioni:** www.festesagredipuglia.it.

• **NEL RIONE MARINARI, A MARINA**

DI GIOIOSA IONICA, in provincia di Reggio

Calabria, l'11 agosto si tiene la XVIII edizione della Sagra del pesce: tante ricette con le alici (fritte, marinate, ripiene).

Per informazioni: prolocopergioiosamarina@gmail.com.

• **A SAN TOMMASO** (frazione di Sant'Agata de' Goti, in provincia di Benevento), dall'11 al 14 agosto torna il tradizionale evento *Serate sotto le stelle*, dedicato alla cucina locale.

Per informazioni: www.facebook.com/sanTommaso1.

• **IN VALLE D'AOSTA, DAL 23 AL 26 AGOSTO**, si svolge la tradizionale Sagra del lardo di Arnad Dop (sotto). L'appuntamento, uno dei più antichi in questo territorio, si tiene a la Keya, ad Arnad (Aosta), tra profumi, sapori e laboratori. **Per informazioni:** www.lovevda.it.

