

Mangiare con Gusto e Vivere 100 anni

 News dalla rete

Richiedi Maggiori Informazioni!

La Cucina del Senza® nasce da un'idea di Marcello Coronini che la presenta al Congresso di Alta Cucina di Gusto in Scena nel 2014. Realizza piatti gustosi e saporiti senza l'aggiunta di sale, grassi e zucchero e si basa sul concetto: qualità = gusto = salute. Nel 2016 esce il libro di Marcello Coronini La Cucina del Senza® (edizioni Feltrinelli-Gribaudo) e dal suo successo deriva: *Mangiare con Gusto e Vivere 100 anni*.

Gli autori, Lucia e Marcello Coronini, giornalisti, critici gastronomici e compagni di vita amano definirsi due cuochi di casa. *MANGIARE CON GUSTO E VIVERE 100 ANNI* si distingue dal primo libro perché gli autori eliminano nei piatti così detti "salati" in contemporanea sale e grassi aggiunti ed utilizzano 80 ingredienti SALVAVITA scelti in funzione delle singole ricette oltre a soluzioni innovative e di grande semplicità.



Quando il gusto incontra la scienza: *La Cucina del Senza* e i Salvavita. Negli ultimi anni nel mondo importanti istituti scientifici e ricercatori hanno selezionato diversi alimenti con sostanze in grado di migliorare la qualità della vita e allungarne la durata. Si sono scritti diversi libri sull'importanza di questi alimenti definiti smart, longevity o salvavita, in grado di proteggere da malattie, quali diabete, problemi cardiovascolari, ipertensione, tumori, ecc. *Mangiare con Gusto e vivere 100 anni* inserisce nelle settanta ricette studiate dagli autori 80 salvavita e riporta una dettagliata descrizione sulle loro proprietà con i benefici per la salute, i dati sono tratti da autorevoli istituti e pubblicazioni nazionali e internazionali.

Per facilitare la consultazione i SALVAVITA sono messi in ordine alfabetico, dando modo al lettore di sceglierli con facilità e diventare protagonista nell'utilizzo in cucina di quelli che preferisce.