

Keywords: Prevenire in cucina mangiando con gusto libro pdf download, Prevenire in cucina mangiando con gusto scaricare gratis, Prevenire in cucina mangiando con gusto epub italiano, Prevenire in cucina mangiando con gusto torrent, Prevenire in cucina mangiando con gusto leggere online gratis PDF

Prevenire in cucina mangiando con gusto PDF

Anna Villarini



Questo è solo un estratto dal libro di Prevenire in cucina mangiando con gusto. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Anna Villarini
ISBN-10: 9788868363987
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 3822 KB

DESCRIZIONE

La scienza ha dimostrato che semplicemente mangiando nel modo giusto, cioè privilegiando i vegetali, e con un corretto stile di vita è possibile prevenire importanti malattie come il tumore, il diabete, l'infarto, l'ictus e, non ultima, l'obesità. Sì, ma mangiare è, e dovrebbe rimanere, uno dei piaceri della vita. Come coniugare ciò che dice la ricerca scientifica e le irrinunciabili emozioni che il buon cibo sa regalare? Anna Villarini, nutrizionista e ricercatrice, si occupa da anni di alimentazione, ed è coordinatrice dello studio Diana 5 dell'Istituto dei Tumori, che indaga sulle relazioni tra cibo e tumore al seno. Sa bene quindi quanto sia fondamentale il cibo nella prevenzione di molte patologie ma, da appassionata di cucina, ha anche sempre sperimentato nuove vie, impegnandosi a unire sfiziosità e salute per i suoi pazienti. Ha così rivisitato ricette tipiche della tradizione italiana, le ha divise per i dodici mesi dell'anno, per esaltare sapori e abbinamenti con la freschezza e le virtù di frutta e verdura di stagione. Impreziosito dall'apporto di alcuni piatti esclusivi creati da chef come Moreno Cedroni, Sergio Barzetti, Alessandro Corbetta, Gianluca Scolastra e Giovanni Allegro, un libro con oltre cinquecento ricette, moltissime delle quali adatte anche a chi è intollerante al glutine, dalle colazioni ai dolci, ricche di indicazioni riguardo le proprietà dei cibi e di trucchi rubati agli esperti di cucina.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

La scienza ha dimostrato che mangiando nel modo giusto - e con un corretto stile di vita - è possibile prevenire importanti malattie come il tumore, il diabete ...

Prevenire in cucina mangiando con gusto. David Servan-Schreiber Anticancro. Prevenire e combattere i tumori con le nostre difese naturali. Pierre Dukan

PREVENIRE IN CUCINA MANGIANDO CON GUSTO

[Leggi di più ...](#)