

Riso orzo e farro PDF

Annalisa Barbagli



Questo è solo un estratto dal libro di Riso orzo e farro. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



DOWNLOAD PDF

Autore: Annalisa Barbagli
ISBN-10: 9788809790971
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 1029 KB

DESCRIZIONE

Il riso viene dall'Oriente, ma è nella tradizione italiana che è stato declinato in tante e diverse forme. Al nord, grosso modo fino a Bologna, il riso è sinonimo di risotto e qualche volta di minestra; scendendo verso sud, questo cereale si trasforma in preparazioni più fantasiose come i classici supplì romaneschi, il sartù napoletano, la tiella pugliese con cozze e patate e i tipici arancini siciliani. Queste sono solo alcune delle ricette presenti nel libro: non mancano piatti meno tradizionali, con puntate nella cucina etnica dove il riso accompagna carne, pesce e verdure. E poi suggerimenti su come e perché scegliere la varietà di riso più adatta alla ricetta, senza trascurare qualche piatto a base di orzo, farro, kamut e quinoa: cereali meno frequenti nella nostra alimentazione ma preziosi per la nostra salute e con un valore gastronomico tutto da imparare e da valorizzare.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Farro, orzo, miglio e avena devono trovare spazio sulle nostre tavole, a partire dalla colazione, mangiati magari con il latte o usati per fare biscotti, ...

Zuppa di cereali legumi riso farro orzo lenticchie ricetta semplice autunnale minestra di farro cottura ingredienti foto video ricetta calorie procedimento

L'insalata di riso,farro,e orzo contiene 2 cereali fondamentali per il nostro organismo. Ottima in spiaggia e al ritorno dal mare. Si conserva in frigo anche 2 giorni

RISO ORZO E FARRO

[Leggi di più ...](#)