

Manuale dei cibi fermentati PDF

Michela Trevisan



Questo è solo un estratto dal libro di Manuale dei cibi fermentati. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



Autore: Michela Trevisan
ISBN-10: 9788866810278
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 1211 KB

DESCRIZIONE

La fermentazione dei cibi è una tecnica antica di conservazione e manipolazione degli alimenti, che oggi merita di essere riscoperta per le sue qualità salutari e per contrastare l'omologazione del gusto prodotta dall'industria alimentare. Questo ricettario insegna ad autoprodurre, con grande soddisfazione e pochissima spesa, molti cibi fermentati che renderanno più appetitose le nostre pietanze. Pane lievitato con la pasta madre, aceto di vino e di mele, crauti, verdure lattofermentate e diversi tipi di frutta, olive in salamoia, kefir, sidro, yogurt, cagliata, formaggio di mandorle... con poca spesa e poco tempo possiamo creare alimenti gustosi, che nello stesso tempo migliorano la salute del nostro intestino e del sistema immunitario. Inoltre nel libro non mancano incursioni nelle tradizioni alimentari di altri paesi: la tarhana/trahana greca e turca, le dosa indiane, l'amasake giapponese e tante altre ricette portano sulle nostre tavole tecniche e sapori meno consueti. Le foto che accompagnano le ricette sono un ulteriore invito a produrre in casa i propri cibi fermentati.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Libro: Manuale dei Cibi Fermentati di Michela Trevisan. Come preparare olive in salamoia, sidro, kefir, dosa, insalatini, formaggio di mandorle e tanti altri alimenti ...

Looking for Documents about Manuale dei cibi fermentati PDF.pdf? Manuale dei cibi fermentatiIl manuale dei cibi fermentati

Uno dei vantaggi della fermentazione è di garantire un lungo periodo di conservazione agli alimenti. Il manuale tratta i vari tipi di fermentazione, da quella ...

MANUALE DEI CIBI FERMENTATI

[Leggi di più ...](#)