



# Cucinare con le ERBE SPONTANEE

Per migliaia di anni l'uomo è sopravvissuto e si è evoluto nutrendosi con le piante spontanee che la natura generosamente gli offriva. Questa raccolta, ispirata alla cucina povera delle vecchie tradizioni popolari, ma aggiornata con preparazioni più moderne e arricchita da ricette di Chef innovativi, vi aiuterà all'utilizzo delle piante spontanee nella cucina moderna, facendo riscoprire antichi e sorprendenti sapori. Una cucina che oggi, paradossalmente, ci offre un modo nuovo, una possibilità in più, per variare il nostro modo di mangiare che tende a diventare sempre più monotono. Le 250 ricette riportate in questo imperdibile volume sono un grande esempio delle possibilità che le piante spontanee ci offrono, e vogliono essere uno spunto per stimolare la fantasia di chi vuole avvicinarsi a questo tipo di cucina.

### 250 RICETTE IMPERDIBILI:

**Antipasti e piatti unici - Primi piatti - Piatti principali e secondi - Contorni Salse, sughi e creme - Dolci e sciroppi - Ricette d'autore**



**DA GIOVEDÌ 13 APRILE  
ALL'11 MAGGIO A 9,90 EURO IN PIÙ**

nelle edicole di Piemonte, Liguria e Valle d'Aosta,  
al numero 011.22.72.118 e su [www.lastampa.it/shop](http://www.lastampa.it/shop)

