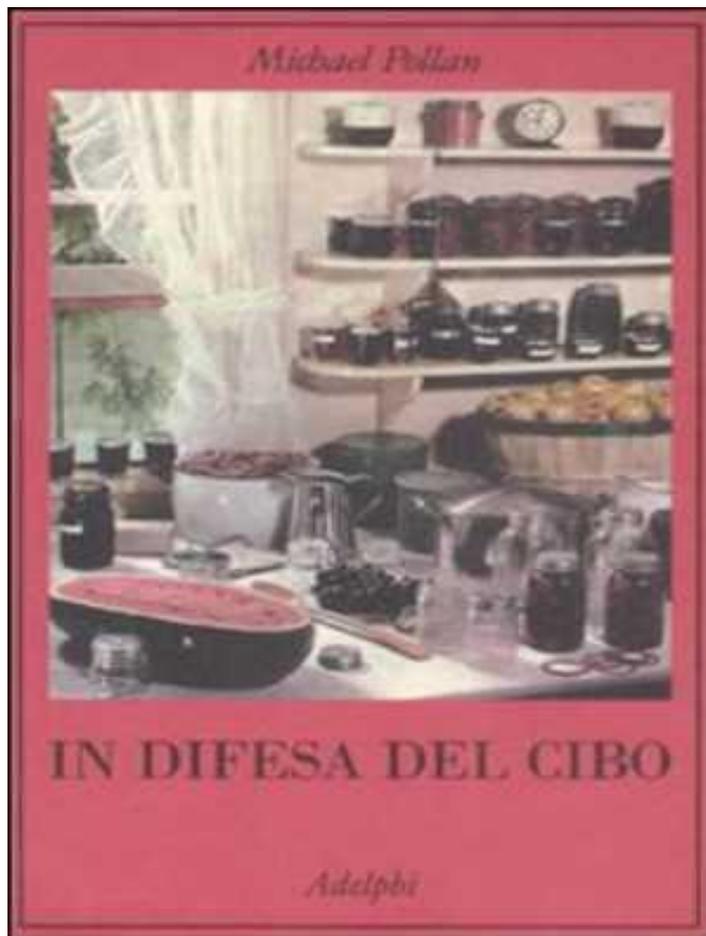


In difesa del cibo PDF

Michael Pollan



Questo è solo un estratto dal libro di In difesa del cibo. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



DOWNLOAD PDF

Autore: Michael Pollan
ISBN-10: 9788845923890
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 1182 KB

DESCRIZIONE

Nel "Dilemma dell'onnivoro" Michael Pollan aveva smontato il pranzo che ci apparecchiamo ogni giorno, dimostrando che cosa realmente contenga, a dispetto di quanto dicono le etichette. In questo libro, che amplia e conclude il precedente, Pollan va oltre, demolendo una credenza particolarmente pericolosa e ormai diffusissima, e cioè che a renderci più sani e più belli non siano tanto le cose che mangiamo, quanto le sostanze che le compongono. Nel mondo immaginato dai nutrizionisti, ricorda Pollan, anziché perdere tempo a sbucciare e fare a spicchi le arance basterebbe assumere una quantità equivalente di vitamina C. Ma accade invece che gli stessi nutrizionisti mettano improvvisamente al bando le componenti della dieta che fino a poche settimane prima avevano presentato come irrinunciabili, e che per paradosso gli Stati Uniti, cioè il paese più ossessionato di qualsiasi altro dal terrore di mangiare qualcosa che fa male, o di non mangiare ciò che fa bene, si siano dati il modello alimentare più malsano e patogeno fin qui conosciuto. Il rimedio? Sarebbe semplice, sostiene Pollan: non mangiare nulla che la nostra nonna non avrebbe mangiato. In altre parole, cibo, meglio se poco, e meglio ancora se verde. Sarebbe semplice, cioè, se non sconvolgesse il credo dell'industria più potente e insostituibile al mondo, quella agroalimentare. Che, come dimostrano le violentissime polemiche già suscitate da questo libro alla sua uscita, non intende arrendersi neppure all'evidenza senza combattere.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

«Mangiate cibo vero. Con moderazione. Soprattutto vegetali.» Inizia, così, "In difesa del cibo" di Michael Pollan. Con la risposta alla domanda ...

Nel Dilemma dell'onnivoro Michael Pollan aveva smontato, una portata dopo l'altra, il pranzo che ci apparecchiamo ogni giorno, dimostrando che cosa in [...]

Compra In difesa del cibo. SPEDIZIONE GRATUITA su ordini idonei

IN DIFESA DEL CIBO

[Leggi di più ...](#)