

Senza glutine PDF

Nicola Michieletto



Questo è solo un estratto dal libro di Senza glutine. Il libro completo può essere scaricato dal link sottostante.



DOWNLOAD PDF

Autore: Nicola Michieletto
ISBN-10: 9788848129220
Lingua: Italiano
Dimensione del file: 3802 KB

DESCRIZIONE

Chi è affetto da celiachia non può assumere glutine nemmeno in minime quantità. È un disturbo che riguarda un numero notevole di persone, centinaia di migliaia in Italia; gli esperti stimano, comunque, che ve ne siano molte di più non ancora coscienti della propria condizione. In genere la diagnosi avviene nel corso dell'infanzia, ma non è raro che questa intolleranza alimentare sia scoperta in età adulta. L'unica cura è una dieta da seguire per tutta la vita. Cosa semplice da un lato (non occorrono farmaci), ma difficile se si pensa che il glutine è presente in quasi tutti i cereali, in particolare in quelli più usati: grano, orzo, farro. Per fortuna vi sono anche numerosi cereali o simili che non contengono glutine, in particolare il riso, il mais e il grano saraceno. In questa seconda edizione lo chef autore del libro si è ingegnato a proporre ricette gustose e innovative, di preferenza vegetariane e con una buona scelta di dolci, utilizzando tutti gli alimenti base che per natura sono privi di glutine. Il testo è realizzato in collaborazione con AIC (Associazione Italiana Celiachia). Le ricette sono state riviste dalla dottoressa Rossella Valmarana, dietista.

COSA DICE GOOGLE DI QUESTO LIBRO?

Raccolta di ricette senza glutine: antipasti, primi, secondi, contorni, pane, pizza e preparati di base. Se è la prima volta che preparate una ricetta senza glutine ...

Ricette dolci senza glutine: torte, crostate, cheesecake, plum cake, muffins, biscotti, gelati, mousse...

Riso integrale, riso e mais - 100% cereali italiani. Esselunga Equilibrio offre una selezione di pasta senza glutine in diversi formati, con una sapiente miscelazione ...

SENZA GLUTINE

[Leggi di più ...](#)