

letuelettore

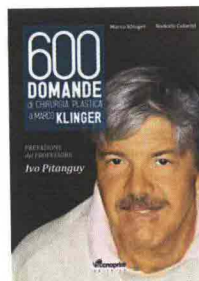
Recensioni di Valeria Palumbo

Fai da te ai fornelli amico di portafogli e salute



Quando si dice che la crisi è anche un'opportunità: questo libro della chef Lisa Casali, food blogger di ecocucina.org, permette non soltanto di apprendere a fare in casa le tagliatelle, cosa che magari si trova in tanti altri libri di ricette. Ma anche di imparare a farsi da soli il dado, di autoprodurre i germogli, di fare l'aceto di vino ed essiccare la frutta. E di conservare il tutto per evitare gli sprechi. Obiettivo di **Autoproduzione in cucina**: risparmiare e mangiar sano. Nel rispetto dell'ambiente.

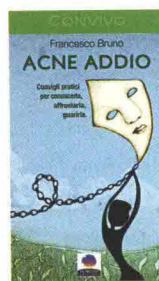
Gribaudo, 194 pagine, 24 euro



Tecnoprint
176 pagine, 20 euro

Tutto sui ritocchi estetici

Nel titolo, **600 domande di chirurgia plastica a Marco Klinger**, c'è già tutto. Il noto specialista, fra i consulenti del sito di OK, con il giornalista scientifico Rodolfo Colarizi, riprende ai quesiti più comuni. Il lifting altera davvero l'espressività del volto? Si può rifare un tatuaggio nella stessa zona in cui è stato rimosso?



Albeggi
82 pagine, 10 euro

Come sconfiggere i brufoli

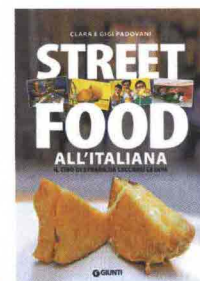
Francesco Bruno, fra i dermatologi che rispondono agli utenti del sito di OK, affronta in modo rapido e pratico un problema che rende la vita amara a molti adolescenti: in **Acne addio**, oltre a illustrare le cure per brufoli e punti neri, fornisce consigli su come affrontare i disagi psicologici. Anche in versione eBook.



Ponte alle Grazie
196 pagine, 16 euro

Elogio della frustrazione

Nel saggio **In lode della vita non vissuta** lo psicologo inglese Adam Phillips propone una tesi originale: sono le esperienze che non abbiamo fatto ad averci plasmato. Perché rimpianti e frustrazioni contengono tutti i nostri sogni, ci rendono consapevoli dei limiti, ci costringono a rischiare ancora.



Giunti
191 pagine, 14,90 euro

Il meglio dei cibi di strada

Gli esperti di gastronomia Clara e Gigi Padovani hanno percorso lo Stivale in lungo e in largo per scoprire il meglio dei cibi offerti dai baracchini in strada. Tanto di moda, dopo che perfino i grandi chef li hanno rivalutati. Nel loro nuovo libro, **Street food all'italiana** spiegano anche come replicare le ricette in casa.