

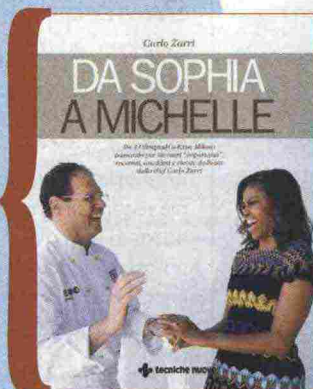
Consigli di lettura

I libri migliorano la vita e hanno effetti positivi sulla salute di chi legge

Un viaggio tra ricette e aneddoti

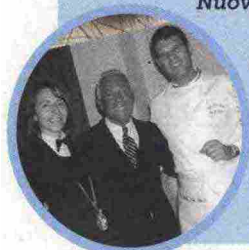
Ricette, personaggi e aneddoti si fondono in questo racconto in cui Carlo Zari, chef di fama internazionale, ripercorre alcuni dei suoi "incontri" più importanti, da Sofia Loren a Giorgio Armani, da Alberto Tomba a Michelle Obama, e svela al lettore come si organizza la cucina di Casa Italia alle Olimpiadi o come nasce un menu particolare in occasione della visita di una First Lady. Alla base del lavoro di Carlo Zari, la tecnica si fonde a un pizzico di originalità dando vita a ricette sempre interessanti, sempre diverse.

DA SOPHIA A MICHELLE, Carlo Zari, *Tecniche Nuove Edizioni*, 160 pagine, € 21,90



Carlo Zari

Titolare dell'Hotel Ristorante Villa San Carlo a Cortemilia (CN), è considerato non solo uno dei migliori chef piemontesi ma soprattutto un grande ambasciatore della cucina regionale italiana negli Stati Uniti. Tra i molti incarichi, ha gestito la ristorazione di "Casa Italia" alle Olimpiadi di Salt Lake City e di Atene ed è stato direttore organizzativo del Padiglione USA a Expo Milano 2015.



Un nuovo inizio...

Quando lo psicologo Declan O'Brien rimane vittima di un incidente, i figli Fiona e Finn ritroveranno la serenità grazie a due cagnoline e a un paziente del padre, che raccoglierà per loro le frasi che Declan dispensava alle persone in cura.

LE PAROLE DI MIO PADRE, Patricia MacLachlan, *HarperCollins*, 180 pagine, € 12,90



Un fiore tardivo

È possibile iniziare una nuova vita quando tutti pensano che la tua sia al tramonto? Elisa, sessantenne di fresca data, bibliotecaria in pensione, butta alle spalle delusioni e paure per cogliere quello che di bello troverà lungo la strada, da percorrere passo dopo passo.

SE SON DONNE FIORIRANNO, Margherita Belardetti, *Piemme*, 288 pagine, € 17,50



Storie di amicizia

La vita della veterinaria Monica Pais cambia quando Palla, piccola randaglia malridotta, arriva sul suo tavolo operatorio e lei la salva da morte certa. Questo libro è un omaggio a Palla e agli animali più sfortunati, capaci di donarci infinito amore.

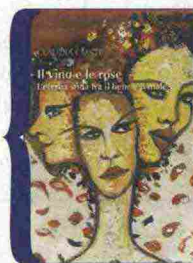
ANIMALI COME NOI, Monica Pais, *Longanesi*, 208 pagine, € 16,90



Possiamo essere felici?

Tre donne riflettono sul senso della vita, cercando di rispondere alle domande che più ci assillano e di sconfiggere il degrado psicologico che incombe sull'essere umano nell'epoca postmoderna.

IL VINO E LE ROSE, Claudia Conte, *Curcio Editore*, 283 pagine, € 14,90



Condividere la malattia

Un utile e pragmatico vademecum per aiutare i familiari di chi soffre di malattie mentali – madri, padri, fratelli, amici – a sostenere il malato e ad affrontare le prove che la vita impone. Con la prefazione di Eugenio Aguglia.

MALATTIA MENTALE, Luca Nicotra, *Bonanno*, 120 pagine, € 10



Una piccola sognatrice

Ariel ha dodici anni e, come ogni bimba, si chiede che cosa farà da grande. Per scoprirlo intervista dieci grandi, dieci adulti che hanno fatto grandi cose nella vita, dall'astronauta Paolo Nespoli al divulgatore Piero Angela.

DA GRANDE FARÒ, Ariel Spini Bauer, *Editoriale Scienza*, 144 pagine, € 16,90



L'EBOOK DEL MESE

Un secondo cervello

Antonio Moschetta ci guida alla scoperta dell'intestino, vero e proprio "secondo cervello", ricco di neuroni, la cui attività ha effetti non solo sulle funzioni digestive, ma persino sulle emozioni e sul comportamento degli individui.

L'INTESTINO IN TESTA, Antonio Moschetta, *Mondadori*, 154 pagine, € 8,99

