



## La Top Ten dello scaffale

Classifica e proposte

il: novembre 10, 2018 In: Arezzo, Libri che Passione, Rubriche

---

### Top Ten

1. The Game  
di Alessandro Baricco, Einaudi (€ 18.00)
2. Un capitano  
di Francesco Totti, Paolo Condò, Rizzoli (€ 21.00)
3. Dite cheese! I migliori formaggi vegetali fatti in casa  
di Jules Aron, Sonda Edizioni Prezzo (€ 19.90)
4. L'oroscopo  
di Paolo Fox, Cairo Publishing (€ 10.00)
5. Fate il vostro gioco  
di Antonio Manzini, Sellerio Editore (€15.00)
6. Italiani si rimane  
di Beppe Severgnini, Solferino (€17.50)
7. Marijuana in cucina  
di Cedella Marley, Edizioni Il Punto d'Incontro (€ 18.90)
8. Raccontare leggere e immaginare la città contemporanea  
di Angelo Bertoni e Lidia Piccioni, Casa Editrice Olschki (€ 32.00)
9. Incanto - La notte dell'eclissi  
di Tea Stilton, Piemme Edizioni (€ 13.50)
10. La misura dell'uomo  
di Marco Malvaldi, Giunti Editore (€ 18.50)

### LO SCAFFALE

**DITE CHEESE! I migliori formaggi vegetali fatti in casa**  
di Jules Aron, Sonda Edizioni Prezzo (€ 19.90)

I migliori formaggi del mondo, senza colesterolo e grassi saturi. Come è possibile? Con questo ricettario, Jules Aron ce lo dimostrerà!

Che siate principianti o cuochi provetti imparerete a cucinare formaggi vegetali a pasta molle o dura, freschi o stagionati e rigorosamente senza lattosio né caseina.

Bastano pochi ingredienti e le precise istruzioni sulle tecniche di lavorazione per ottenere dei risultati gustosissimi, perfetti per arricchire la tavola delle grandi occasioni, ma a cena tra amici o uno spuntino goloso.

Per non parlare dei vantaggi sulla salute. Versatili e gustosi, i formaggi vegetali possono anche dare un enorme contributo al tuo benessere. Preparati con frutta secca, semi, verdure, questi formaggi contribuiscono alla tua dieta con ferro, fibre e sostanze fitochimiche naturali. Inoltre, sono naturalmente a basso contenuto di grassi, in particolare oltre ad avere livelli più bassi di sodio rispetto ai formaggi da latte.

Vanessa Agosti, l'esperta di formaggi vegetali più famosa del Web grazie al suo blog La Casara Veg, arricchisce l'edizione italiana con un capitolo dedicato ai formaggi della tradi

### ROSA NEGRA

di Amílcar Cabral, Fefè Editore (€ 10.90)

Amílcar Cabral fu combattente per l'indipendenza di due paesi africani che sentiva entrambi come propria patria, per cui lottò una ventina di anni con le parole e le armi Bissau e Capo Verde. Assassinato nel 1973 dopo dieci anni di guerriglia anti coloniale, non vide mai pubblicate le proprie poesie, oggi disponibili nella primissima edizione italia



## KAMAL LEONTE IN VIAGGIO TRA I COLORI

di Giorgia Montanari, Edizioni Dehoniane Bologna (€ 7.50)

Di che colore è Kamal Leonte? Bianco come un agnello? Nero come un'ombra? Giallo come un campo di grano? O blu come un lapislazzulo? Lo possiamo scoprire a cond inseguirlo tra una decina di grandi opere d'arte nelle quali ha deciso di mimetizzarsi. Un'occasione per scoprire che il significato dei colori non è uguale per tutti e che nel molto cambiato. Che i pigmenti non sono stati sempre pronti da usare dentro a un tubetto, ma si preparavano usando ingredienti a volte stranissimi. E che i colori, oltre a ess possono anche essere raccontati come bellissime storie.

Claudio Zeni

---

