



saporito  
**FORMAGGIO  
A FETTINE**

- Cos'è: fettine sottili di provolone piccante Auricchio.
- Come si usano: sono perfette per preparare toast, tartine e stuzzichini. Le potete usare anche per insaporire insalate, per arricchire primi piatti, pasta al forno e torte salate o servire come aperitivo.
- L'idea veloce e sfiziosa: fate tanti rotolini di provolone con prosciutto crudo, speck o salame e serviteli con sottoli e sottaceti.
- Le varianti: esiste anche dolce e affumicato (Le Provolizie, Auricchio, 100 g, a 2,40 €).



**Pipe rigate al forno  
con salame piccante**

Lessate 200 g di **pasta**, tipo pipe rigate, in abbondante acqua bollente salata. Intanto, tagliate a listarelle 120 g di fettine di **provolone piccante** e a pezzettini 100 g di **salame piccante**. Scolate la pasta al dente, passatela sotto acqua fredda corrente, sgocciolatela e trasferitela in una ciotola. Unite il provolone, il salame, 80 g di **spinacini** e 40 g di **burro** a fiocchetti e mescolate. Trasferite la pasta in una pirofila foderata con carta da forno, versateci sopra 4 **uova** sbattute con 50 g di **parmigiano reggiano** grattugiato, **sale** e **pepe**. Coprite con un foglio di alluminio, cuocete in forno a 200° per circa 10 minuti, eliminate l'alluminio e proseguite per altri 15 minuti.

**CONSUMO SOSTENIBILE  
Fa' la cosa giusta**

Dal 12 al 14 marzo 2010, a Milano, fieramilanocity, si apre "Fa' la cosa giusta!", la fiera nazionale del consumo critico e degli stili di vita sostenibili, con stand, degustazioni, conferenze e laboratori.

- La fiera è dedicata a chi vuole saperne di più su: idee e soluzioni per un consumo sostenibile ed ecologico, spesa bio di gruppo e gruppi di acquisto solidale, green economy, progetti e imprese ecologiche, l'arte di aggiustare e di farsi le cose da sé...
- "Mangia come parli" è uno spazio speciale su cibi e vini bio, birra artigianale, spesa a Km 0 e valorizzazione di prodotti tipici e tradizionali.
- Info: [www.falacosagiusta.org](http://www.falacosagiusta.org)

**IL MONDO  
CAMBIA!  
E TU?**

Fa' la cosa giusta!  
7ª fiera nazionale  
del consumo critico  
e degli stili di vita sostenibili.



12 - 14 marzo 2010

Padiglione 1 e 2,  
fieramilanocity  
Porta Scarampo 14  
MM1 Lotto Fiera

**DA LEGGERE**

● **Ogni giorno** è scandito da una ricetta, un aneddoto, un ricordo legato alla nostra tradizione culinaria. Beppe Bigazzi e la moglie propongono un libro-diario per cucinare piatti squisiti, godendosi la quotidianità (365 giorni di buona tavola, ed. Giunti, 14,90 €).



● **100 finger facili** per invitare gli amici e fare sempre un figurone o per concedersi una pausa golosa e sfiziosa: bocconcini, bicchierini, cucchiaini...



tante idee per preparare stuzzichini appetitosi da catturare con le dita (Easyfinger, ed. Gambero Rosso, 16 €).

● **"101 ricette da preparare al tuo bambino** per farlo crescere sano e felice".

È quasi un manuale che insegna a cucinare piatti sani e a presentarli in modo divertente. E, in più, i trucchi per far mangiare ai piccoli frutta e verdura senza drammi (ed. Newton Compton, 9,90 €).



● **Curioso, appassionante e sensuale.** Il libro narra la vita sentimentale di una donna che cresce intrecciando cibo, sesso e ricette in una tela che va dal suo primo bacio



alla scoperta del vero amore (Cucinami, ed. Castelveccchi, 12 €).