

Articoli

e virtù

dei

mangiare

Fernando Tateo | Gennaro Vitto

con contributi di Francesco Tateo, Monica Bononi e Paolo Simonetti

CHIRIOTTI  EDITORI

ARTE E VIRTÙ DEL MANGIARE

ARTE E VIRTÙ DEL MANGIARE

realizzazione editoriale

Livia Chiriotti

editing

Monica Onnis

segretaria di redazione

Chiara Comba

lettura bozze

Elena Folco

Chiara Mancusi

progetto grafico

Tommaso Torelli

www.ttdesign.it

fotografie

Giancarlo Bononi

www.giancarlobononi.it

proprietà letteraria riservata

© Chiriotti Editori

viale Rimembranza, 60

10064 Pinerolo - Torino

Italia

www.chiriottieditori.it

www.pasticceriaextra.it

Tutti i diritti sono riservati, in Italia e all'estero, per tutti i Paesi. Nessuna parte di questo libro può essere riprodotta, memorizzata o trasmessa con qualsiasi mezzo e in qualsiasi forma (fotomeccanica, fotocopia, elettronica, chimica, su disco o altro, compresi cinema, radio, televisione) senza autorizzazione scritta da parte dell'editore.

In ogni caso di riproduzione abusiva si procederà d'ufficio a norma di legge.

ISBN

978-88-96027-15-8

finito di stampare

giugno 2013

presso Litografia Zucchini - Bologna

INDICE

Prefazione

[pag / 7](#)

1

Gastronomia,
arte, nutrizione:
un connubio
per la cultura

[pag / 11](#)

2

Gastronomia nel
Rinascimento:
arte e virtù
del mangiare

[pag / 19](#)

3

Sulla virtù
conviviale e il
De conviventia

[pag / 29](#)

4

Introduzione alle
ricette derivate da
proposta di temi

[pag / 51](#)

5

Studio della
composizione
delle creazioni
a tema per la
valutazione
nutrizionale

[pag / 57](#)

6

Ricette a tema

[pag / 65](#)

Gennaro Vitto:
cosa non può
mancare
nella mia cucina

[pag / 69](#)

tema 1

carotenoidi

[pag / 73](#)

tema 2

proteine vegetali

[pag / 81](#)

tema 3

antociani

[pag / 89](#)

tema 4

omega 3&6

[pag / 97](#)

tema 5

proteine vegetali
da cereali e
legumi,
semi, spezie

[pag / 105](#)

tema 6

radici

[pag / 125](#)

tema 7

derivati del latte

[pag / 133](#)

tema 8

nervini

[pag / 143](#)

8

Etica e qualità
nella ristorazione
a tema

[pag / 157](#)

