



Michela De Petris  
**Mangio sano, cucino vegan**  
Macro Edizioni  
Pagine 186  
euro 9,80

Non il solito ricettario vegan: questa volta si parte dalle ricette per illustrare le proprietà nutrizionali, gli abbinamenti corretti, i vantaggi per la salute, e l'impatto etico, economico e sociale delle nostre scelte a tavola. La dottoressa De Petris è stata ricercatrice presso l'Istituto Nazionale dei Tumori di Milano, ed è nota nel mondo vegan per le sue posizioni, espresse in numerosi seminari e conferenze. L'opera è suddivisa in sette sezioni: antipasti, primi, secondi, piatti unici, dolci, varie ed eventuali e piatti raw. Insomma, un viaggio dentro la scienza dell'alimentazione, guidati da uno degli specialisti italiani più preparati.