

Rockin' Read

Recensione di Cucinare A Colori – Jessica Callegaro – Lorenzo Locatelli



Cucinare A Colori è un libro accattivante già dalla copertina che con l'immagine dei frutti spaccati a metà e le verdure ben contrastate conquista subito uno dei sensi più importanti, la vista.

È *“un viaggio lungo un anno alla scoperta della cucina naturale e vegetale”* che ci mostra delle pietanze e dei piatti semplici da ricreare ma golosi e genuini, accostandoli ad altri con preparazioni più ardimentose e poi la parte per me più sfiziosa: l'autoproduzione!

Tutto rigorosamente diviso in stagioni (ormai come farne a meno) con tante ricette e foto meravigliose.

“Inverno. Come un seme il mio animo ha bisogno del lavoro nascosto di questa stagione.”
(Giuseppe Ungaretti)

Cucinare A Colori è un generoso percorso educativo, di condivisione di una filosofia di vita importante da tramandare.

“A volte ci soffermiamo a osservare fiori e frutti, ignorando ciò che la terra sapientemente cela. Così spesso desideriamo ali per volare ignorando che la vera magia è nello stare.”

Ovviamente le 120 ricette che troviamo all'interno di **Cucinare A Colori** sono Veg e spaziano in lungo e in largo con gli ingredienti del mondo, della Terra che a noi mette a disposizione tutto l'occorrente per sopravvivere, vivere, godere appieno dei suoi frutti e restare in equilibrio. Mentale e spirituale.

Andiamo dagli antipasti alle salse, i primi, le insalate, le ricette di base (besciamella, polveri colorate, pasta madre...) le verdure cotte, i legumi, dolci e bevande, pane e dintorni.

Molti i suggerimenti che tracciano sempre più definito, andando avanti con le pagine, ciò che questo libro ci vuole comunicare.

Attraverso i germogli, i fiori selvatici, le acque, le erbe e tutto il resto cui dare vita e da portare in tavola, **Cucinare a Colori** attraversa i nostri sensi e ci regala un'esperienza che diventa emozione.

Tratta l'arte dell'essiccazione che da un po' mi incuriosisce ma alla quale ancora non ho avuto modo di dedicarmi.

“Coltiva pensieri positivi e ricerca l'equilibrio del tuo centro, nutri le profondità delle tue radici e prepara un caldo giaciglio per le tue emozioni.”

Al momento le prime punes che ho messo per i miei prossimi momenti in cucina sono sulle acque aromatizzate, sulla *“crema di cicerchie con cime di rapa”*, sui semi e le loro coltivazioni con tempistiche di ammollo, sviluppo e *“altezza media al consumo”* e gli *“gnocchetti con ragù di alghe hijiki”*.

Sono troppo curiosa!