



altarimini.it

Il portale d'informazione di Rimini e Provincia

[La blogger riminese Federica Gif presenta il suo libro di ricette sane e gustose](#)



14:16 - 30 Settembre 2015

La foodblogger riminese Federica Gif sarà ospite sabato alle 17 alla libreria Feltrinelli di Rimini. Per l'occasione presenterà il suo primo libro di ricette "Più ricette sane, meno ricette mediche", edito da Macro Edizioni. Federica Gif sarà affiancata da Sara Biondi, esperta di nutrizione e

comportamento alimentare.

Il libro è la traduzione su carta del blog #mipiacecifabene che Federica Gif ha creato e che è diventato in poco tempo una delle piazze virtuali più frequentate dagli amanti della buona cucina naturale, tanto che si è aggiudicato premi e nomination agli Oscar della rete.

“Se c’è una cosa che non mi manca è la voglia di cucinare e di condividere i miei segreti” - è quanto afferma Federica ed è un concetto reso tangibile in questo suo libro, pagina per pagina, soprattutto foto per foto, visto che le immagini sono l'ingrediente tra i più sorprendenti e invoglianti del libro.

Colazione, spuntino, pranzo, dessert, merenda e cena: ogni momento della giornata trova in questo libro il proprio menù ideale fatto di tanti spunti originali e piatti con ingredienti al 100% vegetali, sani, integrali, biologici e senza zucchero che l'autrice ama definire veri e propri peccati di gola senza peccato.