



UN SANO APPETITO

Gordon Ramsay

19,7 x 25,3 cm - broccura

256 pagine, illustrazioni a colori

€ 19,90 - 978 88 96621 523



9 788896 621523

Stare in forma e mangiare quello che più ci piace sembrerebbero due desideri difficilmente conciliabili, almeno finché non si ha tra le mani *Un sano appetito* di Gordon Ramsay.

Chef pluripremiato, apprezzatissimo non solo dagli addetti ai lavori ma anche dal pubblico affezionato che segue le sue trasmissioni televisive, Gordon Ramsay dimostra che cucina sana e gusto possono andare a braccetto. Il libro è un concentrato di tutto quello che si dovrebbe sapere quando ci si mette a tavola e ai fornelli. Così, pagina dopo pagina, lo chef svela i segreti destinati a cambiare in meglio e senza sacrifici uno stile di vita poco salutare.

Gordon Ramsay è uno degli chef più conosciuti al mondo. Ha iniziato la sua carriera come calciatore professionista per poi dedicarsi alla cucina con risultati straordinari. Nel 1998 ha aperto a Chelsea il ristorante che porta il suo nome e che già nel 2001 si è meritato le ambite tre stelle Michelin, e i riconoscimenti non sono mancati nemmeno per gli altri ristoranti che gestisce tra Londra e New York. Autore di numerosi libri di successo, è diventato anche un conduttore televisivo molto richiesto. Le sue trasmissioni, tra cui *Kitchen Nightmares* (Cucine da incubo U.S.A., in onda su Sky e RealTime), *The F Word* (Sky e Rai5), *Hell's Kitchen* (Sky e Cielo) e *Gordon Ramsay cookalong live* (Gordon Ramsay: Diavolo di uno chef, Rai5) riscuotono grande successo in Italia e all'estero.



Guido Tommasi Editore