



**LIBRICETTE.eu**  
powered by UP CONSULTING di Paola Uberti  
in collaborazione con il food blog [SLELLY](#)  
Indirizzo/Address: Via Tirreno, 143/5 - 10136 Torino - ITALY  
P.IVA/VAT 11573560015 - C.F. BRTPLA75S46L219L - REA TO1223939  
Telefono/telephone: +39 3357701901  
E-mail: [info@libricette.eu](mailto:info@libricette.eu); [libricette.eu@gmail.com](mailto:libricette.eu@gmail.com)  
Web: [www.libricette.eu](http://www.libricette.eu)



## COMUNICATO STAMPA

10 settembre 2019

### **LIBRICETTE.eu regala ventisei ricette di cucina per combattere gli sprechi di cibo.**

LIBRICETTE.eu, la prima libreria online dedicata agli eBook di cucina fondata dalla torinese Paola Uberti, regala al proprio pubblico un eBook interamente dedicato alla cucina anti spreco. Si tratta del terzo volume della collana che affronta il tema dello spreco di cibo che ogni anno non lesina cifre preoccupanti: un terzo degli alimenti prodotti a livello mondiale finisce tra i rifiuti, più di una tonnellata e mezzo di cibo sprecato solo in Italia, mezzo miliardo di euro di risorse alimentari buttato in pattumiera durante le festività natalizie.

I consumatori continuano a occupare il primo posto nella classifica dei colpevoli degli sprechi di cibo: acquisti eccedenti le reali necessità, disinformazione, atteggiamenti mentali controproducenti sono, a livello domestico, le principali cause di quei sette chilogrammi di verdure, circa cinque chilogrammi di latte, stessa quantità di frutta e tre chilogrammi di pane che ciascun italiano spreca annualmente.

Gli sprechi di cibo articolano le proprie conseguenze su tre livelli: ambientale, economico, morale e richiedono interventi su più fronti.

LIBRICETTE.eu, con i suoi eBook di cucina anti spreco, vuole fare la sua parte offrendo ricette, idee e soluzioni pratiche ed effettivamente realizzabili per ridurre la quantità di alimenti sprecati.

Usare le calotte dei peperoni, i gambi dei broccoli o dei carciofi, gli apici e le barbe dei finocchi, le bucce di patata, mela o pera, la frutta molto matura e ancora i rimasugli di pasta, riso o formaggi, il pane raffermo, il latte scaduto da un giorno, gli avanzi di cibo cotto permettono di cucinare piatti deliziosi, nutrienti e creativi.

Oltre agli approfondimenti culturali, l'eBook gratuito mette a disposizione ricette che vanno dall'aperitivo al dolce, pensate nel rispetto di un principio fondante: la cucina anti spreco non è sinonimo di cucina frettolosa, raffazzonata, di ripiego o poco chic.

L'eBook Cucina Anti Spreco – Volume 3 è stato realizzato con il sostegno degli sponsor ANTIQUA – Pregiata Farina Macinata a Pietra by Molini Bongiovanni, Apicoltura La Margherita, Ballesio Cioccolato, Ideegreen.it, Tarallificio Santa Rita.

Contributori alla realizzazione e diffusione dell'eBook sono ATNews, Degusté - Dream Food 2019, Food Pride, Sapere di Gusto Magazine Online, SC Concrete.

Oltre a Paola Uberti, fondatrice di LIBRICETTE.eu, hanno partecipato alla stesura dell'eBook gli autori Monica Benedetto e Nicolò del blog *Una Padella Tra di Noi*, Silvia De Lucas del blog *Silvia Pasticci*, Fernanda Demuru del blog *Il Leccapentole e Le Sue Padelle*, Roberto Leopardi del blog *Red Tomato* e fondatore del gruppo Facebook *CibusHD*.

L'eBook, inoltre, contiene la ricetta di Rosa Del Gaudio del blog *Il Folletto Panettiere*, vincitrice del concorso legato all'opera e dedicato al recupero del pane raffermo, eletta dallo chef Mauro Agù del ristorante Il Ciabòt di Roletto.

L'eBook gratuito Cucina Anti Spreco – Volume 3 è disponibile sul sito [www.libricette.eu](http://www.libricette.eu) oppure cliccando su questo link: <http://libricette.eu/ebook-gratuiti.html>

(Segue la copertina dell'E-book).

# CUCINA ANTI SPRECO

Vol. 3



Settembre 2019  
Autori Vari  
eBook