



L'avventura della vita con i bambini

rubriche

PAPPE E FAVOLE

La cucina e' il 'mondo di azzurra'

Un testo bellissimo perche' profondamente educativo



Un libro "da leggere e da mangiare", pensato per avvicinare i più giovani alla cultura alimentare, universo fatto di sapori e colori, ma anche di fantasia e buonumore. Articolato in 13 racconti appassionanti e ricette golose, con le quali cucinare seguendo le stagioni e la natura, **'Il Mondo Appetitoso di Azzurra' è un libro speciale.** Illustra, per esempio, come fare le frittelle o la torta di stelle, e spiega perché i pomodori sono rossi e gli spinaci non sono "verdi d'invidia"...

Il tutto in chiave giocosa, con immagini molto colorate, per raggiungere un'obiettivo attuale: **insegnare ai bambini a mangiare bene e sano.** Per questo il testo piace ai bimbi, ma anche a mamma e papà che lo possono utilizzare come strumento educativo. Una chicca: accanto alle ricette c'è il valore nutritivo degli alimenti e la loro composizione, presupposti fondamentali per una dieta equilibrata.

L'autrice: Roberta Andressi, milanese, esperta in naturopatia, ha fatto del proverbio "mens sana in corpore sano" uno vero e proprio stile di vita. Per il benessere

dell'organismo, Andressi sottolinea l'importanza di un'alimentazione bilanciata e corretta, sin da piccoli. Di qui la scelta di scrivere "Il mondo appetitoso di Azzurra", un'opera dall'importante intento formativo: educare i bambini a mangiare in modo salutare.

30/12/2010