

SUL BOSFORO

Istanbul vista dall'acqua.



Attraversare Reno e Danubio. Superare le Alpi, i Carpazi e i Balcani. Nel suggestivo tragitto di Leigh Fermor tra immaginazione e realtà

ALTRE LETTURE

In viaggio con Victor Hugo

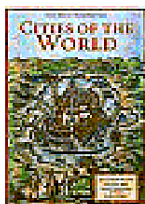
IN VIAGGIO.
LE ALPI
Victor Hugo
Elliot Edizioni
96 pagine
€ 12,50
★★★★★



Dal Monte Pilato a Ginevra, tra laghi, monti brulli e un vento che trasporta un tetro suono di campane lontane, Hugo ci conduce su questi giganti che sono le Alpi. Insieme a lui, ammiriamo lo Jura scuro, pieno di curvature, compiendo come un'antica Scalata dei Titani.

Il mondo zaino in spalla

CITIES
OF THE WORLD
Georg Braun
e **Franz**
Hogenberg
504 pagine
€ 50
★★★★★



È un tesoro della cartografia che gli amanti delle mappe adoreranno per la bellezza di incisioni tratte dal *Civitates orbis terrarum*. Chi si muove zaino in spalla, in Europa, Asia ed America Latina constaterà quanto il contesto urbano attuale sia ricalcato sui modelli del passato.

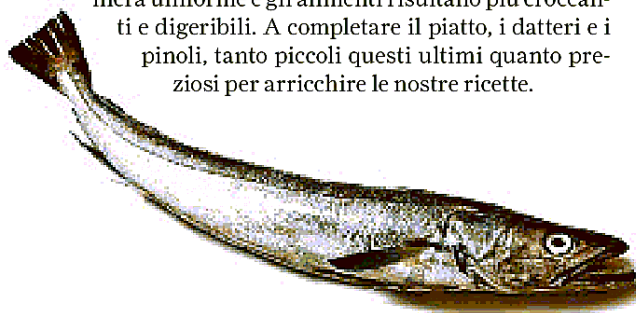
**Cucina pop**

di Davide Oldani

COL BROCCOLO E I SUOI "FIGLI"

Provate il nasello (al vapore) con la varietà dell'ortaggio provvisto di germogli detti "fioi"

Il nome "fiolaro" deriva dalla presenza di germogli lungo il fusto della pianta, conosciuti con il termine dialettale "fioi", figli, che, insieme alle foglie più giovani, sono la parte migliore del broccolo per l'utilizzo in cucina. Per il nasello suggerisco la cottura a vapore, che assorbe l'umidità del liquido senza cedere nulla del sapore e delle proprietà. Il vapore poi distribuisce il calore in maniera uniforme e gli alimenti risultano più croccanti e digeribili. A completare il piatto, i datteri e i pinoli, tanto piccoli questi ultimi quanto preziosi per arricchire le nostre ricette.

**NASELLO AL VAPORE, BROCCOLO FIOVARO, PINOLI E DATTERI****INGREDIENTI (4 persone)****Per il nasello:**

- 360 g di filetto di nasello diviso in 4 porzioni
- 3 g di sale fino
- 20 ml di olio extra vergine d'oliva

Per la finitura:

- 200 g di broccolo fiolaro pulito
- 20 ml di olio extra vergine
- 3 g di sale
- 80 g di pinoli tostati
- 50 g di datteri tagliati piccoli
- 20 ml di aceto di vino bianco

PREPARAZIONE**Per il nasello:**

salare il nasello e cuocere a vapore per 10 minuti. Insaporire con l'olio, aggiustare di sale.

Per la finitura:

far arrostitire in padella il broccolo con l'olio, unire il sale, i pinoli e l'aceto, disporre al centro dei piatti con il nasello e i datteri.