

Per saperne di più

I libri che trovi qui sotto si trovano tutti nella mia cucina di casa, ma non sono tutti uguali: alcuni spiegano, altri raccontano, altri ancora fanno venire voglia di provare. Li ho divisi in gruppi per aiutarti a orientarti e a scegliere da dove partire, a seconda di quello che ti incuriosisce di più.

Capire cosa succede quando cuciniamo

Questi libri aiutano a capire cosa succede davvero quando cuciniamo: perché una verdura cambia colore, perché un impasto cresce, perché una carne diventa tenera o dura. Non servono formule complicate: bastano curiosità e voglia di osservare.

1. Bressanini D., *La scienza delle verdure. La chimica del pomodoro e della cipolla*, Gribaudo, Milano 2019.
2. Bressanini D., *La scienza della carne. La chimica della bistecca e dell'arrosto*, Gribaudo, Milano 2016.
3. Bressanini D., *La scienza della pasticceria. La chimica del bigné. Le basi*, Gribaudo, Milano 2014.

Imparare facendo

Qui trovi libri che insegnano come si fa: come organizzarsi, come usare gli strumenti, come costruire un piatto con attenzione. Sono libri da tenere aperti sul tavolo mentre si cucina.

4. Cannavacciuolo A., *Pure tu vuoi fare lo chef?* Mondadori, Milano 2014.
5. Mori G., *Questa è cucina. Tecniche e strumenti per rispettare ed esaltare le materie prime*, Gribaudo, Colognola ai Colli 2025.
6. Munari B., *Da cosa nasce cosa. Appunti per una metodologia progettuale*. Ediz. illustrata Laterza, Bari 2017.

7. Ramsay G., *In cucina con Gordon Ramsay*, Sperling & Kupfer, Milano 2012.
8. Simonelli A., *A scuola di food design. Impiattare con gusto e creatività*, Giunti, Firenze Milano 2018.

Cucina, emozioni e storie personali

Questi libri raccontano la cucina come un fatto umano: famiglia, ricordi, lavoro, fatica e gioia. Non parlano solo di ricette, ma di persone.

9. Cannavacciuolo A., *Metti (ci) il cuore. 50 ricette per la cucina di tutti i giorni*, Einaudi, Torino 2017.
10. Pappagallo L., *Benvenuti a casa Pappagallo*, Vallardi, Milano 2022.

Cucine, territori e culture

Ogni piatto nasce da una storia, da un luogo e da abitudini antiche. Questi libri aiutano a capire il cibo come racconto del mondo.

11. Caròla Francesconi J., *La cucina napoletana*, Grimaldi & C., Napoli 2010.
12. Marchesi G., *La cucina italiana. Il grande ricettario*, De Agostini, Novara 2015.
13. Pant P., *India in cucina. Unico, completo, irrinunciabile. 1000 ricette*, Electa, Milano 2012.

Natura, stagioni e rispetto degli ingredienti

Questi libri parlano di attenzione agli ingredienti, alle stagioni e alle persone. Raccontano una cucina che cerca di non sprecare e di usare tutto con rispetto.

14. Hunt T., *Cucinare per il piacere, le persone e il pianeta. Una cucina ricca di vegetali, senza sprechi e amica dell'ambiente*, Tommasi, Milano 2021.
15. Leemann P., Salvini S., *La mia cucina vegetariana a casa. Ricette semplici per la vita di tutti i giorni*, Ponte alle Grazie, Milano 2016.
16. Leemann P., *Il codice della cucina vegetariana*, Giunti, Firenze Milano 2019.

Cucina contemporanea e sperimentazione

Qui la cucina diventa laboratorio: nuove tecniche, nuove idee, nuovi modi di pensare.

17. *Institut Paul Bocuse. La scuola dell'eccellenza culinaria. 250 tecniche degli chef spiegate passo a passo in 1800 foto*, Italian Gourmet, 2017.
18. N. Myhrvold, *Modernist Cuisine at Home*, Phaidon, 2025.