



“VIVERE VEGAN”

Incontro con Paola Maugeri

Domenica 9 novembre ore 11

Sala consiliare Castello Visconteo, ABBIATEGRASSO

Ingresso gratuito

Presentazione del libro “Las Vegans” (Mondadori)

«È una raccolta di oltre 120 delle mie migliori ricette, un libro di filosofia del cibo e un libro che raccoglie le mie canzoni rock preferite!». Così Paola Maugeri presenta “Las Vegans”, nato «per dimostrare che mangiare vegano non è solamente sano, senza crudeltà verso gli animali e rispettoso del pianeta, ma è anche molto molto gustoso».

«Ho deciso che non avrei più mangiato carne all'età di dodici anni e sono convinta che questa scelta abbia migliorato da tutti i punti di vista la mia qualità della vita. E non l'ha resa certo, come alcuni potrebbero pensare, troppo seria e piena di rinunce. Tutt'altro! In queste pagine ho raccolto i miei piatti vegani preferiti tra antipasti, primi, secondi e dolci, e per ognuno ho suggerito una canzone. Perché la musica è l'altra mia grande passione. Ma anche perché penso che la cucina vegana sia profondamente rock.

E fra una crema di broccoli con crosta di sfoglia e sesamo e delle tagliatelle di farro con rucola e nocciole, fra un tofu strapazzato allo zafferano e porcini e dei macarons alle ciliegie, vi ritroverete anche voi a fare la vostra buonissima rivoluzione in cucina.

Dedico questo libro alla sensibilità dei tacchini, il cui colore della pelle cambia a seconda dell'umore, all'istinto materno delle scrofe, che lasciano entrare nella porcilaia solo le compagne che hanno già partorito, alla gentilezza e alla forza delle mucche, alla cura con cui i conigli scelgono le loro partner, alla memoria e all'istinto vigile dei pesci...»

PAOLA MAUGERI

Paola Maugeri, dalla Sicilia con amore, è un punto di riferimento del giornalismo televisivo musicale. Soprannominata Wikipaola per la sua cultura musicale, con oltre 1200 interviste in giro per il mondo, ha raccontato i segreti delle più grandi rockstar. Conduce su Virgin Radio “Longplaying Stories”, uno dei programmi più amati della radio italiana, dopo essere stata per tanti anni conduttrice su Videomusic e Mtv.

Appassionata di temi ambientali e di alimentazione consapevole, tre anni fa, per un anno intero, insieme alla sua famiglia, ha vissuto a impatto zero, esperienza che ha raccontato nel suo libro, edito da Mondadori “La mia vita a impatto zero”, portandola in giro per l'Italia con oltre duecento tra presentazioni, incontri e conferenze. È stata unica testimonial italiana per la campagna mondiale “Fishlove” dedicata alla salvaguardia degli oceani, voce narrante del documentario internazionale delle Nazioni Unite per l'anno delle foreste “Des forets et des hommes” e Ambasciatrice per l'Italia al summit di Copenaghen per un protocollo sul clima. Il 22 febbraio scorso è stata invitata a tenere il suo primo TED Talk

Paola Maugeri è vegetariana da 32 anni e vegana da 15. È innamorata, è mamma e vive a Milano.

IN BREVE

Il gusto di mangiare vegano – per fare bene al pianeta, agli animali, a se stessi – in un libro molto rock scritto da Paola Maugeri, che di musica se ne intende. Dopo aver raccontato la sua “vita a impatto zero” (in un libro Mondadori che ha avuto grande risonanza), ora ci presenta le sue ricette vegane, con l'energia contagiosa e la simpatia che la contraddistinguono da sempre.