

Il Cuoco Lucio

Per chi ama le storie e la cucina il Cuoco Lucio può fare la sua felicità.

Se al posto dell'Indice ci fosse un Menù? Cosa potremmo pensare?

Ovvio che è fantastico! Nel libro "**Cuoco Lucio e la ricetta perfetta**" (Sabir, 2025) scritto e illustrato da **Guendalina Passeri**, con le ricette di **Lucio Gambacorta**,

gusterete, ops leggerete tante ricette accompagnate da altrettante storie: dall'antipasto al dolce, merenda compresa. Lucio Gambacorta di professione fa il cuoco, quindi è un super esperto, i suoi consigli sono fondamentali nella realizzazione di ogni leccornia. Non aspettatevi di leggere solo un ricettario, ma un libro con tante storie.

Il cuoco incontra i suoi amici alle prese con vari dilemmi e cosucce, ma insieme riescono a superare ogni ostacolo: *Cofee*, l'orso che vede tutto al contrario; *Morgana*, le cose non sono come te l'aspetti; *Betty*, piena di colori; *Camillo*, la talpa e l'amico ritrovato; *Diego*, una merenda internazionale; *Ginger*, un invito all'ultima moda; *Kobi Tarta*, un cugino dai gusti difficili; *Riccardo*, un gatto innamorato. E alla fine cosa c'è di meglio che cucinare insieme per gustare la ricetta perfetta per ogni storia?

Il libro può essere letto in due modi: come un vero ricettario (a pagina 10 c'è il menù dicevamo che vi guida alle ricette descritte nel libro) oppure si possono seguire le avventure del cuoco Lucio impegnato ai fornelli con i suoi amici per cucinare un menù romantico o per pasticciare leccornie per il tè delle cinque oppure del buon cibo da condividere in un momento difficile.

Il cuoco Lucio ci ricorda quanto sia importante l'aiuto del *Sous Chef* (adulto) nella preparazione dei piatti (cosa nota ai Cucinanti in erba!). In cucina ci sono sempre pericoli: lame, fuoco, eccetera eccetera. Quando prepariamo del cibo dobbiamo prevedere eventuali allergie alimentari dei commensali: ci sono cibi che alcuni non possono mangiare, perché allergici. La *tabella degli allergeni* la troviamo a pagina 99 o meglio in terza di copertina (ricordate le parti del libro?).

Scopriamo quali sono le allergie alimentari: alle arachidi e derivati, al sesamo, alla senape, alla frutta a guscio, alla soia, al sedano, al latte e derivati, ai crostacei, all'anidride solforosa e solfiti, ai molluschi, al glutine, alle uova e derivati, al pesce, ai lupini (sapete cosa sono? Un tipo di legumi).

Cosa impariamo dalla lettura di questo libro? Che collaborazione e amicizia sono le parole chiave che rendono tutto più semplice, sia nelle piccole cose, che nei problemi che sembrano insormontabili. Passare del tempo insieme ai fornelli è una sana medicina, cucinare insieme è rilassante e salutare, fa bene al palato e soprattutto al cuore. Età di lettura: da 6 anni

Trovi il libro in sala **Tweenager** in due collocazioni distinte: in sala Divulgazione tra i libri di cucina **R.641.5.PAS.I** e tra i **Romanzi e racconti** alla collocazione **R.RR.PAS.E.I**.



Esterno del libro

Interno del libro

1	4
Prima	Quarta

2	3
Seconda	Terza

Allacciate i grembiuli si parte! Tra le tante ricette i "Cucinanti in erba" hanno deciso di preparare quella a pagina 78 del libro: la **Torta paradiso**.
 Ingredienti: 3 uova; 250 g di zucchero, 125 g di farina, 125 g di fecola di patate, 180 g di acqua, 1 limone (succo + buccia) 12 g di lievito istantaneo per dolci. Separiamo i tuorli dagli albumi [...] con lo sbattitore elettrico, montiamo gli albumi a neve ferma. In un'altra ciotola montiamo i tuorli con lo zucchero e l'acqua fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Uniamo ai tuorli il limone, la farina e la fecola setacciate e il lievito. Infine, aggiungiamo gli albumi montati a neve, lavorando con una spatola dall'alto verso il basso con delicatezza. Versiamo il composto su una tortiera ben imburrata e infarinata (o rivestita di carta da forno) del diametro di 26 cm e cuociamo a 180°C in forno statico per circa 40 minuti. Sforbiamo e lasciamo raffreddare prima di servire. Per guarnire, spolveriamo con zucchero a velo.

Abbiamo seguito la ricetta passo passo, è proprio stellare.

Un "paradiso dei sensi" sin dal primo assaggio: la dolcezza e il delicato profumo di limone soddisfano il gusto e l'olfatto, la vista è gratificata dalla regale semplicità e poi l'ascolto melodioso del taglio della fetta gratifica l'udito: musica per le nostre orecchie e per il palato.

Golosa lettura!

MRC

