



## Mangiare Wow - la rivoluzione inizia dalla dispensa

Rimini – Maggio 2018

Mangiare bene è meno difficile di quel che si pensa.

Arriva il 28 giugno in libreria “Mangiare WOW – la rivoluzione in dispensa”: superfood e semi rivoluzionano la dispensa e la tavola.

Il nuovo libro della collana iFood scritto dalle blogger Elisa Cima e Manuela Bonci viene presentato in anteprima alla Fiera Rimini Wellness Venerdì 1 Giugno alle ore 12.00 e Domenica 3 Giugno alle ore 12.00 con uno speciale showcooking.

Una romagnola DOC e una d'adozione spiegano come mangiare bene e con gusto non sia qualcosa d'impossibile ma in realtà si tratti di qualcosa di semplice e divertente. Tutti i segreti per capire come fare sono raccolti all'interno di “Mangiare WOW – la rivoluzione inizia dalla dispensa”.

Entrambe le autrici condividono un amore profondo per i colori della natura e per i prodotti che questa offre, protagonisti assoluti delle fotografie che le ragazze pubblicano sui loro blog e canali social con tanti gradimenti da parte dei follower.

Questa passione, unita a quella per la buona cucina, si è presto trasformata in una vera e propria professione per le ragazze che le ha portate alla creazione del loro primo libro. Le autrici fanno scoprire ingredienti genuini e nutrienti che hanno imparato a conoscere in prima persona e utilizzano sempre più spesso nelle loro cucine.

È proprio dalla conoscenza degli ingredienti che si può rivoluzionare la propria dispensa e imparare a mangiare sano senza rinunciare al gusto. Il libro contiene utili dritte su come effettuare una spesa sempre più consapevole e salutare, oltre ad una serie di informazioni introduttive utilissime per conoscere tutte le proprietà benefiche di alimenti ancora poco conosciuti e che stanno lentamente entrando nelle abitudini alimentari delle persone.

Elisa ed Emanuela hanno scelto proprio Rimini Wellness per la presentazione ufficiale del loro libro, la 13° edizione della kermesse dedicata al fitness, al benessere, allo sport e alla sana alimentazione che si terrà a Rimini Fiera dal 31 Maggio al 3 Giugno 2018.

Mangiare WOW è il sesto libro della collana iFood. Una realtà digitale che da tre anni, con il sito ifood.it, ha portato nelle cucine degli amanti del buon cibo, ricette e fotografie uniche nel loro genere.

A partire dal 28 giugno, il libro è in vendita nelle migliori librerie italiane e sullo store online di iFood al prezzo di 22,90 €.

#### Informazioni Editoriali

Titolo: Mangiare WOW – la rivoluzione inizia dalla dispensa

Autore: Manuela Bonci, Elisa Cima

Collana: iFood

Curatore editoriale: Sara Porro

Genere: cucina

Formato: paperback

Prezzo Libro: 22,90 €

>> [Mangiare Wow Pagina FB](#)

[Read More](#)

---