

LE PERE DI PINOCCHIO

Paolo Magni, Stefano Carnazzi

Apogeo editore Milano 2006

Gli autori utilizzando la novella più famosa di Collodi forniscono interessanti spunti e danno consigli su come far abituare i propri figli alla corretta alimentazione.

Il testo infatti come sottotitolo ha la dizione "50 piccole cose per una sana Alimentazione".

Gli autori hanno suddiviso in diverse parti il testo: nella prima parte si affrontano tutte le nozioni necessarie per capire come e dove trovare gli alimenti per una "alimentazione sana". La seconda parte è invece dedicata a come fare la spesa sull'importanza di leggere l'etichetta, sul perché è importante scegliere il Pesce Azzurro, e sul vantaggio per l'ambiente oltre che sulla salute dei prodotti BIO. Inoltre gli autori, anche con l'inserimento di curiosità, ricette, promuovono le erbe officinali, con tecniche della tradizione contadina italiana.

Nel libro inoltre si ritrovano le indicazioni su gli acquisti di stagione, infatti vengono elencate per ogni singolo mese i generi alimentari soprattutto frutta e verdura tipica della stagione, anche in questo caso gli autori alleggeriscono il testo con immagini, schede e curiosità.