

Le ultime novità targate Viaggi&AssaggiFelici

Posted on 18 Ottobre 2025 by PaulVeg-Viaggi&AssaggiFelici



Le Ultime Novità targate Viaggi&AssaggiFelici

18 Ottobre 2025



[compralo ora](#)

[DA OGGI ANCHE KINDLE PER LEGGERLO SUL TUO SMARTPHONE](#)

È finalmente arrivato! Sono molto entusiasta di annunciare l'uscita del mio primo libro di ricette

Con questo libro ho raggiunto un altro grande obiettivo e non posso che ritenermi soddisfatto.

tante ricette !!!

Ho raccolto 80 ricette in questo libro e sono incluse anche alcune ricette inedite. Sono tutte accompagnate da una grande foto a colori (scattate da me;-)) . Delle 80 ricette, 16 sono crudiste e praticamente quasi tutte sono senza glutine. Sono divise in 8 capitoli, antipasti, primi piatti, secondi piatti , dolci, preparazioni base, formaggi,ricette crudiste, affettati e ricette dal mondo. Tutte rispettano sempre la stagionalità.

Nell'introduzione troverai la mia idea di Cucina Gourmet , ed anche ti parlo della Cucina Crudista che è una parte importante della mia vita e di tutti quegli elementi che mi hanno accompagnato e formato nel mio percorso di food blogger/cuoco vegano.

Potrai acquistarlo su Amazon , in fondo troverai il link , clicca sull'immagine che ti riporterà direttamente all'acquisto del mio libro !!!

Darai solo un aiuto in più a chi come il Sottoscritto ci mette la passione, la perseveranza e la fatica ed è bello che siano apprezzati avvalorati e comprovati!!!

Hey ciao , Bentrovato/a in una nuova newsletter !!!

Ecco le novità della settimana targate Viaggi&AssaggiFelici

Non dimenticare di iscriverti al mio gruppo facebook ed al mio canale youtube , attivando la campanella !!!

Troverai l'ultima ricetta che potrete acquistare direttamente nello shop del mio blog e l'ultima sul canale YouTube !

Buona lettura e a presto!

Un Abbraccio , Paolo

[-Gruppo facebook](#)

[-Canale youtube](#)

-Visita anche il mio [Shop](#) , puoi acquistare le mie ricette e menù completi premium mensili dietro un piccolo contributo !

[L'ultimo video sul mio canale](#)

[Burrata , l'alternativa vegetale creativa](#)

Scopri la bontà della Burrata Vegana, un formaggio vegetale che offre una consistenza cremosa e un sapore ricco, perfetta per arricchire i tuoi piatti. Questa ricetta combina ingredienti naturali e sani per creare un'alternativa allettante alla burrata tradizionale, utilizzando anacardi, latte di cocco e lievito alimentare. Non solo è un'opzione vegana, ma è anche senza glutine e può essere personalizzata con diversi ripieni. Servila con pomodori arrostiti, basilico fresco e una baguette croccante per un antipasto sorprendente. Preparare la Burrata Vegana è semplice e divertente, rendendola perfetta per le occasioni speciali o come comfort food a casa. Segui il procedimento passo dopo passo e lasciati sorprendere dalla sua versatilità e dal suo gusto unico! E non dimenticare che alla fine della ricetta troverai tante curiosità e suggerimenti che puoi anche stampare riguardo alla "BURRATA " con le sue origini le classiche varianti e le reinterpretazioni moderne.

Io lo utilizzerò nella ricetta strepitosa che uscirà Martedì 21 OTTOBRE sul [Canale YouTube](#)...una ricetta colorata e proteica.

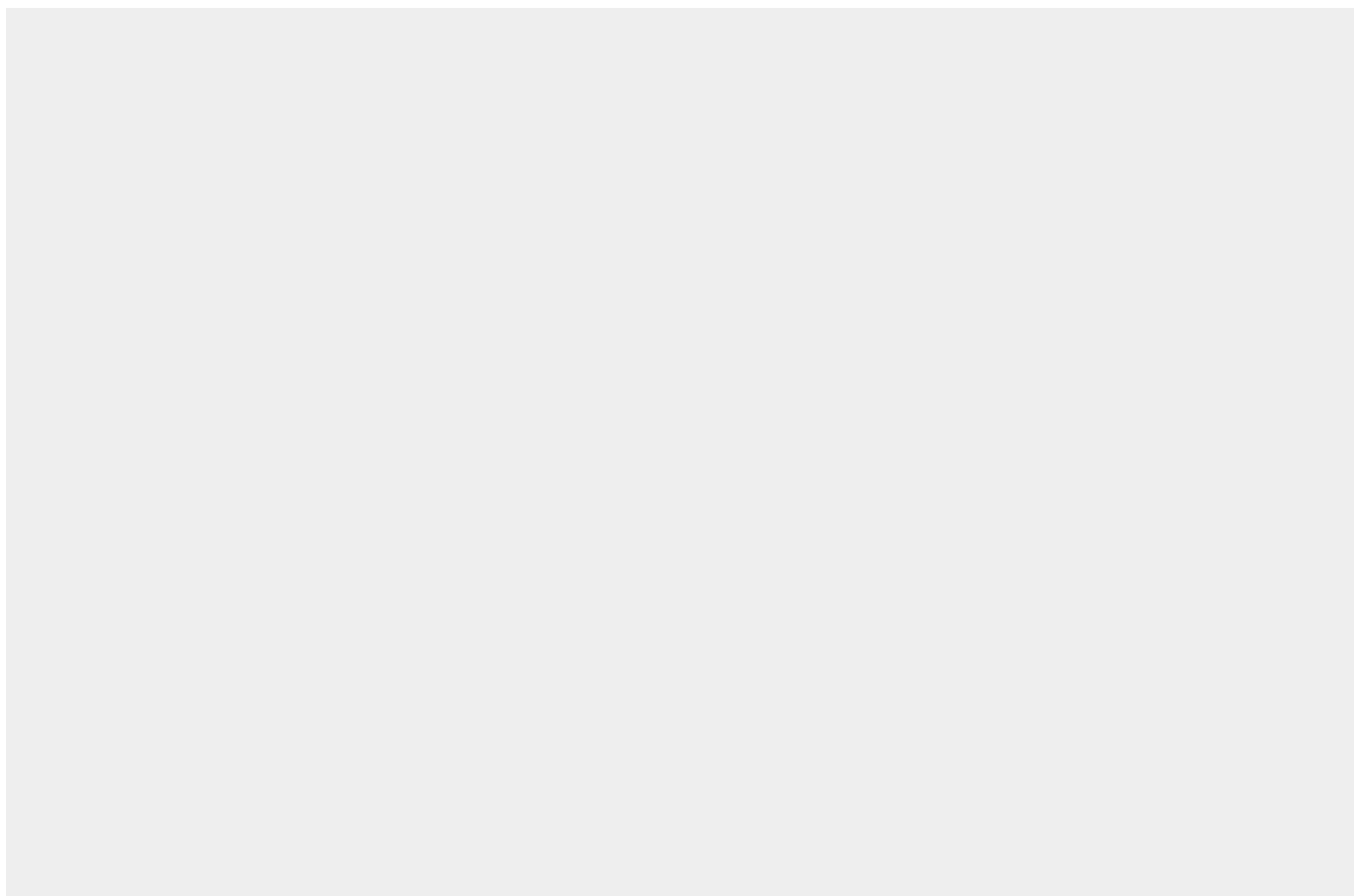


[L'ultima ricetta che puoi acquistare direttamente nello shop del mio blog pagando un piccolo contributo:](#)

[RICETTA SECONDO PIATTO GOURMET DI SETTEMBRE - Si crede un calamaro ripieno di hummus di ceci , quenelle di ricotta vegetale e clorofilla di spinaci](#)

Scoprite un'esperienza culinaria unica con il nostro "Calamaro Vegetale", un piatto che sorprende per la sua presentazione e i suoi sapori. Questa ricetta gourmet combina la delicatezza della carta di riso con un delizioso hummus di ceci e una fresca clorofilla di spinaci, creando un'armonia di colori e consistenze. Adatto a vegani, il "Calamaro Vegetale" è perfetto per un'occasione speciale o per impressionare i vostri ospiti. Guarnito con ricotta di soia, semi di papavero e fiori eduli, questo piatto è non solo un piacere per il palato, ma anche per gli occhi. Non perdetevi l'occasione di portare un tocco di innovazione e eleganza sulla vostra tavola!

Clicca [qui](#) o sull'immagine per visionarla ed acquistarla tramite Paypal o Carta di credito



*Tutto Quello che Serve nella Cucina di un Vegano:
Ingredienti, Strumenti e Ricette Semplici*



**Consigli
Utili**

Viaggi & Assaggi Felici

L'ARTICOLO SETTIMANALE NEL BLOG :

Tutto Quello che Serve nella Cucina di un Vegano: Ingredienti, Strumenti e Ricette Semplici

OGNI SETTIMANA UN ARTICOLO NUOVO !

La cucina vegana non è solo una scelta alimentare, ma un modo di vivere che celebra la nutrizione vegetale e la creatività culinaria. In questo articolo, esploreremo tutto ciò che è necessario per allestire una cucina vegana, comprese le alternative proteiche come tofu, tempeh e seitan, oltre a addensanti come agar-agar e carragenina. Parleremo inoltre del lievito alimentare, ricette semplici e gustose, e dell'importanza dell'autoproduzione.

Clicca [qui](#) o sull'immagine per visionarlo



[La cucina Medievale](#) :

[Torta Lavagnexe , la ricetta medievale ligure più antica in versione vegana](#)

OGNI MERCOLEDÌ UNA [RICETTA MEDIEVALE](#) !!!

Oggi, per la sezione del blog dedicata alle [Ricette Medievali](#), prepariamo una versione vegana contemporanea e personale Torta Lavagnexe : Si tratta della ricetta più antica di cui si ha notizia scritta dove si cita un territorio Ligure, Lavagna a quel tempo era la culla dei Fieschi, la potente famiglia che diede due Papi. Ma praticamente nessuno ai giorni nostri ha mai provato questo piatto, anche se è considerato il progenitore di tanti piatti tradizionali odierni in Liguria.

Tradizionalmente, la Torta Lavagnexe era preparata con ingredienti locali. Utilizzando carne di pollo o gallo, lardo di maiale, e farine, rappresentava un esempio delle ricette medievali che cercavano di equilibrare sapori e consistenze e veniva accompagnata con la frutta cotta in agrodolce in agrodolce .

La mia reinterpretazione prevede il tempeh aromatizzato e cotto per conferirgli una consistenza e gusto del pollo e la accompagneremo con burro di mele senza zucchero al posto della frutta in agrodolce.

Alla fine della ricetta troverete il testo originale della ricetta e tante curiosità sulla Torta Lavagnexe. Buon appetito!

[Clicca qui](#) o [sull'immagine](#) per visionarla



[Le ultime ricette pubblicate sul blog](#)

[Burrata , l'alternativa vegetale creativa](#)

[-Torta Lavagnexe , la ricetta medievale ligure più antica in versione vegana](#)

[-Roll croissant salati](#)

[-Fondue vegana](#)

Bluvacanze
LA PIÙ GRANDE AGENZIA DI VIAGGI D'ITALIA

Trasforma i tuoi desideri in viaggi

VIA PADOVA, 209 MILANO

SU AMAZON

Paolo Marzano
3...2...1...
Gourmet
IL MIO PRIMO LIBRO
Anche vegano, gluten free, senza glutine e senza latte

Viaggi e Assaggi Felici

Paolo Marzano

Cucina Vegana e Crudista

SUBSCRIBE

COLLABORIAMO CON AZIENDE E PRIVATI

Propone altri tanti servizi e potrete trovare tutte le informazioni nel blog qui <https://viaggiassaggifelici.blog/contatti-collaborazioni-privacy/collaboro-con-aziende-e-privati/> Viaggi&AssaggiFelici si trova a Milano ,oltre a proporre itinerari turistici di ogni tipo grazie appunto alla mia agenzia di viaggi [Bluvacanze Via Padova Milano](#)

HAI RIPRODOTTO UNA MIA RICETTA?

Taggami su [@Viaggi&AssaggiFelici](#) e metti il tag [#viaggiassaggifelici](#)

SEGUIMI SUI MIEI SOCIAL

 [YouTube](#)

 [Facebook](#)

 [Instagram](#)

 [Pinterest](#)

 [LinkedIn](#)

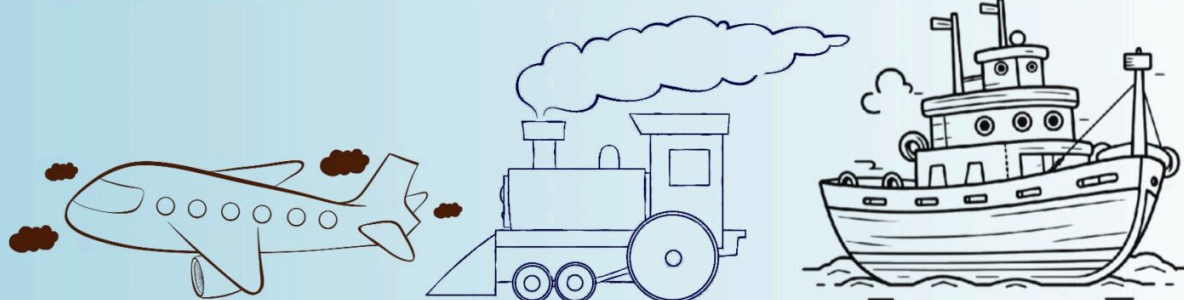
 [TikTok](#)

Offerte e viaggi

vivere & viaggiare con Bluvacanze

LA PIÙ GRANDE AGENZIA DI VIAGGI D'ITALIA

Paolo Marzano
Bluvacanze - Filiale di Milano Via Padova



Vota questo contenuto

Scopri di più da **Viaggi&AssaggiFelici**

Abbonati per ricevere gli ultimi articoli inviati alla tua e-mail.

Digita la tua e-mail...



Iscriviti

Consigliato da Viaggi&AssaggiFelici: Fai la tua spesa bio qui!

Acquistando i tuoi prodotti preferiti su Macrolibrarsi da questo box, sosterrai direttamente il mio blog! A te **non costa un centesimo in più**, ma per me è un aiuto immenso per continuare a darti ricette e video sempre gratuiti. Grazie di cuore 