Le ultime novità targate Viaggi&AssaggiFelici

Posted on 25 Ottobre 2025 by PaulVeg-Viaggi&AssaggiFelici



⚔ **Un viaggio nel tempo:** Sapevi che la cucina medievale era ricca di spezie, sapori agrodolci e accostamenti incredibili? Ho racchiuso i segreti, le storie più affascinanti e le ricette storiche dimenticate all'interno del mio esclusivo ricettario dedicato a quest'epoca straordinaria, rivisitato interamente in **versione vegana**.

Se vuoi stupire i tuoi ospiti a cena o sei semplicemente curioso di scoprire cosa si mangiava davvero nei banchetti dei castelli, ti consiglio di dare un'occhiata. **Clicca qui per scoprire il mio Ebook Medievale** e lasciati ispirare dalla storia!



Le Ultime Novità targate Viaggi&AssaggiFelici

25 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 un contributo !

L’ultimo video sul mio canale

Maionese di foglie e gambi di cavolfiore, l’alternativa sostenibile

Del cavolfiore non si butta via nulla : ho utilizzato questo ortaggio in tutte le sue parti e la cottura a castello, per ottimizzare tempo ed energia. Oggi useremo i gambi e le foglie per preparare una una maionese speziata da abbinare ai tuoi burger . Sono sempre alla ricerca di ricette nuove , innovative , sane ma gustose. Diciamo che coniugare un’alimentazione equilibrata e leggera con il sapore è una missione per me. Perchè , diciamoci la verità, è bello preparare piatti golosi e speciali ma alla fine quello che ci serve davvero sono quelle ricette veloci, senza troppi grassi e condimenti, da portare in tavola durante la settimana, quelle che ci fanno stare bene senza toglierci il sorriso. La pensate anche voi così? E allora eccone una, una maionese fatta con le foglie e gambi del cavolfiore e poco altro, posso garantirvi che è una bomba di sapore. La maionese di cavolfiore è leggera, non contiene uova e ha pochi grassi. E’ perfetta anche per condire verdure e insalate …insomma, scatenate la fantasia, io lo farò di sicuro…la utilizzerò nella ricetta che uscirà sul Canale YouTube e sul blog Martedì prossimo 28 Ottobre ! Pronta in poche mosse, saporita, si può anche aromatizzare a piacere. Io ad esempio l’ho ingolosita con dell’aneto ma voi potete prepararla come più vi piace. Ecco la ricetta, sento già il rumore dei frullatori nell’aria…e allora viaaa, mai più senza la maionese di cavolfiore !!! E non dimenticare che alla fine della ricetta troverai tante curiosità e suggerimenti che puoi anche stampare riguardo alla “MAIONESE” .

Io lo utilizzerò nella ricetta strepitosa che uscirà Martedì 28 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 DESSERT GOURMET DI SETTEMBRE – Mini cheesecake arcobaleno con cuore a 3 strati

Preparare delle **mini cheesecake arcobaleno** è un ottimo modo per portare in tavola un piatto a prova di sorriso !
In cucina, lo sappiamo, il buonumore può diventare contagioso con appena un pizzico di creatività e inventiva!
Questi dolcetti sono bellissimi e scenografici da vedere, ma anche incredibilmente gustosi. Posizionati sopra un’alzatina faranno un figurone sopra una tavola imbandita per una festa di compleanno o qualche altra cerimonia.
Nel nome di questi dolcetti – **mini cheesecake arcobaleno** – è già riassunta tutta la loro preparazione. Infatti, otterremo sei piccole cheesecake colorate grazie a FRUTTA FRESCA , perfetti per creare un vero e proprio *effetto wow*!
Come per tutte le cheesecake che si rispettino, dovremo iniziare da una base , in questo caso GLUTEN FREE con fiocchi di avena , cacao e inoltre, se ci va e ci piace, arricchiamo la base aggiungendo un po’ di granella oppure della frutta secca. Sarà così ancora più gustosa!
Altro tratto distintivo della cheesecake è la crema al formaggio. Realizziamola aggiungendo il formaggio spalmabile vegano alla panna montata di cocco o soia , e unendo poi eritritolo a velo ed agar agar

Clicca qui o sull’immagine per visionarla ed acquistarla tramite Paypal o Carta di credito



L'ARTICOLO SETTIMANALE NEL BLOG :

I 7 Gusti e il Gusto Umami: Scoperte Culinarie e Ricette Vegane Squisite

OGNI SETTIMANA UN ARTICOLO NUOVO !

Il cibo non è solo nutrimento; è un'esperienza sensoriale complessa che coinvolge una gamma di gusti e aromi che scatenano emozioni e ricordi. Tradizionalmente, abbiamo sempre parlato di cinque gusti fondamentali: dolce, salato, acido, amaro e umami. Tuttavia, in anni recenti, il panorama dei gusti si è ampliato comprendendo anche il "grasso" e il "piccante". In questo articolo, approfondiremo ciascuno di questi sette gusti per poi concentrarci sul gusto umami, proponendo ricette vegane semplici e deliziose che ne esaltano le caratteristiche uniche

Clicca qui o sull'immagine per visionarlo



La cucina Medievale :

Crispelli ai fiori di lavanda: le frittelle ubaldine medievali in versione vegana

OGNI MERCOLEDÌ UNA RICETTA MEDIEVALE !!!

Oggi, per la sezione del blog dedicata alle Ricette Medievali, prepariamo i Crispelli ai fiori di lavanda , le frittelle ubaldine medievali in versione vegana.
Le frittelle erano molto comuni nel medioevo, sia dolci che salate.
Questi crispelli sono delle frittelle saporite preparate con un misto di erbe aromatiche e fiori secondo una consuetudine caratteristica della cucina medievale e rinascimentale. Gli unici raccomandati dall'autore per questa ricetta sono i fiori di sambuco e la nepitella, ma suggerisce di aggiungerne altri. Potete usare qualsiasi tipo di fiore ed erba commestibile del Vecchio Mondo a seconda di quelli che avete a disposizione: foglie o fiori di finocchio, origano, menta, santoreggia, timo, maggiorana o salvia, come foglie di aneto o coriandolo sono tutti una buona scelta.
Il lardo era uno dei più comuni grassi di cottura nel medioevo, usato durante i giorni di grasso, mentre l'olio d'oliva , che abbiamo usato noi,lo sostituiva durante i giorni di magro.
A seguire trovate il testo originale, curiosità su tutti i tipi di crispelli e la loro preparazione . Buon appetito!

Clicca qui o sull'immagine per visionarla



Le ultime ricette pubblicate sul blog

Burrata , l’alternativa vegetale creativa

–Polpette di pappa al pomodoro con burrata e capperi fritti, la reinterpretazione vegana

–Crispelli ai fiori di lavanda: le frittelle ubaldine medievali in versione vegana

–Maionese di foglie e gambi di cavolfiore, l’alternativa sostenibile

---



COLLABORIAMO CON AZIENDE E PRIVATI

Propone altri tanti servizi e potrete trovare tutte le informazioni nel blog qui https://viaggieassaggifelici.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 #viaggieassaggifelici

---



SEGUIMI SUI MIEI SOCIAL

- YouTube
- Facebook
- Instagram
- Pinterest
- LinkedIn
- TikTok

Novità sul blog : Le ultime offerte di viaggi Bluvacanze

Troverai nel Menù principale del Blog una sezione dedicata alle BluBlitz , le offerte per partire subito !

Contattami per preventivi e prenotazioni : info all'interno della pagina delle offerte !!!

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



Vuoi aprire un blog di successo come questo?

Se hai un sogno nel cassetto ma **non sai da dove iniziare**, lascia che ti aiuti a realizzarlo. Metto la mia esperienza al tuo servizio: costruisco il tuo sito web da zero e scrivo contenuti professionali capaci di emozionare e catturare i lettori.

Collaboriamo insieme per dare vita alle tue idee!

Scopri come posso aiutarti →