

BUR

Proprietà letteraria riservata
© 2013 RCS Libri S.p.A., Milano

ISBN 978-88-17-07982-2

Prima edizione Rizzoli 2013
Prima edizione BUR gennaio 2015

Art Director: Francesca Leoneschi
Progetto grafico: Laura Dal Maso / *theWorldofDOT*
Impaginazione: Paola Polastri
Fotografie © Benedetta Parodi
Fotografia di p. 8 © Pigi Cipelli

Per gli abiti si ringraziano:
Elisabetta Franchi, Alberto Bressan, One, Sinéquanone

www.benedettaparodi.it

Seguici su:

Twitter: @BUR_Rizzoli www.bur.eu Facebook: BUR Rizzoli

È PRONTO!

*Alla mia super mamma,
bella, forte e coraggiosa*



SOMMARIO

Introduzione	9
ANTIPASTI	11
15 minuti	13
30 minuti.....	41
più di 30 minuti.....	63
PRIMI	93
15 minuti	95
30 minuti.....	123
più di 30 minuti.....	147
SECONDI	171
15 minuti	173
30 minuti.....	195
più di 30 minuti.....	211
DOLCI	247
15 minuti	249
30 minuti.....	267
più di 30 minuti.....	287
Ringraziamenti	339
Indice degli ingredienti e delle preparazioni.....	340
Indice dei tempi di preparazione.....	355
Indice delle portate	357



INTRODUZIONE

Cucinare è una questione di passione ma anche di tempo. Ci sono giorni in cui è tutto pianificato per organizzare un menu sontuoso e ci sono volte in cui in 10 minuti bisogna mettere insieme primo, secondo e dolce. L'importante è che, in tutti i casi, si riesca a portare a tavola cose buone che rendano felici chi le mangia.

Sfogliando le pagine di questo libro troverete le ricette giuste per ogni occasione: i piatti che si fanno in un quarto d'ora, quelli che si preparano in 30 minuti e quelli che richiedono una preparazione superiore alla mezz'ora. Scoprirete che si può offrire un dolce buonissimo realizzato in 10 minuti, che si può cucinare un menu intero in 15 e che passare un pomeriggio di lavoro in cucina regala grandissime soddisfazioni alla cuoca oltre che ai suoi ospiti.

Insomma, se mettersi ai fornelli è una piccola sfida che tutti noi dobbiamo affrontare quotidianamente, spero che questo libro possa essere lo strumento giusto per conquistare ogni volta una nuova vittoria.

Benedetta



ANTIPASTI

