



Nigella Lawson

Nigella Express (Luxury Books): dal ragù rapido al pollo record. Stress free.

**.myself
ci piace!**



MORENO CEDRONI*

**IL SEGRETO
DELLO CHEF**

Mission: preparare il pane migliore del mondo. Tutto sta nella temperatura dell'impasto, che non deve superare i 25 °C. La formula: si calcola sottraendo da 60 la somma della temperatura dell'ambiente più quella della farina (che sono uguali). Il risultato è la temperatura che l'acqua deve avere per essere aggiunta all'impasto. Più fa caldo, più fredda sarà. Col riscaldamento acceso sarà tiepida (circa 20 °C).

* Chi è: 47 anni, deve fama e fan al suo susci all'italiana. La sua Madonna del Pescatore (Senigallia) ha 2 stelle Michelin.

Per il sashimi:
4 mattonelle
10 € (salinadi
cervia.it).



Quelli del fast good

I DUE FENOMENI DELLA TIVÙ BRITISH ORA CI PROVANO CON L'ALTA VELOCITÀ

CHI È La Dea Domestica che ha scritto otto libri di ricette e venduti 6 milioni. 51 anni, marito ricco n.2: il mercante d'arte Charles Saatchi. Nel Regno Unito accendi la tv e lei c'è. **CIBOLOGIA** Flirta coi piatti, lecca le pentole, si strizza in sexy golfini a V. Dice: «Donne, mangiate regolarmente, no ai sensi di colpa e cucinate ma senza stress». Ma Charles va a letto senza cena.

CHI È Un'industria da 100 milioni di sterline: 36 anni, cuoco star, 5 ristoranti e vari show tv sulla Bbc. A dieta da sempre, ingrassa facile. **SUPERPOTERI** Fa mangiare le verdure ai bambini, rende più che passabile il cibo delle mense. Nelle sue cucine i disoccupati si reinventano chef. La moglie Jools si lamenta: lui a casa non c'è mai, lei sempre. Con 4 figli.

Compie 50 anni la Ferrari delle pentole a pressione e la nuova Acticook è pure eco, con acceleratore di cottura e timer (189,90 euro, lagostina.it).



Invece del piatto, una mattonella di sale. Per servire il pesce crudo o cuocerlo in forno.

I miei menu da 30 minuti (Tea): 50 pasti da 3 portate in mezz'ora spaccata.



Jamie Oliver