

vegolosi mag

Mangiare, approfondire, gustare

n.40
DICEMBRE 2023

A Natale puoi... mordere!

Le nostre idee per addentare l'atmosfera natalizia: piatti sontuosi dai colori intensi che sprigionano voglia di tavola imbandita e affollata

*Speciale
menu di
Natale*

Viceversa Media

REGALI

Tanti spunti per comprare in modo consapevole e originale e in più le idee fai da te per decorare la casa, l'albero e la tavola!

SOCIETÀ

In tempi difficili, come ritrovare fiducia nel futuro? La sociologa Francesca Bertè ci suggerisce un modello che ha a che fare con le antiche cattedrali

DONNE

Il nostro linguaggio è pieno di trappole, stereotipi e pregiudizi sulla disparità di genere, e nemmeno ce ne accorgiamo. Li scopriamo insieme a due esperte



Grazie di cuore a tutti i nostri abbonati Fan:



Roberto Accornero, Laura Andreatta, Serena Antolini, Ginetta Asquino, Silvia Barbina, Antonella Bernardini, Elena Berti, Laila Biagi, Serena Bonechi, Tattoo Paola Robiolio Bose, Marco Bossi, Laura Bozzi, Gabriele Braschi, Barbara Brizio, Costantina Cagnasso, Tiziano Cancelli, Micaela Carboniero, Martina Caredda, Antonella Catarinozzi, Elena Cattaneo, Sara Cerisola, Monica Cerri, Chiara Chiaramonte, Daniele Cipriano, Egidia Colombo, Claudia Contarini, Francesca Cotterli, Marilena Crivellaro, Martina Dallatana, Lara De Biaso, Isabella De Pari, Iais Regina Delfonso, Laura Di Martino, Chiara Di Natale, Montse Díez, Anja Dintner, Rosa Diquattro, Dhebora Facchini, Alma Falcata, Monica Fanicchia, Rosa Fastelli, Lorenza Ferroni, Marzia Formaglio, Dalia Fovini, Giulia Frate, Petra Frisan, Margherita Miari Fulcis, Rita Galli, Silvia Gasparinetti, Isabella Gasparrini, Serena Giacobbi, Rosamaria Gilli, Roberta Gioffredi, Valentina Guiati, Teresa Keller, Mauro Maggi, Lina Manfra, Sabina Manuppelli, Federica Marcatelli, Chiara Marini, Arcisio Martelli, Cecilia Martinelli, Roberta Merope Lugli, Lara Mondoni, Giuseppina Morato, Sara Murgia, Francesca Nicotera, Micol Nolli, Daniela Orefice, Krisztina Palla, Lucia Pancino, Luisa Pasinetti, Alice Pellegrinelli, Sandra Pepponi, Alessia Peracca, Daniela Peri, Anna Perina, Chiara Quaiattini, Vale R, Sara R., Daniela Radica, Mirco Riondato, Simone Salotti, Katia Sannicolo, Patrizia Santoro, Elisa Sarzi Sartori, Fabio Sassu, Giampaulo Sileno, Martina Siragusa, Alessandra Spaghetti, Ilaria Testoni, Eleonora Tinti, Angela Trebbi, Giovanni Massimo Tresa, Rosaria Trotta, Valentina Ungarelli, Francesca R. Valente, Gabriella Varese, Orlanda Verduro, Andrea Vigogna, Maria Rosaria Villa, Daniela Viotti, Luisa Volpicelli, Mikku Toma Yamashiro Knudsen, Michela Zenari, Elisa Zonato



Un anno di goduria e cose belle

I nuovi abbonamenti a Vegolosi MAG 2024: ricette originali e inedite, zero pubblicità, sconti sui corsi, live con la nutrizionista, ebook e in più sostieni il nostro lavoro e garantisci il sito gratuito per tutti!

Abbonati o rinnova



Hanno collaborato:

Marta Abbà - *redattrice*
Eleonora Ballatori - *redattrice*
Claudia Bellante - *redattrice*
Elena Benearrivato - *redattrice*
Daria Falconi - *redattrice*
Paola Farina - *insegnante di yoga*
Dott.ssa Denise Filippin - *Biologa nutrizionista esperta in alimentazione a base vegetale*
Dott.ssa Valentina Mariani - *nutrizionista*
Sara Perinetti - *redattrice*
Lorenzo Sangioanni - *illustratore*
Anna Venutti - *redattrice*

Fotografie e illustrazioni: Vegolosi.it,
Adobe Stock, Unsplash

Contatti: scrivici@vegolosi.it

Pubblicità:
commerciale@viceversamedia.it

www.vegolosi.it
Facebook: [vegolosi](https://www.facebook.com/vegolosi)
Instagram: [@vegolosi.it](https://www.instagram.com/vegolosi.it)
Youtube: [Vegolosi.it](https://www.youtube.com/Vegolosi.it)

Dove acquistare gli altri numeri:
su vegolosi.it e negli store online

Abbonamento annuale 2024:
lo trovi SOLO qui

Siamo radio accese

di **Federica Giordani**

Mi sono ritrovata più volte durante il lavoro quotidiano di questi ultimi 11 mesi a domandarmi: «Serve davvero quello che sto facendo?». È una domanda difficile da affrontare, se non altro perché non vorremmo mai farcela: procedere spediti nel risolvere le *to do list* quotidiane è molto meglio che fermarsi e chiedersi se quello che stiamo facendo ha davvero senso; questo vale per tutti gli ambiti: non solo nel mio lavoro ma, ne sono certa, anche nel vostro, qualsiasi esso sia.

Sono abbastanza sicura di non aver trovato una vera risposta, o meglio, questa domanda, come è buona cosa, ha suscitato in me una riflessione e va bene così: la condivido con voi.

Scegliere di seguire uno stile di vita vegano iniziando dall'alimentazione e poi allargandolo ad altri ambiti della vita (compresa l'idea del rispetto e della non violenza, nel tentativo di evitare prevaricazioni), nel 2023 e a livello globale non ha dei veri e propri effetti pratici dirimenti. Lo so che vi sembrerà una frase cupa, forse vi farà arrabbiare, solo che i dati e la realtà attorno a noi parlano chiaro. Il numero di animali macellati o la richiesta di proteine animali non calano - se non in alcune nicchie - e le previsioni FAO sono che aumenteranno soprattutto nei Paesi in via di sviluppo.

E quindi? E quindi, proprio per questo, il nostro lavoro, le vostre scelte sono ancora più importanti, perché siamo gli amplificatori di un messaggio difficile e non ancora normalizzato: «È possibile vivere bene, anzi meglio, non mangiando più animali e loro derivati perché la loro sofferenza e questo sistema sono un errore».

Insieme siamo cartelloni pubblicitari viventi, radio accese, cartelli di protesta impugnati senza timore, megafoni al massimo volume. La cosa più importante che facciamo, insomma, è esserci, mostrare che è già possibile un mondo che per molti è sconosciuto e pauroso. Siamo la manifestazione empirica di ciò che potrebbe essere. Noi, insieme, siamo il futuro, ma oggi.

Ecco, quindi, cosa sto facendo qui. Ecco cosa state facendo voi leggendo e cucinando, parlando e condividendo.

È prezioso, è indispensabile, è necessario e quindi, grazie.

Sommario

Clicca sulle foto per
andare alla pagina
corrispondente!



Antipasti **12**

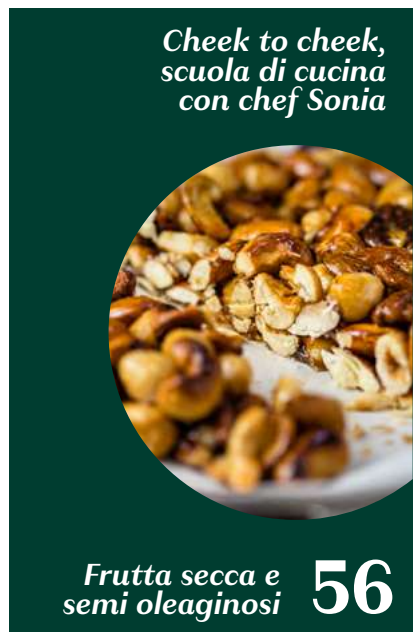


Primi piatti **22**



4 portate

Menu di
Natale **45**



Cheek to cheek,
scuola di cucina
con chef Sonia

Frutta secca e
semi oleaginosi **56**



Secondi e
contorni **30**



Dolci **36**

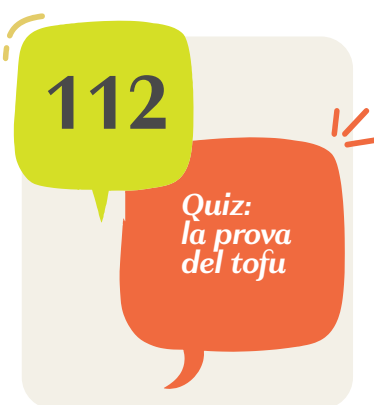


58 Super!
Prodotti vegan
ogni mese

- 5** EDITORIALE
- 9** LA SPESA DI STAGIONE
L'abbinamento del mese
- 10** RICETTARIO: 20 RICETTE
+ IL MENU DI NATALE
- 54** RICETTE DAL MONDO
- 56** CHEEK TO CHEEK
Frutta secca e semi oleaginosi
- 58** SUPER!
Prodotti vegan ogni mese
- 59** LE RICETTE FATTE DA VOI
- 60** IN CUCINA CON LA
NUTRIZIONISTA
A cura della dott.ssa Mariani

- 62** 15 REGALI ORIGINALI
E SOSTENIBILI DA FARE
A NATALE... +1!
- 66** UNA CASA A PROVA DI ELFO!
- 72** IL FUTURO È UNA CATTEDRALE
- 78** E SE SHERLOCK HOLMES
FOSSE UNA PIANTA?
- 84** MANEKI NEKO:
STORIA DI UN MICIO
- 88** L'INSOSTENIBILE PESO
DEL PET FOOD
- 94** VANDANA SHIVA, MEZZO
SECOLO DI LOTTE E DI AMORE
PER IL PIANETA
- 98** IL CORAGGIO DI NON DIRE
PIÙ CHE «HAI LE PALLE!»

- 104** TUTTO IL MONDO INTORNO
Per nutrire la nostra voglia
di cose belle
- 107** BRICIOLE
Le notizie per non perdere la
strada in un mondo che cambia
- 108** LIBRI DIVORABILI
Consigli di lettura di tutti i generi
- 110** YOGA PER ME
A cura di Paola Farina
- 111** ZERO WASTE BAG
A cura di Daria Falconi
- 112** QUIZ: LA PROVA DEL TOFU
- 114** MITI DA SFATARE
Contro le fake news
con un tocco di ironia



NUOVO CORSO DI CUCINA ONLINE

Menu vegan di Natale **2023**

Un menu alla portata di tutti: alberelli di pasta sfoglia, minestra "imbottita", seitan in casseruola e per finire torta gingerbread natalizia

INFO E ISCRIZIONI QUI







Le ricette di dicembre

*Colori, suoni, profumi, gusti:
l'ultimo mese dell'anno è ricco
di suggestioni che solleticano
i ricordi e la voglia di stare
insieme, soprattutto a tavola*

Crostini con ricotta vegetale e mandarini cinesi

PREP: 15 MIN. | COTTURA: 5 MIN. | TEMPO TOT.: 20 MIN.

DOSI PER: 6 PERSONE | DIFFICOLTÀ: BASSA

INGREDIENTI

180 g di tofu al naturale
1 cucchiaino colmo di lievito alimentare
2 cucchiaini di latte di soia non dolcificato
3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
1 cucchiaino di succo di limone
½ cucchiaino di senape delicata
1 baguette
100 g di mandarini cinesi (o kumquat)
30 g di noci pecan
1 cucchiaino di miele vegan
1 pizzico di peperoncino
Sale e pepe

STRUMENTI

Tritatutto



Per la ricotta vegan frullate nel tritatutto il tofu fino a ridurlo in briciole molto fini, ma non una crema perfettamente liscia. Trasferite il tofu in una ciotola e conditelo con sale, pepe, il lievito alimentare, il latte di soia, l'olio, il succo di limone e la senape, mescolando bene fino a ottenere un ricotta cremosa e saporita.

Prepariamo i mandarini cinesi

Lavate i mandarini cinesi, eliminate il picciolo, tagliateli a rondelle, togliete i semini e cuoceteli in una padella antiaderente ben calda per 30 secondi per lato, giusto il tempo di scaldarli e ammorbidirli leggermente.

Tostiamo le noci pecan

Sminuzzate grossolanamente le noci pecan e tostatele per un paio di minuti in una padella calda. Trasferitele in una ciotola, lasciatele insaporire e conditele con il miele vegan.

Assembliamo le bruschette

Tostate infine la baguette tagliata a fettine e, quando il pane sarà caldo e croccante, condite le bruschette con la ricotta vegan, le fettine di mandarino cinese e le noci pecan e servite subito.

Conservazione

Vi consigliamo di preparare e consumare al momento queste bruschette per gustarle tiepide e fragranti. La ricotta di tofu invece potete conservarla in frigorifero in un contenitore per alimenti per 3 giorni.

Consiglio vegoloso

Se non trovate i mandarini cinesi potete realizzare queste bruschette con dei fichi secchi in alternativa.















Menu di Natale

Ci siamo: ecco un menu perfetto per qualsiasi palato, anche quello più recalcitrante a mangiare vegan. Il segreto: non dire niente e lasciar parlare il palato





Trucchi e consigli da mettere subito in pratica
per cucinare meglio, più in fretta e senza
sbagliare un colpo

Frutta secca e semi oleaginosi: la magia della natura

1 **Una panoramica generale**

Per frutta secca si intende tutta la frutta a guscio, come mandorle, noci, pistacchi, nocciole, anacardi, pinoli e arachidi. Spesso, visto il profilo nutrizionale molto simile caratterizzato prevalentemente da grassi insaturi e proteine, vengono associati alla stessa classe di alimenti anche i semi oleaginosi come semi di zucca, di girasole, di sesamo, di chia, di papavero, di lino e di canapa. La differenza più grande è, invece, con quella che sarebbe più corretto chiamare frutta essiccata come uvetta, albicocche o fichi secchi, che sono invece frutti disidratati e composti prevalentemente da zuccheri e fibre.

2 **Sgusciata o no: quale è meglio scegliere?**

Dal punto di vista nutrizionale non ci sono differenze tra la frutta secca con il guscio e quella senza. Sicuramente

il guscio preserva il frutto dall'ossidazione e da possibili contaminazioni di muffe e permette quindi di conservare il prodotto più a lungo. Lo svantaggio consiste chiaramente nel dover aprire ogni singolo frutto nel momento in cui vogliamo consumarlo e questo può risultare particolarmente scomodo, soprattutto se si è fuori casa. In generale, se acquisti frutta secca sgusciata, cerca di sceglierla più naturale possibile, quindi non tostata e non salata, in modo che le sue proprietà nutritive siano preservate.

Ti consiglio inoltre di conservarla in contenitori di plastica o di vetro lontano da fonti di calore per evitare che irrancidisca: durante l'estate io la conservo addirittura in frigorifero

3 **Tostatura: come si fa e perchè**

Si tratta di un passaggio semplicissimo e veloce che permette di esaltare il sapore della frutta secca e

dei semi (ottima soprattutto se dovete realizzare delle creme). La tostatura si può realizzare in padella, meglio se antiaderente: lascia scaldare bene e poi aggiungi la frutta secca in un unico strato. Mi raccomando, tieni la fiamma media e muovi spesso la frutta secca in modo che tosti uniformemente senza bruciare: basteranno 5 minuti. In alternativa, puoi disporre la tua frutta secca su una placca da forno e tostarla in forno a 170°C per circa 8 minuti, rigirandola a metà cottura se fosse necessario.

4 **Creme di frutta secca: tutti i segreti**

Le creme di frutta secca sono un modo estremamente versatile e pratico di consumare questi ingredienti. Realizzarle in casa è semplicissimo anche se la regola imprescindibile è quella di possedere un buon tritatutto o robot da cucina. Io ne uso uno a quattro lame da 500W e non me ne separerei per niente

Le nostre ricette fatte da voi

La selezione delle 6 migliori foto inviateci su Instagram (o Telegram) dai nostri lettori: su IG postate taggandoci (@vegolosi.it) o usando l'hashtag #vegolosi. La foto più bella scelta dalla redazione vince una copia gratuita del MAG!



LA FOTO DEL MESE (SECONDO NOI):

1/ Salame vegano di Mariella

NON DA MENO...

- 2/ Muffin di carote soffici di Federica
- 3/ Muhammara di [@gianna.mancin](#)
- 4/ Torta di mele senza burro di Adriana

5/ Spezzatino di cavolfiore e ceci di [@crearicrea](#)

6/ Torta grano sareceno e yogurt di Patrizia

Clicca sulle foto per leggere la ricetta



Regali

15 regali originali e sostenibili da fare a Natale... +1!

di Sara Perinetta

È inutile girarci intorno, Natale è il giorno dei regali. Che voi siate elfi, renne o Grinch, che partiate ad agosto a cercarli o li acquistiate tutti di corsa il 24 dicembre, che preferiate farli o riceverli... con i regali di Natale, prima o poi, dovete fare i conti! Per facilitarvi le cose vi diamo qualche suggerimento simpatico, sostenibile, etico e, ovviamente, vegan. Ma anche, davvero, per tutte le tasche

Handmade

Una casa a prova di Elfo!

A cura di Monica Gai



Sono imprescindibili per dar vita alla giusta atmosfera, ma anche per creare un'occasione speciale per stare insieme e realizzare qualcosa di bello e originale: le decorazioni natalizie fai da te possono essere sostenibili e anche zero-waste, con materiali facili da recuperare o che avete già in casa, semplici da realizzare ma con un effetto "jingle bells!" assicurato

Prospettive

Il futuro è una cattedrale

di Silvia De Bernardin



Mentre un altro anno molto complicato sta per chiudersi, alle soglie di quello nuovo ci siamo fatti una domanda: credere nel futuro è ancora possibile quando tutto intorno a noi sembra sfaldarsi? Abbiamo cercato una risposta parlandone con la sociologa Francesca Bertè, che da anni studia il tema della “fiducia”, anch’essa sempre più impalpabile, come il futuro che non riusciamo più a vedere. Eppure, una via per immaginare l’uno e rinsaldare l’altra esiste

Retrotopici, distopici, breve-terministi. Sono tempi difficili - e complessi - quelli nei quali viviamo e, visti da fuori, appariamo così: profondamente sfiduciati. Facciamo fatica a fidarci degli altri, del pensiero scientifico, persino di noi stessi, figuriamoci del domani. Eppure, ricostruire la fiducia, un pezzo alla volta, è possibile, oltre che necessario: vincendo la paura, riallacciando reti di relazioni, progettando in maniera concreta e da protagonisti il futuro che sarà. Perché, come ci spiega in questa intervista Francesca Bertè, sociologa e vicepresidente di [eQwa](#), fiducia è un «sostantivo plurale». Ed è anche un progetto, molto simile a quello di un’antica cattedrale medioevale.



Guardandosi intorno la percezione, in questo particolare momento storico, è quella di una profonda sfiducia diffusa: è solamente una sensazione?

Purtroppo è così, stiamo vivendo un periodo di grande difficoltà. Molte realtà misurano l’andamento di questa “sensazione collettiva”, come l’*Edelman Trust Barometer* che evidenzia come ci sia uno sfaldamento progressivo della fiducia. Ce ne rendiamo conto da soli, le evidenze sono molte: pensiamo a quanto si sia diffusa la medicina preventiva proprio perché, per esempio, ci fidiamo sempre meno dei medici. Lo stesso discorso vale per tutte quelle che Alessandro Baricco definisce le “élite”: insignanti, giornalisti, politici.

A proposito dei medici, c’è un particolare tipo di fiducia in crisi, quello nella scienza – lo abbiamo visto con la pandemia, ma riguarda anche il dibattito sul clima. Perché facciamo così fatica a fidarci del pensiero

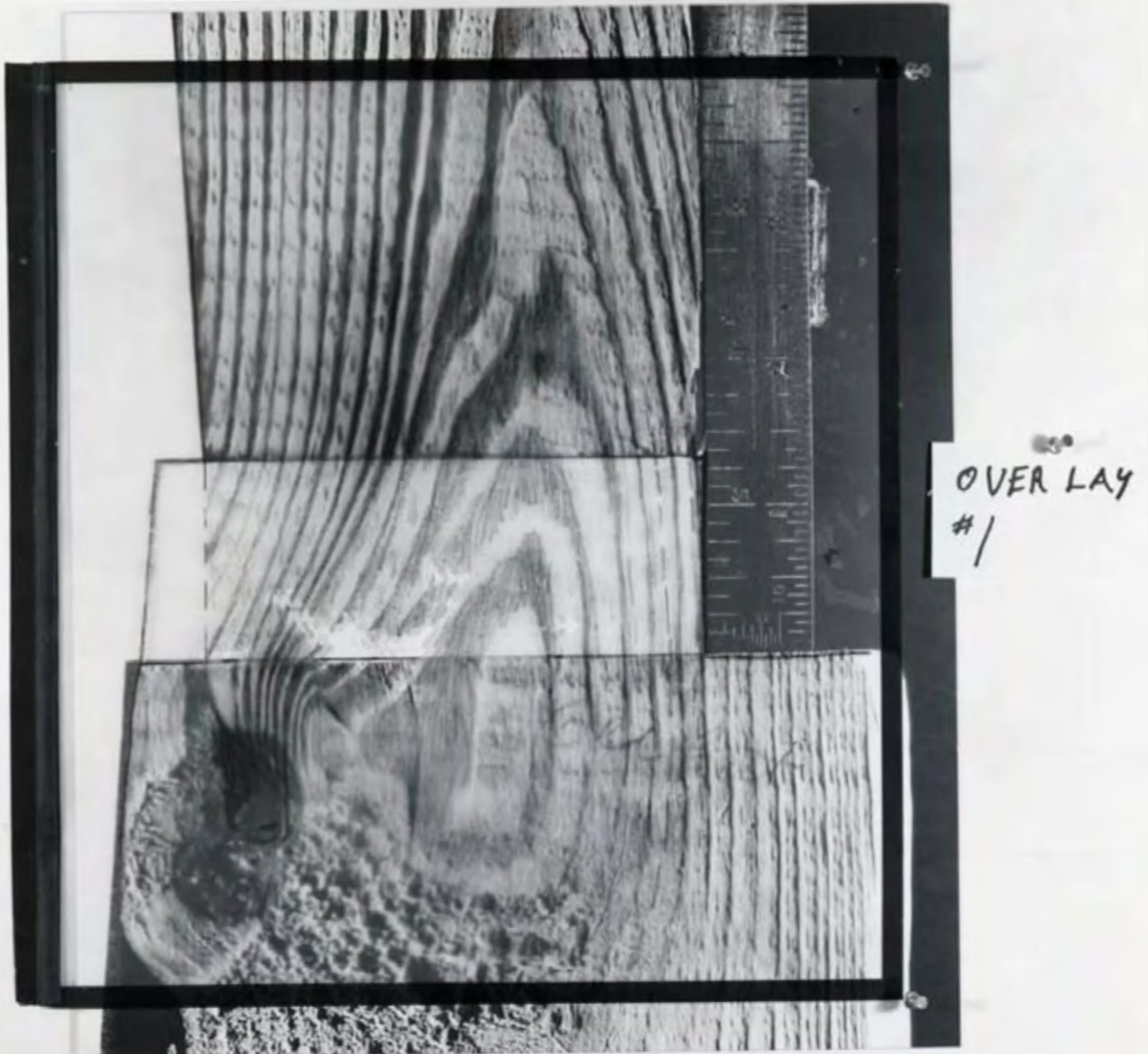
scientifico quando, invece, è proprio di fronte a grandi fenomeni come questi che potrebbe rappresentare una bussola per orientarsi e agire di conseguenza?

I motivi sono tanti. Viviamo in un periodo storico nel quale stanno accadendo tante cose, e sono cose non complicate, ma complesse – due concetti molto diversi. La complicazione si può dividere in tanti piccoli “pezzettini” da analizzare, la complessità, invece, è fatta di molte cose collegate tra loro e arrivare al nocciolo delle questioni è faticoso. C’è chi dice che il futuro arriva «come i bus di Londra», tutto insieme: oggi ci troviamo a fronteggiare tante questioni – la pandemia, le guerre, la crisi economica, quella climatica – e non abbiamo il tempo di affrontarle una alla volta. Davanti a questa complessità e alle sfide che comporta ci sentiamo come circondati. Dal punto di vista della narrazione si usano linguaggi distopici che pongono molto l’attenzione sugli aspetti negativi lasciando poco spazio alle possibilità. È come se sapessimo perfettamente di chi non dobbiamo fidarci e chi dobbiamo temere, ma ci mancasse l’altro pezzo: chi può aiutarci? Quali sono le possibilità positive che possono essere messe in atto per affrontare tutte queste sfide, individualmente, a livello di famiglia, di collettività? Il filosofo Edgar Morin dice che ormai viviamo nell’insicurezza, che fa parte della nostra quotidianità e farà parte del nostro futuro. Per questo dovremmo, invece, navigare in isole di certezza cercando chi può aiutarci a mettere insieme i pezzi. E, invece, viviamo chiusi in barattoli di paura. Rispetto alla scienza, poi, ci sono le cosiddette “camere dell’eco” che, soprattutto attraverso la rete, non fanno che autoalimentare

Botanica

E se Sherlock Holmes fosse una pianta?

di Marta Abba'



Fu grazie allo studio delle fibre di legno che venne incastrato il rapitore e assassino del figlio del pilota Charles Lindbergh in uno dei casi più clamorosi di cronaca nera di primo Novecento.



Animali leggendari

Maneki neko: storia di un micio

di Anna Venutti

Potreste credere che il suo gesto sia di saluto ma in realtà quel gatto bianco dal viso simpatico e paffutello che avrete sicuramente visto in locali giapponesi e cinesi, vi sta chiamando: il suo obiettivo è portarvi fortuna. Leggenda e mito si intrecciano in una storia ai limiti della favola e ci accompagnano a scoprire come tutti gli animali tutti siano compagni da sempre della nostra cultura popolare

La trascrizione dalla lingua giapponese della parola 招き猫, è proprio “gatto che chiama” ed è questo che fa il maneki neko, il gatto bianco con macchie nere e arancioni (almeno nella sua

versione più classica) che secondo la tradizione orientale porta fortuna a chi lo possiede o incrocia il suo gesto. La sua zampa alzata (e c'è una bella differenza se è quella sinistra o destra, ma lo vedremo più avanti) è diventata comune anche in Occidente, ma solo grazie alle ricerche e al racconto dell'autrice americana Patricia Dale-Green che, nel suo *The Cult of the Cat* (mai tradotto in Italia), ripercorse nel 1968 tutta la storia simbolica di questi piccoli e magnifici felini.

UN COLPO DI... FULMINE

Ma da dove arriva la storia del gatto che chiama e, soprattutto, che vuole da noi? La leggenda raccontata da secoli e presumibilmente sorta tra il periodo Edo e il periodo Meiji (rispettivamente 1603-1868 e 1868-1912) pare essere la più accreditata e comune ed è grazie a essa che i piccoli gatti talismano vengono ora rappresentati nell'arte, nella letteratura e nella mitologia orientale.

La leggenda narra che, durante una battuta di caccia ai falchi, un ricco feudatario chiamato Li

Cambiamenti

L'insostenibile peso del pet food

di Eleonora Ballatori

Cosa succederebbe se la carne sparisse dalle ciotole dei nostri cani e gatti? Secondo una ricerca dell'Università di Winchester, basterebbe questo per salvare la vita a sette miliardi di animali da allevamento e recuperare risorse energetiche sufficienti a sfamare milioni di persone in tutto il pianeta. Se il pet food a base di insetti si limita ancora a poche referenze e quello a base di carne coltivata è solo all'inizio del percorso verso la grande distribuzione, una soluzione esiste già. Si chiama alimentazione vegana e sì, è possibile (e sicura) anche per i nostri animali domestici



© Impact Hub CC BY-SA 2.0 DEED

Attivismo

Vandana Shiva, mezzo secolo di lotte e di amore per il pianeta

di *Claudia Bellante*

Al festival della letteratura di Bali abbiamo incontrato la più famosa delle attiviste ambientali. I suoi discorsi, tra slogan e verità, continuano ad affascinare e ci ricordano chi sono i veri padroni della terra

La sala che ospita l'incontro con Vandana Shiva è la più grande di tutto il festival, ha il tetto di bambù ed è senza pareti, il che permette alle persone di occupare tutto lo spazio disponibile per ascoltarla e di non lasciare nessuno fuori. Sono le nove del mattino del 21 ottobre e la temperatura sta già superando i trenta gradi. Ci troviamo a Ubud, una meravigliosa e

caotica cittadina a Sud-Est di Bali brulicante di risaie, templi buddisti e motorini. Vandana Shiva è ospite dell'*Ubud Writers and Readers Festival*, un appuntamento annuale che da vent'anni viene organizzato dall'instancabile Janet DeNefee, una sorridente e intelligente donna australiana che nel 1984 si trasferì a Bali per amore e che nel 2004 ha fondato il festival come risposta alle bombe che due anni prima Al Qaida aveva fatto esplodere sull'isola. Nei giorni del festival, Ubud è attraversata da scrittori, libri, dibattiti e storie. Si parla senza censura di poesia queer, del passato autoritario dell'Indonesia, di decolonizzazione, si celebra la cultura e la tradizione e si immagina il futuro.

Tra gli invitati ci sono molti nomi noti, come la scrittrice britannica Bernardine Evaristo e come, appunto, Vandana Shiva, in assoluto la più attesa. Il calore che l'accoglie scalda ancora di



Amare parole

Il coraggio di non dire più che «hai le palle!»

di *Elena Benearrivato*

«Che discorso coi controcazzi!», ma ricordati che «non ce l'hai solo tu!». Certo che «mi fai incazzare, sei proprio isterica!», «Trovati un uomo!»: se facciamo regolarmente uso, attivo o passivo, di almeno una delle locuzioni precedenti significa che è giunto il momento di scoprire, con l'aiuto di due esperte linguiste, che prendersi cura del linguaggio

significa prendersi cura di noi, della nostra mente e dell'ambiente che ci circonda

«Le parole sono il nostro mondo, quello di tutti noi», affermano Laura Nacci e Marta Pettolino Valfrè, le due linguiste, formatrici e autrici di *Che palle 'sti stereotipi! 25 modi di dire che ci hanno incasinato la vita*, un libro che, con un approccio pratico e ironico, affronta il tema degli stereotipi di genere all'interno del linguaggio quotidiano. L'idea nasce dall'incontro casuale tra le due studiose, esploratrici l'una della linguistica classica e l'altra di quella cognitiva. Il manuale è diviso in cinque capitoli, che analizzano 25 espressioni



Vegolosi MAG

La rivista digitale di Vegolosi.it

LA PUOI ACQUISTARE QUI

*Puoi abbonarti anche solo per 6 mesi
o regalare l'abbonamento!*