



10 libri da leggere nel 2025, tra enogastronomia e viaggi

Racconti di vite passionante e saggi di denuncia sociale nel mondo della gastronomia, ricettari storici, libri sulla storia pizza, diari di viaggio, guide enologiche e un nuovo approfondimento scientifico-sociologico sul cambiamento climatico e suoi effetti sulla nostra mente. Abbiamo selezionato 10 titoli da leggere o da regalare quest'anno per arricchire la cultura, e alimentare la passione per ciò che ci circonda

Che siate cultori di storia del cibo, accaniti viaggiatori, interessati alle tematiche ambientali o a amiate leggere delle vite di osti appassionati, la nostra selezione di **10 libri da leggere nel 2025** saprà sicuramente appagarvi. Abbiamo inserito delle novità annunciate per quest'anno ma anche alcuni titoli del 2024 e di anni precedenti che meritano di essere studiati e custoditi sulla vostra libreria



«Siamo ingredienti e non sapevamo di esserlo», di Victoire Gouloubi

Edito da Trèfoglie, marchio editoriale di Flaco Edizioni Group, il libro “***Siamo ingredienti e non sapevamo di esserlo***” è arrivato nelle librerie lo scorso 29 novembre.

Intenso e profondo, quello della **chef italo-congolese Victoire Gouloubi** non è la solita raccolta di ricette, nè un racconto rassicurante della cucina come espressione di una passione oggi tanto diffusa. Nel volume, la cultura gastronomica emerge comunque in tutta la sua profondità e ricchezza, ma è funzionale a una riflessione collettiva in cui trova spazio anche la **denuncia delle ingiustizie sociali**.

La chef Gouloubi, nota per le sue apparizioni su **Gambero Rosso Channel** e per il suo progetto [UMA ULAFI](#), trasforma l'**ingrediente da semplice materia prima a simbolo**, portatore di storie, tradizioni e conflitti. Da un lato, è espressione dell'identità dei popoli; dall'altro, può diventare il centro di dinamiche di sfruttamento, razzismo e classismo. Autobiografia, storia culinaria e analisi sociale si declinano con una voce che alterna delicatezza e rabbia, seguendo il solco tracciato

dalla giornalista e scrittrice **Roberta Schira**, che firma la prefazione al volume. La Schira definisce il libro «*un viaggio dai campi del Sud Italia, dove i braccianti africani raccolgono pomodori, alle cucine stellate dominate da figure maschili*», offrendo una cornice puntuale alla complessità dei temi affrontati.

Ciò che distingue “*Siamo ingredienti e non sapevamo di esserlo*” è la sua capacità di fondere generi e prospettive, unendo riflessioni personali sulle difficoltà affrontate dalle donne chef in un ambiente tradizionalmente maschilista con un’analisi delle diseguaglianze globali legate al cibo. **Gouloubi** affronta **questioni scottanti come il body shaming e la sostenibilità ambientale**, con una sensibilità che non si limita a denunciare, ma invita il lettore a riflettere e agire. Il cibo, nel suo racconto, non è mai neutrale. Ogni piatto diventa una lente per osservare la società, un microcosmo dove si incontrano storie personali e dinamiche di potere. L’autrice ci porta dai campi, dove la fatica dei lavoratori migranti è spesso invisibile, alle tavole dei ristoranti stellati, dove l’estetica rischia di oscurare la realtà dietro agli ingredienti.

[Acquista](#)

«Se il tempo è matto...», di Clayton Page Aldern

È una novità assoluta, che uscirà in libreria il prossimo 17 gennaio, il nuovo libro del neuroscienziato e giornalista ambientale **Clayton Page Aldern**.

“*Se il tempo è matto... Come il cambiamento climatico cambia la nostra mente e il nostro corpo*“, edito da **Aboca Edizioni**, affronta il tema del cambiamento climatico con una prospettiva radicalmente nuova e non solo in termini puramente fisici e ambientali.

Attraverso un’analisi multidisciplinare che mette insieme neuroscienze, psicologia ed economia, l’autore rivela un **legame profondo tra le alterazioni dell’ecosistema e gli effetti che queste hanno sulla salute mentale e fisica dell’uomo**.

Aldern dimostra come il riscaldamento globale non sia solo una minaccia che cambia il paesaggio o compromette risorse vitali, ma influenza anche la mente umana portando a fenomeni come l’aumento delle aggressioni e dell’odio online, oltre che a un peggioramento delle prestazioni cognitive. L’esposizione a eventi climatici estremi, come incendi o alluvioni, può provocare traumi equiparabili a quelli derivanti da conflitti armati. Tali aspetti, quindi, trasformano il fenomeno anche in una crisi sanitaria globale, il cui impatto psicologico è ancora troppo spesso sottovalutato. E, a testimonianza delle sue tesi, l’autore porta diversi esempi di persone e comunità che sperimentano sulla propria pelle gli effetti del disastro climatico, come le popolazioni indigene dell’Artico norvegese o le famiglie delle valli californiane.

Tuttavia, il libro non trascura un messaggio di speranza, bilanciando l’analisi dei rischi con uno

sguardo costruttivo verso il futuro. Sebbene gli esseri umani abbiano contribuito alla crisi, sono anche i soli a poterla mitigare: attraverso la solidarietà e l'adozione di pratiche sostenibili, possiamo ridurre gli impatti del cambiamento climatico e anche rafforzare la nostra capacità di adattamento.

[Acquista](#)



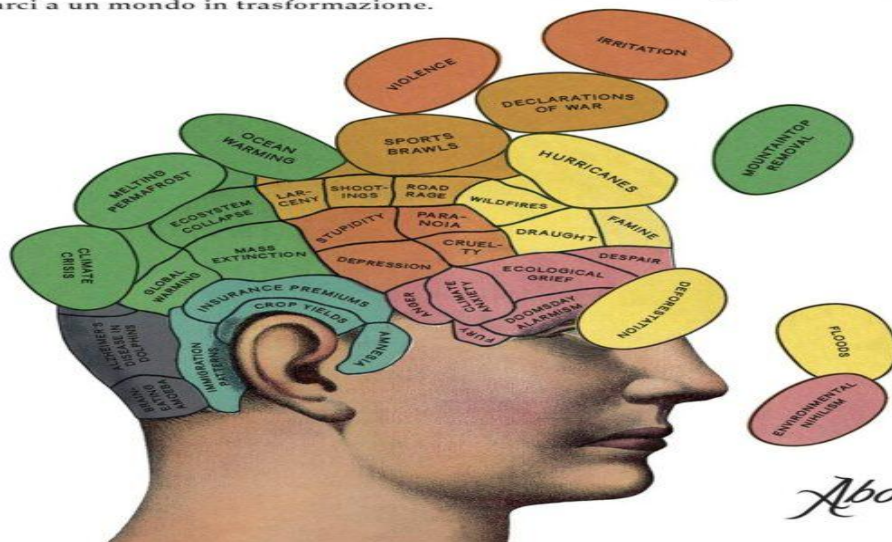
**Clayton Page
Aldern**



Se il tempo è matto...

**Come il cambiamento climatico
cambia la nostra mente e il nostro corpo**

Le neuroscienze sono la chiave per concettualizzare la più grande crisi esistenziale che l'umanità abbia mai affrontato e ci forniscono le strategie necessarie per adattarci a un mondo in trasformazione.



Aboca

«Antica Osteria del Mirasole», di Franco Cimini

“*Antica Osteria del Mirasole*“, edito da **Maretti Editore**, è un libro pregiato nella forma e nella sostanza che consigliamo non solo agli appassionati di enogastronomia ma a tutti coloro che amano le narrazioni di vite appassionate e la bella fotografia.

Uscito nelle librerie nel 2024, è l'autobiografia dell'oste **Franco Cimini**, la cui vita è collegata (anche) a quella dell'**Antica Osteria del Mirasole**, il ristorante fondato nel 1989 a San Giovanni in Persiceto (BO) insieme alla moglie **Anna Caretti**.

È un uomo di non immediata comprensione Franco Cimini, come le pagine di questo elegante volume in cui le parole si alternano alle **bellissime immagini del fotografo Lido Vannucchi**, a volte luminose e colorate, altre in bianco e nero, crude e dirette quando raffigurano tagli di carne che Franco maneggia con ardore ed esperienza.

In 255 pagine di carta pregiata, in un intreccio tra cibo e cultura, scorre il racconto di una trattoria considerata tra le più importanti d'Italia, non solo per la qualità dell'offerta ma anche per il **lavoro di ricerca e valorizzazione del territorio** in cui si trova. È una storia d'amore, di famiglia,

di passione e impegno che Cimini consegna al lettore con generosità, lasciandolo entrare nei suoi ricordi e nei suoi affetti e rivelando una profonda conoscenza storica.

Ed è proprio visitando il locale alle porte di Bologna, degustandone i piatti e chiacchierando con il suo fondatore, che se ne scopre la sua vera essenza. “*Burbero e gentile*” lo definisce affettuosamente Andrea Grignaffini nella prefazione, ma burbero lo è solo in apparenza. In realtà Franco Cimini è genuino, diretto, affabile, competente e dotato di una creatività che si materializza in succulenza concreta. Insieme alla moglie **Anna** ha costruito un percorso in cui sono fondamentali la filiera corta, la sostenibilità e i grandi alleati gastronomici del territorio, dal Parmigiano Reggiano al prezioso aceto balsamico tradizionale di Modena, passando per le carni autoctone provenienti da allevamenti etici. Franco e Anna si fanno ambasciatori di un gusto emiliano antico e contemporaneo allo stesso tempo, che si traduce nella trattoria quale cassa di risonanza e ambasciatrice di questi gesti.

“*Antica Osteria del Mirasole*” contiene anche le testimonianze dei produttori, le ricette più emblematiche, a partire dai **Tortellini alla panna d'affioramento**, il piatto simbolo dell'osteria, con il suo marchio registrato e che venivano distribuiti anche durante il Covid con un apposito packaging per poterne godere durante la quarantena.

E ancora, si narra dell'ospitalità offerta dall'Osteria che permette di soggiornare in camere rustiche e curate, prima di partecipare a **visite guidate al caseificio di famiglia** per osservare la produzione del Parmigiano Reggiano e altre specialità.

[Acquista](#)

“Bologna a tavola con le nonne”, di Giancarlo Roversi e Roberto Corinaldesi

Le ricette bolognesi sono state e saranno protagoniste di tantissimi libri ma “**Bologna a tavola con le nonne**”, edito da **Minerva**, riscopre la cucina bolognese attraverso un viaggio nella memoria delle nonne, in una commistione tra cibo e ricordi.

Gli autori **Giancarlo Roversi** e **Roberto Corinaldesi**, infatti, hanno raccolto le testimonianze delle anziane ospiti di una casa di riposo bolognese, tra ricette, racconti di vita domestica e tradizioni delle feste. Sono ben **93 le ricette contenute nel libro**, dagli antipasti ai dolci, tutte descritte con cura, sottolineando l'importanza della convivialità associata ai sapori autentici e casalinghi.

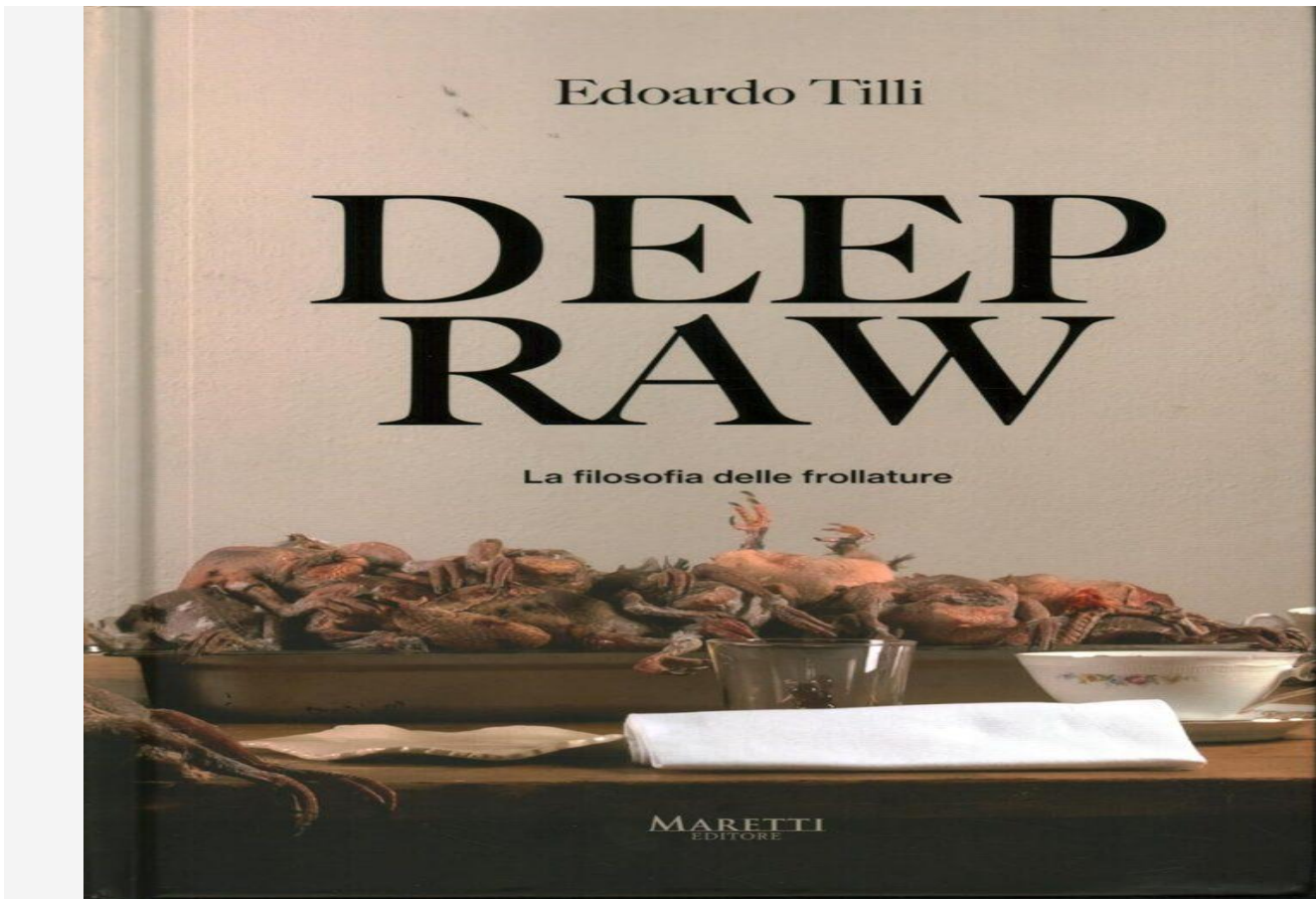
Il libro rappresenta anche un **progetto sociale** promosso dall'**Asp Città di Bologna**, che unisce la valorizzazione del patrimonio gastronomico locale alla promozione del senso di comunità. Attraverso le parole delle nonne bolognesi, il lettore è condotto in un mondo dove il cibo è condivisione, festa e identità.

[Acquista](#)

Della stessa casa editrice, un altro titolo recente ed interessante è “**Non c'è più gusto. Il tentato suicidio della cucina italiana**”, in cui il giornalista Mauro Bassini critica la moderna cucina per le

esagerazioni che spesso ci propone ([ne abbiamo scritto qui](#)).





“Deep Raw. La Filosofia delle Frollature” di Edoardo Tilli

È uscito a novembre 2024 ed è un altro racconto della cucina vista con gli occhi di uno chef colto e virtuoso, la cui coscienza è ispirata da studi per conseguire pratiche di cucina sostenibili e rispettose dell'equilibrio naturale. “**Deep Raw. La filosofia delle frollature**” di **Edoardo Tilli** e curato da **Sara Favilla** è un altro titolo di **Maretti Editore** che vi consigliamo per il 2025 per le tematiche attualissime e per godersi le fotografie evocative di **Lido Vannucchi**.

Tilli proprietario e chef del ristorante “**Podere Belvedere**” di Pontassieve (in provincia di Firenze), ci consegna un saggio che va ben oltre la carne e le modalità di frollatura (il sottotitolo, infatti, recita “*La filosofia delle frollature*”). È un invito al lettore, e prima agli stessi professionisti della cucina, a riflettere sul significato profondo del cibo e dei suoi legami con la natura. Per Tilli, il consumo di carne si inserisce in un contesto di **allevamento e nutrimento etico degli animali** che possa motivare il loro sacrificio dall'intento di avere carni più salutari e gustose, da processare senza scarto, come insegna la storia.

In Deep Raw, la cucina diventa lo specchio di un'etica contemporanea che abbraccia il passato e proietta il futuro. Un volume che non si limita a parlare di cibo, ma che invita a ripensare il rapporto tra uomo e natura, con un approccio che è al contempo intellettuale e sensoriale. Un'opera imprescindibile per chi crede che l'arte culinaria possa essere una forma di dialogo con il mondo.

[Acquista](#)

“Book Sun Lover”, di Isa Grassano

È uno dei libri più creativi del 2024 perchè “**Book Sun Lover**”, della giornalista **Isa Grassano**, è davvero il manuale che tutte le persone curiose dovrebbero avere.

Edito da **Giraldi Editore**, il libro è definito un “*taccuino per chi ama leggere e viaggiare*”, sulla falsariga degli storici diari del Grand Tour. La Grassano, scrittrice con una consolidata esperienza nel campo delle guide emozionali, conferma la sua capacità di raccogliere una marea di informazioni utili mettendole al servizio del lettore, reso parte attiva dell'esperienza attraverso alcune pagine in bianco dove può annotare appunti, sensazioni e ricordi vissuti nel corso dei suoi spostamenti.

Su Book Sun Lover troveremo spunti turistici su località italiane e internazionali, quali sono le attività da vivere, i piatti tipici da mangiare e in quali locali, i musei e le librerie più particolari e addirittura gli scorci più instagrammabili.

[Acquista](#)

BOOK SUN LOVER

Il taccuino per chi ama leggere e viaggiare

*ideato da
ISA GRASSANO*



*Per i libri da portare in vacanza e quelli letti da ricordare,
le prossime letture, le recensioni, le citazioni da appuntare,
le schede di viaggio, qualche pillola di gastronomia, quiz e tante curiosità*

Giraldeditore

Alhambra Laura Cami

BEVI E LASCIA VIVEREDimmi cosa bevi e ti dirò chi sei:
vino e amore, vinoterapia, astrologia e vinoEDIZIONI
DEL FARO**“Bevi e lascia vivere”, di Alhambra Laura Cami**

Il sottotitolo di questo divertente libro di Edizioni del Faro è **“Dimmi cosa bevi e ti dirò chi sei: vino e amore, vinoterapia, astrologia e vino”** e, in effetti, potrebbe essere un manuale imperdibile per chiunque consideri il vino un piacevole accompagnamento della vita.

La **sommelier Alhambra Laura Cami** propone un insolito **percorso di avvicinamento al vino** attraverso racconti e consigli su come scegliere il vino giusto in ogni occasione, e quale offrire alle persone in base alla loro personalità. Oppure, al contrario, spiega come intuire il carattere di una persona in base alla tipologia di vino che beve.

Da studiosa di astrologia, inoltre, **Alhambra Laura Cami** collega il cibo e il vino allo zodiaco, rivelando attitudini a tavola e debolezze nella vita segno per segno. Sapremo, quindi, come interagire con un capo crudele o una fidanzata astiosa, con un Ariete impetuoso o un Capricorno silenzioso, magari servendo a ognuno di loro il giusto drink.

E per chi vuole anche i dettagli tecnici, si potrà capire ad esempio qual è la differenza tra un Prosecco e uno Champagne e tanto altro. Visto che siamo ad inizio anno, certamente “**Bevi e lascia vivere**” va messo tra i libri da leggere nel 2025 oppure da regalare.

[Acquista](#)

“Storia della pizza. Da Napoli a New York”, di Luca Cesari

Luca Cesari è uno dei più apprezzati storici della gastronomia italiana e, dopo la “*Storia della pasta in dieci piatti*”, nel 2023 ha pubblicato “**Storia della pizza. Da Napoli a Hollywood**”, edito da **Il Saggiatore**.

Nell’attesa che esca il nuovo libro, che sarà dedicato alla storia della cotoletta, vi suggeriamo proprio il saggio sulla pizza per godervi un’analisi approfondita dell’evoluzione di uno dei piatti più famosi al mondo.

Con una scrittura chiara e mai noiosa, suffragata da una meticolosa ricerca storica, Cesari intreccia vicende culinarie con contesti socio-culturali, partendo dalle origini della pizza e sfatando alcuni miti consolidati. Nel racconto, infatti, emergono molti dettagli poco noti, come la circostanza che le prime pizzerie napoletane fossero locali modesti, spesso con tavolini e vetrinette direttamente in strada, anticipando l’odierno concetto di street food.

Se oggi la pizza è diventata terreno di sfida e sperimentazione di autentici “maestri”, che danno prova della loro abilità negli impasti e nelle farciture, un tempo è stata una pietanza locale che poi si è diffusa nel mondo grazie all’intervento di figure storiche, artisti e viaggiatori.

L’autore approfondisce la nascita della pizza Margherita, esaminando le leggende legate alla sua creazione e fornendo una prospettiva storica accurata, ma dedica spazio anche alle “**Pizze che non sono la pizza**”, ossia alle tante preparazioni rilevate nella storia prima che si affermasse la “pizza alla napoletana”.

Non mancano anche ricette antiche, con ingredienti e procedimenti, che permettono al lettore di comprendere l’evoluzione secolare della pizza, di pari passo all’evoluzione della cultura popolare, della società e del Cinema.

[Acquista](#)



“La pizza. Una storia contemporanea”, di Luciano Pignataro

E restiamo in tema di pizza, con un altro caposaldo della saggistica gastronomica degli ultimi anni. Parliamo del libro “**La Pizza – Una storia contemporanea**“, edito da Hoepli nel 2018 e firmato dal giornalista **Luciano Pignataro**.

Il volume ripercorre la tradizione secolare della pizza, evidenziando le varie dinamiche che ne hanno sancito il successo globale.

Nella prefazione, lo scrittore Giuseppe Montesano riflette sulla natura archetipica della pizza, definendola «*radicalmente essenziale ed arcaica*» e facendo notare come ogni esperienza culinaria legata a questo piatto rappresenti un tentativo di avvicinarsi a un ideale gastronomico, un «*paradiso della gola immaginaria*» che trascende il semplice atto del mangiare.

Rispetto a Luca Cesari, il libro di Pignataro esplora maggiormente le **origini napoletane della pizza**, evidenziando come la sua ideazione sia emersa dal “cratere-Napoli” per diventare un fenomeno mondiale. Si apprendono le varie trasformazioni che essa ha subito nel corso dei decenni, adattandosi a diverse culture e contesti, pur mantenendo intatta la sua essenza. Viene anche ricordato come il riconoscimento dell’**arte del pizzaiolo napoletano** come Patrimonio

Immateriale dell'Umanità da parte dell'UNESCO, abbia ulteriormente consolidato la rilevanza culturale di questa tradizione culinaria.

Dopo aver analizzato le varianti regionali, dalle interpretazioni romane a quelle diffuse in altre aree d'Italia, l'autore dedica un capitolo alla comunità di Tramonti, definita "**patria dei pizzaioli**", dal momento che questi artigiani hanno davvero contribuito alla diffusione della pizza in Italia e all'estero. Un capitolo intero, invece, approfondisce gli abbinamenti più adatti del vino e della birra con la pizza.

[Acquista](#)

"Cantine d'Italia 2025", la nuova Guida per l'Enoturista di Go Wine

874 cantine selezionate, oltre 4.980 vini segnalati, circa 1.600 indirizzi utili per mangiare e dormire, 10 Premi Speciali, 268 "Impronte d'eccellenza" per l'Enoturismo: la nuova edizione 2025 di **Cantine d'Italia a cura di Go Wine** è un invito a camminare l'Italia del vino, che quest'anno è tornata anche con due novità.

Il volume si è arricchito con **nove interviste a uomini e donne del vino** e con una sezione dedicata ai "Musei del Vino", raccontando luoghi di cultura all'interno di 15 cantine italiane.

Le cantine oggi sono un luogo anche simbolico, sempre più meta di un turismo enogastronomico che caratterizza i viaggiatori di tutto il mondo. Go Wine, quindi, ha deciso non solo di segnalare aziende ed etichette di qualità ma anche di dare un ausilio per entrare in contatto con uomini e donne, con luoghi, radici e tradizioni. La guida è ricchissima tantissimi dati e notizie per generare cultura a favore del vino e dei suoi territori.

[Acquista](#)



Data di creazione

05/01/2025

Autore

enzo-radunanza