



Tre riviste sul cibo biologico e sulla cucina naturale

Una selezione di riviste per potersi destreggiare nel mondo del biologico e della cucina naturale.



Il mondo dell'editoria, negli ultimi tempi, si sta arricchendo di una considerevole varietà di riviste specializzate in cucina naturale, biologico e stili di vita rivolti a raggiungere il benessere e l'armonia tra corpo e mente.

La proliferazione di questo genere di giornali è dovuta al fatto che sempre più persone scelgono la strada del benessere, approcciandosi a un'[alimentazione vegana](#) o scegliendo di mettere sulle proprie tavole solo prodotti di ottima qualità, biologici e di cui si conosce la provenienza. Approfondiamo la conoscenza di tre prodotti editoriali che si trovano nelle edicole in modo che tutti si possano destreggiare nella selezione.

Mensile "We Veg"



Partiamo da **WeVeg**, un mensile edito da Cigra 2003 (sul sito si possono trovare tutti gli arretrati), molto utile sia per chi vuole intraprendere una dieta vegana ed è alle prime armi sia per chi, invece, ha sempre voglia di rinnovarsi e sperimentare. La prima qualità di questa rivista è il **formato tascabile**. Essere pocket, infatti, la rende comoda da portare dietro e anche di rapida consultazione in cucina. **WeVeg** è una rivista che presta molta attenzione al concetto di stagionalità, per cui ogni numero riporta una serie di ricette ricavate con gli ingredienti che la natura offre in quel periodo. Le ricette che si trovano all'interno sono chiare e veloci. Si possono scegliere primi, secondi, dolci e stuzzichini sani da mangiare, belli da vedere e, soprattutto, privi di ogni traccia di derivati animali. Buono anche il prezzo (€ 1,90) perché, molto spesso, le riviste di settore hanno prezzi più elevati.

Bimestrale "Funny Vegan"



Molto diversa invece è la rivista [Funny Vegan](#). Tutta un'altra storia, un bimestrale edito da **Medicamento** che non incentra la sua linea editoriale sulle ricette, ma si concentra sull'esigenza di raccontare un mondo, una scelta etica e di salute, una scelta importante e ancora, sebbene sempre più persone la appoggino, poco conosciuta. **Funny Vegan** vuole dimostrare, il titolo è già esemplificativo, come in realtà sia facile e divertente entrare nel mondo del veganesimo, scoprire nuovi sapori, scoprire un nuovo modo di vestire, di cucinare, di pulire la casa. Insomma essere vegani non si riduce a una scelta alimentare e **Funny Vegan** è una rivista che passo passo, in modo leggero, accompagna in questo viaggio di scoperta tutti coloro che ne sono incuriositi. Il prezzo, trattandosi anche di un bimestrale è di € 3,50. Non manca, naturalmente anche la sezione dedicata alle ricette, arricchita da bellissime foto colorate che fanno davvero venire voglia di assaggiare i piatti descritti.

Mensile “Bio, il piacere di vivere secondo Natura”



Se invece si desidera semplicemente avvicinarsi al **mondo del biologico**, per essere più consapevoli della filiera che porta i cibi sulle nostre tavole e per introdurre cibi più sani e meno contaminati allora la rivista più indicata è "**Bio, il piacere di vivere secondo Natura**", un mensile del costo di € 2,90 edito da Edizioni PEI. Qui il discorso si allarga ulteriormente e si concentra soprattutto su concetti di biodiversità e sostenibilità. **Bio** è una rivista che aiuta un consumatore neofita ad avvicinarsi all'universo biologico, dalla scelta dei cibi alle creme per il corpo, dalle proprietà e benefici delle erbe aromatiche alla migliore acqua da bere per stare meglio. Si possono trovare anche tante informazioni su come crescere un bambino nel rispetto della sua delicatezza e dell'ambiente che lo vedrà crescere fino ad arrivare al design della casa, alla scelta dell'arredamento che può seguire, se si desidera, una politica eco sostenibile nel rispetto della natura.

Data di creazione

10/11/2015

Autore

amelia-dipietro