

Scaffale basso *a cura di Rossana Sisti*



Cinque idee in cinque minuti, ovvero uno snack alla grande che permette un pieno di energia con cereali e frutta secca, vitamine da bere in un sorso e yogurt sfizioso per garantire la quota giornaliera di calcio. E poi tortini con ciliegina; muffin che si ispirano alla ricetta della torta di carote del Bianconiglio di Alice nel Paese delle meraviglie; muffin da condividere con gli amici intolleranti al glutine; latte in piedi nel vasetto che si rivela un buon budino bianco da mangiare fuori casa; brutti ma buoni tricolori; mini-pie che ricordano quelli che Nonna Paperera sforna per i nipotini Qui, Quo, Qua... Ce n'è per tutti i gusti, in questo ricettario che accompagna nonni, genitori e bambini ad allestire merende semplici, gustose e salutari oltre che capaci di solleticare gli occhi e la gola. Continua con **Facciamo merenda!** (16,90 euro) la serie dedicata dall'editore Gallucci all'alimentazione dei più piccoli, agli inappetenti che si fatica a conquistare e agli appetiti robusti difficili da soddisfare. Si tratta del terzo volume - dopo **Il Cucchiaino e La forchettina** - che vede ancora all'opera il duo Miralda Colombo, giornalista e blogger de ilcucchiainodialice.it, e Cecilia Vigano, in arte Cevi, fotografa e illustratrice che ha curato la parte grafica e le foto di ogni ricetta. Sessanta proposte veloci da preparare, attinte al bagaglio dei ricordi, alle fiabe o ai racconti dell'infanzia, adeguate alle diverse stagioni e alle più svariate occasioni, da portare a scuola o alla festiciola di compleanno, da sgranocchiare al picnic in spiaggia, ai giardinetti o dopo la palestra. Tutte adeguate a una preparazione condivisa con i bambini stessi. Perché c'è più gusto a mangiare quel che si è preparato insieme con cura e affetto. Dai 5 ai 99 anni.