

Le proposte del mese



IN COPERTINA:
Jessica Matino
Ndibe, mamma
veg a Sidney,
con la sua adorata
Erika, pronte
per spiccare
il volo verso un
mondo nuovo!
Foto © Jessica
Matino Ndibe

Rubriche

3 Editoriale

6 Questo mese in cucina

7 Verdura, frutta
e aromi di stagione

8 Cibo e salute

a cura di **Luciana Baroni**

9 Veg trainer

a cura di **Maurizio Falasconi**

10 Le nostre emozioni

a cura di **Antonella Sagone**

11 Animali in famiglia

a cura di **Michela Pettorali**

12 Alicia Silverstone

La mia vita gentile per un mondo migliore
di **Maria Teresa Sirna**

17 Dall'Italia

News dal «Belpaese»
in collaborazione con *Vegolosi.it*

18 Mamme veg in Australia

Da Sidney, quinta tappa alla scoperta delle mamme
veg nel mondo
di **Annika Lundkvist**

22 Martin Balluch

Intervista con il filosofo austriaco, provato ma non
piegato da una vicenda giudiziaria durissima.
Perché l'attivismo è un obbligo morale
di **Simone Buttazzi**

27 Diritti e doveri

Quando il genitore vegano finisce sotto accusa
di **Carlo Prisco**



28 Viaggio a Modena
e Reggio nell'Emilia

Nell'Italia dell'arte, dell'ospitalità e del «buon cibo»
di **Yari Simone Prete**

32 Il dito nella piaga

Senza uova nel paniere di **Maurizio Scordino**

33 Pensando a John Berger

Una questione di fortuna e coraggio di **Leonardo Caffo**

34 Michael Moss

Il giornalista premio Pulitzer ci svela la terribile
realtà dietro la facciata asettica dello US Meat
Animal Research Center di **Maria Teresa Sirna**

37 Dal Mondo

In collaborazione con *Vegan Lifestyle Magazine*

38 John McDougall

Finalmente in Italia la Starch Solution,
la «rivoluzione degli amidi». Perché curarsi
mangiando è possibile per tutti di **Barbara Sbrocca**

42 Robert Grillo

Dal best seller internazionale *Farm to Fable*,
la metafora di Matrix nella lotta contro
lo sfruttamento animale

46 Dalla Francia

Sorrisi d'oltralpe dall'inviata **Roberta Cecchetto**

47 Pareti di vetro

Via lattea bianco-sangue di **Marinella Correggia**

48 Viaggio a Tokyo

Tra tradizione e fantascienza, a spasso
per la seconda metropoli veg del mondo
di **Yari Simone Prete**



55 Dalla Germania

Scenari e tendenze
dall'inviato **Simone Buttazzi**

56 Vegetariani per... fiction!

Breve (e incompleta) rassegna
dei personaggi vegetariani nei romanzi
per bambini e ragazzi, da conoscere
e amare di **Caterina Lazzari**

61 Secondo me

Il dilemma del dilemma di **Roberto Marchesini**

62 Post da Mosca

Breve viaggio (e tante foto) dalla nuova Mosca
vegana di **Angela Carreras**

68 Salvi e felici

La Rete dei Santuari di Animali Liberi in Italia
di **Francesco Cortonesi**

70 Onnivorismo di ritorno

La «pentita vegana» **Lierre Keith** dà letteralmente
i numeri. E allora li diamo anche noi
di **Maurizio Scordino**

74 Brunch di primavera

A casa (o su un prato), idee golose per sfiziosi
stuzzichini di **Titti Alberti**

80 Mappe veg: Venezia

Tutti i posti (in laguna e non solo)
dove mangiare, 100% veg!

81 Dagli USA

In collaborazione con *Vegan Lifestyle Magazine*

82 Scuola di cucina

Seitan ai porri e topinambur di **Eduardo Ferrante**

84 Davide Larise

Tra rigore e creatività, la cucina del veg generation
chef del Joia di Milano

90 Magica aquafaba

Burro, uova e formaggi veg?
La magia è nell'acqua di cottura dei legumi!
di **Zsu Dever**

94 La dispensa

Prodotti al top e i più venduti negli shop on line

95 Il giardino commestibile

Il tarassaco, un amaro per tutte le stagioni
di **Annalisa Malerba**

99 L'immagine in versi

«Matta-Toy» di **Vincent & Revers**



Collaboratori



LUCIANA BARONI

Presidente della *Società Scientifica di Nutrizione Vegetariana (SSNV)*. Ideatrice del *PiattoVeg*.



SIMONE BUTTAZZI

Traduttore, attivista LGBT. Vive in Germania e delle cose che contano non gli sfugge mai niente.



LEONARDO CAFFO

Filosofo e scrittore. Autore (tra le altre cose) di *Il maiale non fa la rivoluzione*, Sonda 2013.



ROBERTA CECCHETTO

Appassionata di scrittura, danza e cucina, vive in Francia e lavora per una fondazione ambientalista.



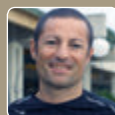
MARINELLA CORREGGIA

Giornalista, impegnata in progetti contro le guerre ai popoli e agli altri viventi.



FRANCESCO CORTONESI

Insegnante e attivista. Coordinatore di *Essere Animali*, collabora con la Rete dei Santuari.



MAURIZIO FALASCONI

Tecnico federale, membro del comitato scientifico e coordinatore del comitato sportivo di *Assovegan*.



EDUARDO FERRANTE

Ideatore del sito *Vivirvegan.it*, è executive chef presso *L'Orto già Salsamentario* di Torino.



CATERINA LAZZARI

Autrice, insegnante, mamma veg. Lavora con i libri per ragazzi, l'arte e l'architettura.



ANNIKA LUNDKVIST

Fotografa, scrittrice e giornalista, si occupa di maternità, cibo, viaggi, magazine ed editoria.



ANNALISA MALERBA

Creatura selvatica e solare, è la nostra esperta di permacultura vegan.



ROBERTO MARCHESINI

Etologo e filosofo, direttore di *Siuva*, scrive di bioetica, diritti animali e scienze cognitive.



MICHELA PETTORALI

Veterinaria presso il Centro Gianicolense a Roma; cofondatrice della *Onlus Gallinae in Fabula*.



YARI SIMONE PRETE

Torinese, export manager nel settore alimentare. Appassionato (e attento) veg viaggiatore.



CARLO PRISCO

Avvocato civilista, filosofo del diritto. Ha pubblicato testi di riferimento sui diritti degli animali.



ANTONELLA SAGONE

Psicologa. Crede nelle potenzialità dell'essere umano e nella possibilità di cambiare, in meglio.



MAURIZIO SCORDINO

Sociologo. Si occupa di immigrazione e diritti degli animali. Dirige la rivista on line *Identità*.



VINCENT & REVERS

Vincent Piccolo e «Silvia» Revers Lab: lui scrive, lei disegna, insieme creano. In nome della Vita.