

# DONNA MODERNA

TI FACILITA LA VITA

«COSÌ AIUTO I CERVELLI IN FUGA A TROVARE LAVORO IN ITALIA»

Noi che viviamo da SEPARATI IN CASA

SHOPPING ONLINE Come azzeccare l'acquisto al primo colpo

7 segreti (di bellezza) per sedurre

Combatti a tavola cali d'umore, fatica e smog

JESSICA CANAGLIA, 19 ANNI, STUDENTE SSA DI GALLARATE (VA)

## Giap, shock, elettrico

ADESSO SI CAMBIA STILE

€ 1,50

GRUPPO EDITORIALE L'ESPRESSO



**FOOD  
AFFAIR**

## IL POLLO PICCANTE DI ELEONORA

di **Francesca Angeleri**  
giornalista e  
scrittrice, autrice  
di *In cibo veritas*  
(Daniela Piazza)

È una delle influencer più famose al mondo, bella, sofisticata e anche molto golosa. Eleonora Carisi non rinuncia mai alla cioccolata e il cibo per lei è convivialità: «Mangio da sola solo per necessità. Mi piace uscire e scoprire posti nuovi, amo in particolare la cucina asiatica, coreana giapponese, o vietnamita». A Torino, la sua città, le piace gustare la carne cruda con l'uovo e i capperi. Cucina? «Meglio dire che non brucio nulla» risponde. «Il pollo è tra i miei piatti preferiti: infarino dei bocconcini e li salto in padella con della senape piccante francese».

## CUORI DI CUPCAKE AI PISTACCHI

**INGREDIENTI PER 12 CUPCAKES** 4 cucchiaini di pistacchi americani, 3 uova, 1/4 di tazza di olio di semi più 1 cucchiaino, 1 tazza di siero di latte, 1/3 di tazza di zucchero, 1 tazza e 1/2 di farina, 2 cucchiaini di lievito in polvere, 1 grande tazza di lamponi surgelati, 300 g di crema di formaggio, 2 cucchiaini di zucchero a velo. Stampini per muffin oleati. **PREPARAZIONE** Trita 3 cucchiaini di pistacchi, il quarto molto fine. Mescola le uova, l'olio e il siero di latte. Unisci lo zucchero, la farina, il lievito, i lamponi e i pistacchi tritati. Riempi gli stampi e inforna a 320° per 30 minuti. Mescola il formaggio e lo zucchero a velo, versali in una tasca da pasticciere, decora i cupcake e rifinisci con il trito fine di pistacchi.



## LA PASTA FATTA CON AMORE



A San Valentino la cena deve essere perfetta. Un'esplosione di cuori per un tête-à-tête da ricordare. Non sottovalutare i dettagli, come il formato della pasta: tanti cuoricini di semola di grano duro per un primo infuocato e colorato. E nel sugo aggiungi qualche ingrediente afrodisiaco: salsa a base di crostacei con un pizzico di peperoncino (For You, Lidl, 500 g, 1,29 euro).



## UN DOLCE BACIO MUSICALE

La ricetta del bacio è quella tradizionale, mentre i cartigli della limited edition Autografi d'Amore sono di Laura Pausini: 33 frasi tratte dalle canzoni della famosa cantante, più 10 dediche pensate per fan e innamorati (scatola cuore, Perugina, 10,99 euro).

## Mi è piaciuto PACCHERI GOURMAND



di **Stefania Carlevaro**  
@stefaniacarleva

I paccheri sono un formato di pasta perfetto da farcire. La ricetta più gustosa l'ho assaggiata pochi giorni fa. La chef Michela Mandolesi, marchigiana, che lavora per la società Punto De, li ha preparati per la presentazione di una linea di elettrodomestici tedeschi super innovativi. Dopo averli lessati al dente li ha farciti in tanti modi diversi: una mousse di mozzarella e panna fresca (fatta nello smoother); mollica di pane spezzettata, tostata e condita con olio e sale; alici sott'olio tagliuzzate. E poi trancetti di salmone marinato in olio, sale e pepe e filetti di orata e branzino cotti nella macchina sottovuoto per 10 minuti a 60° (o in pentola tenendo bassa la temperatura dell'acqua). Si servono su una crema di cime di rapa preparata sbollentando la verdura e frullandola nello smoother con 1 cucchiaino di acqua di cottura e 1 di olio. Un trucco: i paccheri lessati nell'acqua di bollitura delle cime di rapa sono ancora più buoni.

**Vuoi un consiglio? Scrivi a**  
stefania.carlevaro@mondadori.it