



## MUG CAKES SALATE

pronte in 2 minuti al microonde

*Lene Knudsen*  
 fotografie di Akiko Ida  
 19 x 19 cm – cartonato  
 collana Piccoli Spuntini  
 72 pagine, illustrazioni a colori  
 € 12,50 – ISBN 978 88 6753 140 0



PER LETTORI  
 GRANDI  
 E PICCINI

È normale, capita a tutti di sentirsi attanagliati da un irresistibile desiderio di mangiare qualcosa di sfizioso, goloso e appagante. Ma non un biscotto qualsiasi o una banale fetta di pane e marmellata! Qualcosa di salato e ricco, di sostanzioso e saporito, che però, sprofondati in quel tipico stato di indolenza e pigrizia, sembra richieda insormontabili preparazioni e infiniti tempi di attesa... Eh sì, ci siamo passati tutti, ma adesso la soluzione è davvero a portata di mano.

Realizzare una mug cake salata, uno spuntino che sta a metà tra il muffin e la torta salata e che si può gustare in una comoda e confortante tazza americana (mug), richiede pochi ingredienti base e ancor meno pazienza e tempo: mescolate tutto insieme e mettetelo nel microonde per due minuti.

Al magico “tin!” avrete pronta una squisitezza da gustare a tutte le ore, semplicemente quando ne avete voglia! Camambert, sardine e olive, champignon, pomodoro e mozzarella, pesto e parmigiano: cercate il ripieno più adatto al vostro gusto o all’umore del momento o lasciatevi tentare da nuove sperimentazioni... in ogni caso basterà davvero poco per soddisfare il vostro desiderio goloso e affondare il cucchiaino in una prelibatezza a prova di pigri.

