

VEGANUARY - UN MESE VEGANO PER UN FUTURO SOSTENIBILE

Selezione bibliografica per adulti

SAGGISTICA

Alimentazione vegetale

[Goggi, Silvia, et al. La salute è servita : l'alimentazione vegetale come strumento di cura e prevenzione. Rizzoli, 2023.](#)

[Perego, Carlotta. Cucina botanica : vegetale, buona e consapevole. Gribaudo, 2020.](#)

[Cardinali, Elisa. La dieta vegetariana e vegana per chi fa sport. Terra Nuova, 2017.](#)

Cucina vegetale

[Perego, Carlotta. Cucina botanica : vegetale, facile, veloce. Gribaudo, 2021.](#)

[Perego, Carlotta. Vegetale insieme : le ricette di cucina botanica da condividere. Gribaudo, 2022.](#)

[Beria, Martino. Vegano gourmand : 100 ricette originali, consigli nutrizionali e tante proposte per autoprodurre, riutilizzare gli avanzi, fare la spesa. Gribaudo, 2015.](#)

[Gorzelana, Jolanta. Vegan è chic : oltre 200 ricette vegane semplici, deliziose, salutari e sofisticate. Newton Compton, 2016.](#)

[Moretti, Marzia, et al. Il grande libro della cucina vegetale : ricette sane e sostenibili. Gribaudo, 2022.](#)

[Bonolo, Cristiano, et al. Vegolosi : impara a cucinare golosi piatti vegani e vegetariani. Gribaudo, 2014.](#)

[Barbero, Elena. La cucina etica : oltre 700 ricette vegan per buongustai e golosi rispettosi degli animali e dell'ambiente. Sonda, 2003.](#)

[Leni, Carla. La cucina della capra : comfort food vegetale. EIFIS, 2015.](#)

[Savorelli, Alice. Burger veg. Red, 2016.](#)

[Marcuccio, Manuel. Il mio Natale e' vegan! : 5 menu' per le feste approvati da Babbo Natale. Eifis, 2017.](#)

[Bonolo, Cristiano, et al. Dolci vegolosi : piccolo manuale di pasticceria vegana : tutte le basi e tante facili ricette. Gribaudo, 2015.](#)

[Boscarello, Pasquale. Il grande libro della pasticceria naturale : per soddisfare la voglia di dolce con ingredienti vegetali, bio e salutari. Terra nuova, 2015.](#)

[Savorelli, Alice. Gelati e sorbetti vegan : 90 ricette senza latte e senza zucchero raffinato. Terra Nuova, 2016.](#)

[Pocard, Delphine. Puro cacao : 50 ricette 100% veg per riscoprire il vero cioccolato. Red, 2016.](#)

Tutela degli animali non umani e antispecismo

[Tonutti, Sabrina. Diritti animali : storia e antropologia di un movimento. Forum, 2007.](#)

[Guazzaloca, Giulia. Primo: non maltrattare : storia della protezione degli animali in Italia. Laterza, 2018.](#)

[Singer, Peter, et al. Liberazione animale : il manifesto di un movimento diffuso in tutto il mondo. Il Saggiatore, 2010.](#)

[Foer, Jonathan Safran, et al. Se niente importa : perché mangiamo gli animali? Guanda, 2016.](#)

[Joy, Melanie. Perché amiamo i cani, mangiamo i maiali e indossiamo le mucche : un'introduzione al carnismo e un processo alla cultura della carne e alla sua industria. Sonda, 2012.](#)

[Antispecismo : per una nuova etica della convivenza. Oltre la specie, 2009.](#)

Fragano, Adriano. Proposte per un manifesto antispecista : teoria, strategia, etica e utopia per una nuova società libera. NFC, 2015.

Regan, Tom. Gabbie vuote : la sfida dei diritti animali. 2. ed. ampliata, Sonda, 2009.

Masson, J. Moussaieff, et al. Il maiale che cantava alla luna : la vita emotiva degli animali da fattoria. Il saggiatore, 2009.

Pollan, Michael, et al. Il dilemma dell'onnivoro. Adelphi, 2008.

Derrida, Jacques, et al. L'animale che dunque sono. Jaca book, 2006.

Guadagnucci, Lorenzo. Restiamo animali : vivere vegan è una questione di giustizia. Terre di mezzo, 2012.

Plutarchus, et al. Del mangiare carne : trattati sugli animali. Adelphi, 2001.

Safina, Carl, et al. Al di là delle parole : che cosa provano e pensano gli animali. Adelphi, 2018.

Masson, J. Moussaieff, et al. Quando gli elefanti piangono : sentimenti ed emozioni nella vita degli animali. Baldini & Castoldi, 1996.

Bekoff, Marc, et al. La vita emozionale degli animali : un grande scienziato esplora la gioia, la tristezza e l'empatia negli animali. Perdisa, 2010.

Bonner, John Tyler, et al. La cultura degli animali. Bollati Boringhieri, 2016.

Bisconti, Michelangelo. Le culture degli altri animali : è Homo l'unico sapiens? Zanichelli, 2008.

Mainardi, Danilo. L'intelligenza degli animali. Cairo, 2009.

Waal, Frans. de, et al. Siamo così intelligenti da capire l'intelligenza degli animali?

Raffaello Cortina, 2016.

D'Amico, Margherita. La pelle dell'orso : dalla parte degli animali. Nuova ed, Bompiani, 2012.

Patterson, Charles, et al. Un'eterna Treblinka : il massacro degli animali e l'Olocausto.

Tutela dell'ambiente

[Foer, Jonathan Safran, et al. Possiamo salvare il mondo, prima di cena : perché il clima siamo noi. Guanda, 2019.](#)

[Mason, Jim. Un mondo sbagliato : storia della distruzione della natura, degli animali e dell'umanità. Sonda, 2007.](#)

[Rifkin, Jeremy, et al. Ecocidio : ascesa e caduta della cultura della carne. Oscar Mondadori, 2002.](#)

[Masson, J. Moussaieff, et al. Chi c'è nel tuo piatto? : tutta la verità su quello che mangi. Cairo, 2009.](#)

NARRATIVA

[Coetzee, J. M., et al. La vita degli animali. Adelphi.](#)

[Coetzee, J. M., et al. Terre al crepuscolo. Einaudi, 2003.](#)

[Faber, Michel. Sotto la pelle. Einaudi, 2004.](#)

[Unferth, Deb Olin, et al. Capannone n. 8. SUR, 2021.](#)

[Ozeki, Ruth L., et al. Carne. Einaudi, 1998.](#)

[Tokarczuk, Olga, et al. Guida il tuo carro sulle ossa dei morti. Bompiani, 2020.](#)

[Atwood, Margaret, et al. L'ultimo degli uomini. Ponte alle Grazie, 2003. \[MaddAddam #1\]](#)

[Atwood, Margaret, et al. L'anno del diluvio. Ponte alle Grazie, 2010. \[MaddAddam #2\]](#)

[Atwood, Margaret, et al. L'altro inizio. Ponte alle Grazie, 2014. \[MaddAddam #3\]](#)

[Raymond, Midge, et al. L'ultimo continente. Marsilio, 2017.](#)

[Colegate, Isabel, et al. La battuta di caccia : \[romanzo\]. BEAT, 2015.](#)

[Murata, Sayaka, et al. La ragazza del convenience store. E/O, 2021.](#)

[Evans, Nicholas, et al. Insieme con i lupi. Rizzoli, 1998.](#)