

**Ezio Seletti**  
**il lucullo**

**Manuale per la cura gastronomica  
delle persone sane  
(raccolta di ricette della mia cucina)**

**Copia aggiornata al  
Novembre 2016**

Ma...sia frugal del ricco  
Il pasto/ ogni mensa abbia i suoi  
doni/ e il tesor negato al fasto/ di  
superbe imbandigioni/ vada amico  
all'umil tetto/ faccia il desco  
poveretto/ pi0 ridente oggi apparir  
**A. Manzoni**

**Alla signora**  
**Tania Colla**  
augurando di utilizzare il ricettario  
per i prossimi....cent'anni!