

VareseNews

Salute e lunga vita scegliendo i cibi giusti

Pubblicato: Sabato 12 Marzo 2011



Prosegue alla Fonderia delle Arti di Malnate l'iniziativa intitolata "[Energia del cibo: un anno di vitalità](#)", un anno all'insegna della salute e della riscoperta del valore dei cibi sani e genuini delle nostre tradizioni, con incontri mensili sul tema dell'alimentazione naturale e gustose cene bio-mediterranee.

Il prossimo appuntamento è per **venerdì 19 marzo**: alle 19 si parlerà della **scelta del cibo più adatto per l'alimentazione umana e dell'ordine delle portate nel pasto**.

Alle 20 la cena bio-mediterranea; nel menù della serata insalatino di finocchio, vellutata di erbe con crostini di mais, trancio di spada alla siciliana e per finire mele con crema dolce di avocado. Costo 25 euro bevande comprese.

E' necessaria la prenotazione entro giovedì 17 marzo, telefonando a Eugenia Giannoni (cell. 329 1689323) o scrivendo a eumakrobios@yahoo.it

La Fonderia delle Arti è in piazza Bai 3 Gurone di Malnate

Tel. 0332 426 390 – 349 091 5811 – 368 373 1105

fonderiadellearti@gmail.com

www.fonderiadellearti.splinder.com

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it