VareseNews

La salute nei piatti della tradizione lombarda

Pubblicato: Lunedì 4 Dicembre 2017

La tradizione culinaria italiana è fatta di tanti sapori e una varietà di alimenti che differiscono da zona a zona. Non sempre però questo tipo di cucina è sinonimo di leggerezza e salute: ma il corso Tigros di lunedì 4 dicembre proverà a sfatare questo mito, rivisitando alcuni piatti tipici lombardi in chiave nutrizionale, e rendendoli adatti a far parte dell'alimentazione quotidiana, garantendo gusto e benessere.

A farlo, sarà un team che rappresenta un gradito ritorno in questa serie di corsi dedicata al benessere: la dottoressa **Maria Antonietta Bianchi**, medico specialista in scienza dell'alimentazione e responsabile Qualità della Nutrizione e Stili Alimentari di ATS Insubria – che sarà affiancata dalla dottoressa **Antonella Capurso,** infermiera con Master in Scienza dell'Alimentazione e Dietetica Applicata, affiliata ATS insubria – e lo chef **Damiano Simbula** del ristorante 2 Lanterne Induno Olona.

L'appuntamento è al Buongusto Tigros di Solbiate Arno, alle 17 di lunedì 4: le iscrizioni sono già chiuse per questo corso, ma nulla vieta di seguirlo in seconda fila. Per iscriversi ai prossimi corsi basta andare invece sul sito di Tigros: le iscrizioni sono possibili a chi possiede la Tigros Card.

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it