

## VareseNews

### La nutrizionista varesina **Valentina Guttadauro** alla “Prova del cuoco”

**Pubblicato:** Mercoledì 14 Novembre 2018



Ancora una presenza varesina alla “Prova del cuoco”, la trasmissione di Rai Uno condotta da Elisa Isoardi in onda dal lunedì al venerdì, alle 11.30.

Nella puntata di domani, giovedì 15 novembre, sarà ospite della trasmissione la **nutrizionista Valentina Guttadauro**, originaria di Tradate, che insieme all’esperto ittico **Davide Valsecchi** di Genova parlerà delle proprietà benefiche delle triglie.

Molto pesce anche nelle ricette proposte da cuochi e concorrenti.

Si inizierà parlando proprio di triglie con la ricetta dello chef piemontese **Diego Bongiovanni**, che preparerà una deliziosa calamarata con triglie e carciofi.

Nel “Duello all’italiana” di mezzogiorno, lo chef toscano **Stefano Pinciaroli** e lo chef bresciano **Ivan Giavarini** si sfideranno nella rivisitazione di un piatto tipico della tradizione toscana: la ribollita toscana.

Per la rubrica “Piatti d’autore”, lo chef romano **Gianfranco Pascucci** cucinerà una saporita spigola con spinaci e sesamo, mentre il maestro pasticciere romano **Federico Podron** preparerà un dolce classico e intramontabile: la crostata di frutta.

Quarta “manche” per i nuovi protagonisti della Prova del cuoco: le concorrenti **Caterina Girotti** da Macerata e **Agostina Orsolino** da Oristano se la giocheranno a suon di menù, affiancate dagli chef **Umberto Vezzoli** da Brescia e **Stefano Callegaro** da Rovigo.

A giudicarli lo chef “stellato” **Igles Corelli**, l’esperta gastronomica **Paola Gula** e – “giurato per un giorno” – la giornalista e conduttrice televisiva **Donatella Bianchi**.

Nel corso della puntata, quarta tappa umbra delle “escursioni gastronomiche” di **Andrea Lo Cicero** alla scoperta della “ricette del fiume”. Il viaggio prosegue con un piatto gustoso e raffinato: tagliatelle al tartufo.

Tornerà immancabile il “borsino” della spesa” di Mr. Prezzo, **Claudio Guerrini**, con il suo report delle quotazioni del giorno dai banchi del “Mercato comunale di piazza XXIV Maggio” di Milano.

[Redazione VareseNews](#)

[redazione@varesenews.it](mailto:redazione@varesenews.it)