

Home » Alimentazione » L'intervento di Palma (OP. Aroma Domus) chiude la prima fase di Fruit...

Alimentazione Attualità Scuola & cibo

L'intervento di Palma (OP. Aroma Domus) chiude la prima fase di Fruit and Salad Smart Games

24 Novembre 2023



La prossima settimana entra nel vivo la competizione di **Fruit and Salad Smart Games**, progetto promosso dalle organizzazioni di produttori ortofrutticoli **Aroma Domus**, **AOA** e **Terra Orti** con lo scopo di sensibilizzare i ragazzi ad una corretta alimentazione basata sul consumo di frutta e ortaggi, attraverso un format con interventi video di esperti seguiti da quiz interattivi ai quali gli alunni rispondono per accumulare punti importanti per la vittoria finale.

La sesta puntata, dal titolo **"Il rosmarino del Cilento"**, sarà in visione per le scuole partecipanti sabato 25 novembre ed è inaugurata da **Raffaele Palma**, presidente di **Aroma Domus**. "Le erbe aromatiche – esordisce il presidente Palma nel suo intervento – sono diventate fondamentali negli ultimi anni per la cucina italiana, soprattutto quella mediterranea. Esse crescono sulle coste del Cilento con un sapore più deciso. **Il rosmarino del Cilento** oggi occupa il terzo posto nella classifica delle erbe aromatiche con un incremento produttivo nell'ultimo periodo. Ospiti della puntata sono l'**agronomo Andrea Esposito** e la **dottorista nutrizionista Angela Salluzzi**, che spiegano le proprietà di questa erba aromatica appartenente alla famiglia della salvia, che ha effetti benefici sulla memoria e contiene sostanze antitumorali e nutritive come vitamine a b e folati.

Le punte successive saranno pubblicate la settimana prossima, una al giorno, sulla piattaforma riservata alle scuole che partecipano alla competizione.

La settima puntata si intitola **"Mangiare sano fuori casa"** e vede come ospiti il **nutrizionista Emanuele Alfano**, che si sofferma sulle modalità di mangiare sano fuori casa per motivi lavorativi o di svago inserendo frutta ed ortaggi all'interno dei pasti, e lo **chef Vitale Torsiello** con consigli sui piatti più salutari completi da ordinare al ristorante, proponendo una ricetta da asporto facile e gustosa.

L'ottava puntata si intitola **"Le erbe aromatiche in cucina"**. Ospiti sono l'**agronomo Andrea Esposito** e l'**erborista Simona Otranto** che parlano delle caratteristiche e delle proprietà benefiche delle erbe aromatiche.

La nona puntata si intitola **"Il valore della frutta e verdura di stagione"**. Ospiti sono la **nutrizionista Angela Salluzzi** e la **chef Helga Liberto** che attraverso l'utilizzo dei colori selezionano la frutta per "stagioni", con gustose e variopinte ricette.

La decima puntata intitolata **"Il legame psicologico tra cibo e psicologia"**, ospita il **nutrizionista Emanuele Alfano**, il quale spiega come l'umore possa essere influenzato dal cibo che ingeriamo, e la **Dott.ssa Loredana Otranto**, che approfondisce il tema della "fame nervosa" e ci spiega la differenza tra "fame biologica" e "fame nervosa".

Ulteriori informazioni su www.fruitandsalad.it e le relative pagine Facebook e Instagram.



ISCRIVITI ALLA NOSTRA NEWSLETTER!

Indirizzo email: