

Airc e sana alimentazione, ecco la ricetta estiva di Daniel Canzian/ VIDEO

Ogni domenica, nei mesi di luglio e agosto, sette chef JRE si alternano ai fornelli per proporre piatti buoni e salutari. Si parte da Milano



Lo chef Daniel Canzian (Frame video YouTube)

Milano, 9 luglio 2020 - A tavola? Gusto e sana alimentazione. **Fondazione AIRC e Jeunes Restaurateurs d'Italia** proseguono la loro collaborazione per promuovere questi principi con una serie di **sette videoricette** per l'estate firmate dagli **chef JRE** che verranno rilasciate ogni domenica **sui canali Facebook e YouTube di AIRC.**

Un vero e proprio viaggio virtuale attraverso piatti salutari che farà tappa ogni settimana in una località italiana diversa per entrare nella cucina di uno chef JRE e scoprire i suoi segreti dietro ai fornelli. **Da Milano dove Daniel Canzian** propone una speciale **Caprese di nasello mediterraneo "O Sole Mio"** ai profumi della costiera a Roma con la ricetta ideata da Riccardo Di Giacinto. E ancora una sosta ad Altare in provincia di Savona per scoprire i Gamberi viola di Sanremo accompagnati da primizie liguri nella ricetta di Luca

Bazzano per poi risalire fino a Domodossola dove assaggiare la Millefoglie di verdure erbette e fiori di zucca ideata da Giorgio Bartolucci. Un percorso che fa ritorno al mare di Rimini con il Merluzzo alla griglia salsa di limone semi di girasole tostato, peperone al forno di Mariano Guardianelli. Quindi punta di nuovo verso nord andando **al Sacro Monte di Varese dove Silvio Battistoni prepara il suo Orzo Risottato con verdure croccanti, germogli, erbe aromatiche e olio Evo** e arriva a conclusione a San Tomio di Malo in provincia di Vicenza con una ricetta a base di Rapa Rossa proposta da Federico Pettenuzzo.

PUBBLICITÀ

Ads by Teads

Oggi sappiamo che il cibo che consumiamo può influire sulla prevenzione ed esserne un prezioso alleato, se oltre a mangiare in modo sano ed equilibrato riduciamo fattori di rischio come la sedentarietà e l'obesità. Alcuni tipi di tumore – in particolare quelli che interessano esofago, stomaco e intestino – sono fra i più sensibili agli effetti di una dieta sbilanciata. L'American Institute for Cancer Research ha calcolato che **abitudini alimentari poco salubri sono responsabili di circa tre tumori su dieci**. Proprio per questo Fondazione AIRC e JRE Italia rinnovano il loro impegno per promuovere l'adozione di stili di vita salutari a partire dalla tavola. Da domenica 5 luglio sui canali Facebook e YouTube di AIRC, a partire dalle 10, è possibile scoprire **sette nuovi piatti** per mangiare sano senza rinunciare al gusto.

© Riproduzione riservata