

Data	11 dicembre 2006
Testata	Pianeta Verde
Periodicità	



## [Mangia colorato!](#)

Lunedì 11 Dicembre 2006

Si chiama [Nutritevi dei colori della vita](#) ed è un'iniziativa di [Unaproa](#) (Unione nazionale tra le organizzazioni di produttori ortofrutticoli agrumari e di frutta in guscio) finanziata dall'Unione Europea e dallo Stato italiano.

Il concetto è semplice: mangiare ogni giorno frutta e verdura composta da cinque colori (giallo-arancio, bianco, rosso, verde, blu-viola) per prevenire le più comuni malattie e per dare all'organismo il giusto apporto di acqua, zuccheri, vitamine, minerali, fibra e composti organici di origine vegetale.

L'iniziativa, che durerà fino al 19 gennaio, prevede l'allestimento di punti informativi in [189 punti vendita](#) della grande distribuzione organizzata (Auchan, Bennet, Despar, GS, Carrefour) dove sarà possibile avere il ricettario "Che ti frulla per la testa", con indicazioni su come preparare frullati e centrifughe con i 5 colori del benessere, e la "Guida del Benessere", con ricette a base di frutta e verdura, e informazioni sulle proprietà nutrizionali di questi cibi. Per maggiori informazioni leggi [I colori della vita](#).

Fonte: [BlogEko](#)

Pubblicato in [Eventi](#), [Agricoltura](#) | [Nessun commento »](#)