

Data	24 gennaio 2014
Testata	AgroNotizie
Periodicità	Sito web
Città	Faenza - RA

## Frutta e verdura: le 5 ricette anti-crisi che fanno bene (anche) alla salute

Sfida gastronomica degli studenti dell'Istituto alberghiero "V. Gioberti" di Roma nell'ambito della campagna "Nutritevi dei colori della vita" promossa da Unaproa



Unaproa e l'Istituto alberghiero "V. Gioberti"

Se come dicevano i nostri avi "*In pueris Homo*", ossia che nel bambino c'è già l'uomo, è incontrovertibile che nei giovanissimi di oggi ci sono già i futuri consumatori e promotori dai sapori e dai colori squisitamente mediterranei.



In quest'ottica **Unaproa** e **Istituto alberghiero "V. Gioberti"** di Roma hanno organizzato una **sfida gastronomica** che si inserisce nella campagna triennale "**Nutritevi dei colori della vita**", promossa dall'Unione nazionale dei produttori con la collaborazione e il co-finanziamento dell'Ue e del Mipaaf, che si propone di fornire indicazioni sulle **proprietà qualitative e organolettiche di frutta e verdura**, nonché consigli di corretta alimentazione che prendono spunto dai colori dei prodotti.



La sfida per i giovanissimi studenti era ardua: realizzare **cinque ricette**, ciascuna con ingrediente principe frutta o verdura di uno dei “**Cinque colori del benessere**” (rosso, verde, giallo-arancio e blu-viola).



Le **cinque ricette** dovevano costituire un pasto completo di antipasto, primo, secondo, dolce e bevanda e il tutto doveva venire a costare meno di cinque euro.

Una **sfida** che, dopo aver assaggiato i piatti e fatto un paio di conti (il costo totale arrivava a malapena a 4 euro), possiamo dichiarare brillantemente superata.



© AgroNotizie - riproduzione riservata

**Fonte:** Agronotizie

**Autore:** Alessandro Vespa

**Tag:** ortofrutta