

Rassegna Stampa

OTTO RICETTE LECCHESI PER DIMOSTRARE CHE SANO PUÒ ESSERE BUONO

Al via il dialogo tra Synlab San Nicolò e CFPA di Casargo



In occasione della **Giornata Europea contro l'Obesità** che si è celebrata sabato 19 maggio, gli **studenti delle classi terze e quarte del CFPA di Casargo** hanno seguito una lezione tenuta dalla dottoressa **Adriana Simone** – *Specialista in Gastroenterologia, Endoscopia digestiva, Consulente nutrizionale Synlab San Nicolò*, che ha condotto un **approfondimento sul tema "nutrizione e salute"** partendo proprio da alcune ricette tradizionali del territorio selezionate dagli Chef e studenti della scuola di Casargo.

Dagli **Sciatt** alla valsassinese alla **Torta Pizzo Tre Signori**, passando per un **Risotto ai mirtilli** mantecato al Bitto e il **Coniglio** accompagnato dalla Polenta: **otto ricette della tradizione lecchese e valsassinese sono state oggetto di un'analisi nutrizionale che ne ha evidenziato i benefici, dimostrando che anche i piatti più appetitosi possono essere utili per la nostra salute.**

L'incontro ha rappresentato l'occasione ideale per consegnare ai ragazzi e, a partire dai prossimi giorni, ai pazienti del Centro Diagnostico Synlab San Nicolò, il libretto contenente le **otto gustose ricette** affiancate dal prezioso commento della Nutrizionista e dalle linee guida per poterle replicare a casa. Il volume si chiama **"Sane ricette dal lago"**.

"Siamo orgogliosi di aver instaurato questo dialogo con il Centro Diagnostico Synlab San Nicolò di Lecco. Poter arricchire la formazione dei nostri studenti con lezioni trasversali alle canoniche ore di studio è un elemento che aggiunge valore alla loro formazione. Il confronto con la dottoressa Adriana Simone ha rappresentato sicuramente uno stimolo per il presente e il futuro, laddove alcune rivisitazioni delle ricette tradizionali potranno rappresentare la base per allietare i palati anche di coloro che, per motivi di salute, sono obbligati a seguire restrizioni alimentari particolari" – ha dichiarato **Marco Cimino** – Direttore del CFP di Casargo.

"Oltre al confronto diretto attivato in occasione della Giornata Europea contro l'Obesità con gli studenti del CFP di Casargo, abbiamo voluto donare loro e ai nostri pazienti un ricordo di questa collaborazione. "Sane ricette del lago" è, infatti, uno strumento pensato per tutti, un ricettario con una marcia in più: informare le persone sulle caratteristiche e sulle proprietà di alcuni ingredienti e abbinamenti, dando suggerimenti circa la loro somministrazione. Un vero e proprio mezzo con il quale diffondere la cultura della sana alimentazione sul nostro territorio" – ha dichiarato **Emanuela Abbate**, Responsabile del Centro Diagnostico Synlab San Nicolò.



Mangiare meglio
**SANE
RICETTE
DEL LAGO**