



Sei alla ricerca di personale o vuoi affidarci la gestione del tuo?

OSS, INFERMIERI, EDUCATORI, ASSISTENTI SOCIALI, PERSONALE DI PULIZIA, PSICOLOGI, RESPONSABILI DI STRUTTURAZIONE E TERAPISTI OCCUPAZIONALI

Info@casadeltempo.org

800 942481
Attivo dalle 8.00 alle 24.00

CERCHI LAVORO?
selezioni@casadeltempo.org

Home > Comunicati > Il love Fruit & Veg from Europe: frutta e verdura sulla tavola di Natale e Capodanno

Il love Fruit & Veg from Europe: frutta e verdura sulla tavola di Natale e Capodanno

Comunicati

(Adnkronos) - ROMA, 21 dicembre 2023 /PRNewswire/ - Feste salutari con cipolle, patate, carote, melagrana, clementine e frutta secca. Benessere e festività si può. Protagoniste del pranzo di Natale e del cenone di Capodanno, frutta e verdura di stagione. L'attenzione per l'ortofrutta è cresciuta grazie al progetto "I love fruit & veg from Europe", sostenuto dalle organizzazioni di produttori italiani Agritalia, A.O.A., La Deliziosa, Meridia, Terra Orti, cofinanziato dalla Commissione Europea e avente l'obiettivo di promuovere il consumo consapevole di prodotti ortofruttili di stagione, anche nelle loro versioni biologiche, DOP / IGP. Obiettivo: un'alimentazione sana e consapevole, più sicura e sostenibile. Durante le feste si rilancia il consumo di ortofrutta, con una cucina essenziale, elegante, fatta di sapori ben definiti, conditi di salute e benessere. Non solo stuzzichi, ma anche un'occasione per mangiare sano con frutta e verdura che, tra l'altro, sono protagoniste in tutte le cucine. Durante le feste, in ogni parte del mondo, si inventano contrasti e bilanciamenti, richiami al passato ed accostamenti moderni, in cui non mancano cipolle, patate, carote, melagrana e clementine. Le cipolle, protagoniste di sughi e soffritti, possono diventare un valido ingrediente per arricchire ricette salate: tagliate a pezzetti e fritte per creare una granella croccante da mescolare a scaglie di mandorle, nocciolo o pistacchi e spolverare sui piatti. Con le patate si possono preparare tortini e sformati da servire come antipasto o contorno. Carote fanno rima con versatilità: per decorare i piatti da portare a tavola oppure per preparare salutari centrifugati e succhi detox. Frutto portafortuna del Natale, la melagrana è considerata di buon auspicio ed è tradizione mangiarla la notte di San Silvestro. Servita al naturale in chicchi, oppure utilizzata per dare una nota di colore ai piatti. Vanta anche molti nutrienti: dagli antiossidanti, come le antocianine e le vitamine C e A, alle fibre. E per chiudere in bellezza pranzi e cene, ci sono le clementine. Dolci e fresche, fonte di vitamine A e C e di potassio, sono composte in massima quantità di acqua contribuendo a favorire la diuresi. I Love Fruit & Veg from Europe, consiglia anche di spezzare la tradizione: non mangiare la frutta secca a fine pasto, ma come spuntino. Per un pieno di fibre che favoriscono la sazietà. Buone Feste da I Love Fruit & Veg from Europe. Enjoy! www.ilovefruitandvegfromeurope.com

Logo - https://mma.prnewswire.com/media/2186805/Logo_F_V_Logo.jpg?logo - https://mma.prnewswire.com/media/2186804/footer_oriz_F_V_IM2_ITA_1_Logo.jpg
View original content: <https://www.prnewswire.com/it/comunicati-stampa/il-love-fruit-veg-from-europe-frutta-e-verdura-sulla-tavola-di-natale-e-capodanno-302021249.html>

INFO MAGAZINE DICEMBRE 2023



Autogroup

Scegli tra **30 marchi** e più **2.000 auto e km 0**, aziendali e usate in proprio. **INIZIA DA QUI**

INPS NUOVO PORTALE



L'aeroporto di Fiumicino festeggia le "5 stelle Skytrax"



Agenzia pubblicitaria castelli romani



Stop motori a benzina e diesel entro il 2035



VIVIDENTAL CENTRO ODONTOIATRICO

PULIZIA DEI DENTI
VISITA MEDICA SPECIALISTICA + 8X digitale di ultima generazione + Igiene orale altamente professionale
€ 39,99

IMPIANTO DENTALE
COMPLETO DI VITE DELL'IMPIANTO, CORONA E MONCONE **€ 1.099**

VISITA MEDICA SPECIALISTICA + ESAME TEETHAN € 59,99
strumento per l'analisi dell'occlusione dentale - STOP A MALI DI TESTA, DOLORI CERVICALI, TENSIONI MUSCOLARI

Corso del Popolo, 20 - Grottaferrata (RM) - Tel. 06.9456252 - 335.7008793
www.vividental.it - info@vividental.it

Villa Serena - Via Cagliari, 27
Villa Il Sogno - Via Latina, 16
Pavona - Albano Laziale (Roma)

CASE DI RIPOSO PER ANZIANI

- animazione e terapia occupazionale
- piani di assistenza individuali
- infermieri 24 ore su 24
- presenza medica giornaliera
- materiale monouso per la pulizia personale
- cucina interna

WWW.STRUTTURAPERANZIANI.IT

Tel. 06 9312588
Cell. 333 1624751 - 339 6462501

Studio Legale Alessandro Giussani

Settori di specializzazione: **civilistico, stragiudiziale e contenzioso amministrativo**

Proprietà intellettuale, diritto societario e commerciale

Via Francesco Sisci, 38 - 00197 Roma
Tel. 06 8082418
www.avvgiussani.it

—immediapress/pr-newswirewebinfo@adnkronos.com (Web Info)

SOGGIORNO PER ANZIANI
Madre Teresa
NUOVA APERTURA

Albano Laziale - Via di Valle Pozzo, 17
Tel. 06.93.15.550 - Cell. 333.16.24.751
www.casadiriposomadreteresa.com