



## Zafferano 3 Cuochi, Centro Diagnostico Italiano e Identità Golose presentano il Menu del Sorriso: quando il benessere inizia nel piatto

*Serata di degustazione il 20 ottobre 2020 presso Identità Golose Milano*

Milano, settembre 2020 - **Zafferano 3 Cuochi, Centro Diagnostico Italiano – CDI e Identità Golose** hanno sviluppato un menù ispirato al piacere e al benessere, 'Il Menù del Sorriso', pensato per esaltare i benefici di materie prime semplici, unite per creare piatti gustosi per un pranzo o una cena salutare.

**Menù del Sorriso**, è un percorso di degustazione di piatti a base di zafferano, ricchi di proprietà benefiche ideali per la salute di corpo e mente, ed è frutto del lavoro congiunto di Viviana Vecchio, biologa nutrizionista del **Centro Diagnostico Italiano - CDI**, e di Simone Maurelli, resident chef di **Identità Golose Milano**.

Il progetto nasce dall'incontro inedito tra tre realtà diverse tra loro, ciascuna con uno specifico know-how nel mettere la persona, il suo benessere e la sua salute al centro del loro lavoro. **Zafferano 3 Cuochi** attraverso la selezione delle migliori partite di zafferano, preparate con tecnologie esclusive di lavorazione, offre un prodotto di qualità superiore; il **Centro Diagnostico Italiano**, che da 45 anni dedica attenzione costante alla prevenzione e alla promozione di corretti stili di vita; **Identità Golose Milano** attraverso un'attenta selezione delle materie prime e dei menu proposti, serviti in un ambiente accogliente e raffinato.

Paolo Daperno, direttore generale di **Zafferano 3 Cuochi**, commenta: "Dal 1935 Zafferano 3 Cuochi è presente nelle cucine degli italiani, affiancandoli ogni giorno nella preparazione dei menu di casa sia per la quotidianità che per le grandi occasioni, dall'antipasto al dolce! Per festeggiare i nostri primi 85 anni, volevamo realizzare un progetto che comprendesse una serie di piatti che avessero come focus la corretta alimentazione e che facessero emergere le qualità organolettiche dello zafferano. Per questo abbiamo scelto due partner d'eccezione, che a partire da un ingrediente piccolo nel dosaggio, ma preziosissimo nelle sue proprietà come è Zafferano 3 Cuochi, sono riusciti a realizzare uno speciale menù che presto sarà possibile assaggiare da Identità Golose e preparare a casa!"

Viviana Vecchio, biologa nutrizionista del **Centro Diagnostico Italiano**, commenta: "In questi tempi in cui molti propongono piatti elaborati e calorici, finalmente un progetto che unisce il piacere dei piatti semplici e salutari, farine poco raffinate e pesce della tradizione, con lo zafferano. Questa spezia dal colore solare, già farmaco nelle medicine tradizionali popolari, racchiude proprietà terapeutiche importanti sui cui benefici per la nostra salute si stanno concentrando numerosi studi. Nella creazione dei piatti abbiamo condiviso informazioni sulle proprietà a crudo di ciascuno degli ingredienti, su quali utilizzare e su come esaltarne le proprietà benefiche grazie ad accostamenti vincenti. Ad esempio,

abbiamo scelto la triglia, un pesce dal basso contenuto calorico e con un buon contenuto di minerali, vitamine e acidi grassi omega 3; il farro, che è una buona fonte di ferro, vitamine e minerali e che contiene molta fibra utile a disintossicare l'intestino. Infine, i mirtilli e le more, frutti ricchi in antiossidanti sono un valido aiuto per combattere i radicali liberi; in particolare i mirtilli sono ottimi per la vista e la microcircolazione, mentre le more hanno proprietà diuretiche”.

**Il Menù del Sorriso** è un progetto che rispecchia l'attenzione alla prevenzione e ai corretti stili di vita a cui il Centro Diagnostico Italiano si dedica da 45 anni, e promuove una visione salutare di uno degli aspetti più importanti della socialità: la condivisione del buon cibo e della buona tavola.

**Simone Maurelli**, resident Chef di Identità Golose Milano ha così commentato: “Apprezzo da sempre l'utilizzo delle spezie in cucina poiché oltre a donare ai cibi (ma anche alle bevande) sapori e profumi particolari, favorisce un minor utilizzo di grassi e sale rendendo ciò che mangiamo particolarmente appetibile con un ridotto contenuto calorico. Lo zafferano, in particolare, è un ingrediente che ben si adatta alla realizzazione di ricette dolci e salate rendendo più interessante e prezioso anche il piatto più semplice. Il menù realizzato per Zafferano 3 Cuochi, composto da piatti poco elaborati e facili da replicare a casa, è un invito a gustare questa preziosa spezia e a riscoprirne qualità e caratteristiche.”

**Il Menu del Sorriso** potrà essere gustato il **20 ottobre 2020** nel corso di una speciale serata presso Identità Golose Milano. Si partirà con lo Spaghetto di farro al cacio (crumble di briciole di pane) allo Zafferano 3 Cuochi in salsa di peperoni e acciughe. Si prosegue con la Triglia con spinaci novelli al vapore di alloro e timo, accompagnata da uno yogurt allo Zafferano 3 Cuochi. La degustazione si chiuderà con un delizioso dessert, il Semifreddo allo Zafferano 3 Cuochi su un letto di more e mirtilli.

I piatti del **Menu del Sorriso** sono realizzati con ingredienti semplici e facili da reperire, proprio per poter essere replicabili anche nelle cucine di casa. Un invito, quello dei partner di questa iniziativa, a provare il Menu e ad intraprendere con gusto la strada per una sana e corretta alimentazione senza sacrificare il piacere di mangiare bene. Tutte le ricette del **Menu del Sorriso** saranno disponibili sui profili Instagram e Facebook di **Zafferano 3 Cuochi** e del **Centro Diagnostico Italiano** e su siti [www.3cuochi.it](http://www.3cuochi.it) e [www.cdi.it](http://www.cdi.it)

Per Info e prenotazioni contattare la location al seguente numero: 02 23668900 oppure all'indirizzo [www.identitagolosemilano.it/prenotazioni/](http://www.identitagolosemilano.it/prenotazioni/)

#### **Ufficio Stampa Zafferano 3 Cuochi**

SEC Newgate, via Ferrante Aporti 8, Milano  
Paola Lazzarotto – [lazzarotto@segrp.com](mailto:lazzarotto@segrp.com)  
Cinzia Ghilotti – [ghilotti@segrp.com](mailto:ghilotti@segrp.com)  
Valeria Croce – 339 8117695 – [croce@segrp.com](mailto:croce@segrp.com)

#### **Ufficio Stampa Centro Diagnostico Italiano**

SEC Newgate, via Ferrante Aporti 8, Milano  
Federico Ferrari – [ferrari@segrp.com](mailto:ferrari@segrp.com)  
Elisa Barzaghi – 347 5448929 – [barzaghi@segrp.com](mailto:barzaghi@segrp.com)

#### **Ufficio Stampa Identità Golose Milano**

MAGENTAbureau, c.so Magenta 46, 20123 Milano  
Elisa Zanotti – [elisa.zanotti@magentabureau.it](mailto:elisa.zanotti@magentabureau.it)

**Centro Diagnostico Italiano (CDI)**

*Il Centro Diagnostico Italiano è una struttura sanitaria a servizio completo orientata alla prevenzione, diagnosi e cura in regime ambulatoriale, di day hospital e day surgery nata a Milano nel 1975. È presente sul territorio lombardo attraverso un network di 27 strutture, collocate a Milano, Corsico, Rho, Legnano, Cernusco sul Naviglio, Corteolona, Pavia e Varese. CDI è accreditato con il SSN per le aree di laboratorio, imaging, medicina nucleare, radioterapia e visite specialistiche ambulatoriali. Dispone di un'area privata e di un'area a servizio delle aziende.*