



Menu del Sorriso: quando il benessere inizia nel piatto Zafferano 3 Cuochi, Centro Diagnostico Italiano e Identità Golose presentano il secondo menu dell'edizione 2021

Il 17 novembre 2021 presso Identità Golose Milano, serata di degustazione di piatti pensati per esaltare le proprietà benefiche dello zafferano

Milano, 3 novembre 2021 - Dopo il successo del primo menu dedicato alle proprietà digestive dello zafferano torna per deliziare il grande pubblico il **Menu del Sorriso**, il progetto sviluppato da **Zafferano 3 Cuochi**, **Centro Diagnostico Italiano - CDI** e **Identità Golose**, un percorso composto da tre menù - questo è il secondo - ispirati al piacere e al benessere, pensati per esaltare i benefici di materie prime semplici, unite per creare piatti gustosi per un pranzo o una cena salutare.

Il secondo **Menù del Sorriso** prende spunto da un'analisi della letteratura scientifica condotta dalla *dottoressa Viviana Vecchio* biologa nutrizionista del **Centro Diagnostico Italiano**, sugli effetti che l'assunzione di zafferano può avere su alcune patologie legate al sistema nervoso, e dalla sinergia con *Andrea Ribaldone*, chef di **Identità Golose Milano** che ha saputo abbinare le migliori materie prime con lo zafferano.

Viviana Vecchio, biologa nutrizionista del **Centro Diagnostico Italiano**, sottolinea: *"I disturbi neurologici sono una delle principali sfide legate all'invecchiamento della popolazione che dobbiamo affrontare oggi. Sono causati dalla degenerazione dei neuroni legata all'età o dalla progressiva perdita di struttura e funzioni dei neuroni del sistema nervoso centrale e del sistema nervoso periferico. È stato riscontrato che lo zafferano e i suoi costituenti principali possono agire come un potente strumento coadiuvante nella gestione dei disturbi neurodegenerativi modulando lo stress ossidativo e l'infiammazione. Molte ricerche hanno poi dimostrato come l'assunzione regolare di zafferano nella propria dieta, mitighi lo stress, gli stati d'ansia e migliori il sonno, l'umore, e la memoria".*

A partire da queste evidenze scientifiche, è nato il secondo **Menu del Sorriso** che potrà essere gustato il **17 novembre 2021** nel corso di una speciale serata presso Identità Golose Milano. Un percorso di degustazione di piatti a base di zafferano, ricchi di proprietà benefiche ideali per mitigare disturbi causati da alcune malattie neurodegenerative.

Il percorso degustativo parte con un carciofo aperto con all'interno un rosso d'uovo marinato allo zafferano, per poi passare a delle tagliatelle di grano saraceno con ragù di coniglio allo zafferano. Il secondo piatto è una rana pescatrice cotta in brodo di zafferano, crema di spinaci e radicchio alla piastra. Il Menu del Sorriso si chiude con il toccasana dell'inverno, una bevanda digestiva a base di succo di mandarino e zafferano.

“Lo zafferano - afferma lo chef - è un ingrediente che coniuga salute, benessere e gusto. È una spezia davvero versatile che ben si adatta alla realizzazione di ricette sia salate che dolci. Questa sua peculiarità è in grado di rendere più interessante e prezioso anche il piatto più semplice. Questo secondo Menu del Sorriso è pensato per esaltare il gusto dello zafferano abbinato a ingredienti di stagione e soprattutto con ricette replicabili anche a casa: un invito a gustare questa preziosa spezia e a riscoprirne qualità e caratteristiche”.

“Questo menu, pensato in collaborazione con Andrea Ribaldone – afferma la dott.ssa Vecchio – ha privilegiato l’uso di ingredienti di stagione e materie prime semplici. Lo zafferano è stato utilizzato come esaltatore dei sapori e ciò a permesso di ridurre l’uso di sale e zucchero che non sono affatto indicati per chi soffre di patologie legate al sistema nervoso”.

Con questo menu, i partner di questa iniziativa intendono invitare a intraprendere con gusto la strada per una sana e corretta alimentazione senza sacrificare il piacere di mangiare bene. Tutte le ricette dei primi due **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 e www.cdi.it

Per Info e prenotazioni contattare la location al seguente numero: 02 23668900 oppure all’indirizzo www.identitagolosemilano.it/prenotazioni/

Ufficio Stampa Zafferano 3 Cuochi

SEC Newgate, via Ferrante Aporti 8, Milano
Paola Lazzarotto – lazzarotto@secnewgate.it
Cinzia Ghilotti – ghilotti@secnewgate.it
Valeria Croce – 339 8117695 – croce@secnewgate.it

Ufficio Stampa Centro Diagnostico Italiano

SEC Newgate, via Ferrante Aporti 8, Milano
Elisa Barzaghi – 347 5448929 – barzaghi@secnewgate.it

Ufficio Stampa Identità Golose Milano

MAGENTAbureau, c.so Magenta 46, 20123 Milano
Elisa Zanotti – 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 30 strutture, collocate a Milano, Corsico, Rho, Legnano, Cernusco sul Naviglio, Corteolona, Pavia, Varese, San Rocco al Porto (LO). CDI è accreditato con il SSN per le aree di laboratorio, imaging, medicina nucleare, radioterapia e visite specialistiche ambulatoriali (sedi Viale Monza, Rho e Cernusco sul Naviglio). Dispone di un’area privata e di un’area a servizio delle aziende. Con oltre 50 diversi servizi riguardanti numerose aree terapeutiche e 1.000 persone tra medici specialisti, tecnici sanitari, infermieri e impiegati, CDI è al servizio di 400mila utenti all’anno.