



Zafferano 3 Cuochi, Centro Diagnostico Italiano e Identità Golose presentano la seconda edizione de **Il Menu del Sorriso**: quando il benessere inizia dal piatto

Tre diversi menu pensati per esaltare le proprietà benefiche dello zafferano

Dopo il successo della prima edizione, piacere e benessere tornano in tavola grazie a **Il Menu del Sorriso**, un percorso tematico volto alla realizzazione di piatti con lo zafferano come ingrediente principale, ricchi di proprietà benefiche ideali per la salute di corpo e mente. Il progetto è nato dall'incontro tra **Zafferano 3 Cuochi**, **Centro Diagnostico Italiano** e **Identità Golose**, tre realtà diverse ciascuna con uno specifico know-how nel mettere la persona, il suo benessere e la sua salute al centro del loro lavoro.

Come? **Zafferano 3 Cuochi** attraverso la selezione delle migliori partite di zafferano, lavorate con tecnologie esclusive per offrire un prodotto di qualità superiore alla media di mercato; il **Centro Diagnostico Italiano**, da oltre 45 anni, tramite un impegno costante alla prevenzione e alla promozione di corretti stili di vita; **Identità Golose Milano** con un'accurata scelta delle materie prime e dei piatti proposti in un ambiente accogliente e raffinato.

I tre menu protagonisti della seconda edizione de **Il Menu del Sorriso** nascono dalla collaborazione tra la dottoressa *Viviana Vecchio*, biologa nutrizionista del **Centro Diagnostico Italiano**, che ha condotto una ricerca sulle proprietà antiossidanti e antinfiammatorie dello zafferano e *Andrea Ribaldone*, chef di **Identità Golose Milano** che ha saputo abbinare le migliori materie prime con lo zafferano per eccellenza, **Zafferano 3 Cuochi**.

Viviana Vecchio, biologa nutrizionista del **Centro Diagnostico Italiano**, sottolinea: *"Dall'analisi degli studi condotti sullo zafferano emerge come questa preziosa spezia abbia la capacità di mitigare vari disturbi attraverso le sue ben note proprietà antinfiammatorie e antiossidanti. Diversi lavori ne hanno valutato il ruolo attivo contro malattie croniche infiammatorie, come IBS, malattie neurodegenerative, artrite reumatoide, ma anche patologie come la depressione, i disturbi gastrici, l'iperglicemia"*.

"Da sempre la nostra missione è portare la cultura dello zafferano nelle cucine degli italiani e raccontarne proprietà e versatilità – evidenzia Paolo Daperno, direttore generale di Zafferano 3 Cuochi. Siamo lieti di apprendere che le evidenze emerse dall'analisi della dott.ssa Vecchio confermino precedenti ricerche a nostre mani. Dunque, Zafferano 3 Cuochi, con la sua qualità superiore e grammatura tra le più alte del mercato, è l'ideale per sfruttare tutte le potenzialità emerse da questi studi".

Ed è proprio attraverso queste evidenze scientifiche che nascono i nuovi Menu del Sorriso: un percorso tematico che prende il via dal connubio tra zafferano e digestione e proseguirà con altre due tappe fino a dicembre 2021.

Il primo Menu del Sorriso, ideato dallo Chef Andrea Ribaldone apre con una terrina di galletto, salsa di stracchino allo zafferano e misticanza di insalate. Come prima portata vede delle mezze maniche allo zafferano servite fredde con verdure di stagione ricotta e come secondo un trancio di merluzzo con crema di riso allo zafferano e spinaci. A conclusione una composta di frutta e verdura condita con zafferano e miele.

“Lo zafferano - afferma lo chef - è un ingrediente che ben si adatta alla realizzazione di ricette dolci e salate rendendo più interessante e prezioso anche il piatto più semplice. Questo menu è infatti composto da piatti a base di ingredienti di stagione e semplici da replicare 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'utilizzo di ingredienti che evitano l'irritazione della mucosa gastrica generando ulteriore infiammazione e quindi bruciore o difficoltà digestiva postprandiale. In quest'ottica abbiamo usato cibi non acidi e fibre digeribili. Fra questi abbiamo scelto alimenti gustosi e salutari come formaggi freschi, pesce bianco e pasta di grano duro, il tutto accompagnato da verdura e frutta di stagione, scelte con gli stessi principi di non aggressività gastrica. L'aggiunta di zafferano a ogni piatto contribuisce poi, ulteriormente grazie alle sue proprietà antinfiammatorie e antiacide, a mitigare i disturbi che queste patologie comportano”.

Non resta che provare i Menu del Sorriso per intraprendere con gusto la strada per una sana e corretta alimentazione, senza sacrificare il piacere del 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 sui siti www.3cuochi.it e www.cdi.it.

Ufficio Stampa Zafferano 3 Cuochi

SEC Newgate, via Ferrante Aporti 8, Milano

Paola Lazzarotto – lazzarotto@segrp.com

Cinzia Ghilotti – ghilotti@segrp.com

Valeria Croce – 339 8117695 – croce@segrp.com

Ufficio Stampa Centro Diagnostico Italiano

SEC Newgate, via Ferrante Aporti 8, Milano

Elisa Barzaghi – 347 5448929 – barzaghi@segrp.com

Ufficio Stampa Identità Golose Milano

MAGENTAbureau, c.so Magenta 46, 20123 Milano

Elisa Zanotti – elisa.zanotti@magentabureau.it