

# San Rocco porta la salute in tavola Il menu di Gruppi sbarca a Milano

**SAN ROCCO** - Showcooking a Expo per presentare il menu della salute messo a punto a San Rocco. Curiosità e applausi, ieri, al padiglione "No farmers no party" di Coldiretti. L'imprenditore agricolo Luigi Gruppi di San Rocco ha portato in tavola, tra dimostrazioni pratiche e assaggi, il menu della salute. Svelate le proprietà di alcuni ingredienti che possono allontanare guai come glicemia e colesterolo. Lo zafferano, ad esempio, ha un forte potere digestivo, mentre il

basilico ha la capacità di drenare i liquidi. «Lo studio riguarda una serie di piatti che creiamo con la consulenza di una tecnologa alimentare, grazie a combinazioni che esaltano sia i valori nutritivi delle materie prime sia gli effetti benefici per la salute della persona», ha chiarito Gruppi. «Certi cibi ci possono aiutare nei cambi di stagione, ma se preso singolarmente nessun alimento è miracoloso - ha aggiunto Benedetta Callegari, tecnologa alimentare che

Il menu della salute da San Rocco è volato all'Expo di Milano



sta curando il progetto - e il segreto per sentirsi bene sta nella sinergia tra gli alimenti». Lo chef Daniele Gobbi ha infine proposto, deliziando i

palati, assaggi di risotto integrale a base di crema di zucca e zafferano e un dolce al cucchiaio con pere, cannella e bacche di goji.

classe II E con gli elaborati "Ce-

della Anna Vertua Gentile con

patò e ha apprezzato i gusti dei ragazzi».