



Degustazione di alternative vegetali alla carne

Rende (Cs) 30 ottobre 2015

Si può sostituire la carne nella dieta? La risposta è sì, e ci sono davvero molti motivi per farlo! Ragioni etiche, ambientali ma, adesso, anche e soprattutto salutistiche: un rapporto shock è stato pubblicato lo scorso 26 ottobre 2015 dall'International Agency for Research on Cancer (Iarc) in cui viene esplicitamente affermato che il consumo di carne rossa lavorata aumenta il rischio di contrarre il cancro. L'Agenzia in questione è una diretta emanazione dell'Oms, l'Organizzazione mondiale della Sanità. Dunque, l'allarme è arrivato da una fonte più che autorevole e, obiettivamente, super partes. Per i consumatori, però, questo cambio di rotta alimentare non deve essere un dramma, anche perché le alternative vegetali alla carne oggi sono tantissime. Se vi va di conoscerle meglio, non vi resta che seguire le iniziative del progetto culturale "Naturium", nato in Calabria proprio allo scopo di promuovere uno stile di vita sano, improntato al benessere, e una alimentazione corretta e salutare. "Naturium" proporrà, questa settimana, una serie di degustazioni guidate, gratuite, tra le province di Cosenza e Catanzaro. **Si comincia a Rende (Cs) venerdì 30 ottobre alle ore 18.30.** L'appuntamento è presso il Centro commerciale "Marconi", di fronte all'uscita autostradale per l'Unical. Verranno cucinati al momento tanti gustosi prodotti, nutrienti e biologici.

Insomma, per saperne di più, sapete già cosa fare... tutti al "Naturium"!