

A grande richiesta rinnoviamo l'iniziativa di una cena didattica per rendere " concreti e digeribili" i concetti relativi alla circadianità dell'alimentazione...con la "dimostrazione sul campo" di come sia possibile preparare una cena serale senza pasta, pane, patate, dolci e zuccheri... E lo faremo, grazie alla squisita disponibilità dei Titolari del Ristorante ai Cacciatori e al loro Chef, l'amico William, con la soddisfazione di collaborare con un ristorante di alto livello! ( vedi Trip Advisor...ma non solo).

Sarà una cena preceduta, come nelle altre edizioni, da una mia presentazione divulgativa , e poi arriveranno le pietanze secondo un menu' fisso senza carboidrati...ma appetitoso, siatene certi, e non senza sorprese.

Il menu' è studiato per offrire l'opportunità di preparare una cena, anche in casa, con i criteri della economicità del tempo di preparazione e degli ingredienti, sempre salutari e gradevoli, secondo ricette che forniremo a Tutti.

Un primo piatto vegetale e un secondo a base di pesce o carni bianche. L' appuntamento e' dalle 17.00 per una parte divulgativa con una mia presentazione nella sala del ristorante tutta per noi e la mia completa disponibilità alle vostre domande, l'illustrazione delle ricette a cura di Paola con l'intervento anche dello Chef William...e poi si cenera' intorno alle 19.00 , abbastanza presto per poter rispondere anche a curiosità culinarie successive alla degustazione. Menu' a 18 euro a persona.

Sarà un piacere accogliere tutti quelli che vorranno " rinfrescare" i concetti della nutrizione corretta e tutti coloro che sono interessati a essere introdotti alla Medicina degli stili di vita, in maniera concreta, diretta e in una occasione di grande allegria e convivialità. I posti sono limitati, preghiamo chi è interessato di contattarci presto allo 041/2770276, lasciando eventualmente un messaggio con recapito telefonico( sarete richiamati al piu' presto).

**Dott. Alfredo Donatini**

*Invio la presente newsletter divulgativa su Sua autorizzazione e in qualsiasi momento può essere cancellato dalla mailing list inviando una mail con tale richiesta. Grazie*