

FISPAL FOOD SERVICE 2016

VINHO COMBATE DOENÇAS CARDIOVASCULARES E COLABORA NO CONTROLE DO COLESTEROL

Palestras e degustações de café, chocolate e sorvete encerram hoje (17) ciclo de palestras 'The Extraordinary Italian Taste', promovido pela ITA

Fundamental na cultura gastronômica italiana, o vinho é a bebida alcoólica mais consumida nos países da região mediterrânea e vem se difundindo rapidamente no mundo. As razões para isso estão em suas propriedades nutricionais, como o polifenol, antioxidante que ajuda a combater o envelhecimento; o tanino, bom para o controle do colesterol ruim (LDL) e para estimular a produção do colesterol bom (HDL); e o resveratrol, anti-inflamatório e anticoagulante que previne doenças cardiovasculares. As informações são da nutricionista italiana Sabrina Basciani, que fez ontem (16) palestra sobre *Vinho: a saúde na taça*, no estande da Italian Trade Agency (ITA) na Fispal

“Além disso, o vinho produz endorfina, o que nos faz relaxar, gerando uma sensação de bem-estar”, explica a nutricionista. É importante, no entanto, consumir a bebida com moderação. “O ideal para o homem é beber duas ou três taças por dia e para a mulher, uma ou duas”, alertou.

A apresentação integra o ciclo de palestra *The Extraordinary Italian Taste*, que a ITA organiza em sua cozinha show e exposição de treze empresas italianas que mostram seus produtos. De acordo com Sabrina, a Itália possui diversas regiões produtoras de vinho e mais de dois mil tipos de uva. Cerca de um 1,2 milhão de italianos vivem da elaboração e comercialização desta bebida. “O número representa a importância do produto, considerando que a Itália possui em torno de 60 milhões de habitantes”, ressaltou.

Sabrina também conduziu outra palestra, desta vez sobre *Os segredos da cozinha italiana: a correta combinação dos alimentos e os métodos de cozimento*. Para ela, existem três regras para se comer bem de forma saudável: “A primeira é ingerir alimentos de qualidade; a segunda, moderar a quantidade; e a terceira, conhecer os alimentos e combiná-los bem”.

Segundo a nutricionista, não devemos comer amidos - massas, batatas e pães - juntamente com grandes quantidades de proteína, como ovos e carnes vermelhas ou brancas. “A digestão desta má combinação pode levar até seis horas, causando fadiga, sonolência e mal estar”, explicou. A salada, por ser leve e saudável, com fibras, vitaminas e sais minerais, pode ser combinada

com ambos os pratos. “Digerir a carne vermelha fica mais fácil quando consumida com frutas ácidas, como o abacaxi”, completou.

A terceira palestra de ontem foi sobre *Os queijos da tradição italiana: seu lugar na mesa saudável*, apresentada pela também nutricionista Fiorella Cerami. Para ela, o leite é um alimento completo e saudável e essas qualidades são transferidas para os queijos que podem, inclusive, ter as características melhoradas durante a maturação.

Para um produto de alta qualidade, o processo de fabricação deve ser rigorosamente controlado. “Até a alimentação da vaca leiteira é muito importante para um bom queijo”, disse Fiorella.

Palestras da tarde de hoje

Fechando o ciclo *The Extraordinary Italian Taste*, a ITA apresenta hoje, dia 17, os temas: *Do lado do prazer: o café*, às 14h30; *Do lado do prazer: os chocolates*, às 16h30; e *Do lado do prazer: os sorvetes*, seguidos de degustação

Serviço

Made in Italy Show na FISPAL FOOD SERVICE 2016

Rua H/I - Estande 175/ 176

FISPAL FOOD SERVICE - 14 a 17 de junho, das 13h às 21h

Pavilhão Vermelho do Expo Center Norte, São Paulo - SP

Empresas italianas participantes

Perugina; F.lli DE Cecco, Frantoio Oleario D’Oleario Srl; Eccellenze Italia, Illy; Rossopomodoro, Azienda Agricola Eugenio Bocchino; Azienda Agricola Cornarea; Cantina Vignaioli Elvio Pertinace; C-trade Gourmet; Le Botteghe di Leonardo; La Bufalina, Worderfud

Sobre a Italian Trade Agency

ITA - Italian Trade Agency - www.ice-sanpaolo.com.br

Agência para a internacionalização das empresas italianas / Departamento para a promoção de intercâmbios da Embaixada da Itália

Instituição governamental que promove a internacionalização das empresas italianas e seus consórcios de exportação. Fornece ampla gama de serviços, como a identificação de possíveis parcerias, organização de encontros de negócios e realização de missões de empresários brasileiros à Itália. Também coordena pavilhões e feiras internacionais, além de promover fóruns e seminários com a presença de especialistas. Tem sede em Roma e atua internacionalmente por meio de uma ampla rede de escritórios ligados às embaixadas e consulados italianos.

VOICE COMUNICAÇÃO INSTITUCIONAL

Direção de Planejamento: Norma Alcântara

Direção de Atendimento: Ana Regina Bicudo

Direção de Conteúdos: Beth Guaraldo

Atendimentos:

Daniella Costa - daniella@voice.com.br / Livia Melo - livia@voice.com.br

Telefone: 11 3816-1230