

Sannio Orti presenta

Le nuove frontiere del benessere tra alimentazione e salute

27 e 28 febbraio, Casa Colonica a Portici

Corso Giuseppe Garibaldi, 235

Più gusto se c'è salute, più salute se c'è gusto. Ormai il benessere fisico e il piacere di stare a tavola all'italiana coincidono sempre di più sino a diventare una scelta quotidiana obbligata per tutelare l'ambiente e il nostro fisico

Questo è il tema della due giorni organizzata da Sannio orti in collaborazione con due partner straordinari, Casa Colonica e l'Associazione Italiana Nutrizionisti in Cucina.

Stefania Avallone, marketing manager di Sannio Orti, azienda produttrice di prodotti come ortaggi e brassiche, ha ideato e costruito questo format di comunicazione informazione sugli ortaggi e il loro coinvolgimento nel benessere e sulla salute.

L'obiettivo è sensibilizzare il pubblico sull'importanza di applicare adeguati metodi di conservazione e di cottura delle verdure per mantenere inalterate le loro caratteristiche nutrizionali perché "la partita si gioca in cucina: è inutile investire di più sulla materia prima se poi la maltrattiamo in cottura".

Investire sulla materia prima significa infatti conoscerla, rispettarne la stagionalità e valorizzarla negli abbinamenti per trarre il massimo giovamento possibile.

Non a caso è previsto un pubblico eterogeneo, composto da esperti del settore, dalla rete dei nutrizionisti e di alcune classi dell'istituto alberghiero Ipsseoa Antonio Esposito Ferraioli di Napoli. Si tratta di una opportunità unica per scambiare idee, esperienze e conoscenze e lavorare insieme per promuovere una vita più sana.

La grande novità è costituita proprio dal contributo dei nutrizionisti, che possono migliorare la comunicazione dei prodotti, aumentare la consapevolezza dei consumatori sulla qualità dell'alimentazione e contribuire alla creazione di prodotti più sani e nutrienti.

La direzione scientifica dell'evento, ideato da Stefania Avallone diviso in tre momenti (seminario, workshop, Show Cooking) è affidata al Dottore Antonio Galatà, biologo nutrizionista e presidente dell'Associazione Italiana Nutrizionisti in Cucina (AINC) che ha coinvolto nel progetto tre nutrizionisti esperti: Mirko Castellano, Assia Venturelli e Davide Sammartino.

La location è davvero unica nel suo genere. Sorge all'interno della ex casa del colono della Tenuta e nel progetto estetico è stato scelto di mantenere la struttura originaria,

per creare un nuovo ambiente incentrato sull'accoglienza, senza sacrificare il carattere storico che si respira tra queste mura. Compreso orto e stalle.

Programma del Seminario  
ore 11

Moderatori: Gigi e Ross

### **Introduzione Stefania Avallone presenta Sanniorti.**

Relazioni

**Dott. Antonio Galatà "meno ma meglio" aumentiamo il valore e comunichiamolo**  
*n sostanza perché dobbiamo riempire il carrello di prodotti ortofrutticoli?*

*Perché quello che troviamo dentro questi prodotti non lo troviamo in nessun altro reparto.*

*Poi abbiamo la carne ed il pesce ma rappresentano il combustibile proteico.*

*Pasta e riso invece contribuiscono con i carboidrati ecc ecc.*

*Solo un carrello completo di tutto può nutrirci in modo completo e senza eccessi di spesa.*

*Se compriamo meno ortofrutta finiremo col comprare più carne o pesce spendendo di più aumentando l'impatto sulla sostenibilità della spesa alimentare*

### **- Dott. Davide Sammartino - Ecco cosa c'è dentro i prodotti ortofrutticoli**

*Davide Sammartino ci guiderà alla scoperta dell'invisibile, una sorta di supereroe che combatte la disinformazione con il microscopio celebrando le caratteristiche nutrizionali dei prodotti ortofrutticoli di stagione.*

### **- Dott. Mirko Castellano - Integrare equivale a mangiare?**

*La nostra prima scelta deve essere nutrirci mangiando perché è la scelta più naturale, più salutare e più sostenibile. L'integrazione può essere di supporto, ma distinguiamone il significato*

### **- Dott.ssa Assia Venturelli l'impatto degli ortaggi sul nostro corpo**

*Assia Venturelli presenta un focus clinico con collegamenti sugli effetti di un consumo regolare di verdure sul nostro corpo (microbiota, antiaging, malattie neurodegenerative).*

**A seguire Show Cooking dello chef di Casa Colonica con i prodotti di Sannio Orti**



**Martedì 28, mostra dei prodotti di Sannio Orti aperta al pubblico.**