

Prova costume alle porte? I CORSI AMATORIALI per mantenersi in linea mangiando con gusto

Città del gusto di Napoli - giugno 2012

L'estate è vicina, l'aria di mare inizia a farsi sentire e con essa il pensiero - per molti angosciante - della prova costume.

Dopo un anno trascorso a tavola tra portate a base di carne, salse, ragù e pasticcini della domenica, è giunto il momento di "mettersi in riga" e prepararsi al momento bikini.

La Città del gusto di Napoli, spazio creativo e fonte di ispirazione per provetti chef e appassionati di enogastronomia, corre in soccorso a coloro che vogliono prendersi cura del proprio corpo mantenendo comunque il buon gusto delle portate.

Le lezioni tenute dai docenti/chef Gambero Rosso per il mese di giugno spaziano dalla cucina al cartoccio a quella al vapore, dal menù dello sportivo - attento e vigile alle calorie in eccesso - alle fresche insalate a base di vegetali e frutta di stagione.

Una lezione sarà dedicata anche alle portate da realizzare in caso di allergie e intolleranze, senza perdere il piacere di stare a tavola.



Questo il calendario dei corsi amatoriali del mese di giugno:

Cucinare in leggerezza - giovedì 7 giugno

Cucina alternativa: al vapore e al cartoccio - giovedì 14 giugno

La cucina salutare: intolleranze e allergie - martedì 19 giugno

Il menu dello sportivo - giovedì 28 giugno

I corsi sono infrasettimanali e hanno una durata di 3 ore (dalle 19 e fino alle 22). Si inizia con una parte teorica durante la quale gli chef forniscono preziosi suggerimenti per la corretta selezione e scelta degli ingredienti e si passa poi, fornelli e attrezzi alla mano, all'esecuzione del menù sotto la supervisione dei docenti esperti.

WHITE SUMMER: il solstizio d'estate ha i colori e i sapori del bianco

Città del gusto di Napoli - 21 giugno

Giovedì 21 giugno la Città del gusto Napoli, la Gfactory partenopea di eventi e sapori del Gambero Rosso, dà il benvenuto all'estate con una serata tutta in bianco. White summer è il nome dell'evento che porta nei calici i migliori vini bianchi d'Italia da sorseggiare sulle note della musica lunare dei Dj di Lunare Project in abbinamento ai finger food degli chef resident. Una serata dove ancora una volta è protagonista il melting pot di sensazioni della Città del gusto che si conferma fabbrica di grandi eventi, centro di sperimentazione e formazione eno-gastronomica e ristorante wine bar d'elezione per le serate estive. Vista, olfatto, udito e palato partecipano ad un'esperienza multi sensoriale per festeggiare il solstizio d'estate. Il dress code della serata è bianco e candidi allestimenti vestiranno gli spazi interni ed esterni della Città del gusto.

Dalle ore 20 alle 24.

Per informazioni e prenotazioni:

Città del gusto

Via Coroglio, 104/E

Napoli tel. 081/19808900

www.gamberorosso.it

