

L'Empordà, Cuina i Salut, el cap de setmana a Torroella

La fira té un caràcter divulgatiu i, com a fil conductor, la cuina saludable



Rigau i Prados, en l'edició de l'any passat. Foto: LL.S.

Torroella de Montgrí serà el marc durant aquest cap de setmana llarg de la segona edició de la fira L'Empordà, Cuina i Salut, una trobada amb el fil conductor de l'alimentació saludable. La proposta, que té un caràcter divulgatiu i familiar, presenta una desena d'activitats diverses adreçades, preferentment, al públic infantil, juntament amb un gran nombre de xerrades, conferències, degustacions, tallers i demostracions orientades al públic en general. Tot plegat, al voltant d'un complet mercat de productes de proximitat, que estarà emplaçat a la plaça de la Vila.

Entre les xerrades i els tallers programats destaca la participació de reconegudes personalitats del món de la restauració i la salut, com ara els cuiners Pep Nogué i el psiconeuroimmunòleg Xevi Verdaguer, que faran una conferència demostració sota el títol El segon cervell: interacció de la histamina i els estrògens (divendres 1, a les 17.30 h, a la plaça Pere Rigau). El popular cuiner Isma Prados i el periodista Lluçà Ferrer, conductor del programa de TV3 Menú degustació, faran una demostració de cuina amb productes de km 0, (dissabte 2, a les 17.30 h, a la plaça Pere Rigau).

També són molt remarcables les xerrades del metge naturista Xavier Uriarte, sobre herbes i remeis casolans (dissabte, a les 12 h, al Palau Solterra), o la que oferirà Carles Barba, tècnic de

l'Agència de Salut Pública de Catalunya, sobre els aliments al·lergògens en l'alimentació familiar i la restauració (divendres 1, a les 12 h, a Casa Pastors)

La fira inclou temes diversos, des de reeducació postural fins a propietats dels vegetals crus, esmorzars saludables, cuina mediterrània, ioga, Pilates i salut cardiovascular.

Publicat a:

-El Punt Avui. Comarques Gironines 30-04-2015 Pàgina 54

Font del document:

http://www.elpuntavui.cat/noticia/article/2-societat/5-societat/849337-lemporda-cuina-i-salut-el-cap-de-setmana-a-torroella.html?piwik_campaign=rss&piwik_kwd=mesSocietat&utm_source=rss&utm_medium=mesSocietat&utm_campaign=rss