

IL LIBRO: LA FELICITÀ HA IL SAPORE DELLA SALUTE

SARÀ presentato sabato 12 maggio alle 14 in Arena Piemonte uno dei volumi più attesi del catalogo 2018 di Slow Food Editore: *La felicità ha il sapore della salute*. La via della longevità tra scienza e cucina è il frutto dell'incontro tra lo scienziato Luigi Fontana e lo chef Vittorio Fusari. La presentazione del libro rientra negli eventi del Slow Food Editore alla XXXI edizione del Salone internazionale del libro di Torino, in programma dal 10 al 14 maggio 2018.

Il libro sostiene scientificamente il ruolo del cibo come primo alleato per la nostra salute: prodotti di qualità, locali e di stagione, scelti soprattutto tra verdure, cereali e legumi abbinati al digiuno intermittente e alla restrizione calorica sono un'assicurazione importantissima per garantirci una vita felice, lunga e sana. Senza rinunciare al gusto e al piacere di dedicarsi alla cucina, ma con un occhio alla sostenibilità delle nostre scelte quotidiane. Il libro, presentato a Torino in anteprima, arriverà in libreria il 23 maggio.

