

IVG

I golosi si danno appuntamento a Pietra Ligure: al via la 14^ edizione di "Dolcissima Pietra"

di Redazione

15 Settembre 2018 - 10:47



Pietra Ligure. Si è tenuta questa mattina l'inaugurazione della 14^ edizione di Dolcissima Pietra, l'evento che da molti anni è diventato un appuntamento molto atteso e segna la fine dell'estate e l'inizio dell'autunno con il ritorno del cioccolato che, come è noto, va in vacanza d'estate. Sabato 15 e domenica 16 settembre l'evento coinvolgerà tutto il centro storico di Pietra Ligure che, con le sue vie, i carruggi e piazze sarà suddiviso in diverse aree espositive ed eventi.



Ogni anno la manifestazione è contraddistinta da un tema, che quest'anno sarà "L'anno del Cibo Italiano". Anche il Contest di Arte Dolciaria Dolcissimo, la gara di arte dolciaria nata per valorizzare la professionalità dei pasticceri professionisti e per spingere gli appassionati di cucina a cimentarsi con un concorso d'arte dolciario, nato sotto una buona stella. Infatti la prima edizione fu vinta dal Pasticcere dell'Hotel de Paris di Monte Carlo, Frank Madalà.

Oltre all'esposizione di dolci di tutte le regioni italiane, l'evento ospita vini, birre e liquori. Un piccolo accenno al salato è dato dalla presenza storico di un'area dove viene preparata la classica focaccia genovese che, come è noto il liguri abbinano spesso e volentieri al dolce ed al cappuccino.

Oltre all'esposizione ci sarà un ricco calendario di eventi, oltre alla giornata dedicata al Contest di arte dolciaria Dolcissimo, Piazza Vittorio Emanuele ospiterà l'area dei ristoratori pietresi che si cimenteranno in diverse ricette di dolci della tradizione e l'area dedicata ai più piccoli che quest'anno ospiterà il Prato Nevoso Village. Si tratta del famoso villaggio dedicato ai bambini che ogni anno viene allestito a Prato Nevoso con la presenza della mascotte Asso. Per i bambini sono previsti momenti di gioco e animazione con spettacoli a cura di Asso. Per gli adulti sono previste degustazioni guidate, corsi di cucina, incontri tematici e l'apericena "Dolcissima" durante la quale i bar e ristoranti del centro storico proporranno un menu o un piatto contenente cioccolato o cacao. A corollario di tutto ci sarà tanta musica di generi diversi nelle diverse aree della manifestazione.

Dolcissima dedicherà anche un momento di riflessioni al tema dell'alimentazione con un laboratorio dedicato dal titolo "Domenica dolce ma non troppo" a cura delle "due nutrizioniste in cucina", dal nome del blog di Paola Richero e Paola Salgarelli, entrambe biologhe nutrizioniste, specializzate in Scienza dell'Alimentazione, e amiche sino

dall'epoca dell'università. Entrambe libere professioniste, ognuna nella propria città di origine (Loano e Vicenza): ogni giorno aiutano i loro pazienti a ritrovare il proprio benessere, consigliando una sana alimentazione ed un'adeguata attività fisica.

Nel blog hanno trasferito la loro passione per la cucina ed il loro metodo di lavoro, basato sull'educazione alimentare: il benessere psico-fisico è raggiungibile anche attraverso un piatto ben cucinato, ricco di sapore ma alleggerito di calorie! In cucina è importante conoscere le proprietà nutritive degli alimenti, la stagionalità dei cibi, senza perdere di vista l'apporto calorico adeguato, il corretto utilizzo dei grassi ed i metodi di cottura migliori.

Secondo il primo rapporto sulle abitudini alimentari degli italiani (Censis), il 37% degli Italiani descrive il proprio rapporto con il cibo con la frase vorrei mangiare più sano ma non ci riesco; quasi il 33% dichiara di seguire una dieta sana perché l'alimentazione è tra i fattori importanti per la salute. Per il 51% degli intervistati il web è la fonte primaria d'informazione sugli alimenti. Nel 2018, inaugurato dai Ministeri delle Politiche Agricole Alimentari e Forestali e dei Beni Culturali e del Turismo come Anno Nazionale del Cibo Italiano, occorre più che mai prestare attenzione all'alimentazione sana e corretta, evitando tutte le fake news ed i falsi miti al riguardo. Regole precise e consigli adeguati a tutti perché il nostro benessere passa anche attraverso ciò che mangiamo.

Da qui il titolo dell'incontro che si terrà domenica 16: uno showcooking dolce ma non troppo in cui le 2 nutrizioniste in cucina prepareranno un dessert a basso contenuto di zuccheri e di calorie! Nel mentre si parlerà di sana alimentazione e di come è possibile adattare alcune ricette in chiave più salutare senza perdere il loro buon sapore! Per dimostrare insomma che è possibile cucinare leggero ma con gusto!

Dolcissima è anche "Vetrine a tema" una rassegna che vede impegnati tutti i commercianti che si sfidano nella realizzazione di vetrine a tema, dei veri e propri capolavori.

Gli orari di apertura sono: sabato 15 settembre dalle 10 alle 23.30 e domenica 16 settembre dalle 10 alle 20.