



Una cena conferenza in compagnia del **Dott. Luca Speciani**, medico chirurgo ideatore di DietaGIFT, atleta e nutrizionista ufficiale della Nazionale Italiana di Ultramaratona.

giovedì

11 OTTOBRE Ore 20.30

ALIMENTAZIONE E MEDICINA DI SEGNALE: farmaci, stile di vita, cure naturali

La medicina di segnale è un punto di vista sulla medicina nuovo e rivoluzionario, che si pone l'obiettivo di prevenire e curare le patologie stimolando la produzione di segnali biologici positivi. Individuare e correggere abitudini dannose è il primo passo per vivere bene e in salute.



Menù della serata:

- Misticanza di insalata milano e spumiglia con vele di finocchi, arancia fresca e vinaigrette di aceto di mele
- Risotto integrale con fettuccine di seppie al profumo di lavanda e manioca, mantecato all'olio aromatizzato alle erbe
- Involtino di pesce spada con pecorino romano, olive nere e mandorle su foglia di soncino accompagnato da carote spadellate al timo
- Acqua, calice di vino, caffè biologico Torrefazione Libera®

Costo della cena € 25,00 (coperto incluso) **PRENOTAZIONE NECESSARIA**



Sanmauro - Via A. De Gasperi, 82
Casatenovo (LC) / T. 039 9202601 / sanmauroweb.it