

INDICE

Prefazione

Antonio Ferro

2021 anno internazionale della frutta e della verdura

Emilia Guberti

Le torte della nonna

Vittorio Carreri

Alimentazione sostenibile e sostenibilità alimentare

di Guglielmo Bonaccorsi

Tra le sei "P" della salute, quella nutrizionale va tenuta con cura

Michele Fernando Panunzio

Alimentazione e prevenzione delle malattie cronico-degenerative

Giuditta Schiavano

Frutta e verdura: il Tavolo Nazionale sulla sicurezza nutrizionale TaSiN

Le abitudini alimentari della popolazione italiana:

focus sulla frutta e la verdura

Giulia Cairella, Emanuela Bologna, Laura Rossi

I Servizi di Igiene degli Alimenti e Nutrizione per la promozione del consumo di frutta e verdura

Elena Alonzo, Giulia Cairella, Anna Romano

Il position spot e il decalogo Frutta e Verdura TaSiN

Giuseppe Plutino e Roberto Copparoni

Più frutta e verdura con la dieta mediterranea

Gaetano Maria Fara

LE RICETTE

Introduzione alle ricette

Antipasti

Primi

Secondi

Contorni

Piatti unici

Dessert

Tabelle degli allergeni

Indice delle ricette

Gli Autori

Il gruppo di lavoro Alimenti e Nutrizione della SItI