



Ambasciata d'Italia
Mosca



THE EXTRAORDINARY
ITALIAN TASTE

SETTIMANA DELLA CUCINA ITALIANA

18-24 novembre
2019



La cucina italiana è uno dei modelli nutrizionali della dieta mediterranea, dichiarata dall'Unesco Patrimonio Culturale Immateriale dell'Umanità. Si basa su un'alimentazione varia che permette al corpo di assumere tutti gli elementi nutritivi di cui ha bisogno. Privilegia prodotti di origine vegetale, mentre un consumo moderato è riservato a pesce, carne bianca, prodotti di origine animale e prodotti caseari.

I benefici della dieta mediterranea sono associati a un tasso più basso di obesità, ad un controllo degli zuccheri nel sangue che aiuta a prevenire il rischio di diabete, a una riduzione dei rischi legati a ipertensione, infarto e ictus.

Un esempio è l'olio extravergine di oliva, principale condimento della cucina italiana. Un alimento ricco di acidi grassi monoinsaturi che aiuta a diminuire i rischi legati alle malattie cardiovascolari. Inoltre, questo olio svolge una importante funzione antiossidante.

La cucina italiana, più che un semplice regime alimentare, è uno stile di vita sano che contribuisce a migliorare la salute e l'umore senza rinunciare al gusto e al piacere della buona tavola e della convivialità.



10 NOVEMBRE ORE 14:00
L'ASTA DEL TARTUFO BIANCO
(Bosco Café GUM)

Celebrazione della XXesima Asta Mondiale del Tartufo Bianco d'Alba, in collaborazione con ENIT.

14 NOVEMBRE ORE 18:00
ENOTECA DI AZBUKA VKUSA
(Kutuzovsky Prospekt 18)

Degustazione di vini italiani con la partecipazione dei produttori dei vini.

18 NOVEMBRE ORE 19:00
CONFERENZA "LA SARDEGNA ANCHE A TAVOLA"

Istituto Italiano di Cultura a Mosca
(Maly Kozlovsky per, 4)

Conferenza "*La Sardegna anche a tavola*" a cura del giornalista gastronomico Anatoly Ghendin.

18 NOVEMBRE ORE 19:30
OSPITALITÀ ITALIANA
Ambasciata d'Italia a Mosca

Premiazione dei vincitori dell'Ospitalità Italiana, a cura della Camera di Commercio Italo-Russa.

19 NOVEMBRE ORE 13.30
FESTIVAL IKRA TALKS
(Pokrovka, 47)

Master-class con degustazione "*Il gelato italiano come idea nazionale dello slow food*", a cura del maestro gelataio Stefano Guizzetti.

20 NOVEMBRE ORE 19:00
CONFERENZA "DOLCE ITALIA: I DOLCI ITALIANI"

Libreria Moskva (Tverskaya 8)

Conferenza "*Dolce Italia: i dolci italiani*", a cura della Prof.ssa Barbara Iabichella.

21 - 24 NOVEMBRE
**RASSEGNA CINEMATOGRAFICA
"CINEMA NEL PIATTO"**

Proiezioni di film a Mosca (cinema Pioneer), Kazan (cinema MIR), Chelyabinsk (cinema Teatr+kino), Vladivostok (cinema Illuzion), Samara (cinema Hudogestveniy), Novosibirsk (cinema Pobeda).

lo sono tempesta (2018), regia di Daniele Luchetti

Non c'è più religione (2016), regia di Luca Miniero

Bianco di Babbudoiu (2016), regia di Igor Biddau

Finché c'è prosecco c'è speranza (2017), regia di Antonio Padovan

18 - 24 NOVEMBRE
**COLLABORAZIONE CON LA SCUOLA INTERNAZIONALE
DI CUCINA ITALIANA ALMA
E CON LA NOVIKOV SCHOOL MOSCOW**

(Bolshaja Yakimanka, 22)

Master-class presso la Novikov school con la partecipazione degli chef italiani Mauro Elli e Stefano Santo. Preparazione di menù speciali italiani nei ristoranti Salon e Syrovarnya.

18 - 24 NOVEMBRE
SUPERMERCATI AZBUKA VKUSA NELLE TRE SEDI

(via Arbat 54, Moscow City, via Ostrovityanova 2)

Allestimento speciale e degustazione di prodotti italiani.

21 - 24 NOVEMBRE
**COLLABORAZIONE TRA ISTITUTI ALBERGHIERI ITALIANI
E ENTI RUSSI DEL SETTORE ALBERGHIERO
E DELLA RISTORAZIONE**

Seminari e lezioni da parte di docenti italiani nelle scuole russe, laboratori di cucina italiana, concorsi di giornalismo e serate di degustazione di prodotti italiani. La collaborazione sarà tra gli istituti alberghieri italiani di Trapani e di Catania e l'Istituto Internazionale Servizi e Ristorazione, Associazione Culinaria di Mosca - Tamara Sharova, il Collegio alberghiero Tzaryzino, il Collegio alberghiero n. di Mosca 22, la Scuola 1251 di Mosca, l'Istituto Tecnico di Nutrizione di Sokol.

Per maggiori informazioni
si prega di visitare il sito
LaTuaItalia.ru



Partner:



AMBASCIATORI
DEL GUSTO



ikra 2019



Твоя Италия
искусство, еда и путешествия

