



Gelato Day, il 24 marzo si festeggia quello artigianale

Il gusto dell'anno è il Mantecado, una crema alla vaniglia variegata all'arancia con scaglie di cioccolato

Era il 2009 quando il Parlamento Europeo ha deciso di rendere omaggio al dolce più amato al mondo. Ad oggi, è ancora l'unico cibo ad avere una giornata speciale dedicata.

Un modo come un altro per rendere omaggio a un compagno di avventure insostituibile, in grado di tirare sù il morale anche nei momenti più bui. Il gelato poi è anche alleato della linea: ricco di proteine del latte e grassi buoni della frutta secca rappresenta un pasto molto bilanciato, anche perché arricchito dalle vitamine e dai sali minerali della frutta.



Insomma, fa bene sia al corpo che alla mente. La festa prevede che per ogni sua ricorrenza un paese europeo decida il gusto dell'anno. Quest'anno la Spagna ha scelto Mantecado: un gelato alla vaniglia variegato all'arancia arricchito da scaglie di cioccolato.