



Alla Fonte del Benessere.it

Sabato 1° Marzo 2014 - ore 15,00

“Holistic Chef”

Un mondo gira intorno alla tavola...

Incontro con degustazione a cura di IVAN MARCO STRADA

*“Non si sa di nessuno che sia riuscito a sedurre con ciò che aveva offerto da mangiare;
ma esiste un lungo elenco di coloro che hanno sedotto spiegando quello che si stava per mangiare”
(M.V.Montalbàn)*



Per partecipare all'incontro con degustazione occorre prenotare con email info@allafontedelbenessere.it oppure telefonare al 340 2877012

Ciò che mangiamo è vita, energia, calore, è benessere... e se non siamo in grado di associare i cibi, di assemblarli, di renderli unici e di mangiarli al momento giusto, anziché aiutarci questi diventano un peso per la nostra vita.

L'incontro di presentazione ci servirà per conoscere lo Chef, per apprezzarne la filosofia, per entrare nel magico mondo della sua cucina scoprendo sapori e colori, osservando abbinamenti giusti e bilanciati, aprendoci alle essenze naturali, agli olii essenziali, ai fiori di Bach o Californiani e... molto altro.

Studio Olistico “Alla Fonte del Benessere” - via Valbusaga 35 - 13011 Borgosesia - VC

www.allafontedelbenessere.it - mario.raines@gmail.com - 340 2877012



IVAN MARCO STRADA

Sono chef e da sempre lavoro nella ristorazione. Da alcuni anni mi sono specializzato nella cucina vegana "raw-food e detox", proponendo una vasta gamma di piatti sfiziosi e leggeri con gusti particolari, piatti che saranno resi completi e unici da un abbinamento con essenze floreali e colori, per soddisfare tutti coloro che cercano un nuovo modo di appagare i propri sensi e vivere in maniera innovativa un banchetto, un pranzo, una colazione di lavoro o una cena importante... perché oltre al nostro corpo, nutriamo anche la nostra mente.

L'alimentazione per me è molto importante e la ritrovo in ogni aspetto della mia vita, dal lavoro all'ambito sportivo, dove ottengo buoni risultati come triathleta e maratoneta.

Per me cucinare è un modo per aiutare le persone: chi è interessato ad avere una vita più consapevole, può partire dall'alimentazione imparando a nutrirsi meglio.



Negli anni ho affinato la capacità di creare piatti che si integrano bene con uno stile di vita moderno e possono dare un valido sostegno per superare i momenti difficili della vita: gli alimenti di cui disponiamo sono energia, quindi possono aiutarci molto e non solo sul piano fisico!



*Per partecipare all'incontro con degustazione occorre prenotare:
info@allafontedelbenessere.it oppure telefonare al 340 2877012*

Studio Olistico "Alla Fonte del Benessere" - via Valbusaga 35 - 13011 Borgosesia - VC

www.allafontedelbenessere.it - mario.raines@gmail.com - 340 2877012