

# LegnanoNews

Le news di Legnano e dell'Alto Milanese

## La dieta della zia, giorno 12: Gin tonic e uno strano frutto

Redazione · Friday, October 22nd, 2021

Come sia accaduto non ve lo so spiegare nemmeno io...

Ve lo ricordate il te delle cinque? Quello con le amiche con cui ogni volta si fa la famosa partita a burraco che non viene mai portata a termine?

Da dopo l'estate **il te delle cinque non si fa più...**

No! No! Non vi spaventate... le amiche sono rimaste, si presentano sempre il martedì con qualcosa... facciamo sempre la solita partita che non terminiamo...parliamo sempre una sopra l'altra...

Insomma la solita baraonda ma...

Non so come, siamo passate dall'assaggio di pregiate miscele di te( ogni settimana una diversa) al... gin tonic!

Si avete capito bene! **Adesso ogni volta assaggiamo un gin diverso...**

Ora arriva il punto dell'articolo dove dovrei parlarvi dei benefici del gin tonic nella mia dieta... non ne ho trovati!

Oggi ne assaggiamo uno rosa. No niente moda cromatica: il gin rosa esisteva già nel 1880, era stato dimenticato e ora rispunta.

E visto che il rosa è un colore anti stress cosa ne dite di **una bella cenetta in rosa?**

Se si fermano a cena? Beh ovvio! Si fermavano quando venivano per il te figuriamoci ora dopo l'aperitivo...



Farò delle **tagliatelle rosa con un sugo di seppie fresche.**

E un **insalata con tartare gambero crudo e pitaya.**

La pitaya è un frutto tropicale l'ho acquistata stamattina per il suo colore rosa intenso.

Ha un elevato contenuto di vitamine A,C e le vitamine del gruppo B proprio quest'ultime trasformano in fretta lo zucchero in energia , combattendo la spossatezza, lo stress ed il nervosismo.

Ha proprietà disintossicanti: le phytoalbumine purificano il sangue e il fegato e favoriscono l'escrezione dei metalli pesanti e delle tossine dall'organismo.

E' diuretica depura l'organismo contrastando l'accumulo di liquidi in eccesso e la cellulite.

Quasi quasi ne metto una fettina anche nel gin tonic...

Non so descrivervi il sapore della pitaya... molto delicato

Ve lo consiglio anche in una bella macedonia!

**Per l'impasto delle tagliatelle**

300g di farina 00

3 uova

un cucchiaino di estratto di barbabietola in polvere

Un pizzico di sale

Le ho condite con delle seppioline spadellate con burro salato e scorza di lime.



This entry was posted on Friday, October 22nd, 2021 at 10:19 pm and is filed under [Legnano, Rubriche](#)

You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. You can leave a response, or [trackback](#) from your own site.