



**Il Comitato **NOPIRO** organizza per**  
**Sabato 16 Maggio 2015**

**Ore 19:30 Festa "Ammaina bandiera"**  
**Salone del Borgo, Via Marini 78, Borgofranco**  
**e Cena a cura dello**  
**Chef Giovanni Allegro**

Lo chef **Giovanni Allegro**, specializzato in cucina naturale e insegnante alla scuola di cucina preventiva dell'Istituto nazionale dei tumori di Milano, ci illustrerà gli aspetti nutrizionali degli alimenti utilizzati per la cena, da lui stesso cucinata, e i benefici per la salute derivanti da una alimentazione sana e consapevole.

La cena sarà preceduta  
da una cerimonia  
simbolica di Ammaina  
Bandiera NO PIRO



- Menu*
- \* *Zuppa di lenticchie con asparagi e coriandolo*
  - \* *Riso integrale con gomasio alla canapa*
  - \* *Tegame di ceci e seitan al rosmarino*
  - \* *Insalata di carciofi e radicchio con vinaigrette alla menta*
  - \* *Coppette di fragole con mandorle e limone di sorrento*
  - \* *Tisana al cumino*

**Costo a persona**  
**(bevande incluse)**

- **Adulti 25€**
- **Bambini fino a 12 anni 10€**

**Per info e prenotazioni:**  
**Tel. 339 7260739**  
**oppure scrivere a:**  
**info@nopiro.it**