

## A Mondello una giornata sotto il segno del pesce azzurro

notizia pubblicata **09 Maggio 2019** alle ore **10:05** nella categoria **Enogastronomia**



Sarà una incursione spazio temporale nel tempio del cibo sano e della salute quella in programma sabato 11 maggio a Mondello. Sul molo e negli spazi limitrofi dell'antica borgata marinara si svolgerà il Sarday, dedicato alla promozione e valorizzazione di sardine, sgombri, palamite, alici, costardelle, spratti e ancora maccarelli e alacce, lampughe.

Sono previsti incontri di informazione/formazione e promozione della pesca ecosostenibile ed economicamente vantaggiosa, legata alla tracciabilità e certificazione del pescato e della sua lavorazione, conservazione e consumazione. Lo Splendid Hotel La Torre di Mondello ospiterà l'evento formativo a partire dalle 9.

Nel pomeriggio uno staff di medici sarà a disposizione per rilevare, attraverso parametri ematici e riscontri ecografici, l'eventuale presenza di fattori di rischio di sindrome metabolica, e dare consigli dietetici al riguardo, rimarcando le proprietà benefiche di un adeguato apporto di pesce azzurro nell'alimentazione associato all'attività fisica costante.

Alle 18 i marinai di Mondello, con la collaborazione di cuochi en plein air, somministreranno generose porzioni di frittura di mare (olio e pesce rigorosamente locali) per creare un CoppoDAY propositivo. Il ricavato della vendita sarà infatti devoluto in parte all'oratorio di Mondello ed in parte costituirà un incentivo da assegnare ai giovani cuochi che contribuiranno alla manifestazione.

Nella piazza di Mondello gli stand espositivi, presenti per l'occasione, faranno degustare al pubblico

specialità antiche e nuove a base di pesce azzurro e prodotti tipici come la tradizione siciliana vuole, nell'ideale cornice di una performance di street food.

Al termine del concorso enogastronomico Sardfood, indetto tra i ristoratori locali, sarà premiato il piatto più saporito e salutare. Il Concerto della Skillie Charles Orchestra, alle 21 sulla banchina di Mondello, chiuderà la serata.

La manifestazione è organizzata dall'associazione MarcoSacchi con il patrocinio del Comune di Palermo e della Regione Sicilia.

<https://www.facebook.com/SardayPalermo>