

Distinción para la Reina del Adulto Mayor por promover “la gastronomía saludable y tradicional”

21/09/2024



Días atrás Diario San Rafael daba cuenta de una nueva edición

del certamen denominado “La Receta de la Abuela”, una propuesta gastronómica que busca revalorizar la cocina tradicional de Mendoza en manos de nuestros adultos mayores.

El certamen se desarrolla en los diferentes departamentos y - en San Rafael- se impuso la actual Reina del Adulto Mayor, Susana Romera. Ahora, en la legislatura provincial la distinguirán por su contribución a la “gastronomía saludable y tradicional”.



Esta es la séptima edición del concurso organizado por la Dirección del Adulto Mayor, y no solo rinde homenaje a la cocina “nostálgica” sino que también demuestra como las “recetas tradicionales” pueden adaptarse “a un estilo de vida más saludable, reflejando la rica identidad cultural de Mendoza”.

La distinción para Romera, remarca que “brilló con su innovador sorrentino integral, elaborado con harina integral, carne asada y una reducción de vino Malbec, acompañado de cebollas”.



Asimismo, señala que “este plato no solo rinde homenaje a la tradición italiana que ha influido en nuestra gastronomía, sino que también refleja un enfoque contemporáneo hacia una alimentación más saludable. Su dedicación y creatividad merecen ser reconocidas y celebradas en San Rafael”.

HÁBITOS SALUDABLES

Uno de los puntos que destaca la distinción es que promover hábitos saludables es fundamental, especialmente entre los adultos mayores.



“La incorporación de ingredientes como la harina integral y la reducción de azúcar y grasas en recetas tradicionales, como demostró Susana, es un excelente ejemplo a seguir. Estos ajustes no solo mejoran la calidad de vida, sino que también permiten disfrutar de los sabores de la infancia de una manera más saludable”, destaca la iniciativa.

“Es fundamental continuar promoviendo la educación sobre hábitos saludables y la cocina tradicional. Implementar programas que incluyan talleres de cocina saludable, donde los adultos mayores puedan compartir sus recetas y conocimientos, no solo enriquecería a la comunidad, sino que también fortalecería los lazos intergeneracionales”, remarca la pieza

legislativa.

LA INSTANCIA PROVINCIAL

La instancia provincial del concurso “La Receta de la Abuela 2024: Raíces y Sabores Saludables” se realizará el próximo sábado 5 de octubre, en el predio de la Virgen (Guaymallén) de 11 a 17.

En dicho evento Susana deberá competir cocinando en vivo la receta por la cual resultó ganadora en la instancia local junto con las otras representantes departamentales.