



SABADO, 15 DE NOVIEMBRE DE 2014

EL DIARIO EN UNO DE SUS VÍDEOS



El cocinero Oliver Jáuregui elaboró un menú dirigido a personas con diabetes en El Corte Inglés, con motivo del Día Mundial de la Diabetes.

Exquisitas propuestas muy saludables

El Corte Inglés de Avenidas acogió ayer por la tarde un *show cooking* realizado por el cocinero Oliver Jáuregui, del restaurante Nimo's de Palma, acompañado por la dietista y nutricionista Lara Prohens, de la Asociación Diabetes de Palma, Adiba. El evento se celebró con motivo del Día Mundial de la Diabetes y los asistentes pudieron conocer deliciosas recetas y un plan de alimentación adecua-

do para aquellas personas que tienen esta enfermedad, las cuales deben prestar particular atención para que exista un equilibrio entre sus alimentos, insulina y medicamentos orales, y ejercicio, para ayudar a controlar su nivel de glucosa.

Ambos profesionales ofrecieron sus conocimientos junto a una gran variedad de productos y alimentos que se pueden encontrar en el supermercado de El Corte

Inglés. Oliver Jáuregui cocinó daditos de bonito marinados en soja y brocheta de tumbet; galleta de arroz, mejillón en escabeche y crema de aguacate; tarta de queso y fresas. Un menú tan apetitoso como saludable, cuya elaboración el público pudo seguir paso por paso y obtener la receta completa con ingredientes y cantidades adecuadas.

● J.Aguirre / Fotos: Joan Torres