

Una ricetta di Frank Fol per la Settimana Internazionale di Frutta e Verdura

scritto da Silvia Fissore | 11/05/2021



Per i fan del veg, ma anche per chi ama uno stile sano in cucina e mette ortaggi e frutta al primo posto nella propria dieta, parte da questa settimana un ricco programma di webinar interattivi firmati da We're Smart World, l'associazione internazionale che promuove la ristorazione green. Noi vi regaliamo la ricetta delle "Lasagne di anguria con ricotta fresca e finocchi"



Proviamo ad aprire il nostro frigorifero e osserviamo quanto spazio occupano frutta e verdura. Tanto, poco? Ebbene, secondo l'ONU, "**Non abbastanza**". Per questo l'Assemblea generale delle Nazioni Unite ha dichiarato il 2021 **anno internazionale della frutta e della verdura**. L'obiettivo è promuovere maggiormente il consumo di questi preziosi alimenti sensibilizzando l'opinione pubblica sia sull'importanza di una dieta sana, sia sulla produzione sostenibile con particolare attenzione alla **filiera dell'ortofrutta** e al suo impatto sociale ed ecologico all'interno dei vari Paesi del mondo.

Settimana Internazionale di Frutta e Verdura: dal 10 al 16 maggio

In quest'ottica, già da fine 2020, è partita una serie di iniziative di sensibilizzazione. Per questo mese di maggio, una delle più interessanti è sicuramente la **Settimana Internazionale di Frutta e Verdura** (celebrata dal 10 al 16 maggio), che ha dato il via a un **fitto programma di webinar** per appassionati di cibo e per professionisti che proseguiranno nei prossimi mesi.

A farsi promotrice dell'International **Fruits and Vegetables Week** è la [We're Smart World](#), organizzazione culinaria con sede in Belgio che promuove da quasi vent'anni, attraverso guide online, eventi e pubblicazioni, la ristorazione sostenibile e un approccio all'alimentazione orientato al benessere.

We're Smart World

Nata da un'idea di **Frank Fol**, Lo Chef della Verdura®, l'Organizzazione riconosce e sostiene individui, ristoranti e altre attività che pongono frutta e verdura al centro del mondo del cibo. Ogni anno l'organizzazione pubblica online la **We're Smart® Green Guide**, una guida culinaria che presenta i migliori ristoranti di verdure del mondo classificati da 1 a 5 "Ravanelli". Gli **annuali We're Smart® Awards**, a loro volta, premiano i migliori ristoranti e organizzazioni di verdure

dell'anno.

Quest'anno **We're Smart World** è stata scelta dal governo belga come una delle voci ufficiali degli Sustainable Development Goals, gli obiettivi di sviluppo sostenibile individuati proprio dalle Nazioni Unite.

4 italiani nella We're Smart Academy

In occasione della Settimana della Frutta e Verdura è stata lanciata anche la [We're Smart Academy](#), un'accademia che riunisce i migliori chef internazionali, tra cui, per l'Italia, anche i nostri **Pietro Leemann, Luigi Taglienti e Gaetano Trovato**, celebri per il loro orientamento green e vegetariano.

Gli Academy Chefs condivideranno i loro segreti nell'impiego di frutta e verdura attraverso una serie di webinar mensili interattivi, in programma nel corso dei prossimi mesi. I fan potranno registrarsi all'[apposito form](#) e partecipare a queste sessioni anche attraverso **Clubhouse**, per conoscere le ultime innovazioni e tendenze nel campo della cucina sana ed ecologica.

Nell'ambito di queste iniziative, We're Smart World sta anche lanciando un manuale contenente [51 diverse tecniche](#) per cucinare frutta e verdura insieme a numerose ricette sane e deliziose. Ve ne presentiamo in anteprima una: Lasagne di anguria con ricotta fresca e finocchi. Da accompagnare con un thé freddo senza zuccheri aggiunti. Un piatto sano, gusto e leggero, ricco di vitamine e sali minerali.

Per accedere alle dirette su ClubHouse vi rimandiamo a questo [link](#) mentre, per essere aggiornati sui webinar e sulle pubblicazioni della Academy, vi rimandiamo a questo [link](#).

Lasagne di anguria con ricotta fresca e finocchi di Frank Fol

La ricetta si prepara in circa 15 minuti, non richiede cottura ma solo la marinatura. Si suggerisce di utilizzare un piatto di portata ampio e profondo e di abbinare le lasagne di anguria con tè freddo, senza zuccheri aggiunti.