**Con la primavera più colore nel piatto.**

**In tutto il mondo, come in Italia, spopolano le insalate**

 **tradizionali e non.**

Con la fine dell’inverno e l’arrivo della primavera, cresce la voglia di avere tavole e piatti più colorati, con un’attenzione maggiore verso piatti leggeri, ideali per affrontare le giornate che si allungano e più adatti al clima mite primaverile. Un tempo sinonimo di piatto di verdura verde a foglia, e anche un po’ di piatto adatto a chi segue una dieta ipocalorica, oggi le insalate vivono di una stagione ricca di colori e ingredienti in cui si scatena la creatività in cucina.

**Deliveroo**, il servizio di food delivery che consente di gustare a domicilio i piatti dei migliori ristoranti della città presente in 12 Paesi e oltre 200 città, ha indagato sulle insalate, mettendone in evidenze alcune tra le più particolari in Italia e nel mondo, realizzate con abbinamenti ed accostamenti unici, insoliti e gustosissimi.

Buon appetito!

Si parte da **Brisbane** in Australiadove molto in voga è l’insalata che unisce carne, verdura e frutta esotica, come quella di [*Villa Bowls*](https://deliveroo.com.au/menu/brisbane/bulimba/villa-bowls) che oltre al petto di pollo al latte di cocco, associa straccetti di cavolo, patate dolci arrostite, ananas arrosto, broccoli sbollentati conditi con una salsa a base di soia al peperoncino rosso e citronella.

A **Bruxelles** in Belgio, potrebbe conquistare le vostre papille gustative un’insalata adatta in modo particolare a chi ama la cucina veg con influenze orientali come quella di [*EXKI*](https://deliveroo.be/fr/menu/brussels/saint-boniface/exki-louise) che propone un mix di tofu bio, riso in versione sushi e tartarre di alghe.

In Spagna a **Valencia** ci si può imbattere invece nella  Insalata BeNormanda di [*BeGreen*](https://deliveroo.es/es/menu/valencia/ciutat-vella/be-green) realizzata con  lattuga, pera conferencia al forno, funghi portobello, blu cheese, semi di girasole, salsa di senape e miele. Se invece vi trovate a **Madrid** potreste non resistere al fascino antico e al contempo moderno dell’insalata ancestrale di[*Bump Green*](https://deliveroo.es/es/menu/madrid/recoletos-madrid/bump-green) con fusilli di grano saraceno, salsa umeboshi, avocado e salmone.

Per chi invece ama le ultime tendenze a **Berlino** in Germania potrebbe sperimentare i sapori di [*Good Bank*](https://deliveroo.de/de/menu/berlin/mitte/good-bank) e dalla sua insalata di funghi al tartufo vegan che ai funghi scottati abbina burro di produzione propria associa riso biologico, tofu bio arrosto, cavolfiore, semi di girasole, mirtilli, chips di cavolo nero e condimento veg al tartufo.

Da [*Jour*](https://deliveroo.fr/fr/menu/paris/2eme-bourse/jour-opera) a **Parigi** in Francia invece potreste assaporare l’asian crunch a base di gamberi arrostiti, carote, cetriolo, germogli di soia, arachidi schiacciate, coriandolo, salsa thai. Per chi alla leggerezza ama associare i sapori di mare in salsa orientale.

Venendo all’Italia, anche nelle nostre città si possono assaporare insalate dagli abbinamenti decisamente particolari e sfiziosi, molti dei quali sempre più veg, dove è spesso la frutta ad essere l’elemento aggiunto a rendere ancora più fresca e invitante l’insalata.

A **Milano**, dove l’insalata è un vero must durante la pausa pranzo, da [*Mantra Raw Vegan*](https://deliveroo.it/it/menu/milano/porta-venezia/mantra-raw-vegan)si può gustare l’Insy Must, che come dice il nome è davvero imperdibile: spinacio novello, pomodori pachino affumicati a freddo, pera, avocado hass e finocchio marinato alle erbe, condita con un'emulsione di semi di senape e spuma al limone.

Continuando il viaggio  verso sud, in Emilia Romagna, a **Modena** - città di recente raggiunta da Deliveroo - da [*Julienne*](https://deliveroo.it/it/menu/modena/modena/julienne-modena) è possibile gustare un insalata decisamente gustosa a base di Insalata alle erbette invernali con agrumi di Sicilia, mela Pink Lady microgreens, semi di zucca, granella di nocciole e salsa di avocado.

Nella vicina  **Bologna** invece i bolognesi e i tanti visitatori della città, possono provare la Budda Bowl di [*Papparè*](https://deliveroo.it/it/menu/bologna/centro-storico/pappare-bologna): una ciotola vegan con soia, edamame, hummus di carote arrostite, farro, ceci saltati, purea di zucca e patate, crema di avocado, semi di girasole e germogli.

A **Roma** da [*L’insalata ricca*](https://deliveroo.it/it/menu/roma/corso-vittorio-emanuele-ii/insalata-ricca) si può sperimentare un mix insolito di sapori tipici locali e gusti mediterranei come la Cacio e Pere, realizzata con insalate miste, olive, rughetta, pecorino, pere e condita con una salsa a base di aceto, sale, cipolla, acciughe, sale, aglio e miele.

Se siete a **Verona** invece da [*Saos*](https://deliveroo.it/it/menu/verona/centro-storico/saos) potrete assaporare un insolito ma delicato abbinamento pesce/formaggio provando l’insalata Deep Sea con carpaccio di polpo, misticanza, mais, edamame, spinaci, ricotta, cicoria, sesamo, limone.

Buon appetito!

**Informazioni su Deliveroo**

[Deliveroo](https://deliveroo.co.uk/) è un servizio di food delivery fondato nel 2013 da William Shu e Greg Orlowski. Deliveroo lavora con oltre 30.000 tra i migliori ristoranti e con oltre 30.000 rider che garantiscono la migliore esperienza di food delivery nel mondo. Deliveroo ha sede a Londra e conta più di 800 persone impiegate nei suoi uffici a livello globale.

Deliveroo opera in oltre 200 città in 12 Paesi, inclusi Australia, Belgio, Francia, Germania, Hong Kong, Italia, Irlanda, Olanda, Singapore, Spagna, Emirati Arabi Uniti e Regno Unito. In Italia Deliveroo è attivo a Milano, Roma, Piacenza, Firenze, Torino, Bologna, Monza, Verona, Padova, Bergamo, Brescia, Genova, Pavia, Modena e Parma.

Contatti

**Ufficio stampa Eidos**

**Filippo Ferrari**

fferrari@eidos.net

Tel: 02-8900870

Mobile: 339-4954174