**Ad ogni segno il suo cibo: l’oroscopo Foodie di Deliveroo per Ferragosto**

**Segno per segno, quali attività praticare in vacanza e cosa mettere nel piatto sotto il solleone.**

*A cura di di Paola Sucato, influencer food e appassionata di astrologia, per Deliveroo*

**Ariete**

I pianeti nei segni di fuoco vi suggeriscono una bellissima attività: ballare! Ballate in spiaggia, per strada, nei locali o ancor meglio su una pista danzante, con tutte le luci puntate su di voi.

Via libera alla leggerezza e al divertimento, lasciando a casa ansie e problemi, che peraltro avete imparato a gestire e a ridimensionare negli ultimi mesi. L’energia genera energia e alimenta positivamente le nuove relazioni e i nuovi incontri.

Ballando sfrenatamente vi verrà molta sete: puntate sui piatti freschi con frutta e verdura carne  e pesce, meglio ancora se crudi.

*Cosa ordinare:* **Poke**, **ceviche,** **gazpacho**, **macedonie e cocktail di frutta.**

*Dove ordinare:* [Soulgreen](https://deliveroo.it/it/menu/milano/garibaldi/soulgreen)

**Toro**

Nettuno favorevole dal segno dei Pesci, che si allea a Mercurio in Cancro indica chiaramente il bisogno di meditare nella natura. In alta montagna, su un’isola sperduta, o con un viaggio in India, sarebbe meglio dedicarsi alla ricerca del benessere spirituale, evitando con cura problemi domestici  ed eventuali conflitti familiari. Negatevi con chiunque vi possa turbare, e provate ad essere egoisti almeno per queste vacanze, senza crucciarvi troppo: al vostro ritorno avrete la lucidità e la serenità per sciogliere qualsiasi nodo.

Il cibo potrà essere d’aiuto, cercate di preferire piatti con cereali integrali e legumi, come insalate tiepide e qualche piatto indiano, non troppo speziato o grasso.

*Cosa ordinare:* **Pollo al Curry, piatti indiani.**

*Dove ordinare:* [Raj Ristorante Indiano](https://deliveroo.it/it/menu/milano/barona/raj-ristorante-indiano)

**Gemelli**

Con Giove all’opposizione dal segno del Sagittario, che vi renderà particolarmente inquieti, l’unica cosa che potrà placarvi, sarà viaggiare. Il felice transito di Venere e Marte in Leone assicurerà energia e voglia di conoscere: Non saranno importanti le distanze, ma la reale volontà d’incontrare persone e scoprire luoghi con occhi nuovi, approfondendo e mettendovi davvero in relazione con tutto.  Sarete il perfetto compagno di viaggio, capace di entusiasmarsi a ogni occasione e in qualche caso, anche d’innamorarsi.

*Cosa ordinare:* A tavola scegliete le cose più strane o che non avete mai assaggiato.

**Cancro**

Mercurio in transito nel vostro segno e Saturno e Plutone in opposizione allo stesso, vi consigliano una delle vostre attività preferite: leggere. Totale astrazione e romanzi avvincenti, renderanno perfetta la vostra estate, che potrà trascorrere in molti luoghi diversi, dal lettino della spiaggia, all’amaca, alla poltrona del treno e perché no, anche dal comodissimo divano di casa.  Come Jules Verne che riusciva a viaggiare scrivendo, voi ci riuscirete totalmente, leggendo. Saprete anche ascoltare, a patto che i racconti siano degni, quindi scegliete molto bene i vostri compagni di vacanza o mettete in chiaro le vostre intenzioni.

Oltre al classico confort food, potrete  farvi ispirare dalle vostre letture: il cibo è sempre citato!

*Cosa ordinare:* **Dagli arancini** di Montalbano **alla zuppa di pesce** di Moby Dick, ai **tramezzini al salmone** di Mikael Blomkvist.

*Dove ordinare:* [Tramé](https://deliveroo.it/it/menu/milano/san-marco/trame-original-venetian-sandwiches-piazza-san-simpliciano), [Aranciando](https://deliveroo.it/it/menu/palermo/centro-storico/arancinando-palermo)

**Leone**

Venere e Marte in transito nel vostro segno e in ottimo aspetto con Giove in Sagittario promettono molto bene e l’attività che più vi si addicerà sarà quella di appassionarvi.

Usate e osate passione in ogni azione per riscoprire la vostra vera natura, innamoratevi e fate innamorare, conquistando attraverso parole, atti di generosità e di cura.

Forse eccederete, ma come possibile, altrimenti in amore?

Spenderete, racconterete, mangerete e offrirete come se ogni istante fosse l’ultimo, e se qualcosa andrà storto, potrete confermare a voi stessi e agli altri che per vivere amando, bisogna essere disposti a rischiare, per poi ricominciare. Senza mai perdere il sorriso.

*Cosa ordinare:* Ordinate le vostre ricette preferite: **panino col polpo**, **barche di sushi, capresi con la migliore mozzarella**…

*Dove ordinare:* [Visca - Panini Dal Mare Gourmet](https://deliveroo.it/it/menu/milano/bocconi/visca-burger-gourmet), [This is not a sushibar](https://deliveroo.it/it/menu/milano/porta-venezia/this-is-not-isola), [Taverna del borgo antico](https://deliveroo.it/it/menu/milano/brera/taverna-del-borgo-antico)

**Vergine**

Nettuno all’opposizione e Giove in quadratura insistono nel non farvi trovare soddisfazione e serenità nel vostro quotidiano. Approfittate di queste vacanze per passeggiare nella natura e riflettere sui vostri obiettivi, alcuni di questi, potrebbero esser rivisti per riportarvi su un cammino più in linea alle vostre esigenze di vita. Si tratta di fermarsi ogni tanto, contemplare e respirare a fondo. Urano in Toro vi sosterrà nel correggere il tiro per progettare bene e meglio, ma aspettate il rientro per fare e comunicare delle scelte importanti.

Preferite il cibo semplice, il meno elaborato possibile.

*Cosa ordinare:* Scegliete piatti con pochi e ben definiti ingredienti: **pollo alla grigli**a con patate novelle al forno, **uova** in tutti i modi possibili, **insalate nicoise**, e **pasta con le verdure**.

*Dove ordinare:* [L’Ov Milano](https://deliveroo.it/it/menu/milano/cinque-giornate/lov-milano), [Green Day - Natural food and bar](https://deliveroo.it/it/menu/milano/colonne-di-san-lorenzo/king-of-salads)

**Bilancia**

I transitivi di Giove in Sagittario e di Marte e Venere in Leone, si contrappongono a quelli più pesanti di Saturno e Plutone in Capricorno.  Un buon modo per sottrarsi a determinate tensioni potrebbe essere investire sui voi stessi, apprendendo una nuova lingua o approfondendo una materia che vi potrebbe tornare utile nel futuro.  Vi peserà meno di quello che pensate, alzerà la vostra autostima e vi riporterà il buonumore.

*Cosa ordinare:* Gratificatevi con piatti etnici e colorati, per scoprire nuovi sapori anche a tavola e sentirvi comunque in vacanza: **cous cous** maghrebini, **verdure fermentate,** e **paella.**

*Dove ordinare:* [Mexicali](https://deliveroo.it/it/menu/milano/ripamonti/mexicali-viale-ortles),  [Green Bowls](https://deliveroo.it/it/menu/milano/colonne-di-san-lorenzo/green-bowls-milano)

**Scorpione**

Urano in Toro e all’opposizione del vostro segno, Marte e Venere in posizione difficile dal segno del Leone, mentre Plutone e Saturno in Capricorno continuano a mantenervi lucidi e concentrati. Dovreste rimettere a posto il livello energetico attraverso lo sport, meglio ancora se d’acqua, per lasciare fluire le tensioni che arrivano a sfiorare la rabbia. Avrete voglia di rischiare, di sfidare gli altri e soprattutto voi stessi, ponendovi degli obiettivi alti. Non ho dubbi sui vostri successi, ma dovrete allenarvi sul rispetto delle regole, per assaporare totalmente la vittoria.

*Cosa ordinare:* L’attività sportiva  meriterà un’alimentazione adeguata, che non dovrà risparmiare troppo sui carboidrati: **insalate di riso,  pollo saltato con gamberetti**,  piatti giapponesi, come gli **udon freddi.**

*Dove ordinare:* [Wok On The Go](https://deliveroo.it/it/menu/milano/colonne-di-san-lorenzo/wok-on-the-go)

**Sagittario**

Giove in transito nel vostro segno e Nettuno in quadratura dal segno dei Pesci amplifica il vostro bisogno di conoscere e di andar lontano, ma più che i chilometri, saranno i nuovi incontri a darvi la totale sensazione di essere in vacanza. Scegliete attività come andare a cavallo o lunghi percorsi in bicicletta da fare in compagnia: avrete bisogno del continuo mutare del paesaggio attorno a voi, perché per conoscere davvero le persone, si deve poter camminare insieme.

*Cosa ordinare:* Scegliete piatti che si possano condividere come **la pizza, il cous cous** mediterraneo e la **borguignonne.**

*Dove ordinare:* [Berberè](https://deliveroo.it/it/menu/milano/porta-venezia/berbere-pizzeria-cappellini)

**Capricorno**

Saturno e Plutone nel segno, e Mercurio all’opposizione indicano un’estate diversa dal solito: i cambiamenti che state vivendo sono così intensi da non essere messi in discussione, ma è come se non vi sentiste a vostro agio nellacondizione di vacanza. Sarete già proiettati sul rientro, mentre dovreste approfittare per riposare mente e corpo. Riflettete sul significato di questa parola, ed eleggete quest’attività, dandogli priorità assoluta. Assenza di decisioni, lasciarsi coinvolgere dagli amici, senza opporre la solita resistenza, totale abbandono del comando, almeno per pochi giorni, potreste coprire quanto sia divertente e piacevole.

*Cosa ordinare:* Accettate senza troppi pensieri i consigli di chi vi propone i piatti, anche a tavola

potrebbero esserci molte sorprese: **Dim sum, piatti con avocado, sushi.**

*Dove ordinare:* [Dou Asian Passion](https://deliveroo.it/it/menu/milano/tortona/dou-asian-passion), [Basara](https://deliveroo.it/it/menu/milano/missori/basara-milano-corso-italia)

**Acquario**

I transiti non sono dei migliori, con Marte e Venere all’opposizione nel segno del Leone e Urano che continua a mettervi bastoni fra le ruote dal segno del Toro. Smettetela di fare e disfare, di progettare e riprogettare, smettete di sostenere opinioni, seppur giuste e apprezzabilissime con chi non vuole ascoltare. Cercate di prediligere attività silenziose e in solitudine: correte, fino a perdere il fiato e senza nessuna meta. Accogliete la confusione, per ritrovare pace con chi vi circonda e con voi stessi.

*Cosa ordinare:* Fermatevi per mangiare e scegliete i piatti più bizzarri, o semplicemente i primi

della lista, perché è più facile e più veloce: **hamburger e panini speciali, noodles e arrosticini golosi.**

*Dove ordinare:* [Fatto Bene Burger](https://deliveroo.it/it/menu/milano/pagano/fatto-bene-buonarroti)

**Pesci**

Nettuno transita nel vostro segno, Saturno, Plutone e Urano, saranno ancora ottimi alleati dai segni terra, e vi suggeriscono progettazione e attività costruttive. Se lavorerete, lo potrete fare nelle condizioni migliori e con i vostri tempi. Se invece, sarete in vacanza troverete soddisfazione nel dedicarvi al giardinaggio, al produrre conserve, riordinare casa, dedicarvi alla famiglia rendendovi utili, propositivi e creativi.

*Cosa ordinare:* Coccolatevi con piatti molto elaborati e gourmet: **dolci americani, cannoli siciliani, tagliatelle ai funghi**…

*Dove ordinare:* [California Bakery](https://deliveroo.it/it/menu/milano/garibaldi/california-bakery), [Premiata Cremeria Rossi](https://deliveroo.it/it/menu/milano/giambellino/cremeria-rossi)

**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 80.000 tra i migliori ristoranti e con oltre 56.000 rider che garantiscono la migliore esperienza di food delivery nel mondo. Deliveroo ha sede a Londra e conta più di 2.500 persone impiegate nei suoi uffici a livello globale. Deliveroo opera in oltre 500 città in 14 Paesi, inclusi Australia, Belgio, Francia, Germania, Hong Kong, Italia, Irlanda, Olanda, Singapore, Spagna, Taiwan, Emirati Arabi Uniti, Kuwait e Regno Unito.

Contatti

**Ufficio stampa Eidos**

**Filippo Ferrari**

fferrari@eidos.net

Tel: 02-8900870

Mobile: 339-4954174