



CHIQUITA LANCIA IL NUOVO FRULLATO MANGO & PASSION

*In arrivo per la primavera l'inedito frullato Mango e Passion Fruit:
per sentirsi più belli e più sexy*

Milano, 24 febbraio 2010 – Voglia di primavera, voglia di benessere: con l'arrivo della nuova stagione, che preannuncia il calore dei mesi estivi, scatta per tutti la voglia di sentirsi meglio. La voglia di rinnovamento - sentirsi più belli e in forma per vivere meglio con il proprio corpo - coinvolge tutti, complice un sano narcisismo che spinge a vivere in salute e a coltivare il benessere psico-fisico.

Intorpiditi dall'inverno, dalla mancanza di giornate di sole, a partire da Marzo, potremo trovare una golosa fonte di **vitalità e rinnovamento** nel nuovissimo frullato **Mango & Passion** preparato con frutta fresca prodotta e selezionata da Chiquita nella classica bottiglia da 250ml.

Un mix di ingredienti perfettamente calibrato per offrire un doppio livello di efficacia: stimolante ed energizzante. Esattamente quello che ci vuole in questo periodo dell'anno quando stanchezza e pigrizia rischiano di prendere il sopravvento

Ce lo conferma la nutrizionista e diet coach Samantha Biale: *“Il nuovo **frullato di frutta fresca Chiquita Mango & Passion** rappresenta una soluzione ideale per una veloce ed efficace cura di bellezza, perché oltre alla praticità di consumo e alla naturale golosità può completare una dieta rapida concentrando le virtù dei frutti che lo compongono. Le sue proprietà stimolanti derivano poi da un reale effetto “rinvigorente” tipico di alcune sostanze”.*

Come dice il nome, il **Passion Fruit** è il frutto della passione per eccellenza. Le caratteristiche stimolanti sono dovute alla presenza di due sostanze sinergiche: la vitamina A, che incrementa nel sangue i livelli di testosterone, estrogeni e progesterone per sentirsi più attivi, e la vitamina PP, che interviene nella sintesi degli ormoni e aiuta a mantenere il buon umore.

Il Mango, frutto esotico dolce e succoso, dal colore acceso e dall'aroma sensuale, è da sempre considerato un alimento afrodisiaco capace non solo di regalare passione, ma anche eterna giovinezza. Merito dei carotenoidi di cui è ricchissimo, che favoriscono la rigenerazione dei tessuti epiteliali e contribuiscono a mantenere una pelle luminosa e splendente e dei flavonoidi, importanti per il microcircolo e la circolazione del sangue in generale.

E anche in questo nuovo gusto non manca la **banana**, considerata uno dei carburanti più efficienti per l'organismo grazie al contenuto in zuccheri e amidi che producono un effetto dinamizzante immediato, e non provocano pesantezza. Senza dimenticare la vitamina B6, utile - tra le altre cose - per la regolazione dell'equilibrio ormonale e la produzione di serotonina, che allontana ansia e tensione, regalando una piacevole sensazione di benessere.



Fedele alla ricetta Chiquita, il nuovo frullato Mango & Passion è totalmente privo di additivi, coloranti, conservanti, acqua e zuccheri aggiunti-

I Frullati Chiquita sono leggermente pastorizzati per garantire il meglio del gusto con la massima sicurezza. Si trovano nei banchi frigo dei reparti ortofrutta nei migliori supermercati.

Prezzo consigliato al pubblico 1,99 Euro

L'azienda

Chiquita Brands International, Inc. (NYSE: CQB) è una società internazionale leader nella produzione e commercializzazione di prodotti alimentari freschi di alta qualità e ad alto valore aggiunto. Dalle banane e altra frutta fresca ai mix di insalate già pronti, l'azienda distribuisce i suoi prodotti freschi e nutrienti con i marchi di qualità Chiquita®, Fresh Express® ed altri. Con un giro d'affari di circa 4 miliardi di US\$ e più di 90 sedi operative, impiega approssimativamente 23.000 persone.

Relazioni con i media

Chiquita Italia S.p.A.

Luciana Luciani - Tel. 335-6283028 – lucianaluciani.it@gmail.com

MS&L Italia – Ufficio Stampa Chiquita Italia

Elena Zaco – Tel. 02 77336.220– elena.zaco@msslworldwide.com



La nutrizionista e diet coach Samantha Biale propone “La dieta del Frullato Chiquita per la primavera” -

Per conquistare linea asciutta, pelle splendente ed energia è fondamentale seguire una dieta ipocalorica ed equilibrata, che prevede tutti i giorni due porzioni di frutta per fare il pieno di antiossidanti.

Per promuovere il consumo facile di frutta la soluzione più pratica sono i frullati freschi Chiquita senza additivi, concentrati, coloranti e conservanti, né acqua né zucchero.

Intorno alla frutta è possibile costruire una settimana di dieta da 1300 calorie circa, che contempla la presenza dei **frullati Chiquita** (si può scegliere tra ben 5 varianti), in 2 momenti della giornata: al mattino, per “ricaricare” le batterie dell’organismo particolarmente ricettivo a tutto ciò che viene fornito; e dopo cena come dessert ipocalorico ma goloso che si presta ad aggiunte e varianti fantasiose.

Il frullato si può comunque consumare anche a pranzo, per rendere più equilibrato un pasto incompleto e frettoloso, oppure come spuntino per un effetto tiramisù immediato e per gestire al meglio la fame fuori orario. Con un vantaggio non da poco: la frutta frullata diventa particolarmente digeribile e, per questo, velocemente assimilabile dall’organismo, senza creare gonfiori.

Lunedì

Colazione: **1 frullato Chiquita Mango & Passion** + caffè o tè al limone con dolcificante

Pranzo: orecchiette o pasta semplice con verdura di stagione tipo zucchine (70 g di pasta, 150 g verdura, 1 cucchiaio di olio) + 200 g di spinaci con 100 g di fiocchi di latte.

Cena: 200 g di pesce al vapore + insalata con 2 pomodori e 1/2 avocado conditi con 1 cucchiaio d’olio e origano

Martedì

Colazione: **1 frullato Chiquita Mango & Passion** + caffè o orzo (anche macchiato) e dolcificante

Pranzo: 70 g di fusilli con 80 g di salmone al naturale e 1 cucchiaino di olio d’oliva + 1 piatto di insalata mista con carote, finocchi e mais condita con 1 cucchiaio di olio e succo di lime

Cena: 200 g di fesa di tacchino alla griglia + 250 g di erbe al vapore condite con 1 cucchiaino di olio e una spolverata di grana



Mercoledì

Colazione: **1 frullato Chiquita Mango & Passion** + caffè o tè al limone con dolcificante

Pranzo: 1 porzione media di gnocchi con una spolverata di parmigiano e 1 cucchiaino di burro crudo + 1 fondina di insalata mista con aceto balsamico, 1 cucchiaio d'olio e, se piace, peperoncino in polvere

Cena: 1 piatto di passato di verdura + insalata di fagioli con tonno e uova (100-120 g fagioli in scatola, 80 g tonno al naturale, 1 uovo sodo, cipolle crude a fettine sottili se piacciono) + 200 g di carote alla julienne e 30 g di cocco tritato condite con 1 cucchiaio di olio

Giovedì

Colazione: 125 g di yogurt bianco + 150 g di frutta mista a piacere + caffè

Pranzo: spaghetti con le vongole (70 g pasta + 130 g vongole + 1 cucchiaio di olio) + 100 g di rucola condita con 1 cucchiaio d'olio

Cena: seppie con piselli (200 g seppie, 150 g piselli, 1 cucchiaio di olio) + 200 g di verdure grigliate + **1 frullato Chiquita Mango & Passion** trasformato in sorbetto nella gelatiera domestica o tenendolo in freezer per 1/2 ora con l'accortezza di mescolare ogni 10 minuti per evitare che si congeli completamente.

Venerdì

Colazione: tè al limone con dolcificante + 4 biscotti a piacere, meglio se senza zucchero o integrali

Pranzo: 200 g di petto di pollo al lime + 1 fondina di verdura mista cruda da gustare con la salsa "guacamole", che si ottiene frullando la polpa di avocado con aglio, prezzemolo, succo di limone ed olio

Cena: insalatona con insalata verde a piacere, 100 g di gamberetti al naturale, 1 pomodoro e 125 g di mozzarella light a cubetti condita con 1 cucchiaio di olio + **1 frullato Chiquita Mango & Passion** con 2 palline di gelato

Sabato

Colazione: 150 g di yogurt bianco con 150 g di fragole a pezzetti

Pranzo: 70 g di riso con 100 g di piselli e un fiocchetto di burro a crudo + insalata di 200 g di finocchi crudi alla julienne conditi con 1 cucchiaio di olio e limone

Cena: 1 piatto di passato di verdure + caprese con 125 g di mozzarella light e 2 pomodori affettati conditi con 1 cucchiaino di olio + **1 frullato Chiquita Mango & Passion** –come dessert, trasformato in sorbetto nella gelatiera domestica o tenendolo in freezer per 1/2 ora– con l'accortezza di mescolare ogni 10 minuti per evitare che si congeli completamente

Domenica

Colazione: **1 frullato Chiquita 10 e lode Mango & Passion** + tè al limone con dolcificante

Pranzo: 70 g di spaghetti conditi con 80 g di tonno al naturale (acquistate la versione a basso contenuto di sale) e 1 cucchiaino di olio + 200 g di zucchine saltate in padella conditi con 1 cucchiaio di olio e erbe a piacere

Cena: 200 g di pesce alla griglia con succo di lime fresco + 250 g di asparagi al vapore conditi con un cucchiaio di olio

