



Ministero degli Affari Esteri
e della Cooperazione Internazionale



Università di Scienze
Gastronomiche di Pollenzo



MAGYAR TESTNEVELÉSI
ÉS SPORTTUDOMÁNYI
EGYETEM



A rendezvényen való részvétel regisztrációhoz kötött, helyek korlátozott számban állnak rendelkezésre.

További információ: budapest@ice.it

VIII. Olasz Gasztronómiai Világhét

Terítéken az olasz konyha: jóízűen egészséges

Sporttáplálkozási szeminárium

2023/11/13

Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem

K épület Aula

Moderátor: Mezei Dániel

08:45 – 09:15 Regisztráció

09:15 – 09:45 Köszöntő beszédek

Prof. Dr. Radák Zsolt, Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem tudományos és innovációs rektorhelyettese

H.E. Manuel Jacoangeli, az Olasz Köztársaság magyarországi nagykövete

Madaras Norbert, a Magyar Vízilabda Szövetség elnöke

Pollenzoi Gasztronómiai Tudományok Egyeteme

09:45 – 10:15 A bioaktív összetevők, bevezető

Előadó: Dr. Gabriella Morini

Magyar Testnevelési és Sporttudományi Egyetem, Sport-táplálkozástudományi Központ

10:15 – 10:30 I. Előadás – Szénhidrátok az olasz gasztronómia és a sporttáplálkozás világában

A szénhidrátok jelentősége – a szénhidrátokban gazdag olasz élelmiszerek és szerepük a sportolók étrendjében.

Előadó: Szakszon Flóra
(bruschetta, focaccia)

10:30 – 10:45 II. Előadás – Olasz fehérjeforrások helye és szerepe a sportolók étrendjében

A fehérjék jelentősége a sportolók étrendjében.



Előadó: Jenes-Kis Virág
(pármiai sonka, Parmigiano Reggiano)

10:45 – 11:15 Kóstoló és kerekasztal beszélgetés.

Kerekasztal résztvevői:

Dr. Gabriella Morini, Pollenzo Gasztronómiai Tudományok Egyetemének adjunktusa

Dr. Szilágyi-Utczás Margita, MTSE Sport-táplálkozástudományi Központ igazgatója

Shenker-Horváth Kinga, MTSE Sport-táplálkozástudományi Központ vezető dietetikusa

Lőrincz Krisztina, paralimpikon, Diswake SE elnöke

11:15 – 11:30 Kávészünet

11:30 – 11:45 III. Előadás – Zsírok élettani és sportbeli jelentősége – Mediterrán vonatkozások

Különböző zsírok a sportolók étrendjében.

Előadó: Shenker-Horváth Kinga

(extra szűz olívaolaj)

11:45 – 12:00 IV. Előadás – Pisztácia – De vajon honnan származik?

A brontei pisztácia.

Előadó: Dr. Szilágyi-Utczás Margita

(pisztácia)

12:00 – 12:30 Kóstoló és kerekasztal beszélgetés.

Kerekasztal résztvevői:

Dr. Gabriella Morini, Pollenzo Gasztronómiai Tudományok Egyetemének adjunktusa

Dr. Szilágyi-Utczás Margita, MTSE Sport-táplálkozástudományi Központ igazgatója

Shenker-Horváth Kinga, MTSE Sport-táplálkozástudományi Központ vezető dietetikusa

Lőrincz Krisztina, paralimpikon, Diswake SE elnöke

Luca Damonte, olasz válogatott vízilabdázó, a Ferencváros játékosa

Q&A

12:30 – 14:00 Pollenzo Food Lab – Főzőshow és kóstoló

Dr. Carol Povigna összeállításában.