

Maria Grazia Cucinotta: mi mantengo bella con una dieta sana e... FOTO

Approfondimenti Attualità In evidenza Mar 26, 2017



L'attrice e regista **Maria Grazia Cucinotta** ci parla dell'esperienza a **Celebrity MasterChef** su *Sky Uno HD*: "A posteriori, non lo rifarei". Poi confessa: "Mi piace cucinare, ho un'alimentazione sana, variegata e con pochi grassi, ma adoro anche andare al ristorante".

Reduce dall'avventura a **Celebrity MasterChef** ([clicca qui per saperne di più](#)) da cui è stata eliminata nella seconda puntata, **Maria Grazia Cucinotta** è stata scelta come **Madrina di Cortinametraggio 2017**, che quest'anno affronta il tema della violenza sulle donne. "È un festival meraviglioso perché dà ai giovani la possibilità di essere visibili e l'occasione di trovare magari il produttore giusto che possa un giorno realizzare le proprie ambizioni".

Maria Grazia Cucinotta (foto di Roberto Rocchi)



◀ Indietro

Immagine 1 di 6

Avanti ▶

Maria Grazia, parliamo di Celebrity MasterChef. Lo rifaresti?

No! Ho capito che le gare e questo genere di programmi non fanno per me. Troppo frenetici! Dopo quest'esperienza escludo di partecipare a un altro talent a meno che non sia legato alla mia professione di attrice e regista.

A casa quali sono i tuoi piatti forti?

Mia figlia Giulia stravede per la mia pizza. Mio marito Giulio invece non ha preferenze... è perennemente a dieta, ma è un goloso incredibile. Risultato? Io gli preparo manicaretti light e poi lui si butta sulle mie lasagne o sulla pasta con le melanzane...

E il tuo piatto del cuore?

Arancini e pasta con le melanzane: due tipici piatti siciliani, che mi ricordano i sapori della mia infanzia e i colori della mia isola.

Oltre a cucinare ti piace anche andare al ristorante?

Moltissimo. Mi piace mangiare bene, ma non mi abbuffo mai.

Maria Grazia Cucinotta, è per questo che a (quasi) 49 anni sei sempre in splendida forma?

Diciamolo: anche le creme e i trattamenti aiutano! Io da sempre uso tutti i giorni creme idratanti naturali. Tuttavia credo che per mantenersi belle bisogna prima di tutto curarsi dentro. E poi, mangiare bene, non fumare e preservare l'entusiasmo per la vita. Io ho un'alimentazione sana, variegata e con pochi grassi, non bevo superalcolici e ho smesso di fumare nel 2000, quando sono rimasta incinta.



Nicole Cavazzuti

Così grafomane da amare persino i temi a scuola, è giornalista freelance da 15 anni. Abbastanza appassionata di cocktail da chiedere in terza liceo classico una macchina per trasformare i cubetti di ghiaccio in neve (erano i tempi dei frozen Daiquiri...!), ma troppo curiosa per specializzarsi in un solo tema. Inizia da una rivista trade di settore food&beverage, alterna mensili di viaggio, salute e moda a quotidiani e settimanali popolari e fashion. Passa da Libero a Epolis, poi nel 2012 inizia a scrivere per Il Messaggero. E nel 2017 festeggia 10 anni nella squadra di Mixer.

MixerPlanet è un network di Fiera Milano Media.

Fiera Milano Media SpA Piazzale Carlo Magno 1 20149 Milano

Sede operativa e amministrativa S.S. del Sempione 28 20017 Rho (Milano)

Registro Imprese, C.F. e P.I. 08067990153 CCIAA 1201667 Socio unico Fiera Milano SpA.

[Contatti](#)

Copyright 2017 - Tutti i diritti riservati

Società del gruppo