

Cinc cèntims de llengua

Full lingüístic de periodicitat bimestral elaborat pel Centre de Normalització Lingüística de l'Àrea de Reus Miquel Ventura en el marc d'un conveni amb el Col·legi Oficial d'Agents Comercials.

128

Setembre de 2020

ESPECIAL TENDÈNCIES ALIMENTÀRIES (i II)

► Ja fa temps que es va popularitzar el **menjar lent** o **ecogastronomia** (*slow food* en anglès). Aquest corrent promou el plaer de menjar de manera sana i variada, la gastronomia tradicional basada en productes artesans, sobretot ecològics, de temporada i de proximitat, i també la preservació del patrimoni alimentari local. Evidentment, és un corrent en oposició al **menjar ràpid** (*fast food* en anglès), que prioritza la rapidesa en el servei i el preu econòmic i que se sol associar al **menjar porqueria** (*comida basura* en castellà) per l'abús de sal, sucre i greixos saturats.

► És més recent el concepte de **menjar de debò** (*real food* en anglès), que fa referència a un aliment fresc o poc processat en l'elaboració del qual s'alteren mínimament les qualitats naturals.

► També es parla força actualment dels **superaliments**, que no són altra cosa que aliments rics en nutrients que es consideren especialment beneficiosos per a la salut i el benestar. En principi es consideren superaliments els llegums, la fruita i especialment la fruita seca, les hortalisses i l'oli d'oliva verge extra però els superaliments més de moda són els exòtics com la **quinoa**, les **llavors de xia**, les **baies de goji**...



el Pallol
passatge comercial



UNIO de BOTIGUERS
CAMBRILS



A·C·H·V
ASSOCIACIÓ
COMERÇOS



N CONSORCI PER A LA
NORMALITZACIÓ
LINGÜÍSTICA

CNL DE L'ÀREA DE REUS
MIQUEL VENTURA
C. de l'Àliga de Reus, 1
43205 Reus