Il tennista Fabio Fognini: amo la cucina italiana semplice e la birra

fabio-fognini-home-mixer-c234438b

“Lo ammetto: a me e a **Flavia** (**Pennetta**, sua moglie da giugno, *ndr*) piace cenare al **ristorante**. Amiamo la buona cucina e ogni tanto ci coccoliamo pure con un bicchiere di buon **vino o di birra**”, racconta a *MixerPlanet* **Fabio Fognini** al party che *Hydrogen Tennis* ha organizzato per festeggiare il suo ingresso nel team come testimonial del brand di abbigliamento sportivo. E mentre qualcuno sussurra che la coppia sia in attesa di un figlio, nonostante i due non abbiano mai confermato la notizia, il tennista ci confida i suoi peccati di gola.

fabio-fognini-01

Fabio, a tavola devi stare molto attento?
Sì. Sono seguito da un nutrizionista che, in base ai miei impegni sportivi e ai risultati delle visite periodiche, mi suggerisce un regime alimentare da seguire. Ovviamente, i sacrifici aumentano durante i periodi di preparazione alle gare e durante i tornei.

Il principio base della tua dieta?
In sostanza, sono tre le linee base. L’integrazione, la reintegrazione e l’equilibrio.

Ma quando sei sotto gara per te i ristoranti sono inaccessibili?
No, ma devo fare particolare attenzione a che cosa ordino.

fognini-ok

Che tipo di ristoranti preferisci?
Sono molto classico: mi piace la cucina italiana semplice, poco elaborata e poco condita.

E che cosa bevi al ristorante?
In genere, una birra. Ma non disegno il vino.

fognini2ok

A cosa non sai rinunciare?

Alla ***Nutella***.