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

maria-grazia-cucinotta-foto-2-1-03fd7435

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”.

[ngg_images source="galleries" container_ids="157" display_type="photocrati-nextgen_basic_imagebrowser" ajax_pagination="0" order_by="sortorder" order_direction="ASC" returns="included" maximum_entity_count="500"]**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.