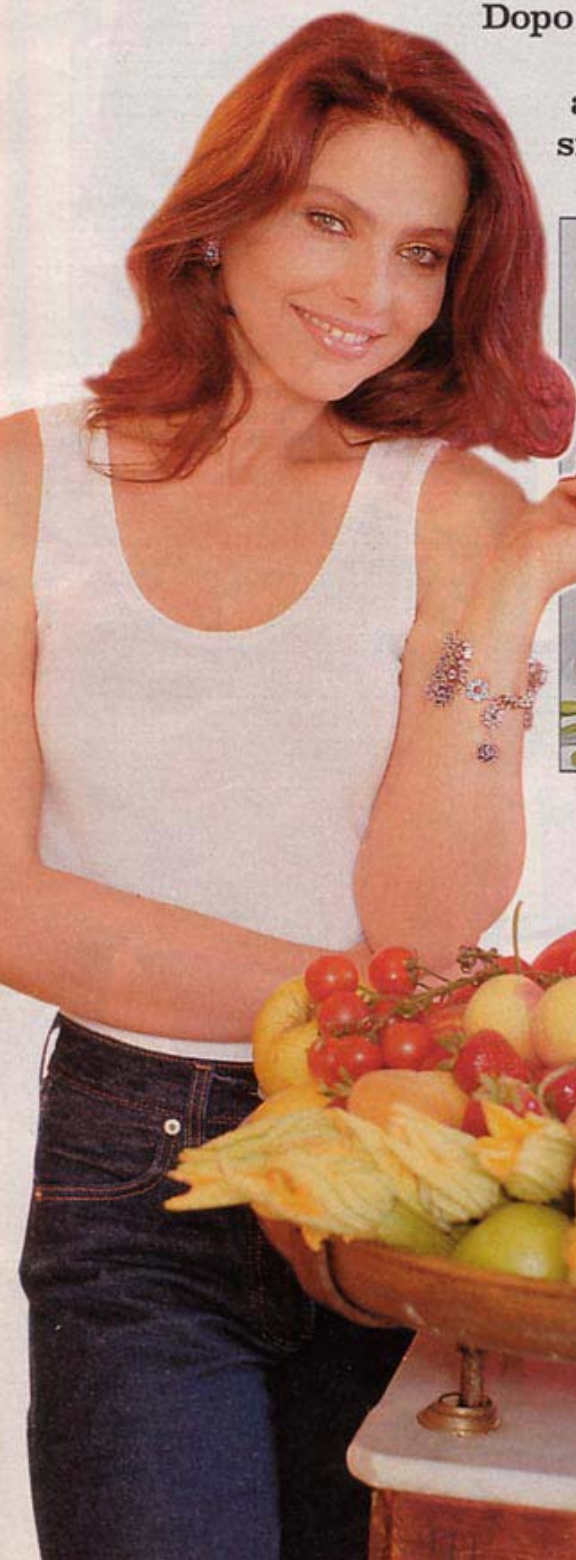


La «campagna» di «Oggi» per rimettersi in linea ora seduce la Muti

# Che idea la dieta dei 3 giorni! Ve la raccomando anch'io

Dopo il grande successo delle nostre ricette per perdere in un lampo i chili in più, questa settimana ve ne proponiamo altre facili e gustose - «Verdure e frutta a volontà: così ci si rimette in forma senza fare sacrifici», assicura l'attrice

di Maria Celeste Crucillà



## A TAVOLA CON L'ESPERTO

Il dietologo Nicola Sorrentino, sopra, è l'autore della dieta di «Oggi» presentata da Ornella Muti, 43 anni, qui a sinistra.

**A**llora, amici lettori, com'è andata? Bene, a giudicare dai fax e dalle telefonate arrivate al nostro centralino. La «dieta dei tre giorni» che vi avevamo presentato la scorsa settimana è stata un successo. «In brevissimo tempo ho perso due chili senza nessuna fatica e mangiando cibi appetitosi», ci hanno telefonato molti lettori.

Per questo abbiamo pensato di riproporvi la nostra dieta-lampo anche questa settimana. Con nuove ricette altrettanto facili e gustose. La volta scorsa la testimonial era stata Paola Barale, che ci aveva confidato di essere riuscita, grazie alla dieta di Oggi (che, come ricorde-

rete, è ideata dal professor Nicola Sorrentino, specializzato in Scienza dell'alimentazione e dietetica) a perdere peso giusto in tempo per poter indossare a pennello il suo abito da sposa. Questa volta a sperimentare il nostro regime alimentare è uno dei simboli del fascino italiano: Ornella Muti.

La splendida attrice ne è rimasta entusiasta. Anche perché il programma preparato dal professor Sorrentino si adatta alla sua filosofia alimentare. Ornella Muti infatti deve la sua pelle di pesca e la linea perfetta soprattutto alle sue abitudini dietetiche: «Verdure e frutta a volontà, niente dolci, un solo cucchiaino al giorno di olio extravergine di oliva. Poco pesce e petto di pollo. E, per quanto riguarda i latticini, solo yogurt magro».