Pressinformation 19 december 2011

**Ny studie: Medelhavkost ger längre liv**

[**En ny studie från forskarna vid avdelningen för samhällsmedicin och folkhälsa, Sahlgrenska akademien, visar att medelhavsdieten som är baserad på högt intag av fisk och grönsaker, lågt intag av animalisk mat som kött- och mjölkprodukter leder till en bättre hälsa.**](http://www.sahlgrenska.gu.se/aktuellt/nyheter/Nyheter+Detalj/studier-bekraftar--medelhavskost-ger-langre-liv-.cid1056568)

Enligt Gianluca Tognon, forskare vid avdelningen för samhällsmedicin och folkhälsa, visar resultaten att medelhavsliknande kost tveklöst har ett samband med bättre hälsa samt att den också ger ett längre liv.

Fernando Di Luca arbetar sedan 40 år för att vi svenskar ska få tillgång till den goda medelhavsmaten via varumärket Zeta, som erbjuder olivolja, vinäger, pasta, bönor, tomatsåser med mera.

Fernando har förutom sin passion för medelhavsmat även ett stort engagemang i att förmedla kunskap om densamma. Han har som uttryck för detta tagit fram boken *O liv!* som beskriver [medelhavsmat ur alla aspekter](http://www.zeta.nu/olivoljevaljaren/olivolja-halsa/medelhavsmat). Vetenskapligt, kulinariskt och praktiskt.

Boken är framtagen tillsammans med Mai-Lis Hellénius, professor i förebyggande hjärt- och kärlmedicin vid Karolinska Institutet, Markus Aujalay, en av Sveriges främsta kockar och Bo Hagström, författare och tv-producent, Solens mat.

[Recept på god medelhavsmat hittar du på www.zeta.nu.](http://www.zeta.nu)

För mer information kontakta gärna:

**Catrine Bjulehag**, PR- och informationsansvarig Di Luca & Di Luca, 0707-48 00 12, [catrine.bjulehag@diluca.se](mailto:catrine.bjulehag@diluca.se)