

## Aragosta bollita

In seguito a questa modalità di preparazione, l'aragosta perde parte del suo potere nutrizionale e, se non ricca di uova, anche una parte del gusto. L'eventuale aggiunta di maionese serve per ammorbidire la polpa, che risulta piuttosto asciutta dopo la bollitura.

Questo piatto è da evitare nei soggetti con gastrite o ulcera.

Riesce a diminuire l'irritabilità dei soggetti con demenza senile, dei pazienti affetti dalla malattia di Alzheimer, delle donne in menopausa e degli individui che debbono mantenere la calma in situazioni impegnative dal punto di vista mentale.