

Scienza, cucina e
innovazione per la
salute. Un progetto
di formazione e
creatività
gastronomica



Contatti

sofia.pavanello@unipd.it
bioaginglab.dctv@unipd.it
Laboratorio (GISVA) – Genoma,
Invecchiamento, Stili di Vita e
Ambiente, Azienda - Ospedale
Università di Padova
Via Giustiniani 2, 35128 Padova



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA



Epifood-Lab

Scienza e cucina per la salute

Il progetto

EPIFOOD-Lab è un percorso formativo e laboratoriale che unisce scienza dell'epigenetica, nutrizione e alta cucina, con l'obiettivo di trasformare il cibo in uno strumento concreto di promozione della salute e dell'invecchiamento in salute.

Il progetto nasce dall'attività di ricerca del BioAgingLab – DCTV, Università di Padova, fondato e diretto dalla Prof.ssa Sofia Pavanello, e il suo ultimo sviluppo Epifood-School nasce da una collaborazione con la Smart Innovation School, scuola secondaria paritaria di secondo grado ad indirizzo alberghiero.



Il progetto si articola in 6 lezioni più un evento finale, con incontri settimanali (tutti di mercoledì)

Il programma Epifood-School

Settimana 1: KICK-OFF

- Lezione magistrale (25/02/2026) : Scienza alla base di EPIFOOD. Introduzione a epigenetica, nutrizione e invecchiamento biologico.
- A seguire, trasferimento in laboratorio per la prima applicazione pratica delle nozioni teoriche.

Settimane 2-6: Laboratori tematici e sviluppo dei piatti

- Il percorso laboratoriale accompagna gli studenti nella progettazione e realizzazione dei piatti EPIFOOD, integrando competenze tecniche e razionale scientifico.
- Le attività sono coordinate dal cuoco referente della Smart Innovation School, con supervisione scientifica del BioAgingLab.
- Il laboratorio prevede: sviluppo e prototipazione dei piatti, analisi critica di ingredienti, processi e coerenza scientifica, redazione delle schede tecniche, indicazioni per modifiche e ottimizzazione nutrizionale
- Uno degli incontri sarà dedicato a un confronto diretto tra BioAgingLab, studenti e cuoco, finalizzato alla revisione tecnico-scientifica delle proposte elaborate.

Settimana 7: DEMO DAY

- Presentazione finale dei piatti
- Panel sensoriale (qualità, gusto, sostenibilità)
- Valutazione con: personale BioAgingLab, chef, giornalisti e stakeholder invitati

Evento finale