

TENDENCIAS

Chef que trabajó 20 años para la monarquía reveló la peculiar dieta de Lady Di

El Ciudadano · 15 de octubre de 2017

“Ella me decía: ‘tú encárgate de la grasa, yo me encargaré de los carbohidratos en el gimnasio’, comentó.





Darren McGrady, un ex chef que trabajó para la monarquía británica durante 20 años, **confesó los platos favoritos de la realeza**. Además entregó detalles de la forma en la que se alimentaba el **Príncipe Harry, Príncipe William** y la querida **Lady Di**.

El chef siguió trabajando para Diana después de su divorcio con Charles, ya que conocía a la perfección sus gustos y preferencias. Según indicó, la recordada princesa **evitaba comer carnes rojas** y trataba de llevar una alimentación baja en carbohidratos.

“Ella me decía: ‘tú encárgate de la grasa, yo me encargaré de los carbohidratos en el gimnasio”, comentó McGrady al diario *Daily Mail*.

Lady Di intentaba comer lo más saludable posible, sin embargo tenía sus debilidades. Por ejemplo, **le encantaba el pudín de pan y mantequilla** y usualmente se metía a la cocina cada vez que el chef preparaba este postre para poder probar las pasas que adornaban el plato.

Es necesario destacar que Diana **no era vegetariana** y **sólo se abstenía de las carnes rojas cuando no tenía invitados**. Durante las cenas oficiales siempre comía lo que le era ofrecido, pero el resto del tiempo prefería comer pollo, patatas con paprika y claras de huevo.

Por otra parte, el ex trabajador de la monarquía señaló que los príncipes Harry y William **amaban comer flan de banana y el famoso shepherd's pie**, aquel plato inglés conocido por mezclar carne de cordero con una suave cubierta de puré de patatas.

En cuanto a la costumbre real que impone a un catador de comidas para asegurarse que los platos no esten envenenados, McGrady aseguró que Diana fue diferente incluso en eso y escogía su comida al azar.

“Hacíamos 150 ensaladas y ella escogía una. Así que teníamos que asegurarnos de que todas estuvieran perfectas”, explicó.

Con información de ***Upsocl.***

Fuente: El Ciudadano