

لوكاكو يكشف عن حميته الغذائية



الشارقة: ضمياء فالح

كشف نجم إنتر ميلان الحالي البلجيكي روملو لوكاكو (27 عاماً) الذي يلعب أفضل مواسمه مع إنتر ميلان متصدر الـ«سيري آي» فقد كشف عن حميته الغذائية وهي حمية البحر المتوسط.

وقال لوكاكو: «السلطة والسّمك والدجاج وطبّقين من الجنوتشي، جعلته أسرع وأقوى وحسنت درجة تحمله عما كان عليه «بديناً» في مانشستر يونايتد فريقه السابق».

وقال لوكاكو: «إنّ خبير تغذية أخبره أنّ «نظام الهضم» عنده «توقف عن العمل» فور وصوله لأوّل ترافورد معقل اليونايتد، لكنّه عندما وصل لميلان وضع له خبير التغذية حمية مناسبة».

وشطب لوكاكو المقالي والكحول من أجل استعادة وزنه، وأضاف المهاجم الذي سجل 24 هدفاً وصنع 7 في 33 مباراة: «أحبّ الكربوهيدرات وأحبّ البطاطا والبطاطا الحلوة والرز الأسود، لكن لا أتناول الكثير من الباستا (طعام الإيطاليين الأشهر)، أستهلك الكثير من الكربوهيدرات بعد المباريات وفي أكثر الأحيان أتناول طبقين من الجنوتشي».

«(طبق إيطالي شهير

