



Rossella Erra, 17 chili persi: «Natale sofferente, ma non voglio buttare tutti i sacrifici»•

## Descrizione

(Adnkronos) «

Rossella Erra ha perso circa 17 chili e non ha interrotto la dieta nemmeno durante le festività natalizie. Ospite oggi a La volta buona, l'opinionista ha raccontato di aver mantenuto una certa disciplina anche nei giorni passati in famiglia, dove il cibo era in abbondanza.

«In queste tre settimane ho cercato di limitarmi, ho deciso di mangiare solo il 24 sera perché era a base di pesce», ha raccontato Erra. Il giorno di Natale, invece Erra ha preferito «sacrificarsi»: «Ho mangiato il pollo con le melanzane», ha detto Erra con voce piena di sconforto, ricordando che nella sua famiglia il 25 è sinonimo di lasagne.

«Con l'odore mi sazio», ha sottolineato. Con grande determinazione, Erra ha aggiunto: «Non voglio buttare nella spazzatura i sacrifici di un anno e due mesi, li devo continuare. È una questione di salute, non è semplice. Ho visto passare panettoni e pandori, ma ho resistito. Ho retto». È stato un bel Natale, dunque ma non senza rinunce: «Dal punto di vista del cibo mai una gioia insomma».

»

spettacoli

[webinfo@adnkronos.com](mailto:webinfo@adnkronos.com) (Web Info)

## Categoria

1. Comunicati

## Tag

1. Ultimora

## Data di creazione

Gennaio 14, 2026

## Autore

---

redazione

*default watermark*