

A. MONTADORI - Anno 14 - Mensile - marzo 2015 - Poste Italiane s.p.a. - Sped. in A.P. - D.L. 350/03 art. 1, comma 1, DCB Verona - Belgio e 2,00 € - Svizzera CHF 3,00 - Spagna (Cont.) € 3,00 - Svizzera CHF 3,00 - Svizzera C.T. CHF 3,70 - Canada CAD 5,75 - USA \$ 6,00 - Portogallo (Cont.) € 3,00 - Lussemburgo € 2,50 - Germania € 3,00

MARZO n.3 2015

Cucina

no problem

SOLO
1€



POLPETTONI MILLEFORME
CLASSICO, A CIAMBELLA,
IN COCOTTE E A TORTA
CON FARCITURE INSOLITE

in più cannelloni con agnello
e carciofi * pizza peperoncina
* triglie alla mugnaia * filetto
cotto e crudo con asparagi
* torta di cioccolato alle fragole
* menu per la Festa della donna

IN MEZZ'ORA

AMICI A CENA

GRANDI CLASSICI

SANI MA BUONI

SHOPPING BENESSERE

cucina naturale

di FRANCESCA TAGLIABUE cucinanoproblem2@mondadori.it



OGNI PIATTO DIVENTA GOURMET

Identikit: arriva sulle tavole italiane la gamma di prodotti Sale 424, a base di sale del Mar Morto. Estratto da una miniera unica al mondo a 424 metri sotto il livello del mare - da qui il nome - questo sale dal sapore intenso è di altissima qualità e particolarmente ricco di minerali. La gamma include 13 sapori intriganti e 7 proposte biologiche, in diversi formati (*Linea Naturale* e *Linea Biologica*, Sale 424, da € 9 a 12).

Mi piacciono perché: il sale viene raccolto a mano ed essiccato con evaporazione all'aria. Sono prodotti naturali al 100%, senza additivi.

Morbide fette fragranti e gluten free

Ottimi da gustare a tavola o tostati per la prima colazione, sono ideali per realizzare gustosi sandwich farciti. I nuovi pani a fette del Mastro Panettiere firmati Schär sono preparati con pasta madre (farina di riso e mais) che li rende leggeri e digeribili. Senza glutine, lattosio né



frumento, sono anche privi di grassi idrogenati, coloranti, conservanti o aromi. Vital (a destra nella foto, 350 g, a € 3,90) ricco di cereali e fibre, è pronto da servire mentre Classico, (a sinistra, 300 g, a € 3,99), per chi ama il tradizionale pane bianco a fette, è surgelato.

Patata d'alta quota

SAPORE INTENSO E RUSTICO



Cos'è: patata coltivata in montagna, si riconosce dalla tipica buccia rossa e dalla polpa giallo vivo (Patata di montagna, Selenella, rete 1,5 kg, da € 1,90).

Mi piace perché: povera d'acqua e ricca di amidi, è ideale per gnocchi, purè e frittiture.

Caprino senza lattosio

GUSTO E DIGERIBILITÀ



Cos'è: formaggio fresco di latte vaccino. Delizioso al naturale, è

ingrediente cremoso di dessert, torte salate, ripieni per carne e pesce (Capri senza lattosio, Mauri, 160 g, a € 2,30).

Mi piace perché: è molto digeribile, ideale per chi soffre di questa intolleranza e per i bambini, spalmato sul pane a merenda.

Brodo in un lampo

SEMPLICE E GENUINO



Cos'è: preparato granulare per brodo vegetale, contiene il 18% di verdure (Brodo Vegetale Istantaneo, Specialità nella tradizione, Oler, 200 g, a € 5,69).

Mi piace perché: saporito e leggero, privo di grassi, non contiene lattosio, glutammato, conservanti né grassi idrogenati.