

VEGETARIANA & VEGANA

slowly veggie!

CUCINA PER L'ANIMA

€ 4,90



Numero 1 - Anno 4 - Bim. - GEN./FEB. 2017

RICETTE
VEGETARIANE
FACILI &
CREATIVE

37 IDEE DI STAGIONE

Dai canederli di quark e grano saraceno su letto di barbabietole rosse al soufflé di miglio con salsa di sambuco

ALTA CUCINA

Parla l'Executive Chef del ristorante vegetariano Joia, una stella Michelin

BREAKFAST

Le ricette per iniziare al meglio la giornata

BELLEZZA NATURALE

I prodotti che rispettano l'uomo e la natura

PIÙ ENERGIA E SALUTE CON I SUPERFOOD

vivere il benessere con gusto

DA ZUCCHI IL NUOVO OLIO DI SEMI DI ZUCCA

L'Olio di Semi di Zucca è un olio vegetale naturale pregiato tipico della cucina di Austria, Germania e Romania, ottenuto dalla spremitura a freddo dei semi della Cucurbita Pepo L., la classica zucca, regina degli orti da settembre a novembre. Grazie agli acidi grassi essenziali ad azione antiossidante, l'Olio di Semi di Zucca è particolarmente benefico poiché ricco di fitosteroli, con un buon quantitativo di sali minerali e vitamine. La gamma degli Oli Speciali Zucchi, di cui fanno parte anche gli oli di Avocado, di Vinacciolo e di Semi di Sesamo, è stata creata per fornire ai consumatori dei validi alleati in cucina, in grado di impreziosire con gusti speciali le preparazioni quotidiane.

www.zucchi.com

**PASTA 100% LEGUMI PROBIOS SENZA GLUTINE**

Probios propone la prima pasta 100% legumi senza glutine, prodotta in Italia, biologica, vegan e senza glutine, ideale per la dieta celiaca. Ultima novità di gamma sono gli spaghetti di lenticchie gialle, selezionati per il prestigioso premio "Sial Innovation 2016" (il riconoscimento attribuito dal Salone Internazionale dell'Alimentazione di Parigi). La pasta, ricca di proteine vegetali e fonte di fibre è disponibile anche nei seguenti gusti e formati: fusilli 100% lenticchie rosse, caserecce 100% ceci, fusilli 100% piselli e sedani rigati 100% fagioli neri.

www.probios.it

**NUOVE LASAGNE VEGETARIANE IN CASA STUFFER**

Gli italiani hanno sempre meno tempo a disposizione, ma non per questo rinunciano alla buona cucina. Intercettando questa tendenza, l'azienda Stuffer presenta le Lasagne con ragù vegetale, realizzate senza conservanti aggiunti, grassi idrogenati e senza olio di palma. Disponibili in comode vaschette nel formato da 400 g, si cucinano nel forno tradizionale o nel microonde in pochi minuti. Con questa novità Stuffer arricchisce ulteriormente l'assortimento dei propri "ready meals", quei piatti pronti che necessitano solo di essere riscaldati pochi minuti prima del consumo, come le cotolette di verdura e i nuggets della linea "Stuffer Vegetariani".

www.stuffer.it

**GNOCCHI FRESCI SELENELLA**

Dall'incontro con Patamore, azienda leader nel mercato della pasta fresca, Selenella presenta gli Gnocchi Freschi, preparati esclusivamente con patate di prima qualità, cotte a vapore nella propria buccia senza l'aggiunta di additivi chimici, aromi o conservanti. Il Consorzio Patata Italiana di Qualità, attraverso rigorosi sistemi di certificazione pre e post raccolta, controlla minuziosamente tutta la filiera produttiva, dalla coltivazione al confezionamento, a garanzia dei consumatori. Gli Gnocchi Freschi Selenella sono inoltre fonte di selenio, importante oligoelemento che all'interno di una dieta varia ed equilibrata protegge le cellule dallo stress ossidativo e contribuisce al normale funzionamento del sistema immunitario.

www.selenella.it

**IL GEMMODERIVATO MADRE**

Il Rosmarino (*Rosmarinus Officinalis* L.) svolge un'azione depurativa sul fegato e ne favorisce la rigenerazione. Questo gemmoderivato risulta dunque particolarmente utile nei casi di fegato appesantito o quando si desidera disintossicarsi, per esempio dopo cure farmacologiche o nei casi di digestione lenta e difficile. Il Rosmarino è anche un aiuto prezioso per regolare la funzionalità dell'apparato cardiovascolare. In vendita in farmacia.

www.vitaflorbio.it



veggie! 11