

LUGLIO n.7 2017

Cucina no problem

SOLO
1€



Paella mista di
carne e pesce
pag. 48



GRANDI CLASSICI DALLA SPAGNA

DALLA PAELLA ALLA TORTILLA, DAL
POLPO ALLA GALLEGA ALLA CREMA
CATALANA. E TANTE TAPAS

in più pomodori farciti con riso
Venere * crostata con i peperoni
* finte lasagne stile panzanella
* tagliata con salsa rossa * girelle
di frittata con melanzane * torta
gelata ai frutti di bosco

IN MEZZ'ORA

AMICI A CENA

GRANDI CLASSICI

SANI MA BUONI

UN GIRO AL SUPER

la spesa facile

di MICHELA PRANDONI e MAURO COMINELLI michela.prandoni@consulenti.mondadori.it

CONI LINEA CINQUE STELLE

Identikit: si chiamano proprio così questi coni gelato firmati Sammontana. Oltre ai classici Caffé, Panna e Cioccolato, Nocciola e crema, quest'anno arriva una croccante novità: il gelato al gusto vaniglia impreziosito con granella di pistacchio è un mix davvero irresistibile. (Cono Cinque Stelle, nei supermercati in multi-pack da 6 coni da 75 g l'uno, a circa € 8,56).

Mi piacciono perché: li tieni in freezer e sono sempre pronti a soddisfare la voglia di gelato in qualsiasi momento della giornata. Sono anche un'ottima alternativa alla merenda estiva dei golosi.



la star del mese

Affumicati gran gourmet



Un carpaccio di pesce è la soluzione ideale per affrontare le giornate più afose. Non solo è un antipasto originale, ma con pochi tocchi diventa un secondo leggero e veloce. Kv Nordic firma 2 versioni in buste sottovuoto: pesce spada e tonno affumicato. Il primo ha carni bianche, compatte e profumate, è ottimo condito con vinaigrette e pepe rosa (80 g, a circa € 8), il secondo sta bene con verdure a julienne e insalata di agrumi (80 g, a circa € 6,50).

24

Dal cuore tenero

TRADIZIONE CASEARIA

Cos'è: Gran Biraghi stagionato 7 mesi tagliato a fette sottili in pratiche vaschette

(Biraghetta, 120 g, a circa € 2,49). **Mi**

piacciono perché: sono ideali per l'aperitivo e per panini sfiziosi da portare anche in spiaggia.



Rosso fruttato

NUOVO AROMA

Cos'è: l'analcolico più amato ora è anche al gusto di arancia rossa (Crodino gusto Arancia Rossa, cluster 10 pezzi, a circa € 5,70). **Mi piace**

perché: il tipico sapore dolce-amaro non impegna e si sposa a meraviglia con stuzzichini di qualsiasi tipo.



Croccantissime

GUSTO AVVOLGENTE

Cosa sono: patatine 100% made in Italy, sfiziose e leggere (Selenella, 130 g, a € 1,19). **Mi**

piacciono perché: hanno un ridotto contenuto di grassi e di sale e si sgranocchiano senza sensi di colpa.

