

Eva CUCINA

MENSILE
ANNO VIII - n. 1
GENNAIO
DATA USCITA
29.12.18

solo
€1⁵⁰

oltre
100
RICETTE
& CONSIGLI

Tutti riuniti intorno
al focolare



ricette consigli salute bellezza

SPECIALE
POLENTA

All'interno il calendario 2019
da staccare e conservare

Pasta

LUNGA O CORTA
DA NORD A SUD,
L'ITALIA È SERVITA

★ Selezionati per voi ★



MELE, DOPO
LE FESTE
PROTAGONISTE
DI RICETTE
DETOX

più sane
più belle

Bellezza e make up
Il calendario della bellezza

Salute e benessere

Antibiotici: pro e contro

Titty & Flavia

Trucchi e consigli per
la casa delle esperte e
influencer

In forma

Iniziamo l'anno
con il piede giusto

Creativi con le patate

tante cotture e infiniti abbinamenti
per piatti da "grande freddo"

RISOTTO AI FUNGHI
CHAMPIGNONS



18

Idee originali, facili
ed economiche, con
funghi e tante verdure

SPEZZATINO DI MAIALE
AL FORNO CON PRUGNE



76

Spezzatini, polpette,
fettine, tutta la bontà
della carne di maiale

CUPCAKES DI
SAN VALENTINO



86

Tête-à-tête romantico
con i morbidi dolci
di San Valentino

CIBO E SALUTE PER RITROVARE IL
RITMO NATURALE BASTA UNA COCCOLA



ALLEATI IN CUCINA
a cura della redazione

shopping



CÉRÉAL PAIN D'ÉPICES, GUSTO E BENESSERE

Il Pain d'Épices è un prodotto dalle origini molto antiche che proviene dalla tradizione dei **Paesi del Nord Europa**, dove è considerato ben augurante nella notte di San Silvestro. Da Céréal questo dolce viene preparato oggi secondo le ricette originarie e vuole fare riscoprire un gusto antico con in più tutta l'energia naturale del **miele** e le proprietà della **crusca di segale** e della **farina di segale** integrale. Senza coloranti, né conservanti.

CON SELENELLA VA DI MODA IL ROSÉ

Da una nuova varietà di patata nasce Selenella Rosé: gusto intenso e deciso, buccia rosa e polpa giallo vivace. **Ricca di amido**, è ideale per gnocchi, purè e frittate. Coltivata esclusivamente in Italia da filiera certificata, fonte di selenio e **luteina** (un carotenoide dalle funzioni antiossidanti e antiinfiammatorie che contrasta i radicali liberi, protegge la vista ed è utile per la salute della pelle), nasce da un'agricoltura sostenibile ed è controllata e garantita dal Consorzio. Confezione da 1 kg-1.5 kg.



Cirio: le salse pronte da Pelato di Puglia

Le nuove salse pronte da Pelato di Puglia sono realizzate con i pomodori pelati 'lunghi' 100% pugliesi, raccolti da Cirio al giusto grado di maturazione e lavorati in poche ore per garantirne il sapore fresco. La nuova gamma si compone di 3 ricette Vegan OK: **Classica**, con origano e olio evo; **Goji e Menta**, dal perfetto equilibrio tra la freschezza della menta e la delicatezza delle bacche di Goji; **Maggiorana e Pepe Rosa**, con un mix di erbe aromatiche che danno alla passata un tocco speziato.



I nuovi dadi Bio Bauer sono... speziati!

Con Bauer, un viaggio in Oriente fra note esotiche, con la proposta di 4 nuovi dadi vegetali bio speziati: Dado BIO allo **Zenzero**, Dado BIO al **Curry**, Dado BIO alla **Curcuma** e Dado BIO allo **Zafferano**. Con i nuovi dadi biologici speziati sarà immediato insaporire ricette etniche e tradizionali, senza bisogno di aggiungere altri aromi. I dadi sono realizzati con l'estratto di **lievito 100% bio**, senza grassi idrogenati e senza glutammato monosodico aggiunto. Sono inoltre senza glutine e senza lattosio.



ORZORO, IL CALORE E LA BONTÀ IN UNA TAZZA

È tempo di "armarsi di ferri e gomitolo" e mettersi all'opera in compagnia di una tazza di ORZORO® e, perché no, creando proprio qualcosa che ci permetta di gustare la nostra pausa rigenerante al meglio, ovvero realizzando un **originale copri tazza**. Con l'aiuto di ORZORO®, spazio alla fantasia dunque, per ricreare un oggetto dallo stile davvero unico, da regalarsi o da regalare a chi si ama. **Orzoro® Orzo Solubile** (orzo tostato solubile) da 120 g - 200 g; **Orzoro® Orzo e Cacao Solubile** (orzo solubile 44%, zucchero, cacao magro in polvere 25%) da 180 g.