



Eva CUCINA

ricette consigli salute bellezza

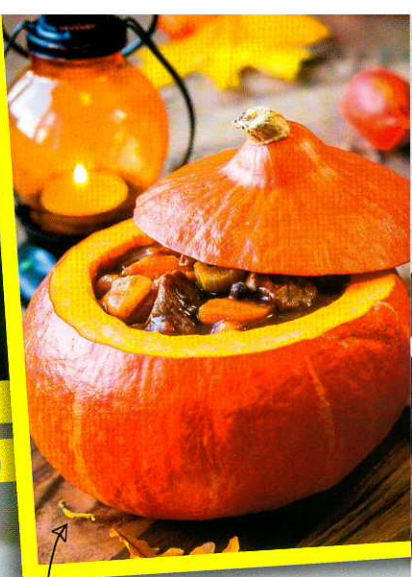
MENSILE
ANNO VIII - n. 10
OTTOBRE
DATA USCITA
28.09.19

solo
€1,50

oltre
100
RICETTE
& CONSIGLI

Dolcetto o scherzetto?

Preparazioni da brivido



SPECIALE
HALLOWEEN

★ Selezionati per voi ★

SAGRA, L'OLIO
DI QUALITÀ
ITALIANO



LA LAGUNA
DI VENEZIA

Isole, pescatori
e antichi sapori

più sane
più belle

Bellezza e make up
Autunno, tempo di coccole
e di benessere

Salute e benessere
Frutta, verdura, fibre e acqua
vs i diverticoli

Titty & Flavia
Quattro idee per rendere
sicuro l'ambiente
dei vostri bimbi

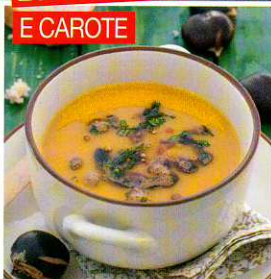
In forma
Cambio di stagione?
Cambiamo abitudini

CIBO E SALUTE BACCHE DI GOJI,
ECCO A VOI L'ALIMENTO MIRACOLOSO!

Giovedì gnocchetti le ricette della nonna

Non solo di patate... segreti e curiosità per
preparare questo piatto gustoso con tante varianti

ZUPPA DI CASTAGNE
E CAROTE



I 5 superpoteri del
frutto del bosco perché
non è solo buono!

CARCIOFI
ALLA ROMANA



Preziose ricette con
l'ortaggio più amato,
dal gusto gentile

FRITTELLE
DI MELE



Dolci golosi con un
te caldo per scaldarsi
con i primi freddi



A-F-D-MC € 4,00
B-L € 3,80
UK-GBP € 3,30
P-E € 3,00
CH CHF 4,60
CH Ticino CHF 4,00

ALLEATI IN CUCINA

a cura della redazione

shopping e

GUSTI DECISI CON IL BARBERA D'ASTI DOCG

L'autunno porta con sé la voglia di sapori avvolgenti, morbidi, caldi. Si mette da parte, ma solo per un po', la freschezza e la frizzantezza e si accolgono gusti più decisi e complessi. Il **Barbera d'Asti DOCG delle cantine Toso** ha le doti giuste per accompagnare i pasti più raffinati di questa stagione autunnale. Vino rosso che nasce nel cuore del Monferrato, ha la peculiarità di un carattere deciso: colore granato, profumo complesso, sapore intenso, grande pienezza e morbidezza. È eccellente in abbinamento a carni rosse, selvaggina e formaggi stagionati.



Mini Muffin alle nocciole senza lattosio

Trionfo di piacere, morbidi e golosi sono i **Mini Muffin alle nocciole della linea naturalmente SENZA LATTOSIO Céréal**. La novità Céréal ha un cuore tenero al cacao e nocciola, ed è pensata per non penalizzare chi soffre di intolleranze al lattosio e allergie alle proteine del latte. Dalla caratteristica forma rotonda, sono ideali in qualsiasi momento della giornata ed adatti a tutta la famiglia, anche perché sono prodotti con la massima cura naturalmente: senza lattosio, senza latte, senza olio di palma, senza glutine, con cacao certificato UTZ e solo con uova provenienti da allevamenti all'aria aperta.



UNA DAILYDOSE DI DOLCEZZA

Per rispondere in modo sempre più completo alle esigenze di tutti i celiaci, l'azienda **FIOR DI LOTO** ha deciso di rendere più completa la gamma a marchio **Zer%Glutine** aggiungendo i nuovi **tarallini integrali**, realizzati secondo la tradizione pugliese e prodotti con farina di riso. I nuovi frollini farciti con albicocca o con gocce di cioccolato, invece, saranno la dailydose di dolcezza irrinunciabile.



Vivaci bevande a base di succo di frutta

Frutta e aceto drink, una vivace bevanda a base di succo di frutta, aceto di mele non filtrato e aceto balsamico di Modena IGP, disponibile nelle varianti **frutti rossi**, **limone e zenzero** e **arancia**. La **Crema di arachidi e cacao** e la **Crema di nocciole e cacao**, sono due creme spalmabili prodotte artigianalmente senza latte e senza glutine contenenti tre soli ingredienti: 60% di nocciole italiane o 60% di arachidi, cacao e zucchero estratto da fiori di cocco. Mentre il **preparato per waffle e pancake**, è un prodotto senza glutine che permette di preparare facilmente, seguendo le indicazioni presenti sul pack, waffle e pancake sia nella versione tradizionale che in quella vegana.



UN AUTUNNO BURROSO

Con l'arrivo dell'autunno "Bottega Balocco Italian Bakery 1927" propone un grande classico della pasticceria artigianale: i **Krumiri**, biscotti al burro tipici della tradizione piemontese. Ora che le giornate si accorciano e una buona tazza di tè è la compagna perfetta per affrontare l'arrivo di un clima più rigido, i Krumiri sono perfetti per arricchire di gusto e bontà ogni colazione in famiglia, ogni merenda in compagnia di amici o di un buon libro.

Creati con solo farina di frumento, burro, zucchero, uova fresche da galline allevate a terra. E per i più golosi ci sono anche i Krumiri al burro Bottega Balocco nella variante con le gocce di cioccolato.



Da oggi Selenella è anche Cipolle!

Selenella, non solo patate! Frutto di anni di ricerca e selezione, arriva sul mercato una nuova referenza, le cipolle Selenella!

Le **cipolle Selenella** sono fonte di selenio, nascono da un'agricoltura sostenibile e sono prodotte in Italia da filiera certificata. Il selenio, se assunto regolarmente e nell'ambito di una dieta varia ed equilibrata, aiuta a proteggere le cellule dallo stress ossidativo e contribuisce al buon funzionamento del sistema immunitario. Una sorpresa piena di gusto, disponibili nelle tipologie rossa e bianca. Un prodotto di eccellenza, come tutte le referenze del Consorzio Patata Italiana di Qualità.

La **rossa**, dolce e delicata, ideale per insalate; la **bianca**, pungente e saporita, perfetta al forno o lessata.

