NOVEMBRE n.11 2010

Cucina no problem

Arrosto di vitello con castagne e verza
pag. 66

SOLO 1€

A SCUOLA DI ARROSTI
DI MANZO, VITELLO E MAIALE MA ANCHE TACCHINO E CONIGLIO

in più pasticcini salati di polenta * pappardelle alla carbonara * bocconcini di nasello * pollo all'uccelletto * torta di mele al Calvados

MONDADORI Anno 9 - Mensile - novembre 2010 - Poste Italiane spa - Sped. in A.P. - D.L. 353/03 art. 1, comma 1, DCB Verona - Belgio € 2,20 - Lux € 2,20 - Germ. € 3,20 - Grecia € 2,20 - Portogallo (Cont.) € 3,00 - Svizzera CHF 3,30 - Svizzera CT CHF 3,20

IN MEZZ'ORA | AMICI A CENA | GRANDI CLASSICI | SANI MA BUONI

{cucina naturale}

di MAURO COMINELLI cucinanoproblem1@mondadori.it

LEGUMI E CEREALI IN POLVERE

Identikit: Cinque differenti farine istantanee - fagioli borlotti, ceci, piselli, fave e multicereali - pronte all'uso: basta stemperarle con acqua, brodo o latte caldi e portare a bollore per avere ottime basi per farinate, creme, polentine o vellutate. *(Farine istantanee, Farinpiù, conf. da 200 g - Multicereali da 150 g - a 2,00 €. Nei negozi bio e nei supermercati più forniti). www.farinpiu.it*

Mi piacciono perché: pre-cotte e di facile utilizzo, le 5 farine sono prodotte da materie prime selezionate e naturali, e confezionate in pratici pack contenenti 1 (solo Multicereali) o 2 buste da 2/3 porzioni ciascuna.

Una novità dolce come il miele

Per la prima volta nel settore, viene messo in vendita il miele raccolto nei mesi di maggio (acacia) e giugno 2010 (millefiori). Il miele "novello" è di qualità e gusto superiori, e mantiene intatte tutte le sue proprietà nutritive. Dal 1/10/10 fino al 31/10/10, sarà disponibile l'inedita confezione dedicata alla gustosa novità della nota azienda di apicoltura biologica *(Il Novello, Miele di acacia e Miele di Milelfiori, Apicoltura Casentinese, vasi da 750 ml, acacia a 9,30 € ; millefiori a 6,90€).*

Merenda gluten-free

PER I PIÙ PICCOLI

Cosa sono: Mini torte paradiso, prodotte esclusivamente con farine di riso e mais, totalmente prive di glutine *(Tortine Farmo, 240 g, 4 tortine monopack da 60 g, 3,90 €).*

Mi piacciono perché: confezionate singolarmente, le tortine sono perfette per colazione o da infilare nello zainetto per la merenda.

Bevanda energetica

CARICA AL NATURALE

Cos'è: storica preparazione istantanea a base di orzo tostato. Dal sapore deciso, è dissetante e genuina *(Orzo Bimbo Solubile, 120 g a 1,45 €).*

Mi piace perché: ha un alto potere energetico ma è priva di caffeina. Adatta sia ai più piccoli sia a chi ha scelto di eliminare il caffè dalla dieta.

Mai più pesantezza

FRIZZANTE NOVITÀ

Cos'è: versione solida del noto digestivo granulare effervescente *(Compresse Brioschi, conf. da 25 unità, 3.79 €).*

Mi piace perché: la pratica confezione tascabile ti consente di portarle sempre con te. Puoi usarle quando vuoi perché si sciolgono in bocca senza bisogno di acqua.