

SHOPPING BENESSERE

cucina naturale

di BARBARA RONCAROLO cucinanoproblem3@mondadori.it



la star
del mese

ORIGINALI CUBETTI DI MARE

Identikit: filetti di salmone, tonno e pesce spada affumicati e tagliati a cubetti. L'affumicatura avviene con miscele di legni pregiati capaci di esaltare il sapore del pesce, che viene tagliato a dadini e conservato nella confezione da 2 vaschette (*Cubetti di pesce affumicato, Riunione Industrie Alimentari, 2 vaschette da 35 g l'una, a 3,90 €*).
Mi piacciono perché: la pratica confezione è a prova di spreco. Puoi usare i cubetti per fare golose tartare, per arricchire il ripieno di una torta salata, o per salse per la pasta, sughi e insalate.

Un cofanetto carico di frutta



Una collezione di 9 vasetti da 30 g ciascuno di confetture Fiordifrutta (albicocca, fragole, ciliegie, mirtilli), miele (del bosco, di tiglio, abete e acacia) e crema di cacao e nocciole, tutti biologici e senza zucchero aggiunto. La confezione è in legno naturale ed è una dolce idea regalo per gli appassionati di merenda e colazione. La trovi nei migliori supermercati (*Tuttifrutti, Rigoni di Asiago, a 15 €*).

112

100% biologico



SPREMITURA A FREDDO

Cos'è: olio extravergine biologico (*Bios, Olio extravergine di oliva, Monini, 750 ml, a 7,39 €*).

Mi piace perché: è genuino, naturale e dal sapore intenso e fruttato. Con poche gocce a crudo valorizzi primi, minestrini e bruschette.

Fino a Roma



LA SPESA BIO A CASA
Cos'è: servizio di consegna a domicilio di verdura e frutta bio (*Info: tel. 848 694 693 www.bioexpress.it*).

Mi piace perché: puoi regalare l'abbonamento Bio Express a chi vuoi tu. È attivo in Alto Adige, Lombardia, Toscana, Triveneto, Emilia Romagna e ora, anche a Roma.

Miscele profumate



TISANE NATURALI

Cosa sono: 12 infusi diversi, a base di erbe, spezie e frutta (*Yogi Tea®, 24 bustine, 50 g, a 5,95 €*).

Mi piacciono perché: nella confezione di Natale, trovi tante tisane rilassanti, depurative o energizzanti, ideali in qualunque momento della giornata.