

Lavoriamo ogni giorno per offrirti di più a meno.





Prodotti VéGé. L'accento sulla qualità.

GRAZIE: VOCE DEL VERBO "PROTEGGERE", ANZI DOPPIO GRAZIE

Il primo va alle cassiere, ai commessi, a tutti gli addetti alle vendite dei nostri 3585 supermercati sparsi in tutta Italia. Sono veramente tanti i dipendenti delle diverse insegne di Gruppo VéGé che sette giorni su sette si adoperano con coraggio, professionalità e attenzione, per garantire la presenza dei prodotti necessari alle esigenze di tutti.

In questo momento di profonda incertezza, il poter contare sempre sul loro operato e la loro "eccezionale normalità" è straordinariamente importante. Andare a fare la spesa senza ansia, senza paura, tranquillamente, significa che davvero andrà tutto bene. A queste donne e uomini va quindi il nostro ringraziamento per quanto stanno facendo e per la caparbietà e testardaggine che quotidianamente dimostrano nel voler salvaguardare la serenità e l'economia di tutto il nostro bellissimo Paese.

E poi, carissimi Clienti, lettori di questa nostra rivista, un grazie ancora più grande va a tutti voi per la fiducia che continuate a regalarci. Molte cose negli ultimi mesi sono cambiate, ma l'attenzione con cui operiamo in tutti i nostri supermercati per accogliervi in sicurezza, con prodotti di qualità sempre più convenienti, viene ricambiata tutti i giorni dalla vostra presenza, i vostri sorrisi, la vostra gioia di vivere.

Noi continueremo a lavorare per proteggere sempre la vostra spesa. Il verbo "proteggere" è una bellissima dichiarazione d'amore e noi siamo davvero innamorati del nostro lavoro. Per questo saremo sempre felici di accogliervi, distanziati fisicamente, con la mascherina e le mani pulite, ma vicini, anzi vicinissimi, ai bisogni e alle esigenze di tutti.

Questa certezza è alla base del nostro augurio: buona salute e buon Natale!

Giorgio Santambrogio @Gsantambrogio1

NATURALE perché fatto solo con carne di maiale italiano, sale marino e l'aria di San Daniele. **SINCERO** perché non ha segreti, solo un ambiente intatto e magie naturali; terre alte, le Alpi, l'Adriatico e il vento. ...UNICO perché più che un Prosciutto è una cultura.

Il segreto del San Daniele è San Daniele

www.prosciuttosandaniele.it







- 7 **TUTTI A TAVOLA** È TEMPO DI COCCOLE di Stefania Pianigiani
- 13 **DI STAGIONE**TUTTE LE FORME
 DELLA BONTÀ
 di Tina Vallega
- 19 CUCINA INTERNAZIONALE
 DAL CUORE ANTICO
 DELL'EUROPA
 di Anna Curiati
- 25 **MENU BAMBINI**GIOCHI GOLOSI
 di Chiara Brandi
- 29 UN TERRITORIO, UN VINO NON È UNO SCHERZETTO di Sergio Lo Monte
- 33 **VIAGGI**DALLO JONIO AL TIRRENO
 di Anna Giachi
- 39 SOLIDARIETÀ
 AIUTI SENZA FRONTIERE
 di Sabina Armani
- **43 TECNO**
- 49 CULTURA E TEMPO LIBERO

Edizioni Libò, via Passavanti 35r 50133 Firenze

Registrazione del Tribunale di Firenze n. 4964 del 15/05/2000.

Direttore responsabile: Leonardo Romanelli

Comitato di redazione: Giorgio Santambrogio, Francesca Repossi, Eleonora Matteucci, Andrea Crescenti, Lorenzo Monzo.

Coordinamento editoriale: Eleonora Matteucci

Caporedattore: Lirio Mangalaviti Impaginazione: Lucia Chieffo

Coordinamento redazionale: Edi Ferrari

Collaboratori: Sabina Armani, Chiara Brandi, Anna Curiati, Anna Giachi, Sergio Lo Monte, Stefania Pianigiani, Ugo Torricelli, Tina Vallega.

Foto. Coperta: Marka. Le foto delle ricette e i piatti sono di Paolo Matteoni; l'immagine a pag. 47 è di Andrea Fantauzzo. Per la rubrica Viaggi, grazie a Kalabria Trekking. Altri credits segnalati accanto alle immagini.

Le Edizioni Libò sono disposte a negoziare il pagamento dei diritti per le immagini delle quali non è stato possibile chiedere preventivamente il permesso di pubblicazione.

Per la pubblicità su queste pagine: Gruppo VéGé Soc. Coop., via Lomellina 10, 20133 Milano, tel. 02/752961.

Stampa: Abramo Printing & Logistics, Catanzaro tel. 0961/900001

Contatti

Al telefono: N° Verde VéGé 800 137030 dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 13:00

Sul web: www.gruppovege.it

Su Facebook e Instagram: Gruppo VéGé Supermercati

FACCIAMO TUTTO ALLA LUCE DEL SOLE







IMPEGNO



CURA latecione del migrilari parameter 183'li statumi



RISPETTO Recents 100% mecessics, on larges measure



Molto più che pomodoro

È TEMPO DI COCCOLE

Per scaldare il corpo e l'anima, niente di meglio di zuppe, minestre e vellutate



Zuppa di porri, broccoli e scampi inverno è il periodo dell'anno che la nostra mente abbina al comfort food: è in arrivo la stagione di zuppe, minestre e vellutate, per scaldare il corpo e l'anima, e mai come quest'anno ne abbiamo un gran bisogno. Dalle castagne alla pastinaca, passando poi ai porri e al cavolfiore, sono tante le combinazioni alimentari che possiamo portare in tavola in una

scodella fumante. Siamo diventati sempre più esigenti e attenti a
quello che mangiamo, ci siamo ritrovati a coltivare zucche e fagioli sul balcone e sempre più spesso
scegliamo prodotti biologici per
cucinare le nostre ricette. Per molti
una zuppa fumante, una minestra
in brodo e una vellutata, sono il
simbolo del pasto serale, arricchito da un giro di olio extraver-



1 TAVOLETTA = 1 GIOCATA!

PROVA A VINCERE

playmobil





Concorso "Gioca con Milka" valido dal 15/09/20 al 31/12/20. Prodotti aderenti, aree e siti e-commerce coinvolti e regolamento su www.giocaconmilka.it *Max 10 prodotti (pari a max 10 giocate) per documento d'acquisto. Su e-commerce conserva la ricevuta. Montepremi 28.490 euro IVA inclusa.



GUSTA CÔTE D'OR







◀ gine di oliva del nuovo raccolto e da una grattugiata di Parmigiano Reggiano per renderle ancora più gustose. Economiche e versatili, che sia un mix di legumi e verdure, una minestra di riso e cicoria come faceva la nonna, i classici passatelli in brodo, oppure un passato di cicerchie e rigatino croccante, l'importante è che piaccia a tutti i commensali, che sprigioni profumo e aromaticità e che venga la voglia di mangiarne un piatto in più. La fantasia e i prodotti che abbiamo in Italia, ci permettono di fare ogni giorno un piatto diverso, dalla tradizionale carabaccia toscana con le cipolle alla vellutata gourmet con topinambur, daikon e curcuma, passando per un grande classico della tradizione italiana, i tortellini in brodo: l'importante è che siano gustose e stimolanti.

Con il loro grande concentrato di verdure e legumi, le zuppe sono un raggruppamento di minerali, vitamine e fibre che servono al nostro corpo. Cerchiamo sempre di puntare sugli ingredienti di stagione come cavolo nero, broccoli, cavolini di Bruxelles, cavolo cappuccio, finocchi, sedano rapa, cardi, tutte le varietà di zucca, dalla mantovana alla zucca berrettina piacentina, passando per la zucca di Chioggia, e abbiniamo gli ortaggi a quinoa, riso, orzo, farro, amaranto, pasta corta per minestre, e a legumi come piselli, fagioli, ceci, fave, lenticchie: in questo modo la vostra zuppa

la ricetta

Zuppa di porri, broccoli e scampi

Ingredienti (per 4 persone): 800 g di broccoli, 1 porro, 1 cipolla, 1 spicchio d'aglio, 8 scampi, 50 cl di brodo vegetale, olio extravergine di oliva q.b., sale e pepe q.b.

Tempo di preparazione 15 minuti **Tempo di cottura** 40 minuti

Difficoltà ● ○ ○ ○ Costo ● ○ ○

Vino consigliato Pigato

Pelate e tritate la cipolla, lavate i broccoli e il porro. Tagliate i broccoli, sia le cimette, che i gambi e il porro. Scaldate l'olio in una casseruola e rosolate il porro e la cipolla per 5 minuti. Aggiungete i broccoli e l'aglio schiacciato, cuocete per altri 5 minuti. Aggiungete il brodo e aggiustate di sale e pepe, e fate cuocere a fuoco basso per una ventina di minuti. Scolate le verdure e mettetele nel mixer, aggiungendo dell'acqua di cottura fino a ottenere la giusta consistenza. Rosolate gli scampi in una padella con 1 cucchiaio di olio extravergine d'oliva e salateli. Dividete la crema di broccoli in 4 scodelle, adagiate sopra gli scampi, condite con un giro d'olio e servite.

sarà davvero un piatto nutriente. E perché non metterci anche le uova? Se volete una zuppa un po' fuori dal comune, quella con patate, erbe aromatiche miste, uova e gorgonzola, farà davvero un figurone, e in più è un toccasana per l'organismo. Se poi volete preparare qualcosa di più sofisticato per un'occasione importante, la vellutata di pastinaca all'arancia è quello che farà al caso vostro: riscoprite questa antica radice, dal leggero sentore di carota, sedano e nocciola, e combinatela con lat-



Bollicine in grande stile





www.caldirola.it

te, patate, burro, cipolle e brodo vegetale, sarà una goduria per il palato, resa ancora più intrigante dal gusto dell'arancia.

Altra ricetta ricca di sapore può essere la vellutata di sedano rapa, Puzzone di Moena e lardo, che combina il lato rustico con le influenze della montagna, risultando un piatto delizioso e fuori dagli schemi. E se vi piacciono i sapori montanari, una bella minestra con la Toma e le verdure dimenticate, calda e rustica, sarà ideale per riscaldare le serate d'inverno: basta aggiungere sedano, patate e topinambur, anice stellato e zafferano, e il lato fon-

dente del formaggio; sarà ottimo accompagnato da pane tostato agliato. Rimanendo sul classico, il minestrone di verdure dell'orto non annoia proprio mai, e se alla fine ci aggiungete un bel cucchiaio di pesto genovese, le vostre papille gustative si emozioneranno per tanta bontà.

Mixer e pentola a pressione, che sono un aiuto importante in cucina anche per chi ha poco tempo, permettono poi a tutti di preparare le zuppe da gustare al momento, e di metterle in freezer, pronte per essere consumate ogni volta che abbiamo bisogno di un pasto caldo e di una coccola appetitosa.



la ricetta

Vellutata di castagne

Ingredienti (per 4 persone): 800 g di castagne, 1 spicchio d'aglio, 1 porro, 50 cl di brodo di pollo, 5 foglie di alloro, 25 cl di latte di riso, noce moscata q.b., sale e pepe q.b.

Tempo di preparazione 20 minuti Tempo di cottura 60 minuti Difficoltà ● ○ ○

Costo ● ○ ○

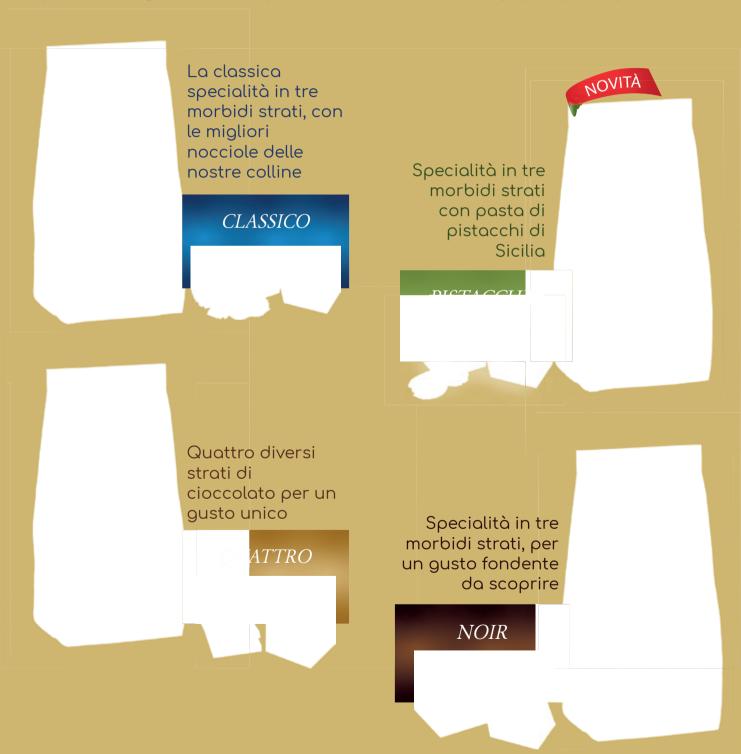
Vino consigliato Lambrusco amabile

Mettete a lessare le castagne, già sbucciate e spellate, con un pizzico di sale, e qualche foglia di alloro. Lavate e affettate il porro, pelate e schiacciate lo spicchio d'aglio, metteteli in una casseruola, aggiungete il brodo di pollo, l'alloro e fate cuocere per 10 minuti. Scolate le castagne e aggiungetele agli altri ingredienti, insieme al latte di riso; tenetene qualcuna da parte per utilizzarla come decorazione finale. Portate a ebollizione, quindi abbassate la fiamma e cuocete per 10 minuti a fuoco lento. Togliete la foglia di alloro e versate la vellutata nel frullatore fino a ottenere un composto liscio. Condite con sale e pepe e aggiungete la noce moscata. Dividete in quattro piatti, cospargete con le castagne che avevate tenuto da parte e che avrete sbriciolato, e servite subito.



CUADRO NOVI:

SCOPRI TUTTA LA GAMMA DI DELIZIOSE SPECIALITÀ!



TUTTE LE FORME DELLA BONTA

Protagonista di ricette sane e gustose, il cavolo è un ortaggio dalle tante varietà tutte da scoprire



Sformato di cavolfiore

ono così numerose le varietà di cavolo, che potremmo mangiarlo tutti i giorni senza stancarci mai. Quello che va sotto il nome generico di "cavolo", infatti, è una tipologia di ortaggio ("Brassica oleracea") che appartiene alla famiglia delle Crucifere e che presenta numerose varietà differenti per forma, colore e gusto. Fra le più comuni e apprezzate, troviamo il cavolfiore, del quale – come il nome stesso suggerisce – si consuma l'infiorescenza, che può essere di colore bianco, verde o violetto. Anche dei broc-

PELLINI

Scopri l'eccellenza dell'espresso Pellini nelle nuove Capsule Compostabili Autoprotette



Capsule compatibili con macchine Nespresso®*.

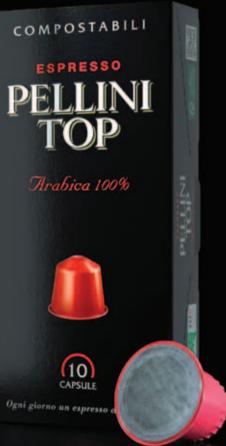


Compostabili: realizzate in materiale vegetale. Si smaltiscono nel umido.Certificate da OK Compost.



Autoprotette: barrierate e capaci di conservare tutta la fragranza e il gusto del caffè.





www.pellinicaffe.com

coli si consuma l'infiorescenza (di colore verde scuro), mentre per le altre varietà di cavolo la parte commestibile è rappresentata dalle foglie: è il caso, per esempio, del cavolo nero (dalle foglie di un verde molto scuro), particolarmente apprezzato in Toscana e protagonista della famosa ribollita, e del cavolo verza, simile al cavolo cappuccio ma con foglie grinzose e increspate, ingrediente immancabile della cassoeula milanese e dei pizzoccheri alla valtellinese.

Una delle varietà di cavolo più curiose è il cavolo rapa, detto così per la forma del fusto che ricorda quella di una rapa (ma che non ha niente a che fare con le rape dal punto di vista botanico) e che può essere consumato sia cotto che crudo.

Nella cucina del Nord Europa sono invece particolarmente diffusi i cavoletti di Bruxelles (che sono i germogli che crescono lungo il fusto di questa varietà, detta appunto "gemmifera") e il cavolo cappuccio, che in area tedesca viene fatto fermentare per preparare i famosi crauti.

Pochissimi zuccheri e grassi, tanta acqua, fibre e sali minerali fanno del cavolo un alimento adatto a qualsiasi dieta sana, anche ipocalorica. Tutte le varietà di cavolo sono ricche di minerali come potassio e fosforo, ma anche di vitamina B, C, K e acido folico: un vero e proprio concentrato di benessere, insomma, che per rimanere tale dovrebbe però essere con-

la ricetta

Sformato di cavolfiore

Ingredienti (per 4 persone): 1 cavolfiore, 1 cipolla, 500 g di carne macinata, 100 g di Parmigiano Reggiano grattugiato, 100 g di yogurt greco, 2 uova, 200 g di pancetta a fette, 2 cucchiai di pangrattato, 1 cucchiaino di paprika dolce, 2 cucchiai di senape, sale, pepe in grani, olio extravergine di oliva

Tempo di preparazione 15 minuti Tempo di cottura 1 ora e 10 minuti Difficoltà ● ● ○

Costo ● ● ○

Vino consigliato Morellino di Scansano

Pulite il cavolfiore, praticate un taglio a croce sul gambo e lessatelo in abbondante acqua salata. con il coperchio, per 10 minuti, poi scolatelo e fatelo sgocciolare. Pulite la cipolla e tritatela finemente. In una ciotola, mescolate la carne, la cipolla tritata, il pangrattato e la paprika. Aggiungete il sale e una generosa macinata di pepe. Unite al composto gli ingredienti restanti: lo yogurt, la senape, le uova, il formaggio grattugiato e mescolate bene fino a ottenere un composto morbido ma sodo (potete aggiungere mezzo bicchiere di acqua se necessario). Oliate una teglia, disponete il cavolo lessato e spezzettato, e copritelo con il composto di carne (ad eccezione del fondo). Infine disponete sulla superficie le fette di pancetta e cuocete in forno preriscaldato a 180° per 1 ora.

sumato crudo (come, per esempio, in una squisita insalata di cavolo cappuccio). Quando ciò non è possibile, il consiglio è quello di cuocere il cavolo al vapore, per una decina di minuti, per preservarne il più possibile intatte le proprietà nutritive. Il cavolo cotto al vapore potrà poi diventare ingrediente di tante gustose ricette: un classico dell'inverno è sicuramente il cavolfiore gratinato al forno, così



SETA

Scopri la nuova gamma Müller Seta





Tutto il gusto di un fresco e goloso cuore di frutta avvolto in un nuovo bianco dalla cremosità piena e intensa, per un'esperienza di gusto mai provata prima.

Müller Seta il piacere che non ti aspetti

Fate l'amore con il sapore.



La perfezione della natura

Ouando prepariamo il broccolo romanesco (detto anche cavolo romano) saltato in padella, ne ammiriamo la forma curiosa, ma forse non siamo consapevoli di essere di fronte a un vero e proprio prodigio della natura. L'infiorescenza del broccolo romanesco, infatti, è un frattale, ossia un oggetto geometrico la cui forma si ripete uguale su scale diverse (ogni singola rosetta del broccolo, cioè, ha a sua volta la forma di un piccolo broccolo). Ma la meraviglia non finisce qui: il numero di rosette che compongono il broccolo romanesco è sempre un numero che è la somma dei due che lo precedono: questa sequenza di numeri (0, 1, 1, 2, 3, 5, 8, ecc.) si chiama successione di Fibonacci (dal nome del matematico pisano che la scoprì nel XIII secolo) e trova una rappresentazione grafica nella spirale, che si riscontra anche in molte forme naturali (come la conchiglia o, appunto, il broccolo romanesco).

come i broccoli lessati al vapore, saltati in padella e usati insieme alla pancetta o alle acciughe per condire la pasta.

Tanta bontà, tuttavia, si accompagna spesso a un piccolo inconveniente: l'odore del cavolo durante la cottura non è esattamente gradevole. Si può ovviare a questo problema appoggiando sul coperchio della pentola in cui sta cuocendo il cavolo un piccolo recipiente pieno di aceto oppure, se lo si cuoce al vapore, mettendo una foglia d'alloro nell'acqua sul fondo della pentola.



la ricetta

Cavolo nero con speck e fagioli

Ingredienti (per 4 persone): 1 kg di cavolo nero (o meno, se usate le cime già pulite), 100 g di speck a dadini, 125 g di fagioli cannellini lessati, olio extravergine di oliva, sale

Tempo di preparazione 15 minuti Tempo di cottura 15 minuti Difficoltà ● ○ ○

Costo • O O

Vino consigliato Chianti

Sfogliate il cavolo nero e lessatelo in abbondante acqua salata per 10 minuti. Nel frattempo, in una padella capiente, rosolate lo speck per 3-4 minuti. Scolate il cavolo nero e passatelo subito sotto l'acqua fredda perché mantenga il suo colore brillante, quindi aggiungetelo in padella insieme allo speck e ai fagioli ben scolati. Fate saltare in padella per 5 minuti, mescolando sempre in modo da amalgamare bene gli ingredienti. Servite ben caldo.



www.madiventura.it

casa e differenziata nell'organico.

DAL CUORE ANTICO DELL'EUROPA

La cucina ungherese risente di tante culture gastronomiche diverse che si incrociano in aromi e sapori speziati e agrodolci



Tokany

l simbolo per eccellenza della cucina ungherese è la paprika, un peperone di cui esistono due tipi: quello dolce e quello piccante. Fu introdotta in Europa da Cristoforo Colombo e da qui passò in Asia Minore da dove i turchi la portarono in Ungheria. Secondo altre teorie, invece, la paprika ungherese, più piccante di quel-

la americana, sarebbe originaria delle Indie orientali. Inizialmente impiegata come surrogato del pepe, oggi è largamente diffusa e consumata a seconda delle varietà: da mangiare cruda, da conservare sottaceto, da triturare in polvere e usare come spezia.

Per la storia e la posizione geografica dell'Ungheria, la sua cucina



GoGo fruit!



LA FRUTTA INCONTRA IL DIVERTIMENTO.





✓ risente di tante culture gastronomiche, dalla francese, arrivata in
Ungheria con la mediazione della cucina austriaca, alla turca a
quella più antica dei magiari. È
una cucina che esercita un forte
richiamo su coloro che sono poco
abituati ai sapori speziati e agrodolci.

Venendo alla cucina casalinga, le famiglie iniziano in genere i pasti con una zuppa, che può essere di carne, di verdura o di pesce (halászlé). A seguire, sono molto graditi gli spezzatini a sugo denso o brodoso, quindi gulyás (o gulash) e pörkölt, che non vanno confusi. Quello che comunemente dalle nostre parti è conosciuto come gulyás, in Ungheria si chiama pörkölt: uno spezzatino di manzo o di carni miste, cotto in un soffritto di cipolla e strutto, arricchito con paprika, peperoni e pomodoro, che si presenta quindi con un sugo rosso e denso. Molto più brodoso è il gulyás, una minestra che unisce manzo, strutto, cipolle, cumino, paprica, gnocchetti di pasta e – volendo – patate, carote, radici di prezzemolo, peperoni, pomodori. I contorni a base di verdure sono preparati in modo particolare, sotto forma di creme. Vengono tagliate a pezzettini e addensate con l'aggiunta di panna acida (di cui si fa molto uso, al posto del pochissimo diffuso olio d'oliva), farina e alcune volte patate grattugiate. Le creme più squisite sono a base di spinaci, zucca, cavolo, patate, cavolfiore,

la ricetta

Tokany

Ingredienti (per 4 persone): 500 g di carne di manzo a fette, 180 g di salsiccia, 100 g di pancetta a cubetti, 20 g di paprika, 140 g di peperoni, 60 g di strutto o 3 cucchiai di olio d'oliva, 60 g di pomodoro, 150 g di cipolla, 2 spicchi d'aglio, sale q.b., 300 g di riso

Tempo di preparazione 20 minuti Tempo di cottura 60 minuti Difficoltà ● ○ ○

Costo ● ● ○

Vino consigliato Dolcetto d'Alba

Tritate la cipolla e fatela cuocere con la pancetta e lo strutto o in alternativa con l'olio d'oliva. Perché la carne risulti morbida, battetela con un batticarne prima di tagliarla a striscioline di circa 1 cm. Una volta che la pancetta sarà rosolata e la cipolla imbiondita, aggiungete la carne, l'aglio schiacciato e salate. Amalgamate e aggiungete la paprica. Lasciate cuocere a fuoco medio e aggiungete un po' di acqua quando la carne si asciuga. Nel frattempo pulite i peperoni, togliendo buccia, semi e filamenti, e fateli a pezzetti. A metà cottura, dopo circa 30 minuti, unite la salsiccia spellata e tagliata a fettine, i peperoni e pomodori a pezzettini. Portate a cottura (ci vorranno circa 20 minuti) e se volete aggiungete, per dare più profumo al piatto, maggiorana e timo. Servite con riso in bianco.

fagioli, lenticchie e rape. Anche la pasta, spesso condita con cavolo o con le patate o con gli spinaci o con i fagiolini, è una pietanza molto popolare.

Rinomati sono gli insaccati di maiale di cui esiste un'ampia offerta che va ben oltre il celebre salame. Come aperitivo, si usa bere un bicchierino di *pálinka*, un'acquavite aromatica ai gusti di albicocca, pera, ciliegia o prugna. Nei pasti più completi, quelli della festa e delle occasioni speciali, tra gli an-

CARNEVALE 2021

I NOSTRI DOLCI SONO buonisaini.





🚄 tipasti sono caratteristici il patè di fegato d'oca (libamáj), il körözött - una crema di ricotta e cipolline con spezie che si spalma sulle tartine – e le pogácsa, focaccine al forno variamente condite. Prelibato è il miele, molto utilizzato nell'arte pasticciera, appresa da turchi, italiani e francesi, e nota ai buongustai di tutto il mondo, a cominciare dalla dobos torta (crema di cioccolato e caramello). Altri dolci tipici ungheresi sono il rétes, pasta sfoglia con cui si arrotolano gli strudel di mele, ciliegie, ricotta o semi di papavero; la somlói galuska, la crema di castagne (gesztenyepüré), il beigli, dolce soprattutto natalizio, a rotoli con noci o semi di papavero; la *palacsinta*, una crêpe di origine slava farcita di marmellata, ricotta o noci e cioccolato.

Buona la qualità dei vini ungheresi, che fanno capo a una tradizione secolare diffusa in una ventina di regioni vinicole. Il tokaj, definito 're dei vini, vino dei re' (epiteto coniato secondo la leggenda da Luigi XIV di Francia) è sicuramente il più famoso. Nella regione che gli dà il nome si producono vini di stili diversi, dolci, abboccati e secchi; tra questi ultimi il più famoso nasce da uva furmint e dà vita a un vino caratterizzato da una spiccata acidità.



la ricetta

Zuppa di vino di Natale

Ingredienti (per 4 persone): vino secco 3/4 di litro, acqua 1/4 di litro, 1 limone, 1 pezzetto di cannella, 5 chiodi di garofano, 6 tuorli, 150 g di zucchero, 200 ml di panna, panna montata q.b., curry q.b. per decorare

Tempo di preparazione 20 minuti
Tempo di cottura 20 minuti
Difficoltà ● ○ ○ Costo ● ○ ○
Vino consigliato Vinsanto del Chianti
Classico

Grattugiate la scorza di un limone, e spremetene il succo. In una casseruola versate il vino, unite l'acqua, il succo di limone, la scorza grattugiata, il bastoncino di cannella e i chiodi di garofano e fate bollire. Nel frattempo in un'altra pentola unite i tuorli d'uovo con lo zucchero semolato e lavorate fino ad ottenere un composto soffice e cremoso. Aggiungete la panna alla miscela e mescolate accuratamente. Una volta giunto a ebollizione, togliete il vino dal fuoco e filtratelo in una brocca. Mescolate

la crema di uova per evitare che si formino grumi e versate con attenzione il vino. Riscaldate la zuppa a fuoco basso senza farla bollire e continuate a mescolare fino a quando non si addensa. Toglietela dal fuoco e lasciatela raffreddare a temperatura ambiente, poi mettetela nel frigorifero per almeno un paio di ore. Servitela fredda, decorata con un ciuffo di panna montata e una spolverata di curry.











MENU BAMBINI di Chiara Brandi

GIOCHI GOLOSI

Sporcarsi le mani è un'attività che in genere piace molto ai più piccoli. Tanto più se poi il risultato è soffice e gustoso come un bombolone



Bomboloni casalinghi

omeriggi d'inverno, spesso lunghi, bui e con il tempo che molte volte impedisce di fare attività all'aria aperta. Allora, la soluzione è trovare una buona idea per realizzare qualcosa fra le mura domestiche, e se poi si tratta di un'idea golosa meglio ancora! Un esempio? Cucinare tutti insieme: sporcarsi le mani è un'attività che in genere piace tanto ai bambini – forse meno alle mamme che poi dovranno mettere a posto la cucina – ma sicura-



L'essenza della bontà.



Grazie al lungo processo di lievitazione e al suo inconfondibile sapore, il Biscotto Salute non è solo una semplice fetta biscottata, ma la perfetta unione tra semplicità e dolcezza che conquistano morso dopo morso.

Il gusto inconfondibile del Biscotto Salute è il risultato di un'antica tecnica di lavorazione di ingredienti semplici e genuini.

Ingredienti semplici e nutrienti, tre impasti e sei ore di lievitazione. Queste sono le caratteristiche che rendono unico il Biscotto Salute, una fetta biscottata dolce come un biscotto ma che preserva la tipica leggerezza delle fette tostate, favorendone la digeribilità. Questo processo di lavorazione rende, inoltre, il prodotto resistente e al contempo friabile.

Il Biscotto Salute è ricco e il suo gusto è irresistibile anche da solo! Per questo motivo, abbiamo scelto di valorizzare le sue caratteristiche cambiandone la veste. La nuova confezione, realizzata con carta riciclata, contiene le porzioni salva freschezza da quattro fette biscottate ognuna. Ora le nostre fette biscottate sono sempre fresche e fragranti. Si possono mangiare a colazione, a merenda, in viaggio, a scuola...ovunque!



◀ mente sarà un ottimo modo per passare qualche ora divertendosi. Le ricette che si possono fare insieme sono tante, ma cerchiamo di ottimizzare e preparare qualcosa che sia anche utile per risparmiare tempo, come ad esempio, preparare la merenda. In questo modo, non solo potrete far passare un pomeriggio divertente ai vostri piccoli, ma avrete anche la merenda per alcuni giorni della settimana già pronta: utile no? E tra tutte le merende, alzi la mano a chi non piacciono i bomboloni (non solo tra i piccoli!). Si pensa che la preparazione sia complicata ma in realtà non lo è, anzi, prevede diverse fasi nelle quali i più piccoli si appassioneranno alle diverse attività. Prima, preparare l'impasto e farlo lievitare, poi la formazione dei cerchi e delle creme per il ripieno; infine la frittura (questa, magari, meglio se la gestiscono i grandi), e poi la fase del passaggio nello zucchero, che tanto piacerà ai bambini.

Infine... l'assaggio, facendo attenzione a non bruciarsi perché la tentazione di addentare il bombolone caldo appena pronto è irresistibile! E con quelli (probabilmente pochi) che avanzeranno, il giorno dopo, pronti per la merenda a scuola, che tutti i compagni invidieranno perché merende buone come i bomboloni non ce ne sono. Quindi, iniziate ad impastare che non saranno mai abbastanza!

la ricetta

Bomboloni casalinghi

Ingredienti (per 4 persone): 300 g di farina, 75 g di zucchero, 4 uova intere, 75 g di burro, 10 g di lievito di birra, un pizzico di sale, una grattugiata di scorza di limone, olio per friggere; zucchero semolato q.b. da spolverizzare, creme a piacere per la farcitura

Tempo di preparazione 3 h e 50 (compresa la lievitazione)

Tempo di cottura 30 minuti Difficoltà ● ○ ○

Costo ● ○ ○

Mettete in una ciotola la farina, lo zucchero, la scorza del limone ed il lievito. Cominciate ad impastare (meglio se con un impastatore,) aggiungendo poco alla volta le uova che avrete leggermente sbattuto a parte. Attenzione a non aggiungerle tutte insieme altrimenti diventerà troppo liquido. Dopo che avrete aggiunto una parte delle uova, impastate per almeno 5 minuti, dopo di che aggiungete il burro morbido, un pezzetto alla volta, e per ultimo il sale. L'impasto risulterà abbastanza morbido. Versatelo con delicatezza su una spianatoja bene infarinata e formate una palla, copritelo con la pellicola e riponetelo in frigo per un'ora. Passato questo tempo, riprendete l'impasto e stendetelo con un mattarello, con uno spessore di 2 cm circa, e ritagliate dei cerchi di circa 5 cm; con la pasta che avanzerà, impastate ancora e stendete nuovamente per ricavare altri cerchi. Adagiate quindi i bomboloni su un ripiano ben infarinato e fate lievitare ancora per circa 2 ore, coperti con un canovaccio e facendo attenzione che sia in un luogo riparato senza sbalzi di temperatura. Quando la lievitazione sarà conclusa, friggete i bomboloni in abbondante olio (meglio se girasole alto oleico o mais); attenzione che non sia non troppo caldo, per evirare di bruciare i bomboloni fuori e lasciarli crudi dentro. Una volta cotti, passateli velocemente prima su un foglio di carta assorbente e subito dopo nello zucchero semolato ed infine potrete farcirli con una tasca da pasticceria con la crema che preferite, incidendoli sul lato. Attenzione a farli freddare qualche minuto per evitare di bruciarsi!

MEINS.

NOVITA



FATTI CATTURARE







SCOPRI LE NUOVE TAVOLETTE MEMS

NON È UNO SCHERZETTO

Un vino piacevole, abbordabile e senza spigoli: è il Dolcetto, adatto a tutte le occasioni e ottimo compagno di ogni tavola



Piemonte è terra di vini, di grandi vini. Basti pensare al Barolo e al suo lignaggio. Accanto a quelli nobili, nella regione nascono vini più abbordabili, ma non per questo meno buoni; adatti cioè a un consumo meno impegnativo. Fra questi c'è sicuramente il Dolcetto. Molto diffuso soprattutto nelle Langhe e nel Monferrato, tra le province di Cuneo, Asti e Alessandria, il Dolcetto

nasce dall'omonimo vitigno, che è uno dei più tipici del Piemonte ed è coltivato in varia misura un po' su tutto il territorio regionale. Questo vitigno a bacca nera viene citato per la prima volta in un documento storico del comune di Dogliani (in provincia di Cuneo), datato 1593, in cui si consiglia ai coltivatori di raccogliere le uve prima che fossero ben mature. Venne successivamente menzionato



Zarotti, il sapore autentico del mare

con un tocco squisitamente mediterraneo.



Mare e aperitivo è un abbinamento perfetto.

Possiamo ricrearlo ovunque.

La ricetta è semplicissima: chiudete gli occhi e immaginate le onde, poi aprite la bocca e gustate il mare.

Scoprite il mondo Zarotti sui nostri SOCIAL

e lasciatevi trasportare in un viaggio sensoriale.





zarotti.it

di Acqui e di Alessandria. Vitigno non particolarmente robusto o resistente alle malattie, il dolcetto predilige terreni calcarei, solitamente ad altitudini comprese tra i 250 e i 600 metri s.l.m., ma può maturare anche oltre i 700 m. È presente, con diversità appena accennate legate al territorio e quindi ai microclimi, in ben 10 denominazioni, in cui l'uva può essere utilizzata in purezza, cioè senza la commistione con altre uve, o in combinazione con altre uve a bacca rossa. L'esistenza di tante DOC, è indice di un'enorme varietà di metodi produttivi, terroir, profumi e sapori. In generale, però, il vino è caratterizzato da un colore rosso scuro con sfumature violacee. I profumi che caratterizzano il suo bouquet fresco e secco sono quelli di frutta rossa, di prugna, mora, mandorla

Il nome deriva probabilmente dal termine piemontese "dosset", che si riferisce alla particolare dolcezza della polpa e al suo carattere di morbidezza, ma i vini che se ne ricavano sono esclusivamente asciutti e decisamente secchi, giovani, dotati di modesta acidità. Secondo un'altra teoria, invece, il

amara e spezie. Al palato, si rivela

tannico e asciutto.

Dolcetto, Alba e il tartufo bianco: storia e curiosità

Uno dei tanti Dolcetto è quello di Alba, la cittadina del cuneese che deve la sua fama mondiale a quel piccolo grande tesoro che è il tartufo bianco, la specie più pregiata del frutto della terra conosciuto sin dai tempi più antichi. Le prime testimonianze

scritte risalgono al 1600-1700 a.C.,

ai tempi dei Sumeri e del patriarca Giacobbe. Gli antichi Sumeri utilizzavano il tartufo mischiandolo ad altri vegetali quali orzo, ceci, lenticchie e senape, mentre si dice

che gli antichi ateniesi lo adorassero. Plutarco azzardò l'affermazione che il tubero nascesse dall'azione combinata dell'acqua, del calore e dei fulmini. Camillo Benso conte di Cavour, durante la sua attività politica, utilizzò il tartufo quale mezzo diplomatico, il compositore Gioacchino Rossini lo definì "Il Mozart dei funghi", mentre Lord Byron lo teneva sulla scrivania perché il profumo lo aiutasse a destare la sua creatività e Alexandre Dumas lo definì il "Sancta Sanctorum" della tavola.

termine deriverebbe dal piemontese "duset", i dossi collinari, dove il dolcetto, così come ogni buon vitigno, cresce bene. La Liguria ne ha poi a lungo conteso al Piemonte la primogenitura: nell'entroterra ligure, infatti, da secoli si coltiva la varietà detta Ormeasco, che ne è anche la versione più meridionale. Delizioso con i salumi e con i primi a base di pasta fresca, i risotti, le minestre e i brodi di carne, il Dolcetto è ottimo in abbinamento anche con i secondi gustosi come le frittate, i bolliti misti, i formaggi, il pollo e le lumache. Tuttavia, la modesta gradazione alcolica e il gradevole retrogusto amarognolo l'hanno sempre fatto considerare un ottimo vino da abbinare a tutto pasto.



VIAGGI di Anna Giachi

DALLO JONIO AL TIRRENO

Un percorso naturalistico da assaporare a passo lento: questo è il Cammino Kalabria Coast to Coast



alle bianche spiagge ioniche della Costa degli
Aranci, partendo da Soverato il Cammino Kalabria Coast
to Coast giunge a Pizzo e alla Costa degli Dei. È un percorso di 55
chilometri, da assaporare a passo
lento tra distese di ulivi secolari,
filari di viti, campi di grano e fichi
d'india, boschi di castagni e faggi

secolari, pietre granitiche modellate dal tempo e l'oasi naturalistica del lago Angitola. Ma è soprattutto un viaggio sensoriale all'interno di una Calabria lontana dalle rotte turistiche più consuete, alla scoperta di quegli antichi sapori e valori che sono le radici di questa terra. Il progetto del percorso si è concretizzato dopo oltre due anni



di lavori, tavoli tecnici e protocolli d'intesa con gli enti locali, sopralluoghi per la pulizia, tracciatura verticale e mappatura con Gps; e organizzazione della rete di strutture ricettive e associazioni del territorio.

All'interno del sito kalabriatrekking.it/il-cammino-coast-to-coast/, on line dalla scorsa estate, gli escursionisti potranno trovare tutte le informazioni necessarie: tappe consigliate, indicazioni delle strutture convenzionate, b&b, agriturismi e ospitalità diffusa presenti lungo il percorso. Dal sito è anche possibile scaricare le mappe Gps e trovare info e numeri utili a cui rivolgersi. Sono dieci i comuni e due le province attraversate dal sentiero, fruibile tutto l'anno, o in gruppo, grazie a quanto organizzato da Kalabria Trekking, o in solitaria, in coppia, con pochi amici. Impossibile o quasi perdersi. Ma vediamo più da vicino il dettaglio dell'escursione.

La prima tappa, di poco più di 12 chilometri, ha inizio sul lungomare di Soverato. Si percorrono i suoi circa 2 chilometri interamente pedonalizzati in direzione nord e si prosegue sulla spiaggia fino al lido Different Beach, poi si lascia il mare e si sale verso il villaggio Calaghena. Da qui inizia un'impegnativa salita su strada asfaltata-sterrata fino all'imbocco di un'antica mulattiera che porterà fin quasi alla vetta del monte La Rosa, da dove si godrà di una meravigliosa vista su tutto il Golfo di Squillace. Prendendo un ripido sentiero sulla sinistra incomincia poi la discesa verso il centro abitato di Petrizzi fino alla centralissima piazza Regina Elena con al centro il suo caratteristico pioppo nero e la sua "menzalora", antica unità di misura delle granaglie.

Nella seconda tappa, lunga il doppio della prima, da piazza Regina Elena seguendo i segnavia bianco e rosso il tracciato si snoda in discesa

dalla via Dante Alighieri e successivamente in via Principe di Piemonte fino alla Chiesa di Santa Maria della Provvidenza ubicata nei pressi di un antico ponte in pietra. Dalla chiesa bisogna prendere a destra una via in leggera salita fino ad un'edicola votiva e proseguire seguendo il corso del torrente



Il Golfo di Squillace



AGRICOLTORI BIOLOGICI DAL 1978



I FROLLINI DI GRANO DURO CAPPELLI CON GOCCE DI CIOCCOLATO BIOLOGICI ALCE NERO

SONO PREPARATI CON FARINA DI GRANO DURO CAPPELLI COLTIVATO IN ITALIA, OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA E RICCHE GOCCE DI CIOCCOLATO FONDENTE.

FANNO PARTE DELLA GAMMA ANCHE I FROLLINI AVENA E GRANO SARACENO, QUELLI DI FARRO, AL MUESLI, INTEGRALI, AL CACAO CON GOCCE DI CIOCCOLATO O CON FAVE DI CIOCCOLATO, CON YOGURT E MIELE, AL LATTE E MOLTI ALTRI ANCORA.

SONO REALIZZATI SENZA UOVA, AROMI O GRASSI DI ORIGINE ANIMALE

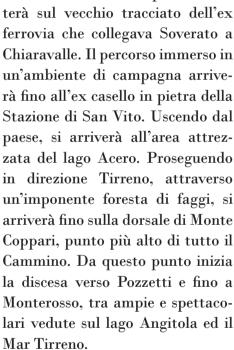
E SONO DOLCIFICATI CON ZUCCHERO DI CANNA.

TUTTI PRODOTTI CON OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA BIOLOGICO

DEI SOCI OLIVICOLTORI DEL MARCHIO.

ALCENERO.COM

Beltrame fino a svoltare a sinistra in un sentiero di campagna. Ad un certo punto, oltrepassando un ponte di cemento, il percorso si snoda su un antico sentiero costeggiato da muri a secco e campi di grano, fino all'imbocco sulla SP144. Svoltare a sinistra e percorrere per circa 50 metri fino all'ingresso di un'altra strada di campagna posizionata dall'altro lato della SP che por-



La terza ed ultima tappa è di poco meno di 20 chilometri. Dalla Chiesa di Maria del SS. Soccorso, prosegue sulla via Umberto fino ad intersecare ad un quadrivio la SP4 e per 850 metri fino al cimitero. Svoltare a destra prendendo una strada immersa in una distesa di ulivi fino a giungere nei pressi del lago Angitola. Dopo aver interse-



Uno dei sentieri del Cammino

cato nuovamente la SP47 e la ex SS110 per circa 1300 metri, scendere sulla destra all'interno dell'oasi naturalistica del lago Angitola, dove dopo aver oltrepassato un cancello in ferro di colore verde si arriva allo chalet gestito dal WWF. All'uscita dell'oasi, bisogna prendere la strada interpoderale in salita che si trova dall'altro lato dell'ex SS110 fino ad un'azienda agricola. Da questo punto inizia l'ascesa alla Rocca Angitola, da dove si gode di una spettacolare vista. Durante la discesa verso Pizzo, nelle giornate limpide, lo sguardo potrà spaziare su tutto il golfo di Sant'Eufemia, l'isola di Stromboli e il Parco Nazionale del Pollino. Il centro storico di Pizzo, tra vicoli, chiese e monumenti, comprende il Castello Aragonese, con la sua vista mozzafiato, e piazza della Repubblica dalla quale inizia l'ultimo tratto del Cammino fino al lungomare nel quartiere Marina e successivamente sull'omonima spiaggia.



LAVORAZIONE DELICATA, GUSTO AUTENTICO.

Il vapore mantiene tutto il sapore naturale del pomodoro fresco.

AIUTI SENZA FRONTIERE

Il sostegno di ognuno di noi è indispensabile per continuare a rispondere alla pandemia di Covid-19 e alle altre emergenze nel mondo



Intervento MSF Marche per la formazione di personale sanitario nelle RSA a pandemia di Covid-19 è una crisi sanitaria senza precedenti su scala globale. Dall'inizio del 2020, ha paralizzato anche sistemi sanitari

di alto livello in Paesi con solidi meccanismi di assistenza. Attività di assistenza, prevenzione e controllo delle infezioni, formazione e supporto psicologico agli



Acquista una confezione di Ciobar a scelta e partecipa al concorso!



IN PALIO OGNI GIORNO UNA GIFT CARD DA*

€100

A SCELTA TRA
FELTRINELLI, CHILI, ITUNES e tanti altri!

















operatori sanitari: da marzo a ora MSF ha fatto questo e molto altro in Italia e in Europa, dalla Spagna al Belgio, dalla Francia alla Svizzera, dal Regno Unito alla Grecia.

Ma le équipe di MSF erano attive in oltre 70 Paesi anche prima del Covid-19. Oggi, proprio nei progetti medici regolari della onlus, si vede chiaramente come questa pandemia colpisca più duramente le comunità già vulnerabili e a rischio.

Le équipe mediche sono attive su più fronti. Fanno tutto il possibile per curare i pazienti Covid-19, formare il personale sanitario locale e aiutare le popolazioni a proteggersi dal contagio. Al tempo stesso MSF continua ad assistere le decine di migliaia di pazienti e comunità che vivono in contesti di emergenze aggravate dal Covid-19. Come in India, dove milioni di persone vivono nelle baraccopoli dove le misure anti-Covid non possono essere rispettate; qui MSF ha aperto due centri di trattamento per il Covid-19 da 100 posti letto ciascuno. O come in Iraq, dove a Mosul un ospedale ricostruito da MSF è diventato centro di riferimento per i pazienti Covid-19; mentre i progetti a Diyala, Kirkuk e Baghdad continuano a fornire assistenza sanitaria salvavita e rafforzare la propria capacità di identificare i pazienti e riferire i casi agli ospedali secondo il protocollo delle autorità sanitarie.

«È grazie all'enorme sforzo e al pensiero innovativo dei nostri team in tutto il mondo che MSF è riuscita a continuare a inviare personale e materiale urgenti ad alcuni dei Paesi più colpiti, a fare rifornimento di farmaci essenziali e a raccogliere tempestivamente i fondi necessari per preparare una risposta adeguata al Covid-19 dice il presidente internazionale di MSF, Christos Christou. La nostra gratitudine va anche ai nostri donatori, che con il loro sostegno hanno consentito ai nostri team di rispondere a livello globale a questa pandemia e di continuare la missione umanitaria e il lavoro salvavita di MSF».

Il vostro sostegno è indispensabile: dal Brasile, allo Yemen, all'Afghanistan, la vostra donazione si trasforma in cure mediche che salvano vite. Fate una donazione oggi, la vostra generosità farà il giro del mondo. Visitate www. medicisenzafrontiere.it/landing/epidemie/.



Medici Senza Frontiere Onlus via Magenta 5, 00185 Roma, CF 97096120585 - Banca Popolare Etica IBAN: IT60F050180320000010102325 www.medicisenzafrontiere.it



Produzione Italiana Il meglio dai nostri agricoltori.

Ogni giorno, dal lavoro della nostra terra, nasce la qualità dei nostri prodotti nel rispetto di tutta la filiera.





Mascherina hi-tech

Si chiama Cliu, mascherina tecnologica frutto del lavoro di un team di scienziati e designer italo-spagnoli. Riutilizzabile «all'infinito» - come annotano i produttori - e dotata di «filtri intercambiabili assolutamente green», si avvale di un software che permette di raccogliere informazioni in merito sia alla qualità del respiro di chi la indossa sia a quella dell'aria circostante. Elegante, hitech e sicuramente ecologica. Prezzo del modello base 78 euro. Acquistabile solo sulla piattaforma Indiegogo.



Oppo Watch

Il brand cinese Oppo, che ha scalato velocemente le classifiche nel settore degli smartphone, non poteva non presentare un suo smartwatch. Ed eccolo qua: 41 millimetri di dimensione al polso, con dentro una quantità di funzioni al top di gamma. Oppo Watch ha lo schermo flessibile a doppia curvatura che amplifica e migliora la visuale. Il design con curvatura conferisce eleganza sia davanti che

sul retro. Gestisce messaggistica, fa i pagamenti online, monitora il vostro allenamento fitness. Su Amazon a 233 euro.

Termometro digitale

Il Covid ci ha cambiato
le priorità anche in
fatto di strumenti
quotidiani, e dopo
la mascherina
è diventato di
uso comune il
termometro
digitale capace
di misurare la
temperatura a

distanza di sicurezza.

Il KY-111 Kangji misura rapidamente con la semplice pressione di un pulsante, in un solo secondo. Il sensore a infrarossi non richiede alcun contatto. Ampio display LCD con retroilluminazione per una lettura chiara anche al buio. Fascia di prezzo alta: 85,50 euro su targetsas.it.



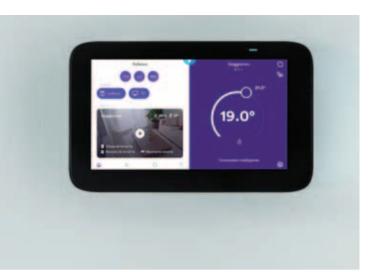
Carapelli. Dedicato agli artisti della buona tavola.



Oro Verde, Il Nobile, Bio e Rustico Non Filtrato celebrano l'arte olearia di Carapelli e la grande qualità della produzione italiana.

Oli extravergine d'oliva 100% italiani e tracciati, gusti unici e distintivi per ispirare i consumatori più esigenti, gli artisti della buona tavola.





e installabili senza fili e collegate al vostro smartphone? Il marchio Arlo è all'avanguardia su questi prodotti. La Arlo Essential Spotlight VMC2030 è di dimensioni estremamente compatte pur disponendo al suo interno di faro illuminante e sirena d'allarme. Design d'avanguardia e possibilità di installazione sia a muro sia semplicemente come un soprammobile. Su Amazon a 149 euro.

Termostato smart

La vostra casa non può più rinunciare a essere smart. Potete ad esempio dotarla di un termostato intelligente. Quello di Enel si chiama Homix e la casa produttrice ci dice che "è molto di più di un termostato intelligente, permette di gestire il riscaldamento della casa e impara le abitudini di utilizzo della famiglia riuscendo a automatizzare il funzionamento e permettendo risparmio e rispetto dell'ambiente". A 199 euro su enelxstore.com.



Videocamere di sorveglianza

Volete proteggere la vostra casa con telecamere di sorveglianza poco invasive



Sony firma TV al top

Per proporvi il miglior smart tv del 2020 ci siamo fatti guidare dal sito specializzato Smartworld che ha stilato una sua classifica. Il brand Sony guida quella dei prodotti top selezionati dagli esperti del sito senza guardare al prezzo, ma solo all'eccellenza.

Leader della classifica è il Sony KD85ZG9BAEP con schermo da 85 pollici e risoluzione 8K in HDR. Uno schermo così trasforma il vostro salotto in una sala cinema. Il prezzo fa capire che siamo in vetta: 9.798 euro su hwonline.it.

MISURA Stevia Ocalorie





LIQUIDO 50ml



CRUNCH 500g



100 COMPRESSE 11g



40 BUSTINE 60g

Ideale per Caffè e Dolci

Misura Stevia è ideale per dolcificare caffè, bevande calde e fredde, latte e yogurt, macedonie di frutta, semifreddi, gelati e dolci da forno!

Gli ingredienti che fanno festa

Ci sono ricette, anche semplici, che preparate in un giorno qualsiasi fanno pensare subito alla festa, a pranzi o a cene più ricchi per accogliere amici e parenti intorno a una tavola imbandita. Basta a volte solo un ingrediente per dare a un piatto quel tocco in più che rimanda al piacere dello stare insieme, delle chiacchiere e dell'allegria che spesso accompagnano il ritrovarsi in un'occasione che può essere speciale, ma può anche essere quella di tutti i giorni. Due degli ingredienti che "fanno sempre festa" sono la besciamella e la panna da cucina. La prima, nata in Toscana alla corte di Caterina de' Medici e arrivata con lei in Francia, mette insieme burro, farina, latte e serve ad arricchire le lasagne, i cannelloni, le crêpes, le diverse varietà di pasta al forno, la pasta ai quattro formaggi e il timballo; oppure alcune verdure, come il cavolo e i broccoli da passare al forno. La seconda è ottenuta per centrifugazione o decantazione dalla parte più grassa del latte ed è elemento indispensabile di un numero enorme di ricette: dai primi alle carni, passando dalle vellutate e dalle verdure.

Non difficili da preparare in casa, soprattutto la besciamella, sono ottime quelle pronte all'uso. Per tutte le vostre preparazioni, la besciamella e la panna a marchio VéGé – disponibili sugli scaffali del vostro supermercato nelle pratiche confezioni da, rispettivamente, 500 ml e 200 ml – sono una garanzia del quo-

tidiano impegno di VéGé, che seleziona esclusivamente fornitori qualificati per portare sulle vostre tavole solo prodotti di qualità.



Pasticcio di maccheroni alla ferrarese

Ingredienti (per 4/6 persone): 2 rotoli di pasta frolla, 300 g di sedanini rigati, 500 ml di besciamella VéGé, 200 ml di panna VéGé, 50 g di Parmigiano grattugiato, 2 cucchiaini di olio tartufato, burro, pangrattato, 1 uovo. Per il ragù: 150 g di macinato di manzo, 200 g di macinato di vitello, 2 salsicce, 30 g di funghi secchi, 1 bicchiere di vino bianco secco, olio extravergine di oliva, 1 cipolla, 1 carota, 1 gambo di sedano, brodo, sale e pepe q.b.

Tempo di preparazione 3 ore Difficoltà ● ○ Costo ● ○ ○ Vini consigliati Rosso di Montalcino

Tritate il sedano, la carota e la cipolla e rosolateli nell'olio. Aggiungete il manzo e il vitello, le salsicce sbriciolate, i funghi (che avrete ammollato, strizzato e tritato). Fate rosolare, bagnate con il vino e fate evaporare. Aggiungete infine il brodo a coprire e fate cuocere a fiamma moderata per circa 2 ore. Nel frattempo lessate i sedanini in abbondante acqua salata, scolateli a metà cottura e fate freddare. Assemblate il ragù (stiepidito) alla besciamella, alla panna liquida, all'olio tartufato e al Parmigiano. Imburrate e spolverizzate una capace teglia con il pangrattato, poi rivestitene il fondo e il bordo con la pasta frolla. Disponetevi uno strato di pasta e conditelo con parte del composto e qualche fiocchetto di burro; proseguite con un secondo strato di pasta e il condimento, fino all'esaurimento degli ingredienti. Stendetevi sopra la pasta frolla, unendo bene i bordi così da chiudere tutti gli ingredienti del pasticcio. Spennellate con il tuorlo d'uovo e mettete in forno a 180° per 40 minuti circa, fino a quando la superficie risulta ben colorita.







TUTTA L'EFFICACIA DELL'ALOE VERA PER IL TUO NATURALE BENESSERE A

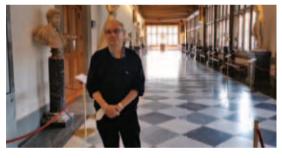




Capolavori in 4K

Arte e tecnologia sposi. Apple ha pubblicato un filmato di oltre 5 ore che permette di visitare da vicino 45 gallerie e quasi 600 opere dell'Hermitage di San Pietroburgo. Il video è girato in un'unica ripresa con iPhone 11 Pro e in 4K, ed è accompagnato dalle esibizioni dei ballerini del Teatro dell'Hermitage. Una lunga visita virtuale fra i tantissimi capolavori – da Rembrandt a Caravaggio a Canova – custoditi in uno dei musei più amati e visitati del mondo.

youtube.com/watch?v=49YeFsx1rIw



Uffizi On Air

"Uffizi On Air" è il nome del nuovo progetto social che ogni martedì e venerdì propone video live sul profilo Facebook, con curatori e specialisti delle Gallerie ad illustrare le opere d'arte. C'è poi un momento per le risposte alle domande che il pubblico può porre in diretta, scrivendole nei commenti. Sul sito disponibili anche le Video Storie (clip, filmati e contributi video per raccontare le Gallerie degli Uffizi) e Ipervisioni, per scoprire i capolavori delle

collezioni e la loro storia navigando tra gli spunti suggestivi e le immagini ad alta definizione delle mostre virtuali proposte dallo staff. **uffizi.it**

Triennale Upside Down

La Triennale di Milano si fa virtuale, in attesa della riapertura degli spazi e di tornare ad essere visitata di persona (aperta fino al 18 aprile). "Triennale Upside



Down" è un articolato contenitore di video, podcast, visite guidate, attività didattiche, incontri e performance online, masterclass: per mettere sottosopra prospettive, sguardi e punti di vista, proponendo nuove chiavi di lettura e di interpretazione che vanno ad arricchire, completare e, temporaneamente, sostituire la proposta espositiva e di eventi in Triennale. triennale.org

L'arte del vetro

Con 155 eccezionali pezzi tra cui vasi, sculture e installazioni in vetro create da 60 artisti, americani



e veneziani, la mostra "Venezia e lo Studio Glass Americano", a Le stanze del vetro (spazio espositivo permanente sull'isola di San Giorgio Maggiore, a Venezia), è la prima a esaminare attentamente l'influenza che l'estetica e le tradizionali tecniche di lavorazione del vetro veneziano hanno avuto sullo Studio Glass americano dagli anni '60 ad oggi. Il nuovo virtual tour permette di scoprire le straordinarie opere esposte. lestanzedelvetro.org



Una linea completa di stoviglie monouso che unisce ambiente e sostenibilità.

Piatti, bicchieri e posate in bio plastica. Per il totale rispetto dell'ambiente e della natura, senza rinunciare alla straordinaria funzionalità di utilizzo di sempre.



L'evoluzione ti aspetta.





Lavoriamo ogni giorno per offrirti di più a meno.



