

La rivista di cucina, benessere, tempo libero e casa

SORRISI *Magazine*

IO NON SPRECO
Ricette gustose
con i dolci avanzati
di Pasqua



RICETTA GOURMET
Tartellette alla nigella con
formaggio di capra aromatizzato

PÂTISSERIE
Lo zuccotto pasquale

Una tavola ricca di colori e SAPORI

SONO ARRIVATI

iPUFFI



DALL'11 FEBBRAIO AL 5 MAGGIO 2026

SCOPRI DI PIÙ SU WWW.SUPERSISA.COM

 **SISA**
I SUPERMERCATI ITALIANI

*iniziativa valida nei punti vendita che espongono il materiale pubblicitario



Con aprile entriamo
nel cuore della primavera: le
giornate si allungano, l'aria si fa più mite e
la natura si risveglia con colori e profumi nuovi.
Anche la tavola cambia ritmo, accogliendo le primizie
della bella stagione, come asparagi, fave, fragole e tante
verdure fresche e colorate. È il periodo in cui la cucina diventa
più vivace, perfetta per celebrare momenti di condivisione
come la Pasqua, che riunisce famiglie e amici attorno a piatti
della tradizione e dolci simbolici. Di primavera parliamo anche
nella rubrica dedicata al benessere, dove vi raccontiamo quanto sia
importante approfittare delle belle giornate per tornare a muoversi
all'aria aperta: una passeggiata nel verde, un giro in bicicletta o
qualche esercizio all'aperto possono regalare energia e buonumore.
Non manca l'attenzione alla sostenibilità, con consigli pratici per
la vita quotidiana: in questo numero di "Sorrisi Magazine" vi
spieghiamo come conservare al meglio i formaggi, piccoli gesti
utili per preservarne gusto e qualità più a lungo ed evitare
sprechi in cucina. Infine, spazio alla voglia di partire. La
rubrica "Viaggi" ci porta a Londra, una città dinamica
e sorprendente dove storia, cultura e modernità
si intrecciano in ogni quartiere. Un invito
a scoprire nuovi luoghi e lasciarsi
ispirare. Buona lettura!

- | | |
|---|--|
| <p>1 Editoriale</p> <p>3 Menù di stagione
Ciambella alle erbe di primavera con ricotta e uova sode (antipasto)</p> <p>4 Chitarra con sauté di agnello, peperoni e zafferano
(primo piatto)</p> <p>5 Cosciotto di agnello con menta, cipolline e carciofi
(secondo piatto)
Budino di riso al cioccolato bianco (dolce)</p> <p>7 Ricetta gourmet
Tartellette alla nigella con formaggio di capra aromatizzato</p> <p>9 Prodotti del mese</p> <p>10 Io non spreco
Girelle di sfoglia con crema alla colomba</p> <p>11 Torrette soffici al cioccolato</p> <p>13 Italia in tavola
'Mpanata di agnello (Sicilia)</p> <p>14 Classica pastiera napoletana (Campania)
Cuddura (Calabria)</p> <p>15 Leggere & Sfiziose
Purè di fave all'aglio arrostito
Involtini di stracchino</p> <p>17 Cucina veg
Frittata di carciofi e favette alle erbe aromatiche
Plum cake esotico al farro integrale</p> <p>18 Cucina sana & consapevole
Fragole</p> <p>23 Sisa consiglia
Piadina Sfogliata con Farina Integrale Equilibrio&Piacere</p> <p>24 L'angolo pâtisserie
Zuccotto pasquale: il dolce della tradizione</p> <p>26 Step by step
Tortano alla scarola</p> | <p>29 Scuola di cucina
I segreti per una cottura a vapore perfetta?</p> <p>31 L'angolo verde
Elicriso</p> <p>32 Pillole di sostenibilità
Formaggi sempre freschi: come conservarli senza sprechi</p> <p>33 Salute & Benessere
Primavera in movimento: i benefici dell'attività fisica all'aperto</p> <p>34 Viaggi
Il fascino senza tempo della capitale britannica</p> <p>37 Pet in famiglia
Bracco italiano, tra eleganza ed energia</p> <p>38 Tempo libero e relax
Novità e suggerimenti da non perdere</p> <p>40 Oroscopo
Aprile 2026</p> |
|---|--|

SORRISI Magazine

N°4 - aprile 2026

Realizzazione editoriale

Edizioni DM
Via G. Piazzi, 2/4
20159 Milano

REDAZIONE

Coordinamento
Stefania Colasuono

Hanno collaborato

Federica Bartoli
Sara Conversano

Progetto grafico

Silvia Ballarin

Fotografie

Belpietro Edizioni Periodiche,
Shutterstock

Contatti

www.supersisa.com

Per inviare i tuoi consigli,
suggerimenti o richiedere informazioni
scrivi a: info@supersisa.com



La ricetta del mese in copertina:
Tartellette alla nigella con formaggio di capra
aromatizzato

Aprile ci accoglie con tante gustose primizie, che ci aiutano a portare in tavola ricette colorate e profumate, tipiche della primavera. Buon appetito!

Ciambella alle erbe di primavera con ricotta e uova sode



120'



8



DIFFICOLTÀ

INGREDIENTI:

300 g di **farina di grano tenero tipo 00 Sisa** + quella per la lavorazione, 12 **uova Sisa**, 600 g di erbe miste già pulite (bietoline selvatiche, tarassaco o indivia, silene), 300 g di ricotta fresca, 200 g di **riso Arborio Sisa** bollito (70 g a crudo), 80 g di **Parmigiano Reggiano Dop grattugiato Sisa**, 30 g di uvetta (facoltativa), 4 rametti di maggiorana, 1/2 spicchio di aglio, 40 ml di latte, 40 g di pinoli, **noce moscata Sisa** q.b., **olio extravergine di oliva Sisa** q.b., **sale Sisa** q.b., **pepe Sisa** q.b.

PREPARAZIONE:

- 1 Impastate la farina con 60 ml di olio, 70 ml di acqua e 1 pizzico di sale, fino a ottenere una pasta setosa, molto morbida ma non appiccicosa. Usate una spatola per staccare la pasta dal piano di lavoro. Formate un panetto e lasciatelo riposare per 40-60 minuti sotto una ciotola tiepida.
- 2 Immergete 8 uova in acqua fredda e cuocetele per 4 minuti calcolati dall'inizio del bollore, poi raffreddatele in acqua e sgusciatele. Cuocete le erbe al vapore per 3-4 minuti, lasciatele intiepidire e tritatele. Saltatele in padella per 2 minuti con un filo di olio, l'aglio e la maggiorana tritati. Fatele raffreddare.
- 3 Passate la ricotta al setaccio, mettetela in una ciotola, unite il riso, l'uvetta sciacquata in acqua calda, il parmigiano, le erbe, metà dei pinoli tritati e 3 uova sbattute, salate, pepate, profumate con noce moscata e amalgamate.
- 4 Stendete la pasta sottile sulla spianatoia infarinata, ricavando un rettangolo lungo circa 60 cm e largo 18-20. Ponete il ripieno lungo il lato più lungo formando una sorta di salame, inserite all'interno le uova sode, mettendole in fila, ripiegate sopra la pasta sigillando i bordi e riunite le estremità per formare una ciambella chiusa, mettendo la parte sigillata verso l'interno.
- 5 Disponetela in una tortiera oliata e infarinata, spennellate la superficie con l'uovo rimasto, sbattuto con il latte. Cospargete sopra i pinoli rimasti e cuocete in forno preriscaldato a 180° per 40-50 minuti.



Chitarra

con sauté di agnello, peperoni e zafferano

INGREDIENTI:

500 g di pasta alla chitarra fresca, 300 g di polpa di agnello macinata, 4 falde di peperone al naturale, 1 scalogno, 2 bustine di zafferano, 50 g di fave sgranate, 40 g di **pecorino romano Dop grattugiato Gusto&Passione**, maggiorana q.b., 1 dl di **vino bianco Sisa**, **olio extravergine di oliva Sisa** q.b., **sale Sisa** q.b., **pepe Sisa** q.b.

PREPARAZIONE:

- 1 Fate appassire lo scalogno tritato in una padella con 4-5 cucchiaini di olio. Aggiungete l'agnello e fatelo insaporire a fuoco vivo per 2-3 minuti. Sfumate con il vino, unite i peperoni a dadini e regolate di sale e pepe.
- 2 Fate sciogliere lo zafferano in un mestolino di acqua bollente, versatelo sull'agnello, mescolate e cuocete per 10 minuti.
- 3 Tuffate per 2 minuti le fave in acqua bollente salata. Sgocciolatele in acqua e ghiaccio, spellatele e unitele al ragù. Cuocete al dente la pasta, scolatela e trasferitela nella padella con il ragù. Mescolate delicatamente.
- 4 Suddividete la pasta in 4 stampi individuali, spolverizzate con il pecorino e mettete in forno già caldo a 220° per 3-4 minuti. Sformate, profumate a piacere con maggiorana e servite.



100% ARABICA CON ZERO DIFETTI



Cosciotto di agnello con menta, cipolline e carciofi



INGREDIENTI:

1 cosciotto di agnello tagliato a fette, 1 bicchiere di **vino bianco Sisa**, brodo vegetale q.b., 8 cipolle rosse piccole, 4 carciofi, 2 spicchi di aglio, qualche rametto di menta fresca, 1 limone, **olio extravergine di oliva Sisa** q.b., **sale Sisa** q.b., **pepe Sisa** q.b.

PREPARAZIONE:

- 1 Condite il cosciotto con sale e pepe, quindi rosolatelo in una casseruola da forno con 2 cucchiaini di olio; aggiungete gli spicchi di aglio interi e sbucciati, le foglie di un paio di rametti di menta e sfumate con il vino bianco; versate un mestolo di brodo, coprite con un foglio di alluminio e trasferite la casseruola in forno già caldo a 180° per 40 minuti.
- 2 Nel frattempo sbucciate le cipolle e tagliatele a metà; mondate i carciofi tenendo una parte del gambo ed eliminando le foglie esterne e le punte. Tagliateli a metà, eliminate il fieno interno e sfregateli con mezzo limone. Prelevate 4 strisce di scorza dal limone rimasto e aggiungetele all'agnello insieme ai carciofi e alle cipolle, coprite nuovamente e continuate la cottura per altri 30 minuti.
- 3 Scoprite la casseruola e fate cuocere l'agnello con le verdure per altri 20 minuti, alzando la temperatura perché la carne prenda colore e aggiungendo altro brodo se necessario. Quando sarà cotto, regolate di sale e di pepe, profumate con cimette di menta fresca e servite.

IL VINO DA ABBINARE

Syrach Sicilia DOC
Gusto&Passione Slow Food



©Belpietro Edizioni Periodiche Srl

dolce



Budino di riso al cioccolato bianco

INGREDIENTI:

260 g di **riso Ribe Sisa**, 1 l di latte, 70 g di **zucchero Sisa**, 80 g di cioccolato bianco, 1 lime, 40 g di **burro Sisa** + quello per lo stampo, 1/2 bustina di **vanillina Sisa**, rosmarino q.b., fiori eduli q.b., **sale Sisa** q.b.

PREPARAZIONE:

- 1 Scaldate il latte con un rametto di rosmarino e la vanillina e poi scioglietevi lo zucchero mescolando. Lasciate riposare per 10 minuti circa, poi eliminate il rosmarino.
- 2 Unite un pizzico di sale e il riso e fate sobbollire il composto a fiamma dolce mescolando con un cucchiaino di legno per 45 minuti. Frullatelo con un frullatore a immersione per pochi istanti (deve restare grossolano) e poi incorporate il cioccolato tritato, il burro e un po' di scorza di lime grattugiata.
- 3 Versate il tutto in uno stampo a ciambella di 1,2 litri di capacità ben imburrato, lasciate raffreddare e mettete in frigorifero per 3 ore. Sformate il budino e decoratelo con i fiori, ciuffi rosmarino e fettine di lime.



Dalla forma allungata e dalla struttura compatta, il **Riso Ribe Sisa** - di origine italiana - è perfetto per preparare tanti piatti gustosi, dalle insalate ai primi, ma anche sfiziosi ripieni. Lo trovi nei nostri supermercati nella pratica confezione da 1 kg sottovuoto, che ne conserva tutta la freschezza.

CANNAMELA

Qualità dal 1956

Tagliata di manzo con maionese alla paprika

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

800 g costata di manzo alta senza osso
2 cucchiaini timo CANNAMELA
80 g maionese vegetale Cuore
2 cucchiaini paprika dolce CANNAMELA
2 cucchiai Olio Cuore
qb Sale Cuore
qb pepe nero macinato CANNAMELA
qb insalata mista per servire

Porre la Maionese Vegetale Cuore in una ciotola e aromatizzare con la **Paprika dolce Cannamela**.

Aromatizzare la carne con il **Timo Cannamela**.

Scaldare molto bene la griglia e cuocere la carne da ambo i lati, rigirandola solo due volte (4 min per lato per una cottura al sangue, 5 min per lato per una cottura media).

Tagliare la carne a fettine.

Condire la carne con 2 cucchiai di Olio Cuore, sale e pepe e servirla con la Maionese Vegetale Cuore aromatizzata e l'insalata mista.



www.cannamela.it • seguici su  



PROVA IL GUSTO DI MAIONESE VEGETALE CUORE



con ACIDO LINOLEICO che aiuta
a mantenere i NORMALI LIVELLI di

COLESTEROLO

Fritto di calamari con maionese

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 1 kg calamari o anelli di totani
- qb farina
- qb pepe bianco
- 100 g Maionese Cuore senza uova con proteine vegetali
- qb Olio Cuore
- Sale Iposodico Iodato Cuore



Eviscerare i calamari, lavarli, asciugarli e tagliarli a rondelle.

Condire la farina con una puntina di pepe bianco, infarinare il pesce e poi eliminare la farina in eccesso.

Versare l'**Olio Cuore** in una casseruola e portarlo alla temperatura di 160 °C. Le temperature superiori accelerano la degradazione termica degli oli e dei grassi. È utile quindi procurarsi un termometro digitale da cucina per misurare la temperatura dell'olio.

Friggere gli anelli di calamari, poi scolarli, adagiarli su carta da cucina e salarli. Servire la frittura con la **Maionese Vegetale Cuore**.

www.cuore.it • Seguici su



Tartellette alla nigella



con formaggio di capra aromatizzato

INGREDIENTI:

250 g di **farina di grano tenero tipo 1 Gusto&Passione**, 2 cucchiai di farina di mais fioretto, 60 g di **burro Sisa**, 1 cucchiaio di semi di nigella, 1 cipolla rossa, 2 cucchiai di **aceto di mele bio VerdeMio**, 300 g di caprini freschi, 1 cucchiaio di latte, 2 cucchiai di **Grana Padano Dop grattugiato Sisa**, 2 cucchiaini di **zucchero Sisa**, **olio extravergine di oliva Sisa** q.b., **sale Sisa** q.b., **pepe Sisa** q.b.

PREPARAZIONE:

❶ Setacciate la farina sopra una teglia, tostatela in forno a 170° per 12 minuti, lasciatela raffreddare. Impastatene 200 g con il burro freddo, 1 dl di olio, la farina di mais, sale, pepe e 2/3 dei semi di nigella. Aggiungete 2 cucchiai di acqua ghiacciata, formate l'impasto, dividetelo in 2 tronchetti, avvolgeteli nella carta da cucina e fateli riposare in frigo per 2 ore.

❷ Oliate 16 stampini da tartelletta, tagliate delle rondelle spesse di pasta, schiacciatele con il palmo quindi modellatele negli stampini con le dita e pareggiate i bordi con un coltello. Rivestite la superficie di ogni tartelletta con carta da forno, riempiate con ceci e trasferite in forno a 180° per 15 minuti; togliete i ceci e la carta e terminate la cottura per altri 5 minuti. Sfornate le tartellette, fatele intiepidire e poi sfornatele delicatamente.

❸ Sbucciate e tritate grossolanamente la cipolla, bagnatela con l'aceto, salatela, soffriggetela in padella con 1 cucchiaio d'olio e lo zucchero; quando inizia a caramellare trasferitela in un piatto e lasciate raffreddare. In una ciotola, impastate i caprini con il latte, il grana, metà della cipolla preparata e pepe. Farcite le tartellette con il composto preparato utilizzando un porzionatore da gelato; decorate con semi di nigella e la cipolla rimasti e servite.



La **Farina di Grano Tenero Tipo 1 Gusto&Passione**, ottenuta da grano 100% italiano e macinata a pietra, è particolarmente profumata e caratterizzata da un sapore intenso. Perfetta per preparare l'impasto di pizze, pane e focacce, ti aspetta nei nostri supermercati nel formato da 1 kg.

SOLO POMODORO MUTTI



Conservare la preziosità del pomodoro, dal campo alla tavola, è il nostro lavoro quotidiano, da 120 anni.

In Emilia Romagna, dove Mutti nasce e ha la sua sede principale,
la ricchezza di prodotti alimentari è un tratto distintivo.

*"Fare bene il proprio lavoro significa soprattutto dedicarsi ad esso con determinazione,
costanza, intelligenza, ma anche con molta passione e sincera onestà".*

F. Mutti



Prodotti del mese VerdeMiò

Bevanda di Soia Biologico VERDEMIO

La **Bevanda di Soia Biologico VerdeMio** nasce da soia 100% italiana da Agricoltura Biologica Certificata, coltivata nel rispetto della natura e del territorio. Una scelta consapevole che si riflette anche nel packaging: i brik delle Bevande VerdeMio sono realizzati in cartone FSC, una certificazione che garantisce il sostegno alla gestione forestale responsabile. Versatile e piacevole in ogni momento della giornata, puoi gustare la Bevanda di Soia Biologico VerdeMio, calda o fredda, al naturale o arricchita con caffè o cacao, oppure come base per la preparazione di frullati e di ricette dolci o salate. Scegli VerdeMio: un piccolo gesto quotidiano per un futuro più verde.



Farro Soffiato al Miele Biologico VERDEMIO

La prima colazione è un pasto fondamentale che fornisce al nostro organismo il giusto apporto energetico per iniziare al meglio la giornata. Con la linea di Cereali per la Prima Colazione Biologico VerdeMio il tuo risveglio quotidiano sarà all'insegna di semplicità e gusto! Assolutamente da provare il **Farro Soffiato al Miele Biologico VerdeMio**: deliziosi e croccanti cereali al farro arricchiti da delicato miele, realizzati con materie prime da Agricoltura Biologica Certificata e perfetti per la colazione di grandi e piccini. Ottimo da gustare con latte, yogurt o bevande vegetali, è ideale anche come base per barrette fatte in casa, da arricchire con gocce di cioccolato o frutta secca. Con VerdeMio, ogni mattino inizia con il piacere di una scelta buona per te e per l'ambiente.



Infusi Biologico VERDEMIO

Con gli **Infusi Biologico VerdeMio** riscopri, ad ogni sorso, il gusto autentico della natura. Grazie a questi infusi, realizzati con materie prime selezionate provenienti da Agricoltura Biologica Certificata, potrai regalarti quotidianamente un piccolo momento di piacere in tazza. Lasciati avvolgere dai diversi gusti della linea: **Mirtillo e Frutti Misti**, un raffinato bouquet di essenze fruttate che sprigiona tutta la sua intensità in infusione; **Semi di Finocchio**, dal profumo e dal sapore inconfondibili, ideale da gustare soprattutto dopo i pasti; **Zenzero e Limone**, dall'aroma intenso e dal gusto speziato, perfetto per un momento di benessere che coinvolge tutto il corpo. Ideali in ogni momento della giornata, dopo l'infusione in acqua bollente, possono essere degustati sia caldi che freddi, per un piacevole momento di relax.



Se da Pasqua e Pasquetta vi sono avanzati pezzi di colombe e uova di cioccolato, provate queste due golose ricette anti-spreco: un modo creativo e originale per continuare a riempire di dolcezza le vostre giornate dopo le feste.

Girelle di sfoglia con crema alla colomba



INGREDIENTI:

1 confezione di pasta sfoglia rettangolare, 3,5 dl di latte, 20 g di **farina di grano tenero tipo 00 Sisa**, 100 g di **colomba Gusto&Passione**, 3 tuorli di **uova Sisa**, 1 scorzetta di limone, 70 g di **zucchero Sisa**

PREPARAZIONE:

- 1 Portate a ebollizione 3 dl di latte con la scorzetta di limone. Intanto, in una ciotola, montate a spuma 2 tuorli con 40 g di zucchero e incorporatevi prima la farina e poi il latte preparato. Versate il composto in una casseruola e portate a ebollizione, mescolando con una frusta. Spegnete e incorporate la colomba sbriciolata. Fate raffreddare appoggiando la casseruola su acqua e ghiaccio.
- 2 Srotolate la pasta sfoglia su un tagliere, spalmatela con la crema preparata, lasciando liberi 2 cm dal bordo, poi arrotolatela lungo il lato maggiore. Tagliate il rotolo ottenuto a fette spesse 1,5 cm e appoggiatele su una teglia rivestita con carta da forno.
- 3 Sbattete il tuorlo e il latte rimasti, spennellate la superficie delle girelle e spolverizzatele con lo zucchero rimasto. Infornatele a 190° per circa 20 minuti, finché saranno dorate. Servitele tiepide o fredde.



Da 100 anni **Rossana**
è memoria, emozione,
tradizione che si rinnova

Special Edition **100 YEARS**

Torrette soffici al cioccolato



45'



4



DIFFICOLTÀ

INGREDIENTI:

200 g **colomba Gusto&Passione**, 2 **uova Sisa**, 2 dl di latte, 30 g di **farina di grano tenero tipo 00 Sisa**, 1/2 cucchiaino di **lievito per dolci Sisa**, 80 g di uovo di cioccolato al latte, **zucchero a velo Sisa** q.b.

PREPARAZIONE:

- 1 Sbattete le uova con una frusta insieme al latte, alla farina e al lievito. Aggiungere la colomba tagliata a dadini di circa 2 cm di lato e mescolate con una spatola. Lasciate riposare il tutto a temperatura ambiente per almeno 15 minuti, in modo che la colomba assorba il composto.
- 2 Foderate 4 stampini di 8 cm di diametro con carta da forno bagnata e strizzata, disponete sul fondo di ciascuno un cucchiaio di impasto, coprite con un po' di cioccolato a pezzettini e ripetete gli strati facendo in modo di terminare con l'impasto.
- 3 Cuocete i dolcetti in forno in forno caldo a 180° per circa 25-30 minuti, lasciateli intiepidire e sformateli su un tagliere. Spolverizzateli con zucchero a velo setacciato attraverso un colino a maglie fitte, trasferiteli su un piatto di portata e servite. Se vi piace, decorate con altri pezzetti di cioccolato.

La colomba e il cioccolato avanzati si conservano in freezer, all'interno degli appositi sacchetti. Mentre il cioccolato a pezzetti dura fino a un anno, la colomba a fette può essere congelata fino a 6 mesi.

NON È BELLO CIÒ
CHE È BELLO, MA CHE BELLO
TAVERNELLO



VINO BIANCO D'ITALIA | 1L



VINO ROSSO D'ITALIA | 1L

Mpanata di agnello (Sicilia)



INGREDIENTI:

1 cosciotto di agnello tagliato in grossi pezzi, 500 g di pasta da pane, 120 g di caciocavallo, 80 g di **pecorino romano Dop grattugiato Gusto&Passione**, 300 g di patate novelle, 2 cipolle, 1 mazzetto di prezzemolo, 1 dl di **vino bianco Sisa**, **olio extravergine di oliva Sisa** q.b., **sale Sisa** q.b., **pepe Sisa** q.b.

PREPARAZIONE:

① Tritate le cipolle, soffriggetele con un filo di olio e un pizzico di sale, poi unite l'agnello e una manciata di prezzemolo tritato: rosolate la carne per qualche minuto rigirando i pezzi un paio di volte. Salate, bagnate con il vino, lasciatelo evaporare e proseguite la cottura con il coperchio per 30 minuti circa.

② Nel frattempo, sbucciate le patate, lavatele e scottatele per 10 minuti in acqua bollente salata. Sgocciolatele, lasciatele intiepidire e tagliatele a tocchetti. Prelevate la carne dal tegame, lasciate intiepidire anch'essa, privatela degli ossi e tagliatela a pezzettini. Mettetela di nuovo in padella, unite le patate e ancora un po' di prezzemolo tritato e fate insaporire a fiamma dolce per qualche minuto. Regolate di sale se necessario e pepate.

③ Ungete con poco olio uno stampo di 24 cm di diametro. Prelevate i 2 terzi della pasta, stendetela e rivestite lo stampo lasciandola sbordare un po'. Riempite con la padellata di agnello, aggiungete il caciocavallo a dadini e cospargete il tutto con il pecorino grattugiato. Stendete la pasta rimasta, adagiatela sulla torta, rifilate le eccedenze e sigillate i bordi. Reimpastate i ritagli, ricavate una treccina decorativa e disponetela a piacere sulla torta. Cuocete in forno caldo a 200° per 40 minuti e lasciate intiepidire prima di servire.



IL VINO DA ABBINARE

Grillo Viognier Sicilia
Gusto&Passione Slow Food

Per evitare che il ripieno fuoriesca, il bordo dev'essere fatto a regola d'arte: con le forbici regolarizzate i bordi della pasta (deve sbordare dalla teglia di almeno 2 cm) e della copertura, avvolgete la prima sulla seconda e pizzicatele insieme a intervalli di 1,5 cm.





Se avanza, la pastiera si conserva per 2-3 giorni fuori dal frigo. Anzi, con il passare del tempo i sapori degli ingredienti del ripieno si fondono al meglio e rendono la torta ancora più buona.



©Belpietro Edizioni Periodiche Srl

Classica pastiera napoletana (Campania)

INGREDIENTI:

400 g di grano per pastiera precotto, 1 dl di latte, 8 tuorli + 3 albumi di **uova Sisa**, 370 g di **farina di grano tenero tipo 00 Sisa**, 300 g di **zucchero Sisa**, 350 g di ricotta di pecora, 1 limone, 1 arancia, 100 g di canditi, 1/2 fialetta di acqua di fiori di arancio, 200 g di **burro Sisa**, 1 pizzico di **cannella Sisa**, **zucchero a velo Sisa** q.b., 200 ml di crema pasticciera, **sale Sisa** q.b.

PREPARAZIONE:

- 1 Fate la pasta frolla. Frullate nel mixer 350 g di farina con 175 g di burro freddo a pezzetti fino a ottenere un composto a briciole. Aggiungete 4 tuorli, 175 g di zucchero, la scorza grattugiata del limone e un pizzico di sale. Azionate l'apparecchio fino a formare una palla, avvolgetela nella pellicola e fatela riposare in frigo per mezz'ora.
- 2 Preparate il ripieno. Scaldare il grano per 5 minuti con il latte, un cucchiaio di burro, la scorza d'arancia grattugiata, 2 cucchiaini di zucchero e la cannella. Mescolate, unite l'acqua di fiori d'arancio e fate raffreddare. Montate i tuorli e lo zucchero rimasti e, continuando a montare, aggiungete prima la ricotta, poi il composto di grano, i canditi e la crema pasticciera. Infine, unite gli albumi montati a neve.
- 3 Stendete 3 quarti della frolla tra 2 fogli di carta da forno a 1/2 cm di spessore, infarinandola leggermente. Sistemate in uno stampo da 26-28 cm, togliete il foglio superiore ed eliminate la pasta che fuoriesce dal bordo. Punzecchiate il fondo e versate il ripieno. Stendete la pasta rimasta e i ritagli, tagliatela a strisce e incrociatele sulla torta. Infornatela a 180° per 1 ora e servitela fredda cosparsa di zucchero a velo.

Cuddura (Calabria)



INGREDIENTI:

500 g di **farina di grano tenero tipo 0 Sisa**, 200 g di lievito madre fresco (o 10 g di lievito di birra fresco), latte q.b., 3 **uova Sisa**, 70 g di **zucchero Sisa**, 2 cucchiaini di **olio extravergine di oliva Sisa**, **sale Sisa** q.b.

Per accompagnare: 200 g di **capocollo a fette Sisa**, 200 g di soppressata a fette, 1 salsiccia calabrese stagionata al peperone dolce, 1 salsiccia calabrese stagionata piccante, 6 **uova Sisa** sode, 400 g di ricottine fresche, 300 g di pecorino semistagionato

PREPARAZIONE:

- 1 Sciogliete 10 g di sale in 1/2 bicchiere di latte. Disponete la farina sulla spianatoia, formate un foro al centro, versate le uova sbattute con lo zucchero, l'olio, il lievito madre e iniziate a incorporare la farina dal centro versando successivamente il mix di latte e sale. Lavorate energicamente fino a ottenere un impasto non appiccicoso, simile a quello del pane. Ponetelo in una ciotola coperta con un telo bianco bagnato e strizzato che non appoggi sull'impasto. Fate lievitare a circa 18-20° per una notte o a 26-28° per 3 ore. Deve quasi raddoppiare.
- 2 Formate tre bastoni di pasta lunghi quasi un metro, intrecciateli tra loro e sigillate le estremità in modo da ottenere una ciambella. Controllate che il foro centrale resti largo una spanna. Ponete a lievitare sulla leccarda rivestita con carta da forno, coprite con un telo di lino piegato e fate lievitare per 2-3 ore a 26-28°.
- 3 Spruzzate la cuddura sulla superficie con acqua tiepida se si fosse asciugata troppo. Infornate a 180-190° per circa 40', finché sarà ben dorata. Ponete la cuddura a centrotavola e accompagnatela con gli ingredienti indicati.



©Belpietro Edizioni Periodiche Srl



Purè di fave all'aglio arrostito

Potete accompagnare il purè con fette di pane abbrustolite in forno, anche leggermente agliate se vi piace.

INGREDIENTI:

1,5 kg di fave in baccello, 1 grossa testa d'aglio, scorza grattugiata e succo di 1/2 limone, 1 rametto di menta, **olio extravergine di oliva Sisa** q.b., **sale Sisa** q.b., **pepe Sisa** q.b.

PREPARAZIONE:

- 1 Eliminate la parte apicale della testa d'aglio. Trasferitela in una piccola teglia rivestita con carta da forno, condite con un pizzico di sale e 2 cucchiai di olio e infornate a 180° per 30 minuti.
- 2 Intanto, sgranate le fave, tenetene da parte 75 g delle più piccole e lessate le restanti in acqua in bollente per 10 minuti. Scolatele, lasciatele intiepidire ed eliminate la pellicina che le riveste.
- 3 Spremete la testa d'aglio per ricavare la polpa e frullatela nel mixer con le fave lessate, la scorza e il succo di limone, sale e pepe: mentre frullate, unite 6 cucchiari di olio a filo.
- 4 Servite il purè con sopra le fave crude tenute da parte e foglie di menta.

©Belpietro Edizioni Periodiche Srl

Involtini di stracchino

INGREDIENTI:

400 g di **stracchino senza lattosio Equilibrio&Piacere**, 20 g di nocciole tritate, 20 g di gherigli di noce tritati, 20 g di mandorle, 10 g di semi di sesamo, 16 foglie di lattuga, 1 dl di **aceto balsamico di Modena Igp Sisa**, 1 cucchiaino di **zucchero Sisa**

PREPARAZIONE:

- 1 Suddividete lo stracchino in 4 ciotole, lavorate una parte con le nocciole tritate, un'altra con i gherigli di noce tritati, una terza con le mandorle e l'ultima con i semi di sesamo.
- 2 Lavate le foglie di lattuga e farcitele con i composti ottenendo 4 involtini per ciascun gusto.
- 3 Fate ridurre per 5-6 minuti l'aceto balsamico con 1 cucchiaino di zucchero a fuoco basso, versate la salsina sugli involtini e servite.

Lo **Stracchino Senza Lattosio Equilibrio&Piacere** è particolarmente indicato per chi ha specifiche esigenze alimentari e non vuole rinunciare al gusto. Realizzato con latte 100% italiano, si contraddistingue per la sua freschezza e la sua cremosità: provalo su una fetta di pane, spalmalo sulla pinsa o su una focaccia, usalo per arricchire le tue ricette...

Ti conquisterà al primo morso!



©Belpietro Edizioni Periodiche Srl

IL BUONO CHE CI PIACE

per prendere tutto alla leggera,
anche il pranzo.



Bonduelle®



Frittata di carciofi e favette alle erbe aromatiche

INGREDIENTI:

4 carciofi, 200 g di fave novelle, **farina di grano tenero tipo 00 Sisa** q.b., **olio extravergine di oliva Sisa** q.b., 1 spicchio di aglio, 6 **uova Sisa**, 50 g di **pecorino romano Dop grattugiato Gusto&Passione**, 2 cucchiaini di prezzemolo-basilico-mentuccia, succo di 1 limone, **sale Sisa** q.b., **pepe Sisa** q.b.

PREPARAZIONE:

- 1 Mondate i carciofi. Tagliateli a spicchietti e metteteli man mano in acqua fredda acidulata con il succo di limone.
- 2 Sbollentate le fave novelle sgranate per 5 minuti, scolatele, fatele intiepidire ed eliminate la pellicina che le riveste. Sgocciolate i carciofi, asciugateli e infarinateli leggermente.
- 3 Scaldate 3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva in un tegame con 1 spicchio di aglio tritato, unite i carciofi, coprite e fate cuocere a fuoco dolce per 10 minuti, mescolando di tanto in tanto e aggiungendo se necessario poca acqua per mantenerli morbidi. Al termine salate, pepate, fate evaporare il liquido a fuoco vivace e lasciate intiepidire.
- 4 Sbattete le uova con il pecorino, 2 cucchiaini di prezzemolo, basilico e mentuccia tritati, un pizzico di sale e una macinata di pepe. Unite le fave e i carciofi e mescolate bene.
- 5 Scaldate 4 cucchiaini di olio in padella, aggiungete il composto e fate addensare il fondo della frittata a fuoco medio. Giratela e cuocetela 2 minuti circa a fuoco dolce.

Plum cake esotico al farro integrale

INGREDIENTI:

200 g di **farina di farro integrale bio VerdeMio**, 200 g di **burro Sisa**, 3 **uova Sisa** + 1 tuorlo, 200 g di **zucchero Sisa**, 250 g di frutta esotica disidratata mista (papaya, mango, ananas), 30 g di **fecola di patate Sisa** (o di amido di mais), 1 bicchierino di liquore profumato, 10 g di **lievito per dolci Sisa**, 1 limone, **sale Sisa** q.b.

PREPARAZIONE:

- 1 Tagliate la frutta disidratata a cubetti di circa 1 cm di lato e metteteli a bagno nel liquore. Tagliate il burro a pezzetti, fateli ammorbidire in una ciotola a bagnomaria finché avranno assunto la consistenza di una pomata, poi montateli con la frusta elettrica, unite lo zucchero e un pizzico di sale e continuate a montare finché il composto avrà preso un aspetto lucido.
- 2 Incorporate al burro la scorza grattugiata del limone e un uovo per volta, compreso il tuorlo, attendendo che il precedente sia ben amalgamato prima di unire il successivo. Aggiungete poco per volta farina, lievito e fecola fatti scendere da un setaccio; infine unite la frutta insieme all'eventuale liquore non assorbito.
- 3 Rivestite con carta da forno bagnata e strizzata uno stampo da plum cake della capacità di 1,5-1,8 litri e versatevi l'impasto; quindi livellatelo con una spatola. Per evitare che la frutta scenda sul fondo, riparate dal calore troppo eccessivo lo stampo posizionandolo a metà del forno, sulla placca e non sulla griglia.
- 4 Trasferite lo stampo in forno già caldo a 190° per 5 minuti, poi abbassate la temperatura a 180° e proseguite la cottura. Cuocete per 40 minuti e, prima di spegnere, controllate la cottura con uno stecchino. Fate raffreddare il dolce nello stampo prima di sfornarlo.



La **Farina Integrale di Farro Biologico VerdeMio**, di origine 100% italiana, è caratterizzata da un sapore intenso e deciso, che la rendono perfetta per la preparazione di dolci e biscotti nonché pane e pizze, dall'impasto leggero e gustoso.



Fragole



PROVENIENZA E STAGIONALITÀ

Le fragole sono tra i frutti più amati della primavera. Originarie dell'Europa e delle Americhe, oggi vengono coltivate in molte regioni italiane grazie al clima favorevole, che consente raccolti profumati e ricchi di sapore. La loro stagione ideale va da marzo a giugno, periodo in cui esprimono al meglio aroma, dolcezza e qualità nutrizionali.

RICCHE DI SOSTANZE NUTRITIVE

Nonostante il gusto zuccherino, le fragole sono composte per oltre il 90% da acqua e apportano poche calorie. Sono particolarmente ricche di vitamina C, spesso in quantità superiore agli agrumi, oltre a contenere acido folico, potassio e fibre. Il loro colore rosso intenso è dovuto agli antociani, potenti antiossidanti naturali, mentre i polifenoli contribuiscono a proteggere l'organismo dallo stress ossidativo.



A COSA FANNO BENE?

Grazie alla presenza di vitamine e antiossidanti, le fragole aiutano a sostenere il sistema immunitario e a contrastare i radicali liberi. Favoriscono, inoltre, l'idratazione e la digestione grazie all'elevato contenuto di acqua e fibre. Sono considerate alleate della salute cardiovascolare e contribuiscono al benessere della pelle, aiutando a mantenerla luminosa e tonica.



TANTI USI IN CUCINA

Versatili e profumate, le fragole si prestano a numerose preparazioni. Sono perfette consumate fresche, magari con una spruzzata di limone, ma trovano spazio anche in macedonie, torte, crostate e dessert al cucchiaio. Si abbinano bene a yogurt e cereali per la colazione, ma sorprendono anche in ricette salate, insieme a insalate, formaggi freschi o aceto balsamico, regalando un piacevole equilibrio tra dolcezza e freschezza.

Risotto con fragole, timo e bufala

INGREDIENTI:

280 g di **riso Carnaroli Sisa**, 250 g di fragole, 2 rametti di timo, 200 g di mozzarella di bufala, 2 dl di Prosecco, 1 scalogno, 1 carota, 1 costa di sedano, 1 cipolla, **olio extravergine di oliva Sisa** q.b., **sale Sisa** q.b.

PREPARAZIONE:

- ❶ Raschiate la carota, lavatela e tagliatela a tocchetti, pulite il sedano e riducetelo a pezzetti e lavate delicatamente le fragole. Tagliate 4 fragole a tocchetti e trasferitele in una casseruola con 1 l di acqua, unite cipolla, sedano e una presa di sale e fate cuocere per circa un'ora.
- ❷ Tagliate la mozzarella a dadini e lasciateli sgocciolare, in modo che perdano l'acqua. Frullate 125 g di fragole e tagliate a tocchetti quelle rimaste.
- ❸ Tritate il timo e lo scalogno e fateli rosolare con l'olio in un'ampia padella dal fondo spesso. Tostatevi il riso e poi sfumate con il Prosecco. Aggiungete la purea di fragole e, gradualmente, il brodo filtrato e cuocete per il tempo indicato mescolando. A fine cottura aggiungete i tocchetti di fragole fresche, tenendone pochissime da parte.
- ❹ Suddividete nei piatti e unite appena prima di servire le fragole fresche rimaste e la dadolata di mozzarella.



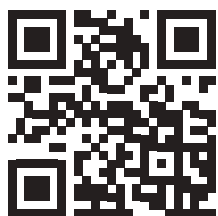


LEERDAMMER®

GUSTO UNICO DAL 1974



**PROVA L'IRRESISTIBILE GUSTO
DELLE FETTE LEERDAMMER**





Girandole con mozzarella e fragole

INGREDIENTI:

200 g di **mozzarella Sisa**, 60 g di rucola, 60 g tra more e fragole, 30 ml di **aceto di mele bio VerdeMio**, 350 g di carpaccio di manzo, 20 g di granella di pistacchi, **olio extravergine di oliva Sisa** q.b., **sale Sisa** q.b., **pepe Sisa** q.b.

PREPARAZIONE:

- ❶ Tagliate la mozzarella a fettine e fatele sgocciolare.
- ❷ Condite la rucola con poco olio.
- ❸ Frullate le more e le fragole con 3 cucchiaini d'olio, l'aceto di mele, sale, pepe.
- ❹ Irrorate il carpaccio di manzo con metà salsa e trasferite in frigo per 5 minuti.
- ❺ Riempite un tagliapasta da 5 cm con strati concentrici di carpaccio, mozzarella e rucola partendo dall'esterno.
- ❻ Mettete le 4 girandole in frigo per 10 minuti e servite con la salsa rimasta e la granella di pistacchi.



©Belpietro Edizioni Periodiche Srl



Yogurt in forma con salsa di fragole

INGREDIENTI:

500 g di **yogurt magro bianco Equilibrio&Piacere**, 400 g di fragole, 1 baccello di vaniglia, 12 g di gelatina in fogli, 50 g di **miele di acacia Sisa**, 3 cucchiaini di latte scremato

PREPARAZIONE:

- ❶ Mettete a bagno la gelatina in acqua fredda per 10 minuti. Incidete la vaniglia, nel senso della lunghezza, raschiate la polpa con i semini e trasferitela in un pentolino con il latte e il miele. Scaldate e scioglieteci la gelatina sgocciolata e strizzata. Amalgamate allo yogurt il composto filtrato di latte e gelatina.
- ❷ Versate il composto in uno stampo a ciambella di 8 dl di capacità e trasferitelo in frigorifero a rassodare per almeno 6 ore. Sciacquate le fragole, eliminate il picciolo e asciugatele. Tagliatene 100 g a tocchetti e frullate le altre al mixer. Passate la salsa attraverso un colino a maglie fitte.
- ❸ Immergete lo stampo in acqua calda per qualche istante e rovesciate il dessert su un piatto. Irrorate il dolce con la salsa di fragole e riempite il foro centrale con le fragole intere. Spolverizzate a piacere con poco zucchero a velo e servite.



©Belpietro Edizioni Periodiche Srl

CLINICAMENTE TESTATO



SCOPRI I PRODOTTI INFASIL



IGIENE INTIMA

**INFASIL
pH SPECIALIST**

Alta qualità e tollerabilità per il tuo detergente intimo.

Infasil Lenitivo Sollevato: rispetta l'idratazione, con attivo naturale.

Deterge delicatamente e aiuta ad alleviare la sensazione di fastidio dovuta alla secchezza intima.

Infasil Neutro Delicato: rispetto e delicatezza, per tutta la famiglia.

Clinicamente testato anche sulle pelli sensibili, lascia una piacevole sensazione di freschezza e benessere.



DEODORANTI

**NEUTRO EXTRA
DELICATO**

La linea di deodoranti con lo storico e inconfondibile profumo di Infasil.

Il deodorante **Infasil Neutro Extra Delicato** controlla gli odori e dona freschezza e sensazione di pulito per tutto il giorno.

La sua formula antimacchia non lascia residui, è efficace anche sui capi colorati ed unisce l'efficacia contro il sudore e i cattivi odori alla delicatezza di Infasil: per una pelle fresca e profumata, fino a sera.

Piadina Sfogliata con Farina Integrale



La **Piadina Sfogliata con Farina Integrale Equilibrio&Piacere** è il prodotto ideale per chi è attento alla propria alimentazione, ma non vuole rinunciare al gusto. Realizzata con farina integrale e olio extra vergine di oliva, una variante rispetto alla ricetta tradizionale che le conferisce un sapore più delicato e leggero, è perfetta in ogni momento della giornata perché pronta in pochi minuti in padella e si presta a svariate farciture. Provala con formaggio spalmabile, salmone affumicato e insalata: una vera delizia!



☞☞ **Sapevi che...**
La farina integrale può rappresentare una preziosa fonte di fibre per il tuo organismo. ☞☞



Zuccotto pasquale: il dolce della tradizione

Lo zuccotto pasquale è un dessert che unisce storia e gusto. Ispirato allo zuccotto fiorentino rinascimentale, prende il nome dalla forma che ricorda un piccolo elmo o una zucca. Nella versione pasquale viene arricchito con creme morbide, ricotta o panna, spesso profumate con agrumi e cioccolato. Un dolce fresco e avvolgente, perfetto per concludere il pranzo di festa e condividere un momento di tradizione in famiglia.



Zuccotto alla stracciatella



INGREDIENTI:

4 tuorli di **uova Sisa**, 50 g di **zucchero Sisa**, 1 baccello di vaniglia, 400 g di panna, 200 g di **cioccolato fondente 90% cacao Gusto&Passione**, 500 g di **colomba Gusto&Passione**, 50 g di mandorle tostate, granella di zucchero q.b., **sale Sisa** q.b.

PREPARAZIONE:

- 1 Trita grossolanamente 100 g di cioccolato fondente e tienilo da parte. In una ciotola, monta i tuorli con lo zucchero, la polpa interna del baccello di vaniglia e 1 pizzico di sale. In un'altra ciotola monta la panna. Poi incorpora quest'ultima e il cioccolato tritato ai tuorli montati e mescola bene fino a ottenere una crema omogenea.
- 2 Taglia la colomba a fette dello spessore di circa 1 cm. Fodera uno stampo a cupola da 1,2 l con pellicola da cucina; disponi sul fondo e lungo le pareti circa 3/4 delle fette di colomba, senza lasciare spazi vuoti. Riempi lo stampo con la crema preparata e ricopri con le fette di colomba rimaste. Fai raffreddare in freezer per 4 ore.
- 3 Togli lo zuccotto dal freezer, sformalo su un piatto da portata e irroralo con il cioccolato rimasto fuso. Decora con le mandorle tostate, la granella di zucchero e servi.



Sparpagliate i gherigli di noce tritati sulla placca foderata con carta da forno e passateli sotto il grill già caldo per qualche istante. Quando li aggiungerete al caramello resteranno ben separati.



Zuccotto semifreddo bicolore

INGREDIENTI:

500 g di gelato al cioccolato fondente, 200 g di cioccolato bianco, 60 g di **cioccolato fondente 90% cacao Gusto&Passione**, 400 ml di panna fresca, 2 **uova Sisa** + 2 tuorli, 150 g di **zucchero Sisa**, 150 g di noci sgusciate, 2 cucchiaini di liquore nocino, 1 bustina di **vanillina Sisa**

PREPARAZIONE:

- 1 Caramellate le noci. Mettete 90 g di zucchero in un pentolino d'acciaio, unite una tazzina da caffè di acqua e cuocete, finché lo zucchero si sarà caramellato. Aggiungete le noci tagliuzzate, versate tutto sulla placca foderata con carta da forno, lasciate raffreddare; poi tritate tutto finemente.
- 2 Fate la crema. Sbattete in una casseruola i 4 tuorli con 60 g di zucchero, la vanillina e il liquore; poi portate su un bagnomaria caldo e continuate a sbattere, fino a ottenere una crema densa e spumosa. Fate attenzione a non far bollire troppo l'acqua, per evitare che le uova si "strapazzino". Incorporate il cioccolato bianco tritato, mescolate delicatamente, in modo che fonda, togliete dal bagnomaria e unite le noci caramellate tritate. Fate raffreddare. Montate separatamente i 2 albumi e la panna e aggiungete entrambi alla crema con movimenti lenti dal basso verso l'alto. Mettete in freezer per 40 minuti.
- 3 Preparete lo stampo. Foderate con pellicola uno stampo a forma di mezza sfera della capacità di 1,5-1,8 litri; se non lo avete potete usare una ciotola. Rivestite il fondo e le pareti con uno strato di gelato al cioccolato di circa 2 cm di spessore.
- 4 Completate. Versate nello stampo la crema di uova, noci e cioccolato bianco, livellate la superficie e mettete in freezer per almeno 4-5 ore. Sformate lo zuccotto aiutandovi con la pellicola, eliminatela e decorate con una griglia di cioccolato fondente fuso fatta con una siringa senza ago.



**Morbidi e buoni fino
all'ultima fetta!**



Tortano alla scarola



100'



10



DIFFICOLTÀ

INGREDIENTI:

300 g di **farina di grano tenero tipo 00 Sisa** + quella per il piano, 200 g di **farina manitoba Sisa**, 400 g di formaggi misti (pecorino, provolone, scamorza dolce), 300 g di salame napoletano, 600 g di scarola, 3 **uova Sisa** sode, 100 g di ciccioli, 60 g di strutto, 1/2 cucchiaino di **zucchero Sisa**, 1 cubetto di lievito di birra, **olio extravergine di oliva Sisa** q.b., **sale Sisa** q.b., **pepe Sisa** q.b.

Di questa specialità esistono diverse versioni: alcune più semplici, solo di pane con i ciccioli, altre più ricche, con salumi, uova e formaggi.





PREPARAZIONE:

1 Sbriciolate il lievito in una ciotola. Sciogliete lo zucchero in 50 ml di acqua tiepida, versatela sul lievito, stemperatelo e lasciate riposare qualche minuto.



3 Sciacquate la scarola, tagliatela a pezzetti e saltatela in padella con un filo di olio a fuoco vivace per 4 minuti; lasciate intiepidire. Stendete la pasta sul piano infarinato formando un rettangolo di 50x20 cm. Distribuitevi i formaggi e il salame a dadini e poi la scarola sgocciolata: lasciate libero un bordo di 2 cm tutto intorno, pepate e allineate le uova a spicchi su un lato lungo.



2 In un'altra ciotola, mescolate le due farine con un pizzico di sale, unite il lievito e altri 180 ml di acqua e lavorate l'impasto finché sarà omogeneo. Poi incorporate lo strutto e i ciccioli sbriciolati. Trasferite la pasta sulla spianatoia e lavoratela fino a ottenere una palla elastica. Mettetela in una ciotola, copritela con un telo umido (non a contatto) e lasciatela lievitare fino al raddoppio del volume (1-2 ore secondo l'umidità).



4 Arrotolate la pasta e richiudetela ad anello. Sistemate il tortano su una placca foderata con carta da forno, spennellatelo con poco olio e cuocetelo in forno caldo a 180° per 1 ora.



LA QUALITÀ HA UN NUOVO LOOK



**GALBANI PORTA IN TAVOLA
LA QUALITÀ DI SEMPRE**

**-30% DI GRASSI
CONSISTENZA
Soffice E
Leggera**

**CREMOSI
GUSTOSI &**



I segreti per una cottura a VAPORE perfetta

Spunti e consigli per cuocere i cibi in maniera impeccabile.



GLI UTENSILI ADATTI

Per cuocere a vapore potete utilizzare la vaporiera elettrica, già dotata di cestelli e con programmi impostati; una pentola a cui aggiungere un cestello rimovibile; una pentola a pressione (adatta soprattutto per le cotture più lunghe); i cestelli in bambù, tipici della cucina orientale.



IL GIUSTO LIVELLO DELL'ACQUA

L'acqua non deve mai superare la metà del volume della pentola, così da impedirle di entrare in contatto con i cibi, arrivando a malapena a sfiorare il cestello. Coprire con un coperchio consente di trattenere calore e vapore; la fiamma può essere alta all'inizio, per raggiungere il bollore, poi dev'essere abbassata al minimo.



I CIBI IDEALI

Questa tecnica richiede cibi tagliati in piccoli pezzi oppure porzioni già piccole o di rapida cottura. I tagli migliori sono sottili, come rondelle, dadini, julienne e fettine. Tra i cibi migliori rientrano patate, legumi freschi, verdure a foglia, zucchine e melanzane, ma anche riso, bocconcini di carne e pesce, crostacei e persino le uova.



PIETANZE PIÙ GUSTOSE

Se volete arricchire di gusto i vostri cibi potete utilizzare del brodo di verdure oppure aggiungere, nell'acqua in ebollizione, un po' di spezie o delle erbe aromatiche (come salvia, timo e rosmarino).



PELLE E BELLEZZA



FUNZIONI
DEPURATIVE
DELL'ORGANISMO



PERDITA DI PESO



PROBIOTICO +
PREBIOTICO



STANCHEZZA
E AFFATICAMENTO



GUSTO
ARANCIA

K

Mg



3 SALI ORGANICI
DI MAGNESIO

Fe

Mg

Acido
Folico



13 VITAMINE • 10 MINERALI

Mg



SENZA
ZUCCHERI

3 SALI DI MAGNESIO
SOLUBILITÀ Istantanea

GLI ALLEATI DEL TUO BENESSERE

Integratori alimentari. Leggere le avvertenze sulle confezioni.

equilibra®



Elicriso

L'elicriso è una pianta mediterranea perenne, riconoscibile per le sue foglie sottili color grigio-argento e per il profumo intenso che ricorda la liquirizia o il curry. Ama il sole, il caldo e i terreni poveri, ed è apprezzato sia come pianta ornamentale che per le sue proprietà aromatiche. Coltivarlo in vaso è semplice, purché si rispettino le sue esigenze naturali.



IL VASO E IL TERRICCIO IDEALI

Per crescere bene, l'elicriso ha bisogno di un vaso con fori di drenaggio, meglio se in terracotta, materiale che aiuta a mantenere il terreno asciutto. Non servono contenitori troppo grandi, ma è importante garantire spazio sufficiente alle radici. Sul fondo va sempre inserito uno strato di argilla espansa. Il terriccio ideale è leggero e ben drenante: si può utilizzare una miscela per piante aromatiche o universale, alleggerita con sabbia o perlite. L'elicriso, infatti, teme i ristagni idrici.

L'ESPOSIZIONE E L'ANNAFFIATURA

Essendo una pianta mediterranea, l'elicriso ama il pieno sole. Va collocato in una posizione ben luminosa e arieggiata, preferibilmente esposta a sud. L'annaffiatura deve essere moderata: si irriga solo quando il terreno è completamente asciutto, evitando eccessi. In estate può essere necessario aumentare leggermente la frequenza, mentre in inverno le irrigazioni vanno ridotte al minimo.



CONSIGLI PER UNA CRESCITA SANA

L'elicriso non richiede cure complesse. Una leggera potatura dopo la fioritura aiuta a mantenere la pianta compatta e a stimolare nuovi germogli. Non necessita di concimazioni frequenti: un fertilizzante leggero in primavera è sufficiente. Con sole, aria e poca acqua, l'elicriso crescerà forte e profumato, portando sul balcone un tocco autentico di macchia mediterranea.





Formaggi sempre freschi: come conservarli senza sprechi

Una corretta conservazione dei formaggi aiuta a mantenerne gusto e qualità più a lungo. Dalla scelta dell'involucro alla posizione in frigorifero, piccoli accorgimenti quotidiani permettono di evitare muffe indesiderate e inutili sprechi.

I formaggi sono alimenti preziosi e delicati, capaci di regalare sapori intensi e diversi a seconda della tipologia. Proprio per questo meritano attenzione anche dopo l'acquisto. Una conservazione scorretta, infatti, può comprometterne gusto e consistenza, costringendo spesso a buttarli via.

L'INVOLUCRO GIUSTO FA LA DIFFERENZA

Il primo passo è evitare la pellicola a contatto diretto, che impedisce al formaggio di respirare e favorisce, al contrario, l'umidità con la formazione di muffa. Meglio avvolgerlo in carta forno o nella carta apposita per formaggi e poi riporlo in un contenitore non completamente ermetico. I formaggi freschi, invece, vanno mantenuti nella loro confezione o in un contenitore ben chiuso, per preservarne morbidezza e umidità.

DOVE SISTEMARLI IN FRIGORIFERO

La posizione ideale dipende dal tipo di formaggio e dal suo grado di stagionatura. I formaggi freschi, ad esempio, necessitano di temperature più basse (2°-4°), quelli a pasta molle di temperature un po' più alte (fino a 8°), mentre i formaggi stagionati possono essere conservati nella parte meno fredda del frigo (tra i 10° e i 12°). È importante, inoltre, separarli tra loro per evitare contaminazioni di odori e muffe.

PICCOLI GESTI ANTISPRECO

Prima di consumarli, è buona norma tirare i formaggi fuori dal frigorifero almeno mezz'ora prima, lasciandoli riposare a temperatura ambiente nella loro carta, così da valorizzarne il sapore. Non dimentichiamo, infine, che gli avanzi possono trovare nuova vita in ricette come torte salate, sfornati o sughi, trasformando ogni pezzetto in un'opportunità contro lo spreco.



Primavera in movimento: i benefici dell'attività fisica all'aperto

Con la bella stagione cresce la voglia di uscire e muoversi. Camminate, bicicletta e sport leggeri all'aria aperta aiutano a ritrovare energia, migliorare l'umore e prendersi cura del proprio benessere fisico e mentale.

La primavera è il momento ideale per tornare a praticare attività fisica all'aperto. Le giornate si allungano, le temperature diventano più miti e la natura si risveglia, creando un contesto perfetto per muoversi con piacere. Dopo i mesi più freddi e sedentari, il corpo sente il bisogno di riattivarsi e di respirare aria nuova.

ENERGIA E BUONUMORE

Fare movimento all'aria aperta stimola la produzione di endorfine, favorendo una sensazione di benessere e leggerezza. Una semplice camminata al parco, una corsa leggera o un giro in bicicletta aiutano a ridurre stress e tensioni. L'esposizione alla luce naturale, inoltre, contribuisce a regolare il ritmo sonno-veglia e a migliorare la concentrazione.

BENEFICI PER IL CORPO

Non solo. L'attività fisica moderata rafforza il sistema cardiovascolare, migliora la circolazione e sostiene il metabolismo. In primavera si possono scegliere attività dolci, come yoga all'aperto, escursioni nei sentieri o sessioni di stretching al sole, che tonificano i muscoli senza affaticare eccessivamente l'organismo.

UN'OCCASIONE DI SOCIALITÀ

Muoversi all'aperto significa, infine, condividere momenti con gli altri. Organizzare una passeggiata in compagnia, partecipare a un corso di gruppo o giocare a pallavolo sulla spiaggia sono occasioni per unire benessere fisico e relazioni sociali riscoprendo il piacere di stare bene.

SENZA ALCOL



LISTERINE®

Pulizia

5X SUPERIORE

In Aggiunta Allo Spazzolino
E Filo Interdentale*

Pulizia Profonda,
Dove Lo Spazzolino Non Arriva

*Studio basato sui batteri che causano alito cattivo

Il fascino senza tempo

della capitale britannica

Dai monumenti simbolo della monarchia ai grandi musei internazionali, fino ai quartieri più vivaci, Londra è una città che sorprende a ogni passo, grazie al suo fascino capace di unire tradizione e modernità.



La capitale britannica è una città che non smette mai di stupire. Antica e contemporanea allo stesso tempo, conserva secoli di storia tra palazzi reali, chiese monumentali e musei di fama mondiale, accanto a quartieri dinamici e multiculturali. Passeggiare lungo il Tamigi o tra le strade del centro significa immergersi in un mosaico di culture, architetture e atmosfere diverse. Che si tratti della prima visita o di un ritorno, Londra offre sempre qualcosa di nuovo da scoprire.

MONUMENTI SIMBOLO E LUOGHI ICONICI

Tra i monumenti più celebri della capitale spicca il **Big Ben**, la grande torre dell'orologio del **Palazzo di Westminster**, simbolo indiscusso della città: il nome deriva dalla sua grande campana di oltre 13 tonnellate, che suona a ogni ora. Il Palazzo, sede del Parlamento britannico, è invece uno degli edifici neogotici più imponenti di Europa, formato da 1.200 stanze. Poco distante, il **London Eye**, la grande ruota panoramica affacciata sul Tamigi, permette di ammirare la città dall'alto con una vista spettacolare sulle sue bellezze architettoniche e artistiche; alta circa 135 metri, è stata inaugurata nel 2000. Attraversando il fiume si incontra il **Tower Bridge**, il ponte levatoio più famoso di Londra, un capolavoro di ingegneria vittoriana che collega le due sponde del Tamigi; al suo interno è possibile visitare una mostra interattiva sulla storia del ponte, percorrere le passerelle in vetro ed entrare nella vecchia sala motori. Da non perdere, inoltre, la **London Tower**, costruita nel 1066, dove si possono ammirare i gioielli della Corona, le armerie reali e le mostre sui prigionieri e sulle esecuzioni avvenute nel corso dei secoli.



Il Tower Bridge



Buckingham Palace

PALAZZI REALI, CHIESE E UN PO' DI STORIA

Il legame con la monarchia è una delle caratteristiche più affascinanti di Londra. **Buckingham Palace**, residenza ufficiale del sovrano, è celebre per la tradizionale cerimonia del cambio della guardia, che attira ogni giorno visitatori da tutto il mondo; formato da ben 775 stanze, è circondato da un grande parco che si estende per circa 20 ettari. Poco lontano si trova **Westminster Abbey**, splendida chiesa gotica dove per secoli sono stati incoronati i monarchi inglesi e dove riposano numerose figure storiche e letterarie, come Maria Stuarda, Isaac Newton e William Shakespeare. Tra gli edifici religiosi più importanti della città spicca anche la **Cattedrale di Saint Paul**, con la sua maestosa cupola barocca, progettata da Sir Christopher Wren nella seconda metà del 1600: salire fino alla galleria panoramica permette di ammirare la città da una prospettiva davvero suggestiva.

I MAGGIORI PUNTI D'INTERESSE

- Big Ben
- Palazzo e Abbazia di Westminster
- Tower Bridge
- London Tower
- Buckingham Palace
- St Paul's Cathedral
- British Museum
- Tate Gallery
- Notting Hill
- Portobello Road
- Hyde Park
- Trafalgar Square
- Piccadilly Circus e Soho



INFORMAZIONI PRATICHE



COME MUOVERSI A LONDRA

• Il modo migliore per spostarsi rapidamente in città è la metropolitana (The Tube). La Visitor Oyster Card comprende viaggi su mezzi di trasporto pubblico, compresi - oltre alla metro - anche bus e tram.



DOVE DORMIRE

• Grand Concerto Hotel

Nel quartiere di Westminster, vicino a Hyde Park e alla fermata della metro per raggiungere agilmente tutte le zone della città
www.grand-concerto-hotel-london.hotelcheckins.com
 164-166 Sussex Gardens

• Zedwell Hotel Piccadilly Circus

Nel cuore del West End di Londra, vicino a numerose attrazioni, tra cui Trafalgar Square, British Museum e Buckingham Palace - www.zedwellhotels.com
 Great Windmill St, London W1D 7DH



DOVE MANGIARE

• Camden Market

Celebre mercato londinese, dove assaggiare piatti provenienti da tutto il mondo
 Zona Nord di Londra, quartiere Camden Town

• Trafalgar Tavern

Storico pub vittoriano affacciato sul Tamigi, dove mangiare piatti tipici della cucina londinese, come fish & chips e pie di carne
 Park Row, Londra, Royal Greenwich, SE10 9NW

I SAPORI DELLA CUCINA LONDINESE

Un viaggio a Londra è anche un'occasione per scoprire la sua cucina, che negli ultimi anni si è evoluta grazie a diverse influenze internazionali. Tra i piatti più tradizionali spicca il **fish and chips**, pesce fritto servito con patatine croccanti, spesso accompagnato da salsa tartara. Molto diffuso è anche il **Sunday roast**, arrosto con patate, verdure e Yorkshire pudding, tipico del pranzo domenicale. Non manca il celebre **afternoon tea**, un rituale elegante che abbina tè, sandwich e dolci, come gli scones. Un viaggio nella capitale inglese non può escludere, poi, un assaggio delle famose torte salate (pies), tra cui la **shepherd's pie** (carne macinata e purè) e la **steak and Ale pie** (carne accompagnata da birra), a cui aggiungere un **cornish pasty** (fagottino di verdure e carne) e un **jacket potato**, grande patata cotta al forno, accompagnata da vari ingredienti (come tonno, formaggio e fagioli).



Le case colorate a Notting Hill

MUSEI E QUARTIERI CULTURALI

Londra è anche una delle capitali culturali più importanti al mondo, grazie ai suoi musei ricchi di opere straordinarie. Il **British Museum** custodisce oltre otto milioni di reperti provenienti da tutte le civiltà della storia, tra cui la celebre Stele di Rosetta e le sculture del Partenone. La **National Gallery**, affacciata su Trafalgar Square, ospita invece capolavori della pittura europea, da Van Gogh a Leonardo da Vinci, da Monet a Botticelli. Gli amanti dell'arte non possono perdere anche il complesso museale **Tate Gallery**, che comprende la **Tate Britain** - dove ammirare la maggiore collezione di arte britannica dal 1500 ai giorni nostri - e la **Tate Modern**, situata in un'ex centrale elettrica lungo il Tamigi, che ospita capolavori di arte moderna e contemporanea. A completare l'esperienza ci sono quartieri vivaci come **Covent Garden**, con i suoi artisti di strada e i mercatini, e **Notting Hill**, famoso per le case colorate e per il celebre mercato d'antiquariato di **Portobello Road**.

La shepherd's pie



GRANDE EFFICACIA IN PICCOLE DOSI



AMMORBIDENTI CONCENTRATI



PROFUMA BIANCHERIA

Prenditi cura del tuo bucato con **iConcentrati** Chanteclair. Prova gli Ammorbidenti, formula arricchita con perle di profumo che rilasciano gradualmente la loro fragranza donando una sensazione di freschezza prolungata ai tuoi capi.

Per un profumo intenso e persistente abbina ad ogni lavaggio il Profuma Biancheria così da regalare al tuo bucato una profumata morbidezza tutta da indossare!

Bracco italiano, tra eleganza ed energia

ORIGINI LONTANE

Le radici di questa razza italiana sembrano risalire all'epoca degli antichi greci. Secondo alcune ricostruzioni, deriverebbe dall'incrocio tra un mastino e un cane da caccia di origine egiziana. Molto apprezzato durante il Rinascimento, quando la caccia era una delle attività predilette dalla nobiltà, il Bracco italiano si è affermato nel tempo come instancabile e affidabile cane da ferma.



UN CANE MOLTO ATTIVO

A caratterizzarlo è una notevole energia. Il Bracco italiano ha bisogno di movimento quotidiano e di spazi aperti in cui poter correre ed esplorare. L'attività fisica non è solo un piacere, ma una necessità per il suo equilibrio: lunghe passeggiate, giochi di ricerca o attività sportive aiutano a mantenerlo sereno e mentalmente stimolato, prevenendo noia e stress.

AFFETTUOSO E INTELLIGENTE

Il carattere del Bracco italiano è dolce e mansueto. È un cane molto legato alla propria famiglia, con cui ama condividere tempo e attenzioni. Si dimostra affettuoso anche con i bambini, diventando un compagno di giochi paziente e affidabile. Socievole con gli altri cani e generalmente cordiale con gli estranei, è intelligente e curioso: apprende con facilità e risponde bene ai comandi insegnatili.

I TRATTI DISTINTIVI

Dal portamento nobile ed elegante, il Bracco italiano è un cane di taglia medio-grande, con una struttura fisica asciutta, armonica e muscolosa. La testa è una delle sue caratteristiche più distintive: cranio e muso hanno la stessa lunghezza, il tartufo è ampio, le guance carnose e le orecchie sono lunghe e pendenti. Il pelo è corto e fitto; le colorazioni ammesse sono il bianco arancio e il roano marrone. I maschi misurano generalmente tra i 58 e i 67 cm al garrese, mentre le femmine sono leggermente più piccole.



Novità e suggerimenti da non perdere



Serie TV

Unfamiliar (Netflix)

La storia ruota attorno a Simon e Meret, una coppia sposata che da anni vive lontana dal mondo dello spionaggio e gestisce un rifugio segreto nel cuore di Berlino, un luogo pensato per accogliere persone che non devono essere trovate. Quel rifugio rappresenta la loro nuova esistenza, costruito dopo aver messo distanza dal passato. La loro vita familiare, apparentemente protetta e fondata sull'amore per la figlia, viene sconvolta all'improvviso. La copertura salta, la loro vera identità viene scoperta e riemerge la verità: Simon e Meret sono ex spie e sono in molti a volerli morti. La minaccia, però, non riguarda solo loro, ma soprattutto la figlia. Con il ritorno del pericolo, la coppia è costretta a fuggire e a nascondersi, mentre viene inseguita da agenti russi e tedeschi, membri dei servizi segreti, rivali e traditori.



Al cinema



Il Diavolo veste Prada 2

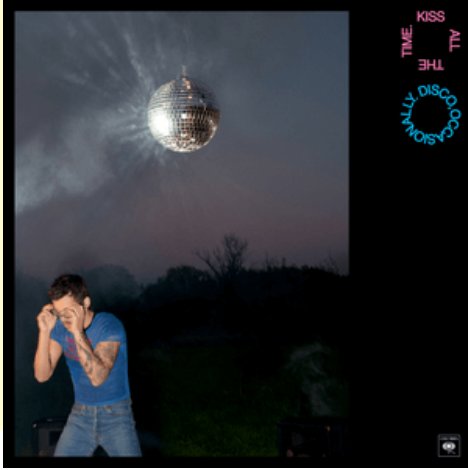
Il seguito di "Il Diavolo veste Prada" riprende la storia quasi vent'anni dopo il primo film e ruota intorno ai cambiamenti nel mondo della moda e dell'editoria. Dopo anni al vertice della rivista di moda "Runway", la direttrice Miranda Priestly (Meryl Streep) si trova ad affrontare una nuova sfida: il declino della carta stampata in un mondo dominato dal digitale e dai social. Per salvare la rivista deve trovare nuovi finanziamenti pubblicitari e adattarsi a un settore che sta cambiando rapidamente. Il problema è che una delle persone che controlla quei finanziamenti è Emily Charlton, la sua ex assistente (Emily Blunt), che nel frattempo è diventata una dirigente di un potente gruppo del lusso. Tra le due nasce una rivalità: Miranda ha bisogno di Emily per salvare Runway, ma Emily non dimentica facilmente il passato. Torna, inoltre, Andy Sachs (Anne Hathaway) che, dopo aver lasciato la rivista nel primo film, è diventata una professionista affermata nel mondo del giornalismo. Il suo ritorno riaccende vecchi rapporti e tensioni, mentre si ritrova di nuovo coinvolta nell'universo glamour e competitivo della moda.



Matrimonio di convenienza - Felicia Kingsley

Jemma fa la truccatrice teatrale, vive in un seminterrato a Londra e colleziona insuccessi in amore. Un giorno però riceve una telefonata dal suo avvocato che potrebbe cambiarle la vita: la nonna Catriona, che ha diseredato sua madre per aver sposato un uomo qualunque e senza titolo nobiliare, le ha lasciato un'enorme ricchezza. Ma a una condizione: che sposi un uomo di nobili natali. Il caso vuole che l'avvocato di Jemma segua un cliente che non naviga in acque tranquille: Ashford, il dodicesimo duca di Burlingham, è infatti al verde e rischia di perdere, insieme ai beni di famiglia, anche il titolo. Ashford è un duca, Jemma ha molti soldi. Ashford ha bisogno di liquidi, Jemma di un blasone... Ma cosa può avere in comune la figlia di una simpatica coppia hippy con un compassato lord inglese? Apparentemente nulla. Il loro non sarà altro che un matrimonio di convenienza, per permettere a entrambi di ottenere ciò che vogliono. Ma Jemma non immagina cosa l'aspetta, una volta arrivata nella lussuosa residenza dei Burlingham: galateo, formalità, ricevimenti e un'odiosa suocera aristocratica. E a quel punto sarà guerra aperta.





Kiss All The Time. Disco, Occasionally - Harry Styles

Il quarto album in studio di Harry Styles è il primo dopo quasi quattro anni dal successo di Harry's House (2022). Il disco, prodotto dal collaboratore storico Kid Harpoon, contiene 12 brani e segna una nuova fase artistica del cantante britannico. L'album, infatti, nasce da un periodo di cambiamento personale e creativo per Styles, trascorso in parte tra viaggi e sessioni di registrazione a Berlino e Londra. Musicalmente si ispira anche all'energia della musica elettronica e della scena dance contemporanea, con l'idea di creare brani pensati per essere vissuti in modo collettivo, come su una pista da ballo.



La Grecia a Roma - Roma

La mostra, organizzata ai Musei Capitolini, nella Villa Caffarelli, presenta una preziosa selezione di oltre 150 capolavori - sculture, rilievi, ceramiche, bronzi - tutti originali greci, alcuni dei quali esposti per la prima volta e altri ritornati a Roma dopo secoli di dispersione. Vedere queste opere accostate significa poter ricostruire la storia dei significati che hanno assunto nel tempo: oggetti nati come votivi o funerari diventano simboli politici, entrano nelle domus aristocratiche per rappresentare cultura, prestigio e potere. Il progetto espositivo restituisce anche questa trasformazione, mettendo in evidenza come ogni opera abbia avuto più vite, più usi e più letture; non sono dunque solo testimonianze estetiche ma sono oggetti che, nel loro passaggio dalla Grecia a Roma, hanno cambiato funzione e hanno contribuito a plasmare il linguaggio artistico romano.



PERCHÈ
SPENDERE
DI PIÙ?



Aprile 2026



ARIETE

Con Marte, Mercurio, Venere, Saturno e Nettuno nel segno e mezzo cielo a vostro favore, in aprile non avrete scuse per non avere successo. LAVORO - vietato poltrire sugli allori, il treno passa solo una volta. AMORE - finalmente non avrete rivali in amore, almeno nel mese. FORTUNA - chiedete pure la luna... fa rima con fortuna!

Il SEGNO migliore DEL MESE



CANCRO

Aprile da stakanovisti: Giove nel segno vi vuole vincenti, ma Marte, Mercurio, Saturno e Nettuno in Ariete, prima di regalarvi il successo, vi fanno sgobbare come pazzi: ce la farete! LAVORO - Marte e Mercurio in Pesci vi daranno ciò che vi spetta. AMORE - qualche diatriba, ma a fin di bene. FORTUNA - soprattutto da fine mese.



BILANCIA

Aprile campo di battaglia dove mettere in atto le vostre migliori doti diplomatiche: con Marte, Mercurio, Saturno e Nettuno contro, nelle relazioni private e di lavoro vi serve lungimiranza. LAVORO - fate buon viso a cattivo gioco. AMORE - torneranno in ginocchio da voi, grazie a Venere amante e amica in Gemelli. FORTUNA - aiuta voi audaci!



CAPRICORNO

I passaggi di Giove contro più Marte, Mercurio, Saturno e Nettuno in Ariete vi accendono in aprile come micce impazzite, alla ricerca di una soluzione per la salvezza. LAVORO - tenete sempre presente un ottimo piano B, fondamentale per ritrovare la pace zen. AMORE - non arrabbiatevi col partner, respirate. FORTUNA - ritentare il prossimo mese.



TORO

In aprile, Marte e Mercurio in Pesci, Giove in Cancro, Urano e Venere nel vostro segno hanno un solo desiderio per voi: è giunta l'ora dei risultati. LAVORO - bene, ma meglio un party con gli amici (con corteggiamenti annessi). AMORE - Cupido vi festeggia con una (lunga) storia d'amore. FORTUNA - mese di raccolta!



LEONE

In aprile, il clima "infuocato" dei pianeti amici in Ariete e il passaggio di Venere in Gemelli vi vorranno contenti di dileguarvi dal tran-tran: concentratevi con creatività. LAVORO - Giove, Marte, Mercurio vi inviteranno alla riflessione e all'empatia per risolvere varie questioni. AMORE - piacevoli distrazioni. FORTUNA - pianificate le vostre mosse.



SCORPIONE

Marte, Mercurio e Giove a favore per un aprile con gli occhi a forma di cuore! LAVORO - inventiva alle stelle da mettere nella professione con idee innovative e vincenti. AMORE - nuovi e vecchi flirt riempiranno l'aria della vostra primavera. FORTUNA - decisamente a un buon livello.



ACQUARIO

Aprile come musica di un buon vinile: clima astrale supportato da un mix di pianeti in Ariete e Venere in Gemelli, il vostro pane. LAVORO - Urano e Plutone vi daranno imprevisi stimolanti per le novità. AMORE - datevi a un boogie woogie o uno swing con la dolce metà. FORTUNA - fedele e presente.



GEMELLI

I passaggi di Marte, Mercurio, Saturno e Nettuno in Ariete, ravvivati da Venere nel segno da fine mese, più un tocco di Plutone a favore sono una boccata d'aria in aprile: allegria. LAVORO - ottime relazioni da tessere per gli affari. AMORE - correte, uscite, viaggiate, sorseggiate un buon aperitivo e... flirtate! FORTUNA - senza osare eccessivamente.



VERGINE

La combinazione di Urano e Venere in Toro in aprile, ben sostenuta da Giove in Cancro, vi elargirà un'arma segreta per il successo. LAVORO - prendete tempo per la grande rivincita. AMORE - la dolce metà si lamenta della vostra distrazione o assenza? Date pure la colpa a Venere in Gemelli e Marte più Mercurio in Pesci. FORTUNA - restate in attesa.



SAGITTARIO

Ad aprile Marte, Mercurio, Saturno e Nettuno in Ariete elargiranno pause divertimento come piace a voi: sarete pronti a esagerare. LAVORO - con Venere opposta fomentata da Plutone in Acquario... che voglia di rischiare! AMORE - tra un bagordo e l'altro, dedicatevi a una remise en forme, anche in due! FORTUNA - vi aiuta ad alti e bassi.



PESCI

Giove in Cancro in combinazione con Marte e Mercurio nel segno vi aiuteranno in aprile a trovare soluzioni e aiuti pratici, con intuito e azioni intelligenti. Sognate in grande e riposare. LAVORO - sarete supportati da amici influenti e/o intelligenti. AMORE - qualche affaticamento nella comunicazione con Venere in Gemelli. FORTUNA - regala ottimi assist.



NUOVO CATTURAPOLVERE FLEX & CATCH

Così flessibile che arriva dappertutto

La nuova gamma di catturapolvere Vileda è pensata per semplificare la tua routine di pulizia, grazie a una tecnologia unica e brevettata*. La rivoluzione è la testina flessibile che, grazie al suo design, si adatta ad ogni superficie e ti permette di raggiungere anche gli angoli più difficili e nascosti senza sforzo.

La gamma si compone di 2 kit catturapolvere e 2 ricambi:

- **Kit a manico corto + 2 ricambi:** perfetto per le superfici visibili, ti offre massimo controllo e precisione.
- **Kit a manico lungo + 1 ricambio:** estensibile fino a 93cm e con testina rotante in 6 posizioni, ideale per raggiungere anche i punti più alti.
- Ricambi disponibili in confezioni da 5 o 10 pezzi.

Con Flex & Catch, spolverare non è mai stato così semplice.



Cattura fino a 3 volte
più polvere**



Flessibilità
unica



Design a 360°
e fibre riciclate



Versione con manico
estensibile

* Brevetto in corso
** Rispetto ai piumini tradizionali

Gran Soresina Grana Padano grattugiato

LA DIFFERENZA TRA UN BUON PIATTO E UN GRAN PIATTO



Autorizzazione
Consorzio Grana Padano
n. CR 39/96



Certificato da Organismo
di Controllo autorizzato
dal Ministero competente
ITALIA



OGNI PIATTO RACCONTA UNA STORIA. IL GRANA PADANO DOP LA FIRMA.

C'è un gesto che gli italiani conoscono da sempre: quella generosa spolverata di Grana Padano grattugiato che trasforma un piatto in un'emozione. Stagionato con pazienza, nato dalla tradizione nella Pianura Padana, Gran Soresina Grana Padano DOP porta in tavola una profondità di gusto unica, un tocco sapido e un aroma inconfondibile che si sposa con tutto: dalla pasta al risotto, dalle verdure alle zuppe. Non è solo un formaggio. È il dettaglio che fa la differenza. Il carattere che mancava al tuo piatto.

Gran Soresina Grana Padano DOP Grattugiato — La tradizione italiana, già pronta.



Latteria Soresina

latteriasoresina.it