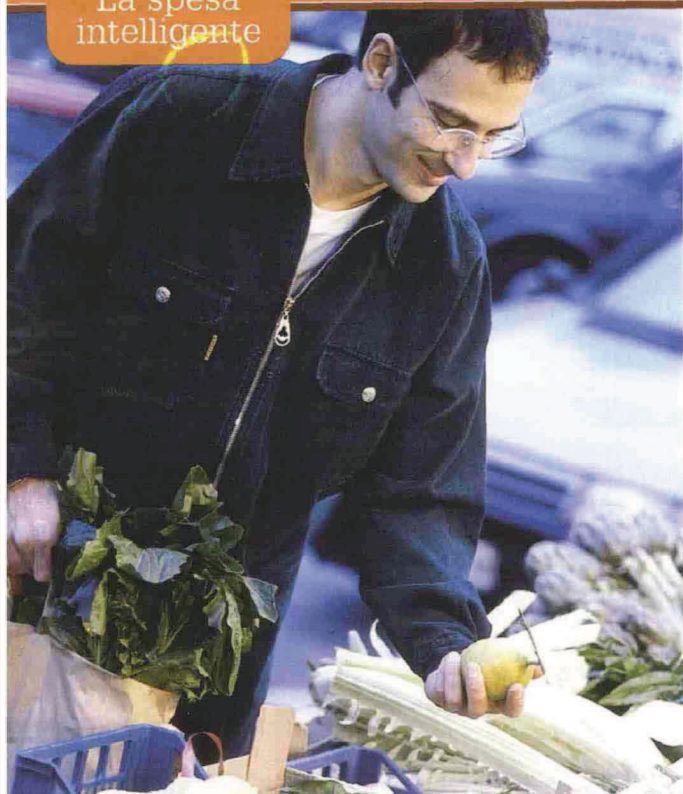


La spesa intelligente



SPECIALE MERCATI

È il momento di...

Stanno finendo pesche, nettarine e susine, ci sono le percoche. Fichi (vedi pag.7), fichi d'India e uva sono in stagione e dolcissimi. Ci sono ancora le pere, e arrivano le prime mele appena raccolte. Trovate cetrioli, cavolini di Bruxelles, broccoli e bietole; peperoni e ancora pomodori. A fine mese arrivano le zucche. I funghi appena colti - porcini, finferli, cardoncelli, prataioli e chiodini - si prestano alla preparazione dei piatti d'autunno. **Il pesce di settembre** Vongole, cozze, scampi e cannocchie (cicale di mare) sono più gustosi. Sui banchi trovate acciughe, cefali, dentici, orate, pesce spada, sardine, sogliole, triglie, ostriche.

TORNANO I 'PRIMI D' ITALIA'

● **Piatti d'autore a Foligno (PG), dal 29/9 al 2/10 2011**
È al 13° appuntamento "I Primi d'Italia", festival nazionale che vede la produzione italiana di qualità, le eccellenze regionali e i prodotti di nicchia incontrare la creatività di stellati chef italiani. Protagonisti indiscussi sono pasta classica e nei formati regionali, polenta, zuppe, gnocchi e riso, cucinati sia secondo tradizione, sia in modo creativo. Vari Villaggi del Gusto vengono allestiti nelle varie piazze della città.

● **Da segnalare:** ai molti appuntamenti con "Cucina Corsi&Percorsi" - master giornaliero di alta cucina in primi piatti, a prenotazione obbligatoria - si affiancherà l'Officina dei Primi, atelier del gusto condotto da testimonial d'eccezione, come Anna Moroni e Andy Luotto.
Per info: www.iprimiditalia.it



funzionalità & ambiente

NANO-CERAMICA IN CUCINA

Natural Ceramic è il nome dell'innovativo rivestimento di questa linea di padelle e casseruole super ecologiche.

- Composto da nano particelle ceramiche a base di silicio, che rendono la superficie compatta, non porosa ed estremamente liscia e durevole, questo rivestimento risulta molto resistente ai graffi e davvero antiaderente, per una cottura più rapida e una pulizia più facile.
- Non rilascia sostanze tossiche neanche ad altissime temperature.
- I manici sono ergonomici e dal design elegante.



Padelle, casseruole, tegame e bisticchiera della Linea Natura Mia, Accademia Mugnano. Nei colori bianco latte e verde foglia; da 17,49 €

TE DETEINATI



● **Con il 30% di zucchero in meno.**
Privo di teina e fonte di vitamine B3 e B6, è prodotto in acqua minerale Nestlé Vera, senza conservanti o coloranti aggiunti. Leggero, fresco e gustoso, piace a grandi e piccoli, in pausa o prima e dopo lo sport. Il formato ridotto a 'presa facile' è infatti pensato per i bambini (Beltè Deteinato alla pesca; conf. da 4 bott. da 33 cl, a circa 2,64 €).



● **Nuovo mini formato ergonomico** con speciale tappo "snap and drink", che permette di aprire e richiudere la bottiglietta con un semplice movimento. Totale assenza di teina, con fruttosio e vero succo di limone, lo rendono adatto al consumo dei più piccoli (Estathè Deteinato, Ferrero, bott. da 25 cl; a circa 0,97 €).



● **Fruttosio per una rapida assimilazione di energia.** E pensato per i più piccoli, senza teina e coloranti, ai gusti pesca e limone. Pratico da bere, con copri-tappo protettivo che garantisce la massima igiene. Per far divertire i bambini, assicurando le mamme (The Deteinato alla Pesca, San Benedetto; bott. da 25 cl. a circa 0,49 €).

FOTO DI MONDADORI SYNDICATION