

Data	Pagina
Luglio 2010	122

Bere verde



GIUSTO

IL HENNESSY

Cos'è: una bevanda dolce e tutta estiva, che miscela tè verde e acqua oligominerale (tè verde San Gerasimo, 1,5 l, a 1,22 €).

Mi piace perché: disseta piacevolmente, mentre la è pieno di sostanze antiossidanti.

Rosse e croccanti



CILIEGIE TARDIVE

Cosa sono: frutti dolci e succosi che maturano fra giugno ed agosto nelle valli del Trentino

(San Onofre, nel reparto ortofrutta di per o supermercato, 500 g, da 3,00 €).

Mi piacciono perché: la produzione a lotta integrata e la copertura delle piante assicurano alla frutta un minor numero di trattamenti.

Salute in vasetto



VITAMINE E

MINERALI

Cos'è: uno yogurt parzialmente scremato arricchito di calcio e

vitamina D, che aiutano a rinforzare le ossa (Danone, Danone, a 1,49 €).

Mi piace perché: da solo fornisco il 50% del fabbisogno giornaliero di calcio con solo l'1,1% di grassi.