

# cibo & gusto



## pack monodose un aiuto contro gli sprechi

In tempo di crisi il problema degli sprechi alimentari è di attualità? Sì, visto che una grande quantità di cibo finisce in pattumiera: la Cea ha calcolato che ogni anno se ne buttano 89 milioni di tonnellate, come se ogni italiano ne gettasse 179 kg. E questa cifra potrebbe arrivare a 126 milioni entro la fine del decennio. Gli imballaggi alimentari potrebbero giocare un ruolo chiave: ottimizzandoli, si potrebbero ridurre gli scarti. L'industria del packaging, in pratica, può diventare parte della soluzione. L'innovazione tecnologica permette di realizzare imballaggi "attivi" e riciclabili, anche in grado di favorire il porzionamento. Via libera a confezioni monodose o richiudibili, che tutelano la qualità e la fragranza del prodotto contenuto.

### SAPER SCEGLIERE Le creme di verdure

Morbide e ricche di gusto, le creme di verdure Fratelli Carli ([www.carli.com](http://www.carli.com)) sono realizzate con ingredienti selezionati, versatili e pronti all'uso. Ecco qualche suggerimento.



#### DI CARCIOFI SULLE UOVA

La Crema di Carciofi è ottenuta dalla parte più tenera del carciofo e dall'olio di Oliva Carli. È ideale spalmata su pane, pizza, uova sode, verdure, e come condimento per la pasta.



#### DI POMODORI ESSICCATI SUI FORMAGGI

La Crema di Pomodori essiccati nasce dai migliori pomodori: raccolti sodi e maturi, sono poi essiccati con cura. Arricchisce i primi piatti, la carne, i formaggi ed è insuperabile sulle bruschette.



#### DI OLIVE SUI CROSTINI

Il Paté di Olive nere nasce dalle Olive migliori, colte al punto giusto di maturazione e selezionate con cura. È gustoso con crostini e tartine, o come condimento per paste, per il suo sapore mediterraneo.

### FRULLATI Sempre freschi anche in borsetta

Salutare e sfiziosa, la frutta è uno spuntino ideale, ma non sempre è pratica da portare con sé e da sbucciare. Ora il problema è risolto: gli smoothies Zuegg sono 100% frutta frullata, privi di coloranti e aromi. La frutta viene selezionata, raccolta, frullata e imbottigliata. Si può mettere in cartella, nella sacca dello sport o in borsetta e sorseggiarla in ogni momento, riuscendo a raggiungere le cinque porzioni di frutta o verdura al giorno consigliate dai nutrizionisti. Il mix di frutta denso e gradevole dello smoothie è disponibile in 4 varietà: Frutti di bosco; Fragola Lampone Mela; Pera Mela Banana; Pesca Arancia Mango.



### KIRSTIE ALLEY In linea con ritmo



L'attrice statunitense lotta contro i chili di troppo ormai da anni. Una battaglia che, dopo aver raggiunto i 100 chili, ha deciso di trasformare in un programma tv, "Fat actress", in cui racconta la sua vita oversized e le sue fatiche per tornare in forma. Ora ha lanciato una nuova sfida, per se stessa, ma anche per incoraggiare i suoi fan: ballare per 100 giorni, per dimagrire senza dover rinunciare a tutti i piaceri della tavola. Un rimedio piacevole, che può invogliare a seguire uno stile di vita attivo e assolutamente efficace: Kirstie, da quando ha partecipato a "Dancing with the star", ha perso 45 chili in un anno.

### PRIMA COLAZIONE Golosa con i muesli bio



Il primo pasto della giornata fornisce energia e carburante per il corpo e la mente. Deve essere, allora, nutriente, leggero e stuzzicante; per aggiungere benessere, poi, si alle fibre. Da provare il

Muesli alla frutta Bjorg, a base di fiocchi d'avena e di farro, arricchito da un gustoso misto di pezzi di frutta. Come gli altri prodotti della linea Bjorg, è biologico al 100% ed è tracciato lungo tutta la filiera di approvvigionamento, per poterlo garantire come completamente Ogm-free.

### BEVANDE Frizzanti, ma anche poco caloriche

Le bibite con le bollicine stuzzicano e soddisfano il palato, ma sono quasi sempre molto caloriche. Adesso San Benedetto presenta Zero, la nuova linea di frizzanti e gustose bibite gassate con zero zuccheri aggiunti, dedicata a chi si prende cura di sé senza rinunciare al gusto. Si può scegliere tra una grande varietà di gusti: l'Aranciata, la freschezza del Limone, l'energia del Pompelmo, la forza del Chinotto, la dolcezza del Ginger e l'allegria della Gazzosa. È nuovo anche il formato: una bottiglia in Pet da 0,75 litri, caratterizzata dallo stile della rondine, simbolo dell'acqua San Benedetto, e dal tappo nero.



A cura di Letizia Sofia Comolo.