



SHOPPING

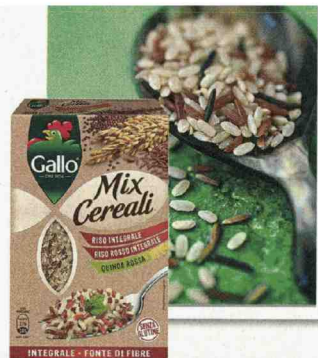
TUTTA L'ENERGIA DEI PRIMI INTEGRALI



Un piatto di fusilli alle verdure: semplice e salutare

Per variare

C'È ANCHE IL RISO
Ricco di fibre, questo mix prevede riso integrale, riso rosso e quinoa rossa: una combinazione ideale per la preparazione di deliziosi piatti unici con un bilanciato apporto nutritivo.
⇒ Mix cereali, Gallo, € 3,45.



SAPORITO
Leggera e digeribile, la pasta di farina di riso integrale si arricchisce di sapore con un sugo fresco, dal sapore deciso.
⇒ 1. Fusilli di riso Integrale, Felicia Bio, € 2,70.
⇒ 2. Sugo radicchio e speck, Biffi, € 2,49.



SFIZIOSO
Rigorosamente all'uovo, ma ricche di fibre, queste tagliatelle sono perfette per essere gustate con la salsa di noci ligure.
⇒ 1. Tagliatelle integrali, Luciana Mosconi, € 2,49.
⇒ 2. Salsa di noci, Fratelli Carli, € 17,90 (4 vasetti da 130 g).



CLASSICO
Dalla linea Bio, tutta la bontà delle penne rigate, ma integrali, che si sposano bene con un sugo di pomodoro e basilico.
⇒ 1. Penne rigate integrali, Md Ld, € 0,69.
⇒ 2. Salsa pronta di pomodoro ciliegino, Agromonte, € 1,89.



C'È PIÙ GUSTO A FARLA IN CASA

Se hai un po' di tempo, fai tu stessa la pasta sfresca integrale: la soddisfazione che dà prepararla in casa è sempre impagabile. Armati quindi della farina giusta e, se vuoi dimezzare la fatica, di una macchina automatica per tirare la pasta e fare persino gli spaghetti. E questa si pulisce anche molto facilmente!
⇒ 1. Farina macinata a pietra di grano tenero integrale, Molino Rossetto, € 1,59.
⇒ 2. Pasta Maker, Philips, € 229,99.

