

OGGI  
**cucino**



# FREE

L'ARTE DI VIVERE **SENZA GLUTINE**

Quiche Lorraine  
senza glutine  
dello Chef  
Marco Scaglione



**Ricette gustose  
senza glutine**

**Dossier LA FARINA DI RISO**

**Il mondo dei bambini FESTA DI COMPLEANNO**

**Viaggi del gusto LA VAL D'ORCIA in Toscana**

Nel carrello di FREE

# È l'ora di una PAUSA

In vista di un viaggio, per spezzare la mattinata in ufficio o rallegrare la ricreazione a scuola: morbida o croccante, l'importante è che sia pratica, veloce... e senza glutine.

## Dessert



Una soffice merenda di cioccolato nero e cioccolato bianco. A base di latte fresco, la trovate nel banco frigo. Mousse Bianco&Nero, Stuffer, vaschetta da 75 g (da 0,69 €).



## Al cioccolato

Ideali per una pausa fuori casa o da portare a scuola, questi due dolcetti sono senza conservanti e OGM-free. Dark Muffin e Frollini Dark, Farmo, monoporzione da 50 g e monodose (2 biscotti) da 30 g (1,50 € e 1,10 €).

## Morbida ai frutti rossi

Fragrante crostatina di farina di riso farcita di confettura di fragola e lampone. Non contiene né latte, né uova, oltre a essere senza glutine.

Crostatine Riso Fruit ai frutti rossi, Rice&Rice, Probios, confezione da 6 pezzi (4,55 €).



## Con olio d'oliva

Da sgranocchiare come snack o per accompagnare salumi e formaggi. Mini Grissini Senza Glutine, Céréal, confezione da 150 g (3,80 €).



## Galette di riso

Da portare con sé in borsa, per rimanere leggeri senza rinunciare al sapore. Mini Gallette di Riso e Mais Gusto Formaggio e Gusto Pizza, Nattura, confezioni da 30 g (1,10 €).