

un mese in ●

# cucina<sup>®</sup>

agosto

**80** Ricette  
appetitose  
e fresche

**20** Dritte per  
ingolosire i bimbi

**20** Idee per brindare  
all'estate

**16** Astuzie per  
pranzi perfetti

Spaghetti  
agli scampi

Anno 7 - n. 8 Agosto 2014 mensile € 1,20



Speciale **32** pagine  
**Tutto con i  
pomodori**

Datterini, San Marzano, pizzutelli, ciliegini...  
Nell'inserto staccabile all'interno, 18 idee per  
gustare al meglio i frutti del sole. Dai piatti più  
scenografici ai grandi classici della tradizione

Belgio € 2,30 • Francia € 3,00 • Germania € 3,30 • Svizzera Canton  
Ticino Ch.Fr. 2,80 • Svizzera Ch.Fr. 3,30 • Austria € 2,90





## Un mese in cucina

Shophina



**Fresca cremosità**  
Fragola, caffè e altri 13 gusti tutti da provare sono la golosa proposta di **Eraclea** e della sua **Frapperia**. Per preparare frappe "professionali", basterà sciogliere le buste nel latte e frullare con il ghiaccio per un minuto. Dallo shop online, [www.eracleapoint.it](http://www.eracleapoint.it).

### Snack virtuoso

Privi di zuccheri aggiunti e ricchi di fibre salutari, i **Frollini Vita mia! Balocco ai cereali** sono un valido alleato per la salute di tutto l'organismo. Adatti in particolare a chi vuole ridurre gli zuccheri, sono confezionati nel pacchetto con sei pratiche porzioni da otto biscotti. Costano **2,19 euro**.



# Una spesa vacanziera

Tanta voglia di dolcezza, nel carrello di agosto, che fa scorta di zuccheri senza dimenticare alcuni sfizi salati e i doverosi ingredienti base per i pasti di tutti i giorni

### Tradizione transalpina

Riempie al lampone e al limone (ma non manca anche la versione "invernale" al cioccolato), le **Tartelettes di Bonne Maman** sono un grande classico della pasticceria francese. Costano **3,09 euro** la scatola.



### Breakfast vegano

Prodotto solo con grano biologico Khorasan, il **Croissant di Kamut Nattura** non utilizza uova, latte o grassi animali e usa lo sciroppo d'agave come alternativa naturale allo zucchero. Tutto bio, costa **2,89 euro** la confezione.

### Cuore di menta

Per soddisfare la golosità anche con il caldo, bastano un biscotto e... due ore di frigorifero. **Grisbi fresh Summer edition** si arricchisce questa estate della versione **Chocomint**, con ripieno alla menta.

