



### Crock-Pot Sauté

È la slow cooker che permette di realizzare anche quelle ricette che prevedono un soffritto, una rosolatura sui fornelli o una gratinatura finale in forno.



**Dai un pesce a un uomo e lo nutrirai per un giorno. Insegnagli a pescare e lo nutrirai per tutta la vita.**

**PROVERBIO CINESE**

### Amour de DEUTZ

È l'esclusiva Cuvée de Prestige della rinomata Maison, selezione delle migliori uve bianche non solo nella Côte des Blancs ma anche nel Premier Cru di Villers-Marmery, che già coesistevano nel prestigioso Blanc de Blancs Millesimato.



**CURIOSITÀ** Il pesce di allevamento greco viene consegnato ai supermercati italiani la domenica notte. Quindi il lunedì mattina è il più fresco che si possa comprare.

## FISH FROM GREECE: RIGOROSAMENTE FRESCO

**L'Organizzazione Ellenica di Produttori di Acquacoltura, porta sulle tavole italiane il pesce greco, rigorosamente fresco e targato Fish From Greece; un brand che garantisce ci sia stato un controllo sul processo di allevamento a partire dai mangimi**

### BRANZINO

Ha un colore grigio-argento, con macchie blu-nere lungo i fianchi. La sua carne delicata, a basso contenuto di grassi e ricca di sostanze nutritive, è ideale da sfilettare e per la preparazione di piatti gourmet, come il carpaccio e la tartare. Ideale da servire cotto al vapore, arrostito o saltato, con un leggero olio extravergine di oliva greco o accompagnato da senape e verdure fresche, che ne esaltano il sapore delicato.

### ORATA

Argento brillante con una macchia nera sopra le branchie e una macchia arancione al di sotto di esse, l'orata prende il nome dal brillante arco dorato sulla sua fronte. Allevato nel mare cristallino della Grecia, è un pesce delizioso e nutriente caratterizzato da un sapore ricco, dolce-salato. Molto apprezzata dagli chef, l'orata può essere servita arrostita, saltata in padella o alla griglia, condita con olio extravergine di oliva.

### PAGRO

Molto apprezzato e costantemente presente nei menu dei ristoranti greci per il suo gusto e il suo alto valore nutritivo, il pagro è uno dei pesci più popolari della regione mediterranea, facilmente distinguibile per il suo dorso ricurvo di colore rosso vivo e il ventre bianco-argento. Le sue carni bianche e tenere e il sapore particolarmente dolce lo rendono un pesce versatile, ottimo per ricche zuppe di pesce, perfetto se cotto al vapore.

### OMBRINA

L'ombrina è un pesce che può raggiungere una lunghezza di quasi due metri, ed è caratterizzato da carni di alta qualità, magre e ricche di proteine, che possono essere servite in filetti grandi e gustosi. Dotato di un sapore delicato e fine consistenza, può essere preparato in vari modi: al vapore, arrosto e alla griglia. Servita semplicemente con una salsa a base di burro, un'insalata verde fresca e verdure bollite.



### 5 Paesi d'origine per un caffè unico

Dalla collaborazione con lo chef stellato Gennaro Esposito nasce il nuovo Kimbo 5 Origini, un blend delle migliori qualità di caffè arabica, attentamente selezionate con la partecipazione di Gennaro Esposito e sapientemente tostate dai mastri torrefattori di Kimbo. Cinque sono le monorigini provenienti dalle migliori coltivazioni in Etiopia, Guatemala, Brasile, Colombia e Costa Rica, scelte per dar vita a questa miscela unica, pensata per tutti i cultori del caffè, per chi sa apprezzare la ricchezza delle sfumature e i particolari più ricercati.



### Jackfruit, il superfood che viene dai tropici. Lo spiega la Healthy Food Specialist Paola di Giambattista

Il jackfruit, oltre ad essere un superfood è un grande alleato della salute delle donne. È un potente antiossidante ed è ricco di isoflavoni, lignani, fitonutrienti e saponine che agiscono sui radicali liberi, per un potente effetto antiage. Cento grammi di Jackfruit contengono circa un quarto della dose media giornaliera raccomandata di vitamina C. Il frutto è inoltre ricco di vitamina B6 e B1, che aiutano a dare vigore al sistema immunitario, oltre ad essere un'ottima fonte di potassio, che spesso scarseggia nell'organismo femminile, e di proteine. Il jackfruit rientra negli alimenti funzionali, ovvero quegli alimenti che, per le loro proprietà nutrizionali e terapeutiche permettono di sostenere e di stimolare determinati organi e apparati. Tutti i superfood e i cosiddetti alimenti nutraceutici rientrano in questa categoria. Il jackfruit protegge in particolare dallo sviluppo di patologie infiammatorie, molto comuni soprattutto durante il cambio di stagione.

