

Giugno 2012 € 4,00 IT

LA CUCINA ITALIANA

dal 1929 il mensile di gastronomia con la cucina in redazione

Sfida ai fornelli

6 piatti capolavoro con solo 6 ingredienti

SAPORI DI MARE

Dalle frittiture al cacciucco,

27 ricette per amare il pesce



Il cacciucco alla livornese a pag. 86

A TAVOLA IN GIARDINO

Idee bianche e azzurre per pranzare all'aperto

www.lacucinaitaliana.it



ITALIA € 4,00 - AUSTRIA € 6,80 - BELGIO € 7,50 - FRANCIA € 10,00 - GERMANIA € 9,00 - OLANDA € 7,50 - PORTOGALLO € 7,25 - LUS. € 6,90 - SPAGNA € 6,50 - SVIZZERA CHF 5,90 - U.K. GBP 7,50

LE PROPOSTE DEL MESE

In dispensa

Una scelta di nuovi prodotti di grandi e piccole aziende alimentari, distribuiti in supermercati e negozi specializzati. Ogni prodotto è stato provato dalla redazione



Tutte italiane
Sbucciate, cotte a vapore, ricche di potassio e di fibre ma povere di calorie. In confezioni da 100 g, le castagne di Ventura si possono gustare tutto l'anno. Su gelati o macedonie danno un tocco particolare con il loro gusto naturalmente dolce.



Per nostalgici
Insieme al Cornetto, è stato il grande classico dei gelati confezionati, un pezzo trentennale nella storia di Algida. Oggi Coppa Rica torna nel gusto fiordilatte all'amarena e nella nuova versione alla nocciola.



Dalle verdi noci di cocco
O.N.E. Coconut Water, estratto dalle noci di cocco verdi, è un concentrato di sali minerali, tra cui potassio e magnesio. Assolutamente priva di grassi e colesterolo, è una bevanda adatta alla sete estiva. In brick da 330 ml, completo di cannuccia telescopica.



Non solo per bruschette
I pomodori al forno di Saclà, con olive ed erbe aromatiche, possono arricchire un piatto di pasta o di riso, completare semplici scaloppine, rendere stuzzicante un pesce a vapore o essere protagonisti sulle bruschette. In barattolo da 285 g.

Da bacche mature
Da Nespresso Naora: un Grand Cru in edizione limitata. Le bacche colombiane Castillo sono una delle poche varietà che fatte maturare per un periodo più lungo danno al caffè maggiore densità e aroma.



Il re dei tropici
I nativi lo chiamavano "anana", e così è rimasto in tutte le lingue. Ma la sua coltivazione si è raffinata: i Fratelli Orsero, in Costa Rica, hanno selezionato gli "extra sweet", caratterizzati da polpa particolarmente succosa e profumo inconfondibile.

Sugo ricco in 10 minuti
Melanzane, peperoni, pomodori, cipolle, aglio, menta, basilico: tutti i profumi dell'estate. Basta il tempo di cottura della pasta per un condimento leggero e saporito. Un tocco di formaggio e il gioco è fatto. Da La Valle degli Orti 300 g per tre ricche porzioni.

