



cuorebio®
i negozi biologici

febbraio 2012
promozioni

**Frutto mio
albicocca**

Achillea, 320 g

SCONTO 15%

€ 2,96

€ 3,49 - € 9,25/kg

**Krunchy Pur
Granola di avena**

Barnhouse, 375 g

SCONTO 15%

€ 2,79

€ 3,29 - € 7,44/kg

**Yogurt mela banana,
pesca albicocca, pera,
ribes lampone,
con fermenti probiotici**

Birby, 115x2 g

SCONTO 20%

€ 1,40

€ 1,75 - € 6,09/l



**OFFERTE
su frutta
e verdura
di stagione**

**Spremuta
di arance rosse**
Isola Bio, 0,75 l

SCONTO 15%

€ 2,82

€ 3,32 - € 3,76/l

le promozioni del mese

Yogurt denso con miele e noci

Andechser, g 200

OFFERTA
€ 1,67

€ 1,90
€ 8,35/kg



Dessert di soia ai frutti di bosco, alla ciliegia

Sojade, g 100x2

SCONTO 15%
€ 1,86

€ 2,19 - € 9,30/kg



Latte parzialmente scremato più a lungo

Ecor, l 1

SCONTO 15%
€ 1,27 al l

€ 1,50 al l



Kefir

Andechser, g 500

OFFERTA
€ 1,32

€ 1,50 - € 2,64/kg



Pecorino fresco Val d'Orcia

Val d'Orcia, kg 1,4

SCONTO 15%
€ 17,99 al kg

€ 21,50 al kg



Dessert di soia alla vaniglia

Sojade, g 400

SCONTO 15%
€ 2,96

€ 3,49 - € 7,40/kg



Latte intero più a lungo

Ecor, l 1

SCONTO 15%
€ 1,39 al l

€ 1,64 al l



Ricotta pecora e capra

La Capreria, g 180

OFFERTA
€ 15,93 al kg

€ 17,70 al kg



offerte di stagione: scopri le a retro volantino!



freschezza e qualità tutti i giorni

Promuoviamo il consumo di frutta e di verdura, facendo arrivare ogni giorno il prodotto fresco da aziende agricole conosciute e controllate. E allora, scopri la convenienza della frutta e verdura di stagione!

Yogurt mela banana, pesca albicocca, pera, ribes lampone, con fermenti probiotici

Birby, g 115x2

SCONTO 20%
€ 1,40

€ 1,75 - € 6,09/kg



per saperne di più

cavolo cappuccio rosso

testi e foto gentilmente concessi da Cucina Naturale, mensile che puoi trovare in edicola e nei negozi specializzati in prodotti biologici.



I romani già ne facevano largo uso in cucina ma ne apprezzavano anche le proprietà medicinali. Questo ortaggio ha costituito per molti secoli uno degli alimenti principali degli equipaggi delle navi, per assicurare loro un efficace nutrimento, ricco com'è di preziose vitamine e minerali, durante i lunghi viaggi in mare.

Curiosità: Tra le varie crucifere il cavolo cappuccio è quello che più facilmente marcisce, per cui all'acquisto deve essere privo di macchie scure. Le sue foglie sono lisce e lucide ricoperte da una sostanza cerosa, la pruina, che le rende oleose al tatto. Può avere anche foglie bianche, varietà Alba, o rosse, varietà Rubra. La prima è la migliore per sapore e resa. Si differenzia dal cavolo verza per le foglie lisce e la forma a palla più compatta.

Proprietà: Questa varietà di cavolo è utilizzata sia cotta sia cruda, ha un basso valore energetico, solo 20 calorie per 100 grammi.

Papillon affettato di tofu, Rondò affettato di tofu

Taifun, g 125

OFFERTA

€ 2,99

€ 3,50 - € 23,92/kg



Cotolette vegetali

Baule Volante, 160 g

OFFERTA

€ 3,58

€ 3,98

€ 22,38/kg



Tortellini di farro alla carne

Ecor, g 250

SCONTO 15%

€ 3,73

€ 4,39

€ 14,92/kg



Polpette porro e miglio

Biolab, g 180

SCONTO 15%

€ 3,39

€ 3,99

€ 18,83/kg



Gnocchetti di Kamut®

Ecor, g 400

SCONTO 15%

€ 3,39

€ 3,99 - € 8,48/kg



Seitan alla piastra

Bio Appeti, g 250

SCONTO 15%

€ 3,64

€ 4,29

€ 14,56/kg



Pizza margherita surgelata

La pizza di Re Pomodoro, g 330x2

OFFERTA

€ 7,11

€ 7,90

€ 10,77/kg



Prosciutto cotto preaffettato

Rondanini, g 100

SCONTO 20%

€ 3,19

€ 3,99 - € 31,90/kg



le promozioni del mese

Aringa dolce affumicata

Naturaqua, g 150

OFFERTA

€ 4,26

€ 4,90

€ 28,40/kg



Cotoletta di pollo surgelata

Amica BIO Natura, g 340

OFFERTA

€ 4,84

€ 5,50

€ 14,24/kg



Ortaggi misti surgelati

Orto Campestre, g 400

SCONTO 20%

€ 2,07

€ 2,59

€ 5,18/kg



Croissant di farro, Croissant di Kamut®

I Genuini, g 225

SCONTO 15%

€ 3,90

€ 4,59

€ 17,33/kg



Tortini al miglio con cranberry

La Città del Sole, g 45x4

SCONTO 15%

€ 2,54

€ 2,99 - € 14,11/kg



Biscotti etruschi di farro

Aries, g 400

OFFERTA

€ 3,59

€ 3,99 - € 8,98/kg



Plum Cake di Kamut®

Le piumette, g 33x6

OFFERTA

€ 2,61

€ 2,90 - € 13,18/kg



Frollini con gocce di cioccolato

Ecor, g 350

OFFERTA

€ 2,61

€ 2,90 - € 7,46/kg



Sfogliatelle alla pesca e albicocca

La Città del Sole, g 50x4

SCONTO 15%

€ 2,54

€ 2,99 - € 12,70/kg



Buon Mattino

Ecor, g 600

OFFERTA

€ 4,49

€ 4,99 - € 7,48/kg



Biscotti di Kamut®

Dolci delle Venezie,
g 330

OFFERTA

€ 3,51

€ 3,90 - € 10,64/kg



speciale

Cannoli di grano saraceno con crema alla nocciola

Baule Volante, 125 g

OFFERTA

€ 2,69

€ 2,99 - € 21,52/kg

Questi fragranti cannoli di grano saraceno, prodotti senza l'impiego di alcun tipo di lievito, sono farciti con una golosa crema di nocciola e cacao. Il risultato è un delizioso snack moderatamente dolce, ideale a merenda o per lo spuntino fuori casa. I Cannoli di Grano Saraceno Baule Volante sono un prodotto senza glutine, e come tale inseriti nel Prontuario AIC.



I Pasticcini ai mirtilli, con crema al cacao, con crema di limone

La Città del Sole, g 200

SCONTO 15%

€ 2,28

€ 2,69 - € 11,40/kg



da non perdere!

Spalmabile di tofu con carote e cumino, con olive e capperi, con zucchine e curry

Bio Appeti, g 130

SCONTO 15%

€ 1,99

€ 2,35 - € 15,31/kg



I prodotti BioAppeti sono prodotti freschi, interamente biologici e vegetali quindi a basso contenuto calorico e privi di colesterolo.

Riso Vialone Nano semintegrale

Riso Martin Gazzani, kg 1

OFFERTA

€ 2,99 al kg

€ 3,40 al kg



Questo riso è prodotto dall'azienda agricola Martin Gazzani a Isola della Scala (VR), territorio tradizionalmente votato per questo tipo di coltivazione, sia per la fertilità del terreno, sia per il microclima favorevole. Il connubio dell'acqua pura di sorgente della Bassa Veronese di Isola della Scala e l'accurata ricerca del seme hanno permesso di produrre un riso vialone nano "veramente genuino" certificato da agricoltura biologica.

Passata di pomodoro

Terre di Sangiorgio, g 700

SCONTO 15%

€ 1,43

€ 1,69 - € 2,04/kg



Al culmine della raccolta, quando ci sono i pomodori più ricchi: è qui che nasce la "Passata Rustica". Come dice il suo nome è una passata fatta alla contadina. Il risultato è di massima qualità e genuina bontà.

Brodo vegetale in polvere

Rapunzel, g 500

OFFERTA

€ 7,83

€ 8,70 - € 15,66/kg



Il brodo vegetale istantaneo Rapunzel è composto esclusivamente di ingredienti vegetali e non contiene proteine del latte, lattosio e colesterolo. Ha un sapore deciso e garantisce un'ottima resa, conferendo ad ogni piatto un gusto pieno e saporito. È ideale per insaporire minestre, salse, ricette a base di verdure, piatti caldi e può essere utilizzato come squisito brodo da bere.

Discolo di Kamut® e riso

Ecor, g 275

OFFERTA

€ 2,69

€ 2,99

€ 9,78/kg



Soffioni di riso integrale e farro

Ecor, g 200

SCONTO 20%

€ 1,27

€ 1,59

€ 6,35/kg



Galette di Mais Gran Fragranza

Il Fior di Loto, 130 g

SCONTO 15%

€ 1,27

€ 1,50

€ 9,77/kg



Fette biscottate integrali

Ecor, g 315

SCONTO 15%

€ 2,20

€ 2,59 - € 6,98/kg



Granola di farro

Barnhouse, g 600

SCONTO 15%

€ 4,20

€ 4,95 - € 7,00/kg



le promozioni del mese

Anellini con miglio

Ecor, g 250

SCONTO 15%

€ 2,03

€ 2,39 - € 8,12/kg



Crema con nocciole e cacao

Ecor, g 400

OFFERTA

€ 4,49

€ 4,99

€ 11,23/kg



Malva

Giardino botanico
dei Berici, g 24

SCONTO 18%

€ 2,81

€ 3,43

€ 117,08/kg



Frutto mio ciliegia, Frutto mio fragola

Achillea, g 320

SCONTO 15%

€ 3,39

€ 3,99 - € 10,59/kg



Orzo solubile

Ecor, g 120

SCONTO 15%

€ 2,54

€ 2,99

€ 21,17/kg



Riso nocciola Jolie

Isola Bio, l 0,75

SCONTO 20%

€ 1,84

€ 2,31 - € 2,45/l



Soia natural

Isola Bio, l 1

SCONTO 15%

€ 1,80 al l

€ 2,12 al l



Marmellata di arance rosse

Sicilssole, g 240

OFFERTA

€ 2,69

€ 2,99

€ 11,21/kg



Yogi Tea Digestion, Yogi Tea Good Night

Yogi Tea, g 30

SCONTO 15%

€ 3,38

€ 3,98 - € 112,67/kg

Miglio Drink

Isola Bio, l 1

SCONTO 15%

€ 2,48 al l

€ 2,92 al l



speciale

Succo di mela

Ecor, l 1

SCONTO 20%

€ 2,39 al l

€ 2,99 al l

Il succo di mele Ecor è il risultato di una spremitura di mele coltivate in Trentino al 100%, senza alcuna aggiunta di zucchero o altri ingredienti. È un succo semplice e sano che mantiene il sapore del frutto appena raccolto, è squisito e dissetante.



Rice natural Premium

Isola Bio, l 1

SCONTO 20%

€ 1,99 al l

€ 2,52 al l



Bio rice drink naturale

The Bridge, ml 200x3

SCONTO 25%

€ 1,49

€ 1,99

€ 2,48/l



la ricetta

pacchetti di carote e cavolo cappuccio in salsa di porri

Testi e foto gentilmente concessi da



Preparazione

1. Dividete le carote in rondelle e cuocetele a vapore (o lessatele) per 10 minuti abbondanti fino a renderle tenere. Scolatele e lasciatele intiepidire.
2. Battete le uova insieme al parmigiano, a un pizzico di sale e a un'abbondante grattugiata di noce moscata. Quindi aggiungete ricotta, carote e frullate fine-

mente. Foderate con carta da forno uno stampo rettangolare da 18x12 cm leggermente oliato, riempitelo col composto di uova e carote e infornate a 175 °C per 35-40 minuti.

3. Mondate il porro dalla parte verde, incidetelo per il lungo e sfogliatelo. Scottate quindi le foglie in acqua bollente per 2-3 minuti e scolatele su un panno. Di seguito, nella stessa acqua lessate anche le foglie di cavolo verde per 1-2 minuti e poi, alla fine, la foglia di cavolo rosso per 4-5 minuti. Tuffatele in ciotole con acqua ghiacciata e poi scioglietele su un canovaccio.

4. Ricavate da 1-2 foglie di porro, 8 strisce simili a nastri per pacchetti. Frullate, invece, le rimanenti foglie con la scorza d'arancia, un pizzico di sale, 2-3 cucchiaini d'olio e l'acqua sufficiente per ottenere una salsa densa. Private la costa bianca centrale delle foglie di cavolo verde.

Ritagliate in piccole strisce la foglia di cavolo rosso.

5. Sfornate la terrina di carote e dividetela in quattro parti uguali, ottenendo così dei piccoli rettangoli. Lasciateli intiepidire e rassodare. Avvolgete, quindi, ciascuno nelle foglie di cavolo verde.

6. Chiudete i pacchetti usando 2 strisciole di porro (come fosse nastro). Poi, formate un fiocco con una striscia di cavolo rosso e sistematelo nel centro dei pacchetti. Trasferiteli nei piatti, decorateli con qualche fettina di arancia e accompagnateli con la salsa di porri

Ingredienti per 4 persone:

250 g di ricotta, 3 uova, 3 cucchiaini di parmigiano grattugiato, 4 carote, 1 porro, 1 foglia di cavolo cappuccio rosso, 4 foglie di cavolo cappuccio verde crudo, 1 cucchiaino di scorza d'arancia, olio di oliva extra vergine, sale, noce moscata.

Bio Avena Drink
The Bridge, l 1

SCONTO 25%

€ 1,88 al l

€ 2,54 al l



Dessert di soia al cioccolato
Dessert di soia caffè decaffeinato

Sole e Natura, 4x125 g

SCONTO 15%

€ 2,76

€ 3,25 - € 5,52/kg



Succo puro melagrana

Achillea, l 0,33

SCONTO 15%

€ 3,34

€ 3,93 - € 10,12/l



Budino di riso al cacao,
Budino di riso al caramello

Naturattiva, g 115x2

SCONTO 15%

€ 1,69

€ 1,99 - € 7,35/kg



Succo mio albicocca

Achillea, ml 200x2

SCONTO 15%

€ 1,87

€ 2,21

€ 4,68/l



Cedrata,
Ginger

Ecor, l 0,33x4

SCONTO 15%

€ 3,39

€ 3,99 - € 2,57/l



le promozioni del mese

Lievito vanigliato per dolci

Baule Volante, 3x18 g

SCONTO 15%

€ 1,42

€ 1,68 - € 26,30/kg



Lievito alimentare in scaglie biologico

Baule Volante, 150 g

OFFERTA

€ 4,47

€ 4,97 - € 29,80/kg



Pane integrale di segale

Schreder, g 500

OFFERTA

€ 1,71

€ 1,90
€ 3,42/kg



Farina di grano tenero integrale

Ecor, kg 1

SCONTO 15%

€ 1,43 al kg

€ 1,69 al kg



Piadina di Kamut®

Baule Volante, 300 g

SCONTO 15%

€ 3,12

€ 3,68

€ 10,40/kg



Pane bauletto - Farro

Ecor, g 400

SCONTO 15%

€ 2,37

€ 2,79

€ 5,93/kg



Farina di Kamut® integrale

Ecor, kg 1

SCONTO 15%

€ 4,07 al kg

€ 4,79 al kg



Cracker di farro senza lievito

Ecor, g 250

OFFERTA

€ 2,96

€ 3,29 - € 11,84/kg



a scuola di cucina con Pierangelo Barontini

cime di rapa - ricette veloci



La cima di rapa è una varietà della rapa (Brassica rapa) con foglie piccole e tenere e con grandi infiorescenze dal gusto piacevolmente amarognolo e

leggermente piccante. La pianta si coltiva per buona parte dell'anno, specie nel sud dell'Italia, ma è preferibile comprarla dall'autunno a tutta la primavera.

Conservazione

Se chiuse in un sacchetto di plastica bucherellato, le cime di rapa si conservano in frigorifero per due o tre giorni. Chiaramente, trattandosi di foglie e infiorescenze, è sempre meglio acquistarle il giorno in cui si decide di cucinarle.

Preparazione alla cottura

Eliminate le foglie esterne più dure e lavate bene sotto l'acqua corrente quelle più piccole e le infiorescenze, togliendo gli steli più coriacei. Fate molta attenzione che non restino residui di terra.

Metodi di cottura

Le cime di rapa possono essere bollite per 1 o 2 minuti, oppure, nel caso di quelle più piccole e tenere, saltarle direttamente in padella con la sola acqua che resta dopo il lavaggio. Si possono, ma solo le tenerissi-

me, servire in insalate miste.

Risotto alle cime di rapa con aglio, acciughe e pecorino fresco

Tostate in casseruola del riso Carnaroli con poco olio, versate un po' di vino bianco, poi le cime di rapa tritate, poca cipolla bianca e uno spicchio di aglio tritati, mescolate e versate del brodo vegetale a coprire. Portate a cottura il riso e mantecatelo con filetti di acciuga, olio extravergine e pecorino fresco a tocchetti.

Pescatrice con cime di rapa al cartoccio

Disponete su un foglio di alluminio delle cimette di rapa appena lavate con sopra una coda di pescatrice pulita e sfilettata. Condite con poco olio, limone e sale chiudendo bene in un cartoccio. Cuocere in forno a 180 gradi per circa 20 minuti.

Queste e tante altre ricette disponibili sulla rivista e blog Valorealimentare.it

Ciappe liguri di Kamut®

senza lievito
I love bio, g 150

SCONTO 15%

€ 2,37

€ 2,79 - € 15,80/kg



Riso Ribe integrale lungo

Gea, kg 1

OFFERTA

€ 2,88 al kg

€ 3,20 al kg



speciale

**Pasta semintegrale di farro
trafilata al bronzo**

Ecor, g 500

OFFERTA

€ 2,33

€ 2,59

€ 4,66/kg



Riso Venere

Ecor, g 500

SCONTO 15%

€ 3,39

€ 3,99 - € 6,78/kg



Olio di lino

Eco nature, ml 250

SCONTO 15%

€ 3,39

€ 3,99 - € 13,56/l



Custoza DOC "Terre in fiore"

Cantina di Custoza, l 0,75

SCONTO 15%

€ 4,71

€ 5,55 - € 6,28/l



Pomodori pelati 1Q

Fattoria Di Vaira, g 550

OFFERTA

€ 2,61

€ 2,90 - € 4,75/kg



Melanzane grigliate

Bionaturae, g 190

SCONTO 15%

€ 4,16

€ 4,90

€ 21,89/kg



Pesto vegetale

Cereal Terra, g 120

SCONTO 15%

€ 3,22

€ 3,79

€ 26,83/kg



Olio extravergine di oliva 1Q

Fattoria Di Vaira, l 0,75

SCONTO 15%

€ 10,19

€ 11,99 - € 13,59/l



Cabernet del Veneto IGT

Perlage, l 0,75

SCONTO 15%

€ 4,24

€ 4,99 - € 5,65/l



Olio di sesamo

Eco nature, l 0,50

SCONTO 15%

€ 5,26

€ 6,19 - € 10,52/l



speciale bambino

Pappa di fiocchi di avena integrale, pappa di riso integrale, pappa mais e tapioca: dopo i 4 mesi

Holle, g 250

OFFERTA

€ 3,50

€ 3,89 - € 14,00/kg



Omogeneizzato di tacchino: dopo il 4° mese

Holle, g 80

SCONTO 15%

€ 1,35

€ 1,59 - € 16,88/kg



Salviette baby

Naturaè, pz 60

SCONTO 20%

€ 4,76

€ 5,95



Tiger stick

Rapunzel, g 22

OFFERTA

€ 0,85

€ 0,95

€ 38,64/kg



Igienizzante liquido con spruzzatore

Ecor, l 0,50

SCONTO 15%

€ 4,71

€ 5,55 - € 9,42/l



Smacchiante liquido

Sonett, ml 300

OFFERTA

€ 3,99

€ 4,44 - € 13,30/l



Body care - Detergente intimo tea tree oil

Ecor, ml 500

SCONTO 15%

€ 6,77

€ 7,97 - € 13,54/l



Detersivo in pastiglie per lavastoviglie

Ecor, pz 25

SCONTO 15%

€ 5,56

€ 6,55



Olio di rosa mosqueta del Cile

Italchile, ml 15

SCONTO 20%

€ 12,90

€ 16,13 - € 860,00/l



Body care - Sapone liquido alla lavanda - Ricarica

Ecor, l 1

SCONTO 15%

€ 9,99

al l

€ 12,10 al l



ti consigliamo

Body care Dentifricio menta e ratania

Ecor, ml 75

Dentifricio in pasta formulato con ingredienti di origine naturale. L'argilla bianca e la ratania favoriscono una corretta igiene orale.

Il succo di Aloe e l'olio essenziale di Menta da agricoltura biologica proteggono la bocca e deodorano l'alito. Utilizzare il prodotto più volte al giorno. Lasciare agire il prodotto qualche minuto prima di risciacquare. Prodotto cosmetico per uso esterno.



Collutorio agli agrumi

Bjobj, ml 500

Il collutorio bjobj contiene alcohol biologico che ha un'azione igienizzante della bocca. L'aloè ha proprietà lenitive e protettive e svolge sulle mucose un'azione calmante e astringente.

Contiene oli essenziali di limone arancio e pompelmo che aiutano l'azione detergente della bocca e lasciano l'alito delicatamente profumato.

Il flacone è in PET riciclato.



12 mesi di trasparenza

La biodinamica, anima delle Cascine Orsine



In provincia di Pavia, a Bereguardo, lungo il corso del Ticino, all'interno dell'omonimo parco, ci vengono incontro boschi e lanche, specchi d'acqua che, nel caso di piene, consentono al fiume di disperdere gradatamente sul terreno l'acqua in eccesso, contribuendo a evitare i disastrosi effetti delle inondazioni, ma anche scongiurando il rischio di siccità dei terreni. Anche questa area, in cui trovano rifugio molte specie animali, contribuendo così al mantenimento della biodiversità fa parte dei 650 ettari di terreno delle Cascine Orsine, un'azienda che ha fatto del rispetto per l'uomo e per l'ambiente la propria ragione d'esistere...

(continua su Cuorebio Magazine di gennaio/febbraio)

Nostrano del guado

Cascine Orsine, kg 1,6

OFFERTA

€ 17,91 al kg

€ 19,90 al kg



Crescenza

Cascine Orsine, g 200

OFFERTA

€ 17,99 al kg

€ 20,00 al kg



Robiolina

Cascine Orsine, g 170

OFFERTA

€ 15,25 al kg

€ 16,95 al kg



offerte di stagione

dal 30 gennaio al 11 febbraio

Arance tarocco

Provenienza: Italia

sconto
-15%



Mele Stark

Provenienza: Italia

sconto
-20%



Carote

Provenienza: Italia

sconto
-15%



Coste

Provenienza: Italia

sconto
-20%



Mandarini

Provenienza: Italia

sconto
-20%



Kiwi

Provenienza: Italia

sconto
-20%



Broccoli

Provenienza: Italia

sconto
-15%



Patate gialle

Provenienza: Italia

sconto
-15%



Offerte valide fino ad esaurimento scorte e salvo adesione del punto vendita.
Le foto sono indicative: gli articoli potrebbero subire delle variazioni rispetto alla presentazione sul volantino.