

Gulli

VIAGGIO NELLA QUALITÀ

COPIA OMAGGIO

ANNO IX - N° 99

Gulliver

LA MACEDONIA

NOVITÀ DI GULLIVER
VERSO IL NUMERO 100: PARTECIPA AL CONTEST
E RENDI PROTAGONISTA LA TUA RICETTA

IN VIAGGIO CON GUSTO
SAPORE DI MARE: ALLA SCOPERTA DEI PIATTI
TIPICI DELLE COSTE ITALIANE

IL SOMMELIER DI GULLI
VINI ESTREMI: LE BOTTIGLIE AFFINATE IN
FONDO AL MARE O SOTTO LA NEVE

UNIVERSO BIMBI
PROTEZIONE SOLARE PER BAMBINI

LE OFFERTE DI

Gulli
VIAGGIO NELLA QUALITÀ

SCOPRI ALL'INTERNO LE OFFERTE
SPECIALI DEL MESE A PAG. 34, 36 E 38

GIUGNO
2025

A TAVOLA CON GULLI

PIANETA SPORT

BEAUTY

OROSCOPO

Consilia

il nostro miglior consiglio

Veri talenti, anche nel prezzo.



**Biscotto gelato
Trigusto Consilia**
Conf. 480g 6 pezzi

5,19€/kg

2,49€



Offerte valide fino al 30 giugno nei punti vendita aderenti



Editoriale

Giugno è il mese della creatività, perché Gulli si prepara a spegnere 100 candeline! Un traguardo importante, che racconta una storia fatta di territorio, qualità e persone. Per festeggiare, lanciamo un contest speciale dedicato alle vostre ricette più creative. Le più votate saranno protagoniste del numero speciale di luglio.

Nel frattempo, questo mese vi accompagniamo tra sapori, idee e consigli per vivere al meglio l'estate: una fresca macedonia con gelato è il prodotto del mese, a cui si affiancano ricette semplici con gelati fatti in casa, insieme ai nuovi gusti Cascina Biraga firmati Pelle di Gulli. Silvia Dell'Acqua ci porta nel mondo della pasticceria contemporanea, mentre per gli amanti della cucina di mare facciamo tappa tra i sapori delle coste italiane.

Parliamo anche di benessere, tra cibi ricchi di collagene e trattamenti per proteggere i capelli dal sole, e vi portiamo in viaggio a Maratea, la perla del Tirreno. Non mancano i consigli per dormire meglio, per proteggere i bambini dal sole e per partire in vacanza con i nostri amici a quattro zampe.



**100 modi
di dire Gulli:
raccontaci il
tuo!**

Il Direttore



Alghero, Escala del Cabirol



Sommario

Gulliver

EDITORIALE

A cura
del Direttore.

3

LE NOVITÀ DI GULLIVER

Verso il numero 100:
partecipa al contest e
rendi protagonista la
tua ricetta.

7

I PARTNER DI GULLI

Nuovi gelati Perle di
Gulli: il gusto del gelato
artigianale di Cascina
Biraga.

10

◆ Food e dintorni



I PRODOTTI DEL MESE

Macedonia con
il gelato, un
dessert fresco e
personalizzabile.

13



MOMENTI DI GUSTO

Gelati e semifreddi
fatti in casa: ricette
semplici per un'estate
golosa.

16



IL SOMMELIER DI GULLI

Vini estremi: le
bottiglie affinate in
fondo al mare o sotto
la neve.

19



INTORNO ALLO STIVALE

Maratea (Basilicata),
La perla del Tirreno con il
Cristo Redentore.



L'ESPERTO DI FOOD

Silvia Dell'Acqua,
l'arte della pasticceria
contemporanea.

23



A TUTTO GREEN

Plastica in agricoltura,
le alternative
sostenibili per
pacciamatura e
conservazione.

27



A TAVOLA CON GULLI

Brunch di giugno
Cena sotto le stelle
Sapori d'estate

41 **INSERTO DA
STACCARE**



IN VIAGGIO CON GUSTO

Sapore di mare: alla
scoperta dei piatti tipici
delle coste italiane.

61

◆ Benessere



BENESSERE A TAVOLA

Cibi ricchi di collagene: gli alleati per una pelle più giovane.

67



UNIVERSO BIMBI

Protezione solare per bambini: guida pratica per mamme e papà.

3



BEAUTY

Capelli al sole: trattamenti protettivi e rimedi naturali.

71



AMICI A 4 ZAMPE

Zampe in valigia: il kit da viaggio perfetto per il tuo amico peloso.

87

◆ Stare insieme



CASA E CONSIGLI

La scienza del sonno, scegliere materassi e cuscini giusti.

75



PIANETA SPORT

Corsa su spiaggia: benefici, allenamento e attrezzatura consigliata.

79

LEGGI IL VOLANTINO ONLINE

Potrai sfogliare il volantino sul tuo tablet o smartphone inquadrando con le apposite App il Qr-Code a lato.



◆ Tempo libero



ASCOLTA LEGGI GUARDA

Tutte le novità del mese.

91



OROSCOPO

L'oroscopo di Giugno.

98



Connettiti a **Facebook** ed **Instagram** per essere aggiornato quotidianamente su tutte le novità dei Supermercati Gulliver.

I contenuti del presente magazine sono aggiornati alla data di chiusura del numero. Eventuali variazioni successive non dipendono dalla redazione.

Gulli
VIAGGIO NELLA QUALITÀ

www.supergulliver.it
Numero Verde: 800753346

Gulliver
SUPERMERCATO

Magazine dei Supermercati Gulliver

Copia Omaggio | Anno IX - numero 99 - 2025 - Giugno

Editore Alfi S.r.l., Via Voghera 59, 15052 Casalnoceto (AL)
Coordinamento redazionale: Ameri Communications
Direttore Responsabile: Daniela Boccadoro
Redazione: Victoria Del Prete, Fabio Ciancone, Fabiola Miccoli
Grafica e impaginazione: Tohu Design

Stampa: Caleidograf Srl
Via Milano, 45 - 23899 Robbiate (LC),
Tel. +39 5905311 P.I. 01682840135
Pubblicazione mensile: Iscrizione al Tribunale Ordinario di Alessandria n° 509/2017
Reg. Stampa 44 del 15/03/2017

MORGANA[®]

extremely juicy



Ti inonda di gusto!

VERSO IL NUMERO 100: IL GUSTO DELLA CREATIVITÀ

PARTECIPA AL CONTEST E RENDI PROTAGONISTA LA TUA RICETTA



Il **Gulli** compie **100 numeri!** Una cifra tonda, piena, che sa di traguardo ma anche di partenza per nuove avventure. Un percorso che abbiamo costruito insieme a voi, mese dopo mese, con passione, dedizione e soprattutto con il cuore radicato nel nostro territorio, rendendo la rivista un **appuntamento atteso, un simbolo di identità e appartenenza.** Ogni numero è un'occasione per valorizzare le eccellenze locali, promuovere stili di vita consapevoli e creare connessioni autentiche con chi ogni giorno sceglie Gulliver. E per festeggiare insieme a voi questo percorso, lanciamo un **contest** speciale che profuma di casa, territorio e creatività in cucina.

Un magazine nato dal territorio, per il territorio

Fin dal primo numero, Gulli ha raccontato il cuore pulsante di **Gulliver**: non solo un supermercato, ma un punto di riferimento per intere **comunità**. Ogni pagina riflette i **valori** che ci guidano da sempre - qualità, prossimità, sostenibilità - e ogni rubrica è pensata per essere utile, concreta, vicina a chi ci legge.

Ci raccontate spesso quanto la rivista sia diventata una presenza **familiare**, letta in cucina, sfogliata insieme ai figli, o commentata tra colleghi e amici. Per il team di Gulliver è motivo di **orgoglio**: un segno tangibile del lavoro che ogni giorno mettiamo al servizio delle persone.



A luglio arriva la **100^a EDIZIONE DEL GULLI**

e abbiamo una sorpresa per voi!

**Partecipa al nostro
contest di ricette estive!**

**Le 5 ricette più apprezzate saranno
pubblicate sulla rivista di luglio!**

**Prepara la tua idea creativa,
condividila taggandoci
nelle tue stories.**



Il numero **100**, in arrivo a luglio 2025, è per tutti noi un traguardo speciale che vogliamo celebrare con chi ci ha accompagnato in questo cammino: voi.

Festeggiamo insieme con il contest di "Ricette Estive"

Per rendere davvero unico questo anniversario, abbiamo pensato a un'iniziativa che coinvolga la nostra **community** in modo attivo, gustoso e originale: un **contest** dedicato alle vostre **ricette** più creative!

Un modo per raccontare, attraverso un piatto, l'amore per la buona cucina, l'attenzione per i prodotti locali e quella voglia di sperimentare che rende ogni piatto un piccolo capolavoro.

Il contest è aperto a tutti coloro che ci seguono sui **social** e conoscono il mondo Gulliver: vogliamo vedere cosa sapete fare con i vostri **ingredienti del cuore!**

ECCO COME PARTECIPARE:

1 Prepara la tua **ricetta estiva più creativa**, ispirata ai prodotti che trovi da Gulliver.

3 Gulliver ricondividerà le ricette ricevute e lancerà un **sondaggio** su Instagram per far votare alla community il loro piatto preferito.

2 Scatta una **foto** del piatto, pubblicala come **storia** su Instagram e tagga **@gulliversupermercati**.



4 Le **5 ricette più apprezzate**, ovvero quelle che riceveranno più interazioni, saranno pubblicate all'interno del **numero speciale di luglio 2025** del Gulli!

È il momento di accendere i fornelli e la fantasia!

Ora tocca a voi essere protagonisti. Accendete i fornelli, liberate la fantasia e raccontateci chi siete... con un piatto. Che siate cuochi provetti o appassionati della buona tavola, questo è il momento giusto per mettervi in gioco!





NUOVI GELATI PERLE DI GULLI IL GUSTO DEL GELATO ARTIGIANALE DI CASCINA BIRAGA

Con l'arrivo dell'estate sarà il **gelato** a essere padrone delle nostre tavole, durante i pasti e a merenda. Gulliver pone la massima attenzione alla **freschezza**, alla **qualità** e all'**artigianalità** dei propri prodotti e per questo seleziona i migliori fornitori.

Abbiamo intervistato **Riccardo Fiorentini**, la cui famiglia gestisce da quattro generazioni la **Cascina Biraga**, per parlare del loro gelato. Il brand collabora con Gulliver già da tempo, e oltre ai gusti di gelato che potete trovare sui nostri scaffali (fior di latte, stracciatella, cacao, caramello salato e liquirizia), quest'anno sono in arrivo **grandi novità** di cui parliamo nell'intervista.

Riccardo, raccontaci i prodotti della Cascina Biraga.

Come hai appena ricordato siamo una cascina, quindi il nostro ingrediente fondamentale è il latte. Fino a qualche anno fa avevamo gli allevamenti, poi abbiamo concentrato la nostra produzione esclusivamente sul gelato e acquistiamo il latte dalle cascine limitrofe alla nostra. È un latte alta qualità, fresco e 100% italiano, prodotto nel lodigiano e nel cremonese in allevamenti che garantiscono il benessere animale. Nei nostri gelati c'è un minimo del 60% di latte e da lì costruiamo le nostre ricette. Oltre al latte c'è la panna, che viene dagli stessi stabilimenti.

I gusti selezionati da Gulliver sono il **Malaga**, il **Pistacchio** e il **Gianduia**. Si tratta di tre gusti molto particolari.

Il Malaga è una crema di panna e latte a cui è aggiunto il tuorlo d'uovo all'8% e una percentuale di vino liquoroso italiano, in cui immergiamo anche le uvette sultanine. Il Pistacchio è fatto con pistacchi di Sicilia, mentre il Gianduia è fatto con cacao, granella di nocciole e pasta di nocciole italiane. Le confezioni di gelato Perle di Gulli, ciascuna composta da due monoporzioni, sono già disponibili negli scaffali Gulliver.

Da lì non abbiamo più smesso, è diventato il nostro prodotto caratteristico. Abbiamo una parte di produzione semi-industriale, soprattutto per il confezionamento, ma il cuore del nostro gelato è artigianale. Il nostro gelato riposa 24 ore: non avendo gli aromi il gelato resta a riposo per assorbire i sapori e i profumi.

Come selezionate le altre materie prime?

Selezioniamo soltanto materie prime fresche, senza aromi coloranti e aggiunte chimiche. Laddove è possibile andiamo alla fonte, ad esempio con la nocciola IGP del Piemonte, la liquirizia calabrese o le arance siciliane. Altrimenti ci affidiamo ai nostri fornitori storici, che ci aiutano anche a sviluppare le ricette.

Vista la vostra storia aziendale, come è cambiata la vostra produzione e il modo di concepire il gelato?

La mia è la quarta generazione che gestisce la Cascina, abbiamo sempre seguito l'andamento del mercato a partire sempre dalla produzione del latte. Abbiamo iniziato a produrre il gelato a partire da un evento di beneficenza per raccogliere fondi per l'ospedale di Monza, dieci anni fa.



LA SPESA

corre a casa tua

La spesa comoda

Vieni in uno dei nostri punti vendita e, carrello alla mano, scegli i prodotti che vuoi come hai sempre fatto. Recati alle casse e dopo aver pagato, lascia tutto lì. Ti basterà informare la cassiera che desideri ricevere la spesa a casa.

La spesa comodissima

Se tu non vieni da Gulliver, noi veniamo da te. Basta chiamare e ordinare la tua spesa per telefono. Detta la lista dei prodotti che intendi acquistare ai nostri operatori. Quando riceverai la spesa potrai pagare comodamente alla consegna anche con carta di credito o bancomat. Il trasporto delle prime 24 bottiglie o 4 fardelli di acqua/bibite è incluso nel costo di consegna. Ogni ulteriore fardello o 6 bottiglie in più comporterà un aumento del costo di consegna di 2,00 euro.

Gelati, surgelati, terricci e concimi sono esclusi dal servizio per motivi di sicurezza alimentare. Acquisti particolari sono condizionati ad autorizzazione preventiva del direttore del punto vendita.

TARIFFE

6,50€ per spesa fino a 50€

5,50€ per spesa da 51€ a 100€

GRATUITA per spesa oltre 100€ e per disabili presentando certificazione

Ogni collo extra (oltre i 4 fardelli) comporta un costo aggiuntivo di 2,00€

PROVINCIA DI PAVIA

BRONI Via Montebello.....	tel. 0385.54582
CASTEGGIO Via Cesare Battisti, 24	tel. 0383.892976
GODIASCO Via G. Garibaldi, 1	tel. 0383.941008
MONTÙ BECCARIA Fraz. Loglio di Sotto.....	tel. 0385.60442
PAVIA Via Campari, 8B.....	tel. 0382.461529
RIVANAZZANO TERME Corso Repubblica AFFILIATO.....	tel. 0383.398065
STRADELLA Via C. Battisti, 44.....	tel. 0385.48479
VOGHERA Via C. Emanuele, 28.....	tel. 0383.369504
VOGHERA Via Cavour ang. Via Bidone.....	tel. 0383.648147
VOGHERA Via Don Minzoni, 46.....	tel. 0383.47837
VOGHERA Via San Francesco, 40	tel. 0383.212020
VOGHERA Via Sturla	tel. 0383.640785

PROVINCIA DI CUNEO

ALBA Via Generale Dalla Chiesa, 13.....	tel. 0173.240270
---	------------------

PROVINCIA DI ALESSANDRIA

ALESSANDRIA C.so Acqui, 56	tel. 0131.248237
ALESSANDRIA Via Dante, 121	tel. 0131.264050
ALESSANDRIA Via A. Chenna AFFILIATO.....	tel. 0131.1978008
ACQUI TERME Via Cassarogna, 21	tel. 0144.322252
MONLEALE Via Pelizza AFFILIATO.....	tel. 0131.80247
NOVI LIGURE Via P. Isola 1/E	tel. 0143.746876
NOVI LIGURE Via Garibaldi, 3.....	tel. 0143.321807
POZZOLO FORMIGARO Via Roma, 59 AFFILIATO.....	tel. 0143.038053
SERRAVALLE SCRIVIA	
Viale Martiri della Benedicta, 7	tel. 0143.65404
SPINETTA MARENCO, Via Perfumo, 3	tel. 0131.617640
TORTONA Via Carducci, 33	tel. 0131.866860
TORTONA Via Emilia, 400.....	tel. 0131.822533

PROVINCIA DI GENOVA

CAMOGLI Via Ruffini, 25	tel. 0185.776722
CHIAVARI Via Gagliardo, 15.....	tel. 0185.370987
GENOVA BOLZANETO, Via Cepollina, 2r	tel. 010.7450167
GENOVA BOLZANETO, Via Cepollina, 6.....	tel. 010.7411327
GENOVA Corso Europa, 800.....	tel. 010.389775
GENOVA PRÀ Via Prà.....	tel. 010.6972301
GENOVA Via Rossetti, 92/96r	tel. 010.380064
GENOVA VOLTRI Via Ventimiglia, 75ar	tel. 010.6132319
RAPALLO Corso Mameli, 194.....	tel. 0185.63260
RAPALLO Corso Mameli, 219.....	tel. 0185.232062
SANTA MARGHERITA Via delle Rocche, 3A.....	tel. 0185.293122
SANTA MARGHERITA Via Dogali, 22F	tel. 0185.282700
SESTRI LEVANTE Via Nazionale, 221	tel. 0185.41170

PROVINCIA DI SAVONA

ALBISSOLA MARINA Via dei Ceramisti, 19... tel.	019.480237
SAVONA Via Doberti, 16-18	tel. 019.8485048
SAVONA Via Schiantapetto, 5/7	tel. 019.856163
SAVONA Via Servettaz, 3r	tel. 019.8402276
VADO LIGURE Via Aurelia, 450.....	tel. 019.883822



MACEDONIA CON IL GELATO

UN DESSERT FRESCO E PERSONALIZZABILE

Abbinare la frutta al gelato è un'idea vincente per realizzare un dessert leggero ma goloso, ideale per le giornate più calde o per chiudere un pasto con dolcezza senza appesantirsi. La macedonia con il gelato si presta a mille interpretazioni: **si può scegliere la frutta preferita in base alla stagione e abbinarla al gusto di gelato che si ama di più.** Fragole e vaniglia, pesche e fiordilatte, mango e cocco, melone e limone: le possibilità sono infinite.

**EDIZIONE
LIMITATA!**



PASTA
UFFICIALE
2025

Giovanni Rana
RANA



WOMEN
PASTA
UFFICIALE
2025

Campania



Lazio

Lombardia



**Buon appetito
e...
buon viaggio!**

**IN OCCASIONE DEL GIRO D'ITALIA, RANA VI INVITA A PARTECIPARE
AD UN VIAGGIO INDIMENTICABILE ATTRAVERSO LE TAPPE DEL GUSTO,
ALLA SCOPERTA DI SPECIALI RICETTE ISPIRATE ALLA TRADIZIONE ITALIANA.**

Chi preferisce un tocco più goloso può aggiungere scaglie di cioccolato fondente, granella di nocciole o una spolverata di cannella. La macedonia con il gelato è un dessert creativo, fresco e personalizzabile, **perfetto per grandi e piccoli**, capace di unire genuinità e piacere in ogni cucchiata.

Per una versione colorata e piena di gusto, ecco una macedonia che unisce la freschezza dei frutti di bosco alla cremosità del gelato alla vaniglia. I frutti di bosco sono ricchi di vitamine e antiossidanti e regalano un piacevole contrasto tra dolce e acidulo.

MACEDONIA CON FRUTTI DI BOSCO E GELATO ALLA VANIGLIA

Ingredienti per 4 persone:

- Fragole: 200 g
- Lamponi: 100 g
- Mirtilli: 100 g
- More: 100 g
- Zucchero di canna: 1 cucchiaio (facoltativo)
- Succo di limone: 1 cucchiaio
- Gelato alla vaniglia: 4 palline
- Foglioline di menta fresca q.b.
- Zucchero a velo 30 g
- Fragole o ciliegie fresche 300 g



Difficoltà:
Bassa



Tempo:
20'

Lavate con cura tutta la frutta. Tagliate le fragole a pezzetti e unitele in una ciotola con lamponi, mirtilli e more. Irrorate con il succo di limone e, se gradito, aggiungete un cucchiaio di zucchero di canna per esaltare la dolcezza naturale dei frutti. Mescolate delicatamente per non rompere la frutta più delicata e lasciate riposare in frigorifero per una decina di minuti. Al momento di servire, distribuite la frutta in coppette individuali e aggiungete sopra una pallina di gelato alla vaniglia per ciascuna porzione. Decorate con foglioline di menta fresca e, se volete, qualche scaglia di cioccolato fondente. Questa macedonia con frutti di bosco e gelato alla vaniglia è un dessert raffinato e fresco, semplice da preparare ma di grande effetto.





GELATI E SEMIFREDDI FATTI IN CASA

RICETTE SEMPLICI PER UN'ESTATE GOLOSA

Con l'arrivo dell'estate, aumenta il desiderio di gustare qualcosa di fresco e goloso. I gelati e i semifreddi **fatti in casa** sono la soluzione ideale per chi ama i dolci ma vuole scegliere ingredienti sani, evitare conservanti e divertirsi in cucina. Anche senza gelatiera, è possibile ottenere ottimi risultati con ricette semplici e **alla portata di tutti**.

Gelato espresso alla frutta

Una delle opzioni più veloci e leggere è il gelato alla frutta senza gelatiera. Basta congelare 300 g di **frutta a pezzi** (come fragole, mango o banane) e frullarla con 100 ml di **yogurt greco** e un cucchiaino di miele o sciroppo d'acero. In pochi minuti si



ottiene un gelato cremoso e naturale, perfetto da servire subito o da riporre in freezer per un'ora, se si preferisce una consistenza più solida.

Semifreddo al caffè

Perfetto per il dopo cena, il semifreddo al caffè unisce **gusto** e **semplicità**. Montate 200 ml di **panna fresca** con 3 cucchiaini di **zucchero a velo**. A parte, sbattete 2 **tuorli** con una tazzina di **caffè ristretto freddo**. Incorporate delicatamente la panna, versate il composto in stampini o in uno stampo da plumcake foderato con pellicola e lasciate riposare in freezer per almeno 4 ore. Servitelo con cacao amaro o scaglie di cioccolato.

Gelato alla crema con gelatiera

Chi ha a disposizione una gelatiera può provare il classico gelato alla crema. Servono: 4 **tuorli**, 100 g di **zucchero**, 250 ml di **latte** e 250 ml di **panna fresca**. Sbattete i tuorli con lo zucchero,

scaldate il latte e uniscilo a filo alle uova, quindi cuocete a bagnomaria fino a ottenere una crema inglese. Una volta raffreddata, aggiungete la panna e versate nella gelatiera. In circa 30 minuti il gelato è pronto.

Consigli utili per un risultato perfetto

Per una consistenza più morbida, è utile aggiungere un cucchiaino di **liquore** (come rum, limoncello o maraschino). I composti devono sempre essere ben freddi prima di passare al **congelatore**. Conservate i gelati in contenitori ermetici e consumateli entro 5-7 giorni. Per i semifreddi, tirate fuori dal freezer 10 minuti prima di servire.

Con pochi ingredienti e un pizzico di creatività, l'estate si colora di gusto. I dolci freddi fatti in casa sono un modo semplice e gratificante per rinfrescarsi e coccolarsi, con il sapore autentico delle cose fatte con le proprie mani.



L'inconfondibile gusto italiano



Ginger Lemonade

- 25 ml succo di limone
- 30 ml **Sciroppo Lime Limone e Zenzero Fabbri**
- 50 ml succo mela biologico
- Soda

In un bicchiere da 400 ml pieno di ghiaccio, versare i primi 3 ingredienti e mescolarli bene con un cucchiaino. Aggiungere ghiaccio e colmare con soda, mescolare leggermente. Guarnire con fetta di limone e zenzero e servire.

L'idea in più

Usa i sciroppi Fabbri per creare i tuoi ghiaccioli. Lascia spazio alla tua fantasia!



Spritz Hugo

- 60 ml prosecco
- 20 ml **Sciroppo Fiori di Sambuco Fabbri**
- 60 ml soda o acqua gassata
- 4 cubetti di ghiaccio

Versare gli ingredienti in un wine glass pieno di ghiaccio e mescolare delicatamente. Decorare con germoglio di menta e fetta di mela rossa.



Mai-Tai

- 40 ml Rum bianco
- 20 ml Rum scuro
- 15 ml Orange curaçao
- 15 ml **Sciroppo Orzata**
- 10 ml Succo di lime

Shakerare con ghiaccio tutti gli ingredienti e versare tutto in un double rock/highball glass. Decorare con fetta d'ananas, germoglio di menta e scorza di lime.

Milkshake Fragola

- 100 g gelato fiordilatte
- 6 cl latte
- 3 cl **Sciroppo Fragola**
- 3/4 cubetti di ghiaccio

Versa in un frullatore il gelato fiordilatte, il latte, lo sciroppo alla Fragola e 3-4 cubetti di ghiaccio. Mescola velocemente e servi il milkshake bello spumoso!



VINI ESTREMI

LE BOTTIGLIE AFFINATE IN FONDO AL MARE O SOTTO LA NEVE



Affinamenti fuori dall'ordinario

Nel mondo del vino, la sperimentazione è sempre più spinta verso territori inesplorati, e oggi si parla sempre più spesso di “vini estremi”: **bottiglie affinate in condizioni insolite**, come i fondali marini o le nevi d’alta quota. Non si tratta solo di curiosità da enofili, ma di tecniche studiate per osservare come ambienti particolari influenzino l’evoluzione del vino.

Le cantine subacquee e le grotte alpine rappresentano veri e propri **laboratori naturali**, dove temperatura, pressione e assenza di luce lavorano sul vino in modo diverso rispetto alle cantine tradizionali. L’affinamento in ambienti estremi crea **vini dal profilo**



Viaggio nella qualità italiana

**Giriamo l'Italia
alla ricerca di fornitori
di eccellenze
per portare
sulle vostre tavole
il gusto e la qualità
del cibo italiano.**





organolettico unico, spesso più complesso e sorprendente, e affascina sempre più produttori e consumatori.

Sotto il mare, tra silenzi e correnti

Tra le tecniche più affascinanti c'è quella dell'affinamento subacqueo: le bottiglie vengono immerse anche a **60 metri di profondità**, adagiate sul fondale o custodite in apposite gabbie. Le condizioni marine, con la pressione costante, la **temperatura stabile tra i 12 e i 15°C** e **l'assenza totale di luce**, rallentano il processo di invecchiamento e conferiscono al vino caratteristiche molto particolari.

Alcuni produttori raccontano di note più morbide, maggiore freschezza e persistenza al palato. Anche l'estetica della bottiglia cambia: conchiglie, alghe

e incrostazioni rendono ogni esemplare unico. Il mare non solo conserva il vino, ma lo trasforma in un'opera viva e mutevole, offrendo un'esperienza sensoriale affascinante e irripetibile.

Vini che sfidano le vette

All'opposto, altri produttori scelgono di lasciare le loro bottiglie in **ambienti montani**, ricoprendole con la neve o custodendole in baite isolate a **oltre 2000 metri d'altitudine**. Qui, il clima rigido e le escursioni termiche giornaliere modificano la micro-ossigenazione del vino, che evolve in modo imprevedibile.

L'altitudine gioca un ruolo fondamentale: **l'aria più rarefatta, il silenzio e la luce filtrata dalle nevi** creano condizioni ideali per affinamenti delicati. Vini rossi strutturati e bianchi aromatici trovano qui una seconda vita, arricchendosi di finezza ed eleganza. Affinare il vino sotto la neve è un **gesto poetico e tecnico al tempo stesso**, che racconta un legame profondo con la natura e le sue sfide.



Francone 1896

ANTICA GENOVA®

la focaccia

made in Italy



una storia
d'ecceellenza
Italiana

Antica Genoa

è la linea di focacce e pizze
surgelate, pronte in pochi minuti

Ideali per ogni momento
della giornata, a partire dalla colazione,
fino all'aperitivo e alla cena.

La nostra gamma di prodotti
da forno surgelati mantiene
la fragranza ed il sapore tipico
dei prodotti artigianali,
fatti con soli ingredienti naturali.

senza
additivi nè
conservanti

lievitazione
naturale

olio
extra vergine
di oliva



www.gruppofrancone.com



Tel 0144/88072 info@gruppofrancone.com

Focaccia Antica Genoa

Francone s.r.l.

[anticagenoafrancone](https://www.instagram.com/anticagenoafrancone)



L'ESPERTO DI FOOD

SILVIA DELL'ACQUA

L'ARTE DELLA PASTICCERIA CONTEMPORANEA



La **pasticceria** non è più soltanto un'arte domestica. Sempre più persone cercano nei dolci la creatività, l'artigianalità, la freschezza delle materie prime e le giuste capacità nella produzione. Ne abbiamo parlato con **Silvia Dell'Acqua**, pasticciera del locale **SISU** a Milano.

Come è nata la tua passione per la pasticceria?

L'idea di voler diventare pasticciera credo ci sia sempre stata. La mia famiglia vedeva questa mia idea della pasticceria come un qualcosa di passaggio, quindi ho fatto un liceo. Ho studiato all'estero, più precisamente in Finlandia, paese da cui ruberemo poi la parola che darà il nome al nostro locale. Dopo la scuola inizio a studiare al cast

HEINZ ESTD 1869 GRILL TEAM



ACQUISTA 2
SALSE HEINZ



CARICA LO SCONTRINO
E PROVA A VINCERE*

1 CASSA
BOSE
A SETTIMANA



1 GREMBIULE
AL GIORNO



30 MULTIGRILL
BRAUN
A ESTRAZIONE FINALE



**Heinz Tomato
Ketchup
Top Down
460g**



**Heinz Mayo
Originale
Top Down
215g**

alimenti e mi sono trasferita a Londra, poi ho viaggiato in molte città in Italia e all'estero, fino ad aprire SISU a maggio 2024.

A quali ingredienti sei più affezionata?

Più che ad un singolo ingrediente sono molto legata alla ricerca che c'è alla base per trovarli. Prediligo per questo lavorare con realtà più piccole piuttosto che con i grandi fornitori così da poter essere certa della qualità della materia prima. Questo mi permette di lavorare con aziende che sono totalmente trasparenti con i loro cicli di produzione, che proprio per questo spesso vado a visitare, così da avere sempre la certezza della qualità di quello che poi utilizzo.

Quali sono le innovazioni più interessanti della pasticceria di oggi secondo te?

Sicuramente negli ultimi anni c'è stato un interesse e uno sviluppo per tutto quello che concerne il mondo della viennoiserie davvero importante. Paradossalmente attorno a noi tantissime nazioni hanno avuto una crescita da questo punto di vista che secondo me noi stiamo iniziando ad assorbire solo in questi ultimi anni e fortunatamente con la nuova generazione di pasticceri che si sta creando stiamo riuscendo a recuperarli e stare al passo con tutte quelle che sono le novità.

Come stanno cambiando le abitudini quotidiane attorno alla pasticceria e al consumo di dolci? Come recepite questi cambiamenti?

Per tanto tempo in Italia, rispetto ad altri Paesi come la Francia, la

pasticceria non è mai stata considerata un lusso e di conseguenza non è mai stata valorizzata veramente neanche a livello economico. Oggi le nuove generazioni sono più attente alla qualità, alla presentazione e all'estetica dei prodotti e per questo disposte a spendere di più quando la trovano. A questo si aggiunge la necessità di avere prodotti attenti alle diverse esigenze dei clienti, che possano essere senza lattosio, vegani o senza glutine, ed è fondamentale oggi poter soddisfare queste richieste. Sicuramente anche la pasticceria salata sta avendo un grande sviluppo ed è sempre più richiesta. Il concetto di brunch sta entrando nell'abitudine del cliente, per lo meno in città come Milano, oggi è fondamentale avere entrambe le proposte nel banco.





SALUMIFICIO

VIANI

1922



TOSCANA PER

TRADIZIONE





PLASTICA IN AGRICOLTURA

LE ALTERNATIVE SOSTENIBILI PER PACCIAMATURA E CONSERVAZIONE

Un impiego diffuso ma problematico

La plastica è da decenni un materiale ampiamente utilizzato in agricoltura, in particolare per la **pacciamatura del suolo** e per l'**imballaggio e la conservazione** dei prodotti ortofrutticoli. Tuttavia, la sua diffusione ha sollevato crescenti preoccupazioni ambientali, legate all'inquinamento del terreno e alla difficoltà di smaltimento.

I teli per la copertura dei campi, spesso lasciati deteriorarsi all'aria aperta, rilasciano microplastiche che possono penetrare nel suolo e interferire con la biodiversità. **La plastica**

I FORMAGGI CON IL PIEMONTE NEL CUORE



I formaggi Botalla nascono dalle più antiche ricette
dei pastori delle nostre montagne.
Lavorati secondo i canoni rigorosi della tradizionale
arte casearia piemontese, portano in tavola il gusto di un tempo
lontano negli anni, ma mai dimenticato.

agricola, se non correttamente gestita, può trasformarsi in una minaccia per l'ambiente e per la qualità dei prodotti coltivati, spingendo ricercatori e aziende verso soluzioni più ecocompatibili.

Bioplastiche e materiali biodegradabili

Una delle alternative più promettenti è rappresentata dalle **bioplastiche compostabili**, prodotte da amidi, cellulosa o altre fonti rinnovabili. Utilizzate nella pacciamatura, queste pellicole si decompongono naturalmente nel terreno senza lasciare residui nocivi, semplificando le operazioni di fine stagione e riducendo l'impatto ambientale.

Anche la ricerca sui materiali innovativi sta dando ottimi risultati: teli a base di fibre vegetali, carta trattata e persino alghe si stanno affacciando sul mercato agricolo. Le bioplastiche offrono un **compromesso efficace tra funzionalità e sostenibilità**, migliorando la salute del suolo e riducendo la dipendenza da materiali fossili.



Conservazione green e packaging intelligente

Non solo in campo, ma anche nel post-raccolta le **alternative sostenibili alla plastica** stanno guadagnando terreno. Per la conservazione e il trasporto dei prodotti freschi si utilizzano sempre più spesso imballaggi compostabili, film biodegradabili e contenitori riutilizzabili.

Alcune soluzioni impiegano rivestimenti naturali commestibili che prolungano la freschezza del prodotto senza impatto ambientale. Anche il riuso di cassette in legno o plastica rigida, all'interno di circuiti controllati, rappresenta un'opzione più responsabile. **Ridurre la plastica lungo tutta la filiera agricola è oggi una priorità concreta e raggiungibile**, a beneficio dell'ambiente e della qualità dei cibi che portiamo in tavola.

INTORNO ALLO STIVALE



GIRARE L'ITALIA...



MARATEA (BASILICATA)

LA PERLA DEL TIRRENO CON IL CRISTO REDENTORE

Un borgo tra cielo e mare

Nell'articolo di questo mese vi parliamo di una delle città simbolo della Basilicata e dell'intera costa tirrenica, che vi suggeriamo di visitare al più presto. Affacciata sulla costa tirrenica della Basilicata, Maratea è una destinazione che sorprende per il suo equilibrio perfetto **tra natura incontaminata, architettura storica e spiritualità**.

Conosciuta anche come "la perla del Tirreno", è l'unico comune lucano a bagnarsi sul lato occidentale, e questo tratto di costa, lungo poco più di 30 chilometri, racchiude



Spiaggia di Marina di Maratea

Delicius[®]

Se senti il mare, è Delicius.

8 Giugno - Delicius sostiene la Giornata Mondiale degli Oceani



Scopri di più
sul nostro
impegno



www.delicius.it



#SustainablyDelicius  

una varietà di scenari straordinari: baie nascoste, grotte marine, montagne ricoperte di vegetazione e una miriade di scorci panoramici.

Maratea è un **perfetto connubio tra bellezza paesaggistica e fascino culturale**, un luogo in cui mare e montagna sembrano dialogare in armonia continua, offrendo al visitatore un'esperienza unica e suggestiva che vi consigliamo di non perdere, che sia per un viaggio con la propria famiglia, da soli o con altre persone care.

Il Cristo Redentore: simbolo maestoso e spirituale

Tra le attrazioni più iconiche di Maratea spicca senza dubbio la monumentale statua del **Cristo Redentore**, collocata

sulla cima del Monte San Biagio. Alta 21 metri, in cemento bianco e con le braccia spalancate, la statua domina il paesaggio circostante e rappresenta un punto di riferimento visivo e spirituale per tutta la regione.

Realizzata dallo scultore fiorentino Bruno Innocenti negli anni Sessanta, è la seconda per dimensioni in Europa dopo quella di Lisbona. Salire al santuario è un vero pellegrinaggio: si attraversano tornanti panoramici, si respira l'aria fresca di montagna e, una volta in vetta, si viene premiati da un colpo d'occhio mozzafiato. Il Cristo Redentore di Maratea non è solo un monumento religioso, ma **un faro di pace e contemplazione che domina silenziosamente il paesaggio**, vegliando sulla città e sul mare.



Cristo Redentore



CREMA DI YOGURT
BIANCO
MÜLLER
125g x8 (al kg € 2,99) **2⁹⁹€**



SQUAQUARELLO
NONNO NANNI
200g (al kg € 11,95) **2³⁹€**



FONTAL
NAZIONALE
INALPI
200g (al kg € 13,45) **2⁶⁹€**



GRANA PADANO
GRATTUGGIATO
**LATTORIA
SORESINA**
100g (al kg € 19,90)

1⁹⁹€



WÜRSTEL WÜBERONE
WÜBER
250g (al kg € 7,56) **1⁸⁹€**



LASAGNE AL RAGÙ
VIVA LA MAMMA
BERETTA
250g (al kg € 10,36) **2⁵⁹€**



PIZZA CAPRESE
CREAZIONE
BUITONI
435g (al kg € 9,86) **4²⁹€**



STECCO GELATO
NUII
272g (al kg € 14,67) **3⁹⁹€**



MAGNUM
PINTA CLASSICO
ALGIDA
297g (al kg € 14,44) **4²⁹€**



ACQUA
NATURALE
VITASNELLA
1,5lt (al lt € 0,26) **0³⁹€**



SUCCOSSO
ZERO ZUCCHERI
SAN BENEDETTO
900ml (al lt € 1,10) **0⁹⁹€**



SUCCHI
DI FRUTTA
**BRAVO
RAUCH**
2lt (al lt € 0,92) **1⁸⁴€**



BIRRA
IN BOTTIGLIA
MESSINA
660ml (al lt € 1,95) **1²⁹€**



CHIANTI DOCG
CECCHI
750ml (al lt € 5,19) **3⁸⁹€**



LONDON DRY GIN
BOMBAY
700ml (al lt € 22,84) **15⁹⁹€**



Cala Jannita

Il centro storico e la “città delle 44 chiese”

Il cuore pulsante di Maratea è il suo centro storico, arroccato sulla collina e caratterizzato da viuzze lastricate, edifici in pietra, terrazze fiorite e piazzette animate da locali e botteghe artigiane. Questo borgo affascinante custodisce un **patrimonio architettonico e religioso sorprendente**: ben 44 chiese, cappelle e santuari, un numero straordinario per un centro così raccolto.

Ogni chiesa racconta un pezzo di storia, da quella madre dedicata a Santa Maria Maggiore alle piccole cappelle nascoste nei vicoli. Il centro storico di Maratea custodisce un patrimonio religioso e artistico di grande valore, testimone di una **devozione popolare**

viva e radicata nel tempo, che si esprime anche durante le numerose processioni e festività locali.

Spiagge, insenature e grotte sul mare

La costa marateota è una delle più variegata e scenografiche del Tirreno meridionale. Spiagge sabbiose si alternano a calette di ciottoli, scogliere frastagliate e grotte marine accessibili solo via mare. Tra le più celebri, la **spiaggia nera di Cala Jannita**, immersa nella macchia mediterranea, o la **Grotta della Sciabella**, legata a leggende romantiche.

Gli amanti della natura possono esplorare la costa in kayak o con escursioni in barca, scoprendo angoli nascosti e fondali ideali per lo snorkeling. **Le coste di Maratea**



BARRETTE
PESOFORMA
372g (al kg € 21,48)

7⁹⁹
€



FROLLINI
CON CIOCCOLATO
IN PEZZI
TREMARIE
360g (al kg € 5,25)

1⁸⁹
€



PETALI
PATA
70g (al kg € 14,14)

0⁹⁹
€



CONFETTURA
EXTRA DI FRUTTA
**LE CONSERVE
DEL TRENTO**
340g (al kg € 5,85)

1⁹⁹
€



CARAMELLE
VARI GUSTI
**LE SPECIALITÀ
ITALIANE**
100g (al kg € 10,09)

1⁰⁹
€



TAVOLETTE
DI CIOCCOLATO
ITTER SPORT
100g (al kg € 16,90)

1⁶⁹
€



OLIO
EXTRAVERGINE
DI OLIVA
SAGRA
1lt

5⁹⁹
€



PASTA INTEGRALE
LA MOLISANA
500g (al kg € 1,98)

0⁹⁹
€



PASTA DI SEMOLA
VOIELLO
500g (al kg € 1,90)

0⁹⁵
€



PASSATA
DI POMODORO
EXTRAFINE
PETTI
700g (al kg € 1,41)

0⁹⁹
€



TONNO ALL'OLIO DI OLIVA
RIO MARE
160g x2 (al kg € 18,72)

5⁹⁹
€



DETERSIVO
PER LAVATRICE
GENERAL
1980ml 49 lavaggi

3⁹⁹
€



AMMORBIDENTE
CONCENTRATO
**SPUMA DI
SCIAMPAGNA**
600ml 30 lavaggi

1⁷⁹
€



DETERSIVO IN
POLVERE
**SPUMA DI
SCIAMPAGNA**
2kg 45 lavaggi

5⁵⁹
€



STIRABENE
EMULSIO
480ml

1⁹⁹
€

regalano momenti di assoluta quiete e bellezza, ideali per una vacanza rigenerante e a contatto con il mare, lontano dai grandi flussi turistici e immersi in un contesto selvaggio e incontaminato.

Tradizione, gusto e natura nel territorio

Maratea non vive solo di paesaggio e spiritualità, ma vanta anche una **forte identità gastronomica e culturale**. Le sagre estive e le manifestazioni musicali animano il borgo nelle serate più calde, mentre il territorio offre sentieri panoramici per chi ama il trekking e la fotografia.

La cucina locale, ricca di sapori autentici, propone piatti semplici e genuini: zuppe di legumi, pesce fresco, pane cotto a legna, formaggi locali e dolci tradizionali come la "zèppola marateota". **Maratea è una destinazione completa**, capace di soddisfare gli amanti del relax, della buona tavola e delle escursioni nella natura, mantenendo sempre un'identità autentica e poco contaminata. Per questo motivo è imperdibile.



Ospitalità, charme e sostenibilità

Nonostante la sua crescente notorietà, Maratea è riuscita a conservare uno stile di vita lento, accogliente e rispettoso dell'ambiente. Le sue strutture ricettive – hotel eleganti, dimore storiche, agriturismi e B&B – offrono un'ospitalità calorosa e discreta. Il turismo di massa spesso può essere causa di sovraffollamento, inquinamento e invivibilità delle mete più ambite.

Qui si privilegia il contatto umano, il consiglio spontaneo del ristoratore, il sorriso del pescatore che racconta il mare. Anche in alta stagione, l'atmosfera resta rilassata, ideale per chi cerca quiete e autenticità. **Maratea è un luogo dove il tempo sembra rallentare, regalando a ogni visitatore un'esperienza rigenerante fatta di natura, cultura e silenzio**, nella cornice preziosa del Tirreno lucano.





SACCHI ANTIFORO
DOMOPACK SPAZZY
10pz

2³⁹
€



TABS PER
LAVASTOVIGLIE
PRIL
18pz

5³⁹
€



SPRAY
DISINFETTANTE
NAPISAN
400ml

4⁴⁹
€



DETERGENTE
INTIMO
VENUS
500ml

1⁶⁹
€



ASSORBENTI
LINES
12pz

2¹⁹
€



DISCHETTI DI COTONE
DEMAK UP
70pz

1⁰⁰
€



RASOI
TWIN LADY
BIC
10pz

1⁹⁹
€



SAPONE
LIQUIDO GEL
FRESH & CLEAN
300ml

1⁰⁰
€



BAGNODOCCIA
L'ANGELICA
520ml

1⁵⁰
€



CREMA
SOLARE
PROTECT &
HYDRATE
NIVEA
270ml

11⁹⁹
€



DENTIFRICI
BIOREPAIR
75ml

2⁹⁹
€



SCHIUMA
DA BARBA
NOXEMA
300ml

2¹⁹
€



CREMA NUTRIENTE
LEOCREMA
150ml

1⁵⁹
€





TACCUINO DI VIAGGIO

✓ CRISTO REDENTORE

Simbolo spirituale e punto panoramico d'eccezione, la statua svetta sul Monte San Biagio e domina l'intera costa. Con i suoi 21 metri di altezza e le braccia aperte verso il mare, è un'icona inconfondibile della Basilicata.

Per saperne di più: <https://www.maratea.info/statua-cristo-redentore-maratea.html>

✓ CENTRO STORICO E CHIESE

Un borgo dal fascino antico, arricchito da 44 chiese che testimoniano una profonda religiosità. Il centro di Maratea è un labirinto poetico fatto di pietra, silenzio e spiritualità diffusa.

Per saperne di più: <https://www.maratea.info/centro-storico-maratea.html>

✓ CALA JANNITA

Una delle spiagge più suggestive della zona, nota per il colore scuro dei ciottoli e la bellezza del paesaggio. Cala Jannita è perfetta per chi cerca mare limpido, quiete e immersione nella natura.

Per saperne di più: <https://www.maratea.info/cala-jannita-spiaggia-nera-marina-maratea.html>



Basilica di Santa Maria Maggiore, Campanile

Solo per veri carnivori



SOLO AL CINEMA

WWW.JURASSICWORLD.COM
© Universal City Studios LLC and
Amblin Entertainment, Inc. All Rights Reserved.



I MENÙ DI GULLIVER

BRUNCH DI GIUGNO CENA SOTTO LE STELLE SAPORI D'ESTATE

STACCA E CONSERVA



DAL 1906 IL SEGRETO È RIZZOLI



 **VERA MARCA RIZZOLI**
DAL 1906

TONNO ALL' OLIO DI OLIVA

LA TRADIZIONE DELLA BUONA TAVOLA
★ DA PIÙ DI 100 ANNI ★

CON UN FIOLO D'OLIO - NON SERVE SGOCCIOLARE



VERA MARCA
RIZZOLI
DAL 1906

COLLEZIONA LE RICETTE DI GULLI!



DIVENTA PROTAGONISTA DELLA TUA TAVOLA CON GULLI E PROPONI
AI TUOI OSPITI RICETTE SFIZIOSE E OGNI VOLTA DIVERSE

Stacca e conserva l'insero ricette
presente all'interno di tutti i numeri Gulli



BRUNCH DI GIUGNO

ANTIPASTO:

QUICHE CON SPINACI, POMODORINI E FORMAGGIO DI CAPRA

Ingredienti per 6 persone

Pasta brisée pronta 1 rotolo
Spinaci freschi 300 g
Pomodorini ciliegia 150 g
Formaggio di capra fresco 150 g
Uova 3
Panna fresca 200 ml
Parmigiano grattugiato 50 g
Aglio 1 spicchio
Olio extravergine d'oliva q.b.
Sale e pepe q.b.
Noce moscata q.b.



Difficoltà
Media



Preparazione
1h 15'



Preparazione:

Foderate una tortiera da 24 cm con la pasta brisée, bucherellate il fondo con una forchetta e mettete in frigorifero per 15 minuti. In una padella, scaldate un filo d'olio con lo spicchio d'aglio schiacciato. Aggiungete gli spinaci lavati e cuocete finché saranno appassiti. Rimuovete l'aglio, strizzate gli spinaci per eliminare l'acqua in eccesso e tritateli grossolanamente. In una ciotola, sbattete le uova con la panna, il parmigiano, un pizzico di noce moscata, sale e pepe. Aggiungete gli spinaci tritati e mescolate bene. Versate il composto nella base di pasta brisée. Distribuite sulla superficie i pomodorini tagliati a metà e

il formaggio di capra sbriciolato. Infornate in forno preriscaldato a 180°C per circa 40-45 minuti, finché la superficie sarà dorata e il ripieno si sarà rassodato. Lasciate intiepidire leggermente prima di servire. Ottima sia calda che a temperatura ambiente.

GULLIVER
PROPONE



Pomodoro
di pachino IGP
Perle di Gulli



PRIMO PIATTO:

COUSCOUS INTEGRALE CON VERDURE GRIGLIATE E MENTA

Ingredienti per 4 persone

Couscous integrale 300 g
Melanzana 1
Zucchine 2
Peperone rosso 1
Uvetta q.b.
Menta fresca q.b.
Olio evo q.b.
Succo di limone q.b.
Sale q.b.



Difficoltà
Bassa



Preparazione
40'



Preparazione:

Grigliate le verdure tagliate a dadini. Preparate il couscous seguendo le istruzioni della confezione, poi sgranatelo con una forchetta e conditelo con le verdure, olio, succo di limone, sale, uvetta e abbondante menta tritata. Servite freddo o tiepido.

GULLIVER
PROPONE



Succo di Limone di Sicilia
Consilia



SECONDO:

UOVA IN COCOTTE CON VERDURE

Ingredienti per 4 persone

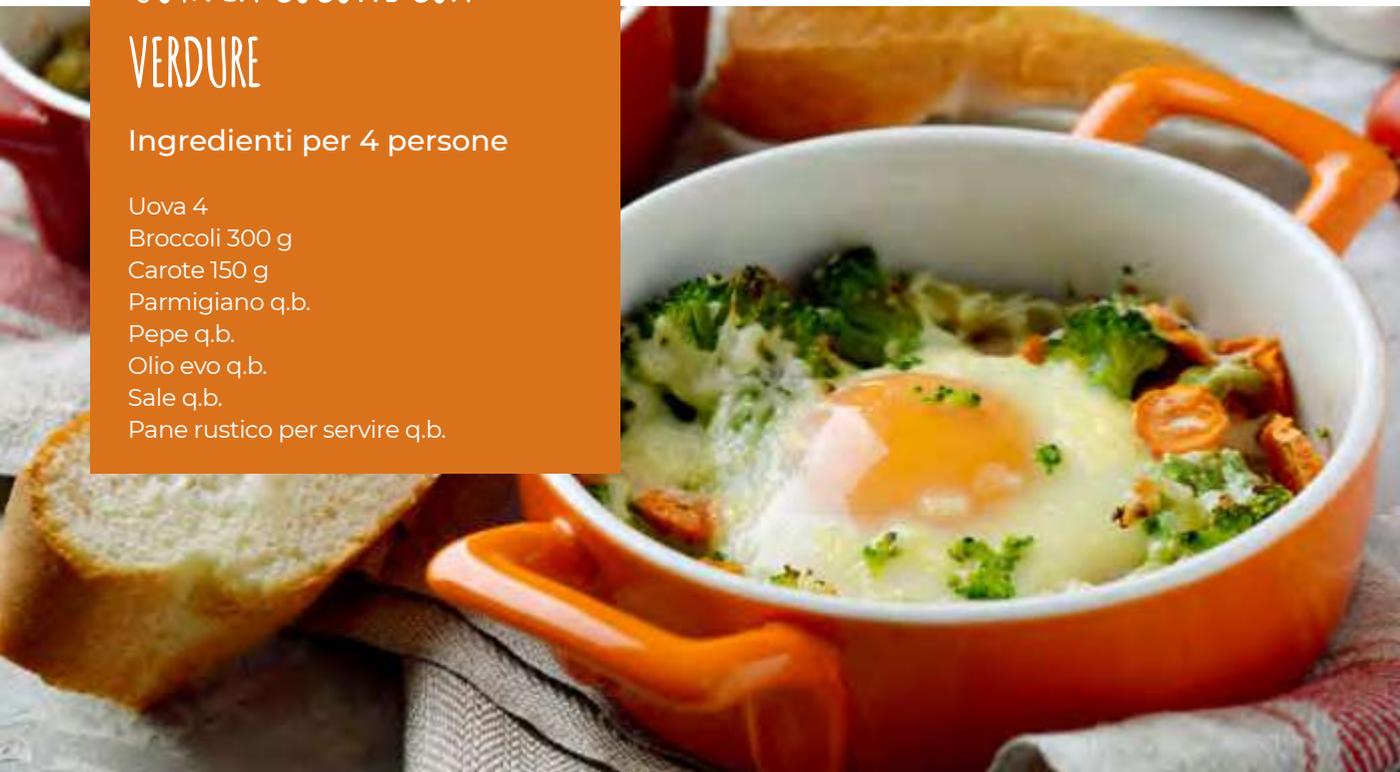
Uova 4
Broccoli 300 g
Carote 150 g
Parmigiano q.b.
Pepe q.b.
Olio evo q.b.
Sale q.b.
Pane rustico per servire q.b.



Difficoltà
Bassa



Preparazione
30'



Preparazione:

Lavate bene i broccoli e sbollentateli in acqua salata per circa 3 minuti. Scolateli e tagliateli grossolanamente. In una padella, fate rosolare un filo d'olio e aggiungete le carote tagliate finemente e, dopo 2-3 minuti, unite i broccoli. Saltate il tutto per qualche altro minuto, aggiustando di sale e pepe. Ungete leggermente quattro cocotte (piccoli contenitori da forno in ceramica), distribuite il mix di verdure alla base di ciascuna, lasciando un piccolo incavo al centro. Rompete un uovo sopra ogni porzione, facendo attenzione a non rompere il tuorlo. Se desiderate, potete spolverare con un cucchiaino

di parmigiano grattugiato. Infornate in forno statico preriscaldato a 180°C per circa 12-15 minuti, fino a quando l'albume sarà cotto ma il tuorlo ancora morbido. Servite subito, magari accompagnando con fette di pane.



**GULLIVER
PROPONE**

6 uova fresche
Perle di Gulli



DOLCE:

TORTA SCOMPOSTA ALLO YOGURT E ALBICOCCHE

Ingredienti per 6-8 persone

Albicocche mature 6
Zucchero 50 g
Succo di limone 1 cucchiaio
Yogurt greco 300 g
Panna fresca da montare 200 ml
Zucchero a velo 30 g
Pan di Spagna 150 g
Miele q.b. (opzionale)
Foglioline di menta per decorare (opzionale)



Difficoltà
Bassa



Preparazione
30'



Preparazione:

Lavate le albicocche, privatele del nocciolo e tagliatele a spicchi. Mettetele in una padella con lo zucchero semolato e il succo di limone, cuocendo per 5-6 minuti a fuoco medio finché non diventano morbide e rilasciano il loro succo. Lasciate raffreddare. Nel frattempo, montate la panna ben fredda con lo zucchero a velo. In una ciotola a parte, lavorate lo yogurt fino a renderlo liscio, poi incorporatelo delicatamente alla panna montata, con movimenti dal basso verso l'alto. Tagliate il pan di Spagna e disponetene uno strato sul fondo di bicchieri o coppette. Aggiungete qualche cucchiaino di albicocche con il loro

sciropo e poi uno strato abbondante di crema allo yogurt. Ripetete gli strati fino a esaurire gli ingredienti, terminando con le albicocche. Mettete in frigorifero per almeno 1 ora prima di servire. Al momento di portare in tavola, potete decorare con un filo di miele e qualche fogliolina di menta.

GULLIVER
PROPONE

Yogurt greco bianco
Consilia



San Giovanni

la tradizione italiana



San Giovanni è privo di:

Lattosio, proteine del latte, glutine, proteine isolate di soia, amidi e polifosfati aggiunti.



CENA SOTTO LE STELLE

ANTIPASTO:

CARPACCIO DI ZUCCHINE CON LIMONE, POMODORI SECCHI E PINOLI

Ingredienti per 4 persone

Zucchine 3
Succo di limone 1
Basilico fresco q.b.
Pomodori secchi 50 g
Olio evo, sale e pinoli q.b.
Parmigiano q.b.



Difficoltà
Bassa



Preparazione
15'



Preparazione:

Affettate sottilmente le zucchine. Disponetele su un piatto, condite con succo di limone, olio, sale e pinoli. Completate con pomodori secchi e una spolverata di parmigiano grattugiato. Lasciate riposare 10 minuti prima di servire con foglie di basilico fresco.



**GULLIVER
PROPONE**

Pomodori secchi sott'olio
Consilia

CASHBACK 10%
Solo per i possessori di
Gulliver Card CASHBACK





Il salumificio Valverde è situato nel cuore dell'Oltrepò Pavese, zona di antica tradizione nella produzione di ottimi insaccati, grazie anche al particolare microclima che ne favorisce la stagionatura e la maturazione.

Dotato di moderne tecnologie per la lavorazione delle materie prime accuratamente selezionate, garantisce una produzione di salumi tipici di elevata qualità nel rispetto delle ricette originali e delle antiche usanze.



Per tutti i prodotti garantisce:

- ASSENZA DI GLUTINE E SUOI DERIVATI
- ASSENZA DI PROTEINE DEL LATTE
- ASSENZA DI LATTOSIO

SALUMIFICIO VALVERDE SRL
 Loc. Casa Balestrieri
 27040 COLLI VERDI (PV)
 Tel. 0383-589901
 Fax 0383-586735
www.salumificio-valverde.it

I PRODOTTI DEL MESE



SALAME COTTO
Oltrepò

Salame cotto di puro suino caratterizzato da un piacevole sentore di spezie, aromatizzato con infuso di aglio in vino rosso filtrato secondo la secolare tradizione dell'Oltrepò Pavese. Ottimo consumato con purè o con lenticchie nel periodo invernale, diventa uno stuzzicante antipasto estivo se servito freddo a fettine sottili con l'accompagnamento di verdure.



COPPA STAGIONATA
Oltrepò

Carne insaccata naturale legata a mano. Tipica specialità dell'Oltrepò montano ottenuta dalla sezione dei muscoli cervicali, dalla lunga stagionatura, particolarmente pregiata. Il clima e l'aria del luogo ne determinano le caratteristiche tipiche: sapore dolce e delicato e aroma fragrante.

PRIMO PIATTO:

TROFIE AL PESTO ROSSO CON POMODORINI CILIEGINO



Difficoltà
Bassa



Preparazione
30'



Preparazione:

Per la preparazione del pesto rosso, fate appassire in forno i pomodorini per 2 ore a 120°. Frullate i pomodorini ciliegino Perle di Gulli con le mandorle, il basilico, l'aglio e l'olio extravergine di oliva Perle di Gulli fino a ottenere una crema liscia. Portate a ebollizione una pentola d'acqua salata e cuocete le trofie. Scolate le trofie e conditele con il pesto rosso preparato. Servite caldo con una spolverata di pepe.

RICETTA



Ingredienti per 4 persone

- Trofie Perle di Gulli 320 g
- Pomodorini ciliegino Perle di Gulli 200 g
- Mandorle 50 g
- Olio extravergine di oliva Perle di Gulli q.b.
- Spicchio d'aglio 1
- Sale e pepe q.b.
- Basilico q.b.

SECONDO PIATTO:

FILETTO DI ORATA ALLA GRIGLIA

Ingredienti per 4 persone

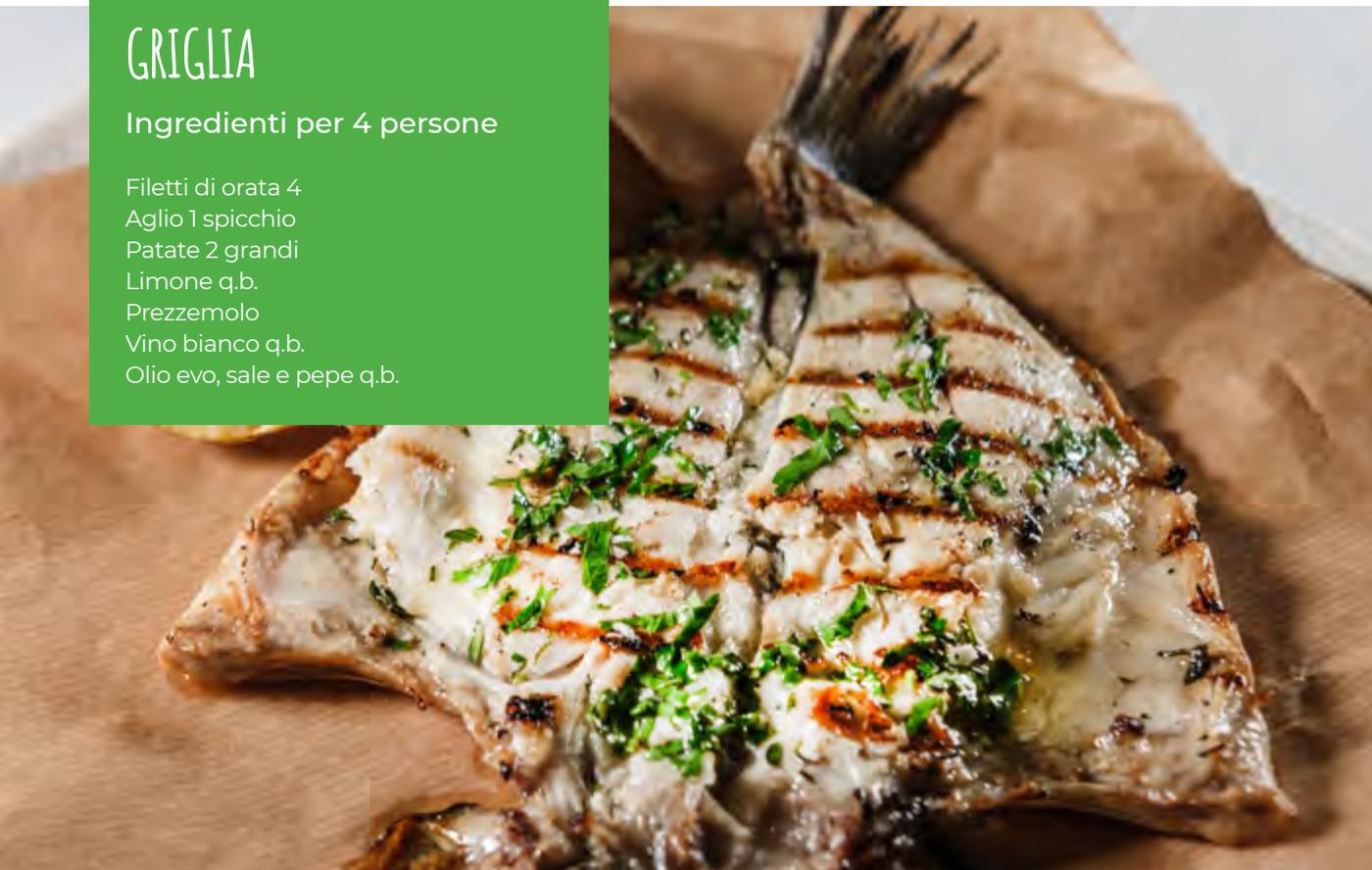
Filetti di orata 4
Aglio 1 spicchio
Patate 2 grandi
Limone q.b.
Prezzemolo
Vino bianco q.b.
Olio evo, sale e pepe q.b.



Difficoltà
Media



Preparazione
45'



Preparazione:

Lavate e asciugate bene i filetti di orata. In una griglia capiente, scaldate un filo d'olio con lo spicchio d'aglio leggermente schiacciato. Quando l'aglio sarà dorato, rimuovetelo. Adagiate i filetti di orata dalla parte della pelle e lasciate cuocere a fiamma viva per 2-3 minuti. Sfumate con il vino bianco e lasciate evaporare. Girate i filetti con delicatezza e proseguite la cottura per altri 2 minuti. Aggiungete la scorza grattugiata di mezzo limone, il succo filtrato, il prezzemolo e lasciate insaporire per un altro minuto, regolando

di sale e pepe. Servite i filetti ben caldi, nappati con il fondo di cottura aromatico. Potete accompagnare con patate al vapore.

GULLIVER
PROPONE



Filetti di Orata surgelati
Consilia



DOLCE:
**CROSTATA AI
LAMPONI**



Difficoltà
Bassa



Preparazione
1h



Preparazione:

Per la frolla, mescolate in una ciotola la farina con un pizzico di sale. Aggiungete il burro freddo a cubetti e lavorate con la punta delle dita fino a ottenere un composto sabbioso. Aggiungete lo zucchero e l'uovo, impastate rapidamente fino a formare un panetto omogeneo. Avvolgete la frolla nella pellicola e lasciatela riposare in frigorifero per almeno 30 minuti. Cuocete la base. Stendete la frolla su un piano infarinato e rivestite uno stampo per crostate. Bucherellate il fondo con una forchetta, spalmate su tutta la superficie della frolla la marmellata extra di lamponi. Cuocete in forno preriscaldato a 165°C per

RICETTA *Perle di Gulli*

Ingredienti per 4 persone

- Farina 00 250 g
- Uova 1
- Burro freddo a cubetti 125 g
- Zucchero 100 g
- Confettura extra lamponi Perle di Gulli 1 vasetto
- Lamponi freschi Perle di Gulli 125 g
- Sale q.b.
- Zucchero a velo q.b.

circa 30 minuti. Lasciate raffreddare e sformare. Per la decorazione, cospargete la crostata con dello zucchero a velo e tagliate qualche lampone fresco.

ASPROCARNE: TUTTO IL GUSTO DI UNA QUALITÀ SUPERIORE

LA CARNE SENZA SEGRETI



Scegliamo aziende agricole locali che rispettano il benessere animale e garantiscono l'identificazione precisa dei capi. Ogni porzione ha un'etichetta con tutti i dati del bovino, grazie al sistema volontario di Asprocarnè Piemonte.

Viaggio nella qualità italiana

ANTIPASTO:

INSALATA DI MARE

Ingredienti per 4 persone

Polpo 500 g
Calamari 300 g
Gamberi sgusciati 300 g
Cozze sgusciate 300 g
Olive nere denocciolate 50 g
Prezzemolo fresco q.b.
Rucola q.b.
Pomodorini 150 g.
Limoni q.b.
Olio extravergine d'oliva q.b.
Sale q.b.
Pepe nero (facoltativo)



Difficoltà
Media



Preparazione
1h

Preparazione:

Pulite il polpo sotto acqua corrente, poi lessatelo in abbondante acqua leggermente salata per circa 40 minuti, o finché risulta tenero. Lasciatelo intiepidire nella sua acqua di cottura, poi scolatelo e tagliatelo a tocchetti. Nel frattempo, pulite i calamari eliminando interiora, pelle e cartilagine interna, poi tagliateli ad anelli. Lessateli in acqua bollente per 2-3 minuti. Sbollentate anche i gamberi per 2 minuti, poi scolateli e raffreddateli. Fate la stessa cosa con le cozze già sgusciate. Tagliate i pomodorini e riunite in una ciotola capiente il polpo, i calamari, i gamberi, le cozze, pomodorini e olive. Condite con succo di limone, lasciando qualche

fetta per decorare il piatto, abbondante olio extravergine d'oliva, sale, pepe, prezzemolo e rucola. Mescolate delicatamente. Lasciate insaporire in frigorifero per almeno 1 ora prima di servire. Ottima sia come antipasto che come piatto unico freddo.

GULLIVER
PROPONE

Gamberi sgusciati
congelati
Consilia



PRIMO PIATTO:

SPAGHETTI ALLA PUTTANESCA

Ingredienti per 4 persone

Spaghetti 320 g
Polpa di pomodoro 200 g
Olive e capperi q.b.
Aglio 1 spicchio
Olio evo q.b.
Sale q.b.
Basilico q.b.



Difficoltà
Media



Preparazione
40'



Preparazione:

Cuocete in una padella la polpa con olio e aglio, aggiungete olive e capperi e scolate, una volta cotti, scolate gli spaghetti in padella, facendoli saltare con un po' di acqua di cottura. Servite con foglie di basilico fresche.

**GULLIVER
PROPONE**



Spaghetti con semola
di grano duro
Perle di Gulli



SECONDO PIATTO:

INVOLTINI DI MELANZANE RIPIENI DI RICOTTA ED ERBETTE

Ingredienti per 4 persone

Melanzane lunghe 2
Ricotta vaccina 250 g
Parmigiano grattugiato 50 g
Erba cipollina e prezzemolo tritati q.b.
Olio extravergine d'oliva q.b.
Sale e pepe q.b.
Origano secco q.b.



Difficoltà
Media



Preparazione
1h



Preparazione:

Lavate le melanzane e tagliatele a fette sottili per il lungo. Disponetele su una teglia con carta forno, spennellatele con un filo d'olio e un pizzico di sale, poi infornate a 180°C per 15-20 minuti finché risultano morbide e leggermente dorate. Nel frattempo, in una ciotola lavorate la ricotta con il parmigiano, le erbe tritate, un pizzico di sale e pepe. Mescolate fino a ottenere una crema omogenea. Una volta raffreddate, farcite ogni fetta di melanzana con un cucchiaino di crema alla ricotta e arrotolate formando degli involtini. Disponeteli in una pirofila leggermente

unta. Spolverate con origano secco, un filo d'olio e cuocete in forno a 180°C per 20-25 minuti. Servite caldi o tiepidi, decorando con qualche fogliolina di prezzemolo fresco.

**GULLIVER
PROPONE**



Ricotta fresca
Perle di Gulli



dal 1963 il gusto delle cose fatte con amore



La Felinese Salumi, Felino Parma Italy - www.felinese.it

DOLCE:

PESCHE RIPIENE ALLE NOCI E MIELE

Ingredienti per 6 persone

Pesche gialle 3 grandi
Noci tritate 80 g
Miele q.b.
Zucchero 2 cucchiari
Burro 30 g



Difficoltà
Bassa



Preparazione
45'



Preparazione:

Tagliate le pesche a metà e togliete il nocciolo. Scavate leggermente e mescolate la polpa con noci, zucchero e miele. Riempite le mezze pesche e mettete sopra un fiocchetto di burro. Cuocete in forno a 180° per 25 minuti.

**GULLIVER
PROPONE**

Burro
Consilia





I Buoni Formaggi di Puglia

SEGGIOSUPINO.com



La nostra storia

I Formaggi Cordisco racchiudono tutti i valori ed i gesti che sono stati tramandati da generazioni. Gesti che si compiono ancora oggi negli antichi luoghi di transumanza, con la stessa tecnica, per offrire gli stessi autentici sapori che emozionano il palato. Formaggi nobili, ottenuti attraverso lavorazioni artigianali di maestri casari che, come una volta, continuano a produrre formaggi e latticini da latte pregiato, caglio naturale, sale e senza additivi, per garantire genuinità e tradizione, fatti con la stessa passione che ha scritto la nostra storia.



Spiaggia di Monterosso

SAPORE DI MARE

ALLA SCOPERTA DEI PIATTI TIPICI DELLE COSTE ITALIANE

L'Italia è una penisola che abbraccia il mare con oltre 7.000 chilometri di costa. Una cornice naturale in cui si mescolano **cultura**, **tradizioni marinare** e una **cucina** che esalta la freschezza del pescato e i profumi del Mediterraneo.

Dalle Cinque Terre alla Sardegna, passando per le città portuali e i borghi marinari, il viaggio lungo le coste italiane è un'esperienza che unisce **gusto**, **bellezza** e **storia**.

Liguria – Genova e le acciughe del Levante

In Liguria il mare è protagonista in cucina con piatti semplici ma saporiti. **Le acciughe di Monterosso**, presidio Slow Food, sono tra le più rinomate: si gustano marinate, fritte o nel “tian”, una teglia con patate, pomodori e aromi. Da non perdere anche la buridda, zuppa di pesce con seppie e piselli.

A Genova, una visita ai **caruggi**, i vicoli stretti del centro storico, rivela un’anima autentica e multietnica. Il **Porto Antico**, riqualificato da Renzo Piano, ospita l’Acquario, tra i più grandi in Europa. Salendo con l’ascensore panoramico di Castelletto, si gode una vista mozzafiato sulla città.



Acciughe marinate



Cacciucco livornese

Toscana – Livorno e il cacciucco

Livorno è sinonimo di cacciucco: una **zuppa di pesce** robusta e saporita, preparata con molluschi, crostacei e pesci di scoglio, servita su pane tostato e insaporito con aglio. Un piatto “di recupero” che racconta la tradizione marinara toscana.

Dopo un buon pasto, vale la pena passeggiare sulla **Terrazza Mascagni**, con il suo pavimento a scacchi bianchi e neri affacciato sul Tirreno. I **fossi medicei**, navigabili in battello, offrono una prospettiva unica della città. Il **Mercato Centrale** è il cuore pulsante della vita locale, tra banchi di pesce e sapori genuini.

*Il viaggio lungo
le coste italiane è
un'esperienza che
unisce gusto, bellezza
e storia*

Marche – Ancona e il brodetto

Nelle Marche, ogni porto ha la sua versione del brodetto. Ad Ancona, la ricetta prevede pomodoro, aceto e almeno tredici tipi di pesce. Un piatto che cambia con le stagioni e la disponibilità del pescato.

La città affascina con la **Cattedrale di San Ciriaco**, posta in cima al colle Guasco, da cui si ammira l'Adriatico. Il **Passetto**, con la sua scalinata monumentale e le grotte sul mare, è luogo perfetto per una passeggiata serale. Da esplorare anche il **Parco del Conero**, con sentieri panoramici e calette cristalline.

Puglia – Taranto e il crudo di mare

In Puglia, e soprattutto a Taranto, il crudo di mare è più che una pietanza: è un rituale. Gamberi, seppie, ostriche, cozze pelose e ricci vengono serviti senza cottura, accompagnati da pane casereccio e un filo d'olio. Altre specialità includono la tiella di riso, patate e cozze, e la buonissima impepata di cozze.

Il centro storico, **Taranto Vecchia**, è un labirinto di vicoli tutti da scoprire; ma non si può non far visita alle meraviglie del **museo MarTa** e del **Castello Aragonese**, un gioiello sul mare.



Riso, patate e cozze

Calabria – Tropea e la pasta con la 'nduja e tonno

Tropea, perla della Costa degli Dei, è celebre per la sua cipolla rossa dolce, ma anche per piatti intensi come la pasta con 'nduja e tonno: un equilibrio tra sapore piccante e gusto marino.

Il centro storico arroccato offre scorci pittoreschi, tra vicoli lastricati e balconi fioriti. Il **Santuario di Santa Maria dell'Isola**, costruito su uno scoglio, è il simbolo della città. Le spiagge sottostanti, bagnate da acque turchesi, sono perfette per una giornata di relax.

Sicilia – Catania e il pesce spada alla ghiotta

In Sicilia, **mare e terra si fondono** in ricette ricche e identitarie. A Catania il pesce spada alla ghiotta si cucina con pomodori, olive, capperi e cipolla. Altro piatto tipico è la pasta con le sarde, impreziosita da finocchietto selvatico e pinoli.



DALL'1 MAGGIO AL 30 GIUGNO

GRANDE CONCORSO CORAYA ANDIAMO A TAVOLETTA

Per ogni confezione di Coraya Bastoncini di Mare 180g, conserva lo scontrino e partecipa all'estrazione finale.

Puoi vincere tanti
DIVERTENTISSIMI
WATERBOARD
NILOX



SCOPRI
DI PIÙ



Concorso valido dall'1/05/2025 al 03/07/2025. Montepremi 9.300 euro (IVA inc.).
Regolamento su www.concorsocoraya.it

*Immergersi in un
patrimonio di sapori,
storie e meraviglie
naturali*

Dopo pranzo, si può esplorare la **Via Etna**, salotto cittadino con vista sull'Etna, oppure perdersi tra i mercati storici come la Pescheria. Da non perdere il **Monastero dei Benedettini** e la scenografica Piazza del Duomo.

Sardegna – Alghero e l'aragosta alla catalana

Alghero, con la sua eredità catalana, offre una cucina elegante e saporita. L'aragosta alla catalana, servita fredda

con pomodori, cipolla rossa e un filo d'olio, è il piatto simbolo.

La città vecchia, cinta da mura aragonesi, è un dedalo di stradine affascinanti. Il lungomare conduce a spiagge dorate, mentre a pochi chilometri si trovano le spettacolari **Grotte di Nettuno**, raggiungibili via mare o attraverso l'imponente **Scala del Cabirol**, una scalinata scavata nella roccia.

Dalle acciughe liguri all'aragosta sarda, ogni tratto di costa italiana offre un patrimonio gastronomico unico, figlio del mare e della memoria. Viaggiare lungo le coste italiane significa immergersi in un patrimonio di sapori, storie e meraviglie naturali e architettoniche che il mondo ci invidia.



Grotta di Nettuno, Alghero

Siamo riusciti a mantenere e migliorare nel tempo una produzione artigianale grazie alla quale nasce il nostro provolone dolce. Un periodo di stagionatura di almeno 30 giorni in ambienti a temperatura e umidità controllata contribuisce al classico sapore dolce e delicato.



Il provolone è un delizioso formaggio a pasta filata che, grazie alla sua elasticità in fase di lavorazione, può essere realizzato in forme diverse. Abbiamo conservato e affinato nel tempo la lavorazione artigianale ed oggi siamo il secondo produttore in Italia di questo delizioso formaggio, prodotto internamente partendo da latte italiano. Una lenta maturazione di almeno quattro mesi riesce a conferire al nostro Provolone piccante un sapore unico ed un gusto pieno



Latteria Soresina

Dal 1900 qualità per il benessere



CIBI RICCHI DI COLLAGENE GLI ALLEATI PER UNA PELLE PIÙ GIOVANE

Il collagene, alleato naturale della pelle

Il collagene è una proteina fondamentale per la **struttura e l'elasticità della pelle**, delle articolazioni e dei tessuti connettivi. Con il passare degli anni, la sua produzione rallenta, portando alla comparsa di rughe, perdita di tonicità e fragilità cutanea.

Se i trattamenti cosmetici possono agire in superficie, è l'alimentazione a svolgere un ruolo chiave per sostenere la sintesi naturale del collagene. Integrare nella dieta cibi ricchi di collagene o che ne stimolano la produzione **aiuta a mantenere la pelle più tonica**, idratata e giovane, agendo dall'interno e con benefici duraturi per tutto l'organismo.



1 ACQUISTA
1 PRODOTTO
PROMOZIONATO



IN PALIO **OGNI SETTIMANA**

1 SOGGIORNO*
x 4 PERSONE

CON INGRESSO AL PARCO PER TE E LA TUA FAMIGLIA!

CONSERVA LO SCONTRINO E GIOCA SU
NOSTROCLUB.IT

Concorso valido dal 02.05.25 al 25.12.25. 1° Estraz. riserve entro il 10.09.25 e 2° entro il 15.01.26. Montepremi 62.016€ iva inc. ove prevista. Dettagli premi, partecipazione e referenze promozionate come da regolamento su nostroclub.it dal 2.05.25 al 28.08.25 vinci soggiorni stagione '25; dal 29.08.25 al 25.12.25 vinci soggiorni stagione '26.



PRODOTTO PROMOZIONATO



I cibi che contengono collagene naturalmente

Tra gli alimenti più ricchi di collagene spiccano quelli di origine animale, in particolare il brodo di ossa, preparato con cartilagini e midollo, e la **pelletta del pollo**, spesso sottovalutata ma ricca di questa preziosa proteina. Anche tagli di carne come il musetto o lo stinco, ricchi di tessuto connettivo, forniscono collagene in forma biodisponibile.

Le uova, in particolare il tuorlo e le membrane del guscio, ne contengono quantità interessanti. Consumare regolarmente cibi ricchi di collagene può **aiutare a contrastare i segni dell'invecchiamento cutaneo**, specie se associati a uno stile di vita sano e a un'adeguata idratazione.

Gli alleati vegetali per stimolare la sintesi

Oltre agli alimenti che contengono collagene, esistono cibi che stimolano la sua produzione endogena. **Vitamina C, zinco, rame e aminoacidi**



specifici sono essenziali per attivare i processi che lo generano nel nostro corpo.

Agrumi, kiwi, peperoni, fragole e verdure a foglia verde sono ottime fonti di vitamina C. I legumi, i semi oleosi e la frutta secca forniscono minerali preziosi e proteine vegetali che supportano la rigenerazione cutanea. **Scegliere cibi che stimolano la produzione naturale di collagene è un modo efficace per sostenere la bellezza della pelle con ogni pasto**, prevenendo cedimenti e perdita di luminosità.



DEMAK *Up*

ACQUISTA 2 PRODOTTI

TI RIMBORSIAMO* il 50% della spesa



Vai su
www.laskincaretirimborsa.it

*Puoi chiedere un solo rimborso fino ad un massimo di 2,40€.
Promozione valida dal 15/1 al 31/8/2025. Sono esclusi gli acquisti online. Conserva il documento di acquisto e chiedi il rimborso entro 5 giorni di calendario dall'acquisto. Per prodotti coinvolti termini e condizioni su www.laskincaretirimborsa.it





CAPELLI AL SOLE: TRATTAMENTI PROTETTIVI E RIMEDI NATURALI

In estate i capelli sono messi a dura prova da sole, salsedine, cloro e vento. Esposti quotidianamente agli agenti esterni, tendono a disidratarsi, perdere lucentezza e diventare fragili. Per fortuna, con pochi accorgimenti e l'uso di rimedi naturali, è possibile **proteggerli e mantenerli sani** per tutta la stagione.

Protezione quotidiana: meglio prevenire

Così come la pelle, anche i capelli hanno bisogno di essere schermati dai raggi UV. L'ideale è usare quotidianamente uno **spray solare** specifico per capelli, a base di filtri UV e oli nutrienti come argan, cocco o jojoba. Da applicare prima dell'esposizione al sole e dopo ogni bagno, crea una barriera protettiva che previene la secchezza e lo sbiadimento del colore.



Ti regala **LO**
SHOPPING

**ACQUISTA ALMENO
1 CONFEZIONE
DI RASOI BIC®*,
conserva lo scontrino, manda
un SMS al numero 320 2043479 e**

PROVA A VINCERE OGNI GIORNO



Scopri
tutti i brand
tra cui
scegliere

iS idea
shopping®
www.idea-shopping.com



200€
di GIFT CARD



*A scelta tra le gamme Bic® Hybrid Flex 5, Hybrid Flex 3, Soleil Click, 4 Flex, Flex 5, Twin Lady, Pure Lady.
Invia un SMS al numero 320 2043479. Concorso valido dal 01/04/2025 al 30/06/2025.
Montepremi 18.200€. Regolamento completo su <https://eu.bic.com/it-it/promotions/promozioni>



Il potere degli oli naturali

Gli oli vegetali sono ottimi alleati: applicati sui capelli umidi prima di andare in spiaggia o in piscina, aiutano a nutrire e proteggere. L'**olio di cocco** è particolarmente indicato per capelli secchi e crespi, mentre quello di semi di lino dona brillantezza e combatte l'effetto crespo. Basterà scaldare qualche goccia tra le mani e distribuirla sulle lunghezze.

Maschere doposole fai da te

Dopo una giornata all'aria aperta, è importante restituire idratazione e morbidezza ai capelli. Una **maschera nutriente** può essere preparata in casa con ingredienti semplici. Provate a mescolare mezza banana, un cucchiaino di miele e uno di yogurt bianco: lasciate in posa 20 minuti sui capelli umidi prima di risciacquare. Un rimedio efficace e del tutto naturale.

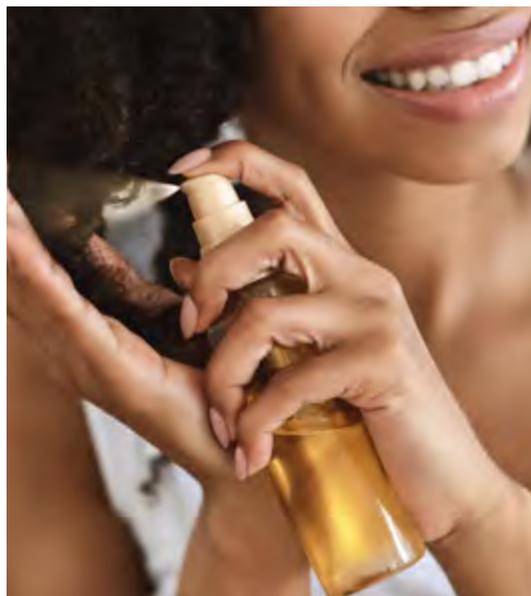
Lavaggi delicati e asciugature soft

In estate è normale lavare i capelli più spesso, ma è importante usare uno shampoo delicato, meglio se senza solfati. Dopo il lavaggio, tampona delicatamente con un **asciugamano in microfibra** e limita l'uso del phon, preferendo l'asciugatura all'**aria aperta**. Se usi piastre o ferri, non dimenticare un termoprotettore.

Accessori e buone abitudini

Cappelli a tesa larga, foulard o bandane non sono solo un accessorio trendy, ma anche un valido scudo contro i raggi solari. Ricorda inoltre di pettinare i capelli con un pettine a denti larghi e di bere molta acqua: l'idratazione parte da dentro.

Con questi semplici trattamenti e qualche rimedio naturale, anche i capelli possono vivere un'estate in bellezza, brillanti e protetti sotto il sole.





TASTY VIBES

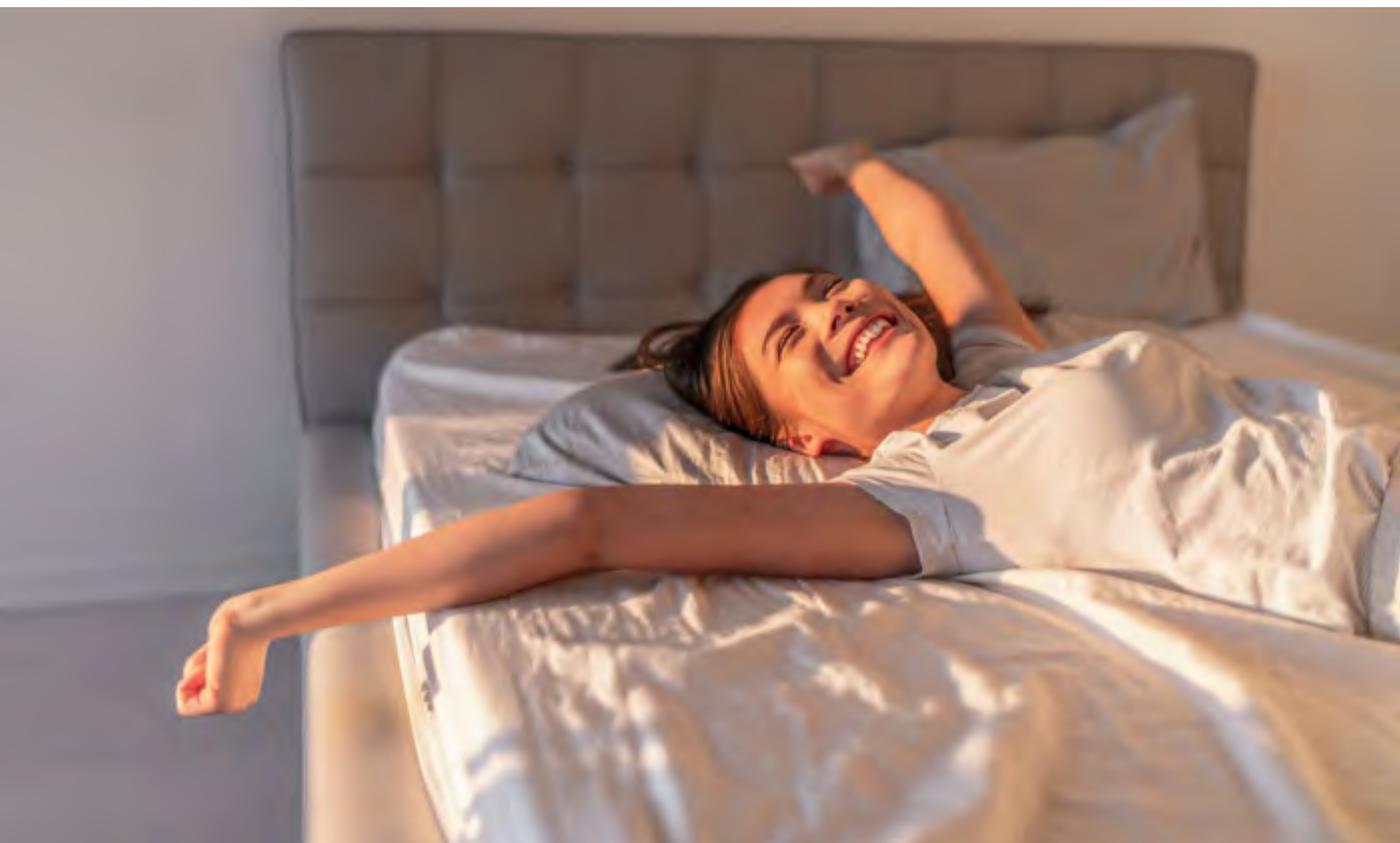
Celebrate the Taste!

LIMITED EDITION



SCEGLI IL TUO GUSTO PREFERITO





LA SCIENZA DEL SONNO

SCEGLIERE MATERASSI E CUSCINI GIUSTI

Il riposo è una questione di qualità

Dormire bene non è solo una questione di ore, ma di qualità del sonno. Un riposo rigenerante incide sul benessere fisico e mentale, influenzando concentrazione, umore e salute del sistema immunitario. Per questo motivo, la scelta del materasso e del cuscino giusto è fondamentale.

Materiali, rigidità, traspirabilità e supporto sono fattori che, se calibrati sulle esigenze individuali, possono migliorare notevolmente la qualità del riposo. **Un buon materasso e un cuscino adatto** sono strumenti essenziali per favorire un sonno profondo e continuo, prevenendo risvegli notturni e fastidi muscolari.



NIVEA

SUMMER COLLECTION 2025

**SHINE
TOGETHER!**

**IN PALIO OGNI SETTIMANA
10 GIFT CARD DA**

**100€
Airbnb**



Acquista 20€ di prodotti NIVEA*, di cui almeno 1 protezione solare, vai sul sito NIVEA.it e partecipa**

*NIVEA, NIVEA MEN, NIVEA SUN e NIVEA BABY in un unico scontrino cartaceo. **La protezione solare deve essere tra quelle indicate nel regolamento e non in formato minitaglia. Conserva lo scontrino collegati al sito NIVEA.it e scopri se hai vinto. Concorso a premi valido dal 17/03/25 al 03/08/25 con eventuale estrazione a recupero dei premi residui/non assegnati entro il 15/09/25. Montepremi Euro 20.000,00 (10 premi a settimana per un totale di n. 200 premi). Immagine a scopo illustrativo.

**LIMITAZIONI, PUNTI VENDITA ADERENTI, INFO E REGOLAMENTO
COMPLETO SUL SITO WWW.NIVEA.IT.**

Materassi: comfort personalizzato

In commercio esistono **materassi in memory foam, lattice, molle insacchettate o ibridi**, ognuno con caratteristiche specifiche. Il memory foam si adatta alla forma del corpo e distribuisce il peso in modo uniforme, ideale per chi soffre di dolori articolari. Il lattice è elastico e naturalmente traspirante, mentre le molle offrono un sostegno più deciso e una buona aerazione.

L'altezza e il grado di rigidità devono essere scelti in base alla posizione in cui si dorme, al peso e alla corporatura. Scegliere un materasso adatto al proprio corpo significa **investire nel benessere quotidiano e prevenire disturbi posturali**, spesso causati da supporti inadeguati o usurati.



Cuscini: il supporto giusto per la cervicale

Anche il cuscino ha un ruolo chiave nella qualità del sonno. **Chi dorme supino** dovrebbe optare per un cuscino di media altezza, mentre **chi riposa di lato** necessita di un supporto più alto per mantenere il collo allineato con la colonna. Per **chi dorme prono**, meglio un cuscino basso e morbido o, in alcuni casi, nessun cuscino.

Materiali come memory foam, gel o piuma d'oca offrono comfort differenti e rispondono a preferenze personali. Un cuscino adatto migliora la postura notturna e riduce le tensioni cervicali, contribuendo a svegliarsi più riposati e senza dolori.



RAFFO

DECISAMENTE PUGLIESE



IN REGALO PER TE
2 BICCHIERI RAFFO



Acquistando almeno 6,00€ di prodotti Raffo
tra cui Raffo Lavorazione Grezza*

*CARICA LO SCONTRINO SUL SITO WWW.BIRRARAFFO.IT

Operazione a premi valida dal 1° maggio 2025 al 15 luglio 2025, riservata ai maggiori di 18 anni. Puoi partecipare una volta alla settimana. Montepremi stimato € 49.200,00 (IVA esclusa). Info e regolamento su www.birraraffo.it



alcolparliamone.it



CORSA SU SPIAGGIA: BENEFICI, ALLENAMENTO E ATTREZZATURA CONSIGLIATA

Correre sulla spiaggia è una delle attività estive più appaganti: **allenante, rigenerante e a stretto contatto con la natura**. Ma attenzione, non è come correre su strada o su pista. Il fondo sabbioso coinvolge maggiormente muscoli e articolazioni, richiede tecnica e adattamento, ma regala benefici notevoli a corpo e mente.

I benefici della corsa sulla sabbia

La sabbia, soprattutto quella asciutta, crea una resistenza naturale che obbliga il corpo a lavorare di più. Il risultato? **Maggiore attivazione muscolare**, in particolare di polpacci, glutei e muscoli stabilizzatori. Si consumano più calorie e si migliora l'equilibrio. Inoltre, correre a piedi nudi stimola la propriocezione e rafforza i piedi. Il



Fatti sorprendere dalla bontà del benessere!



Senza zuccheri
aggiunti



Ventura ha selezionato la frutta secca, essiccata e il cioccolato più buoni e li ha trasformati in deliziose barrette ad alto profilo nutrizionale, senza glutine, latte e soia. Fatti sorprendere dall'autenticità del gusto delle materie prime raw, 100% vegetali, lavorate in purezza. Quanta bontà, quanto benessere... tutte da provare!

@venturafruttasecca

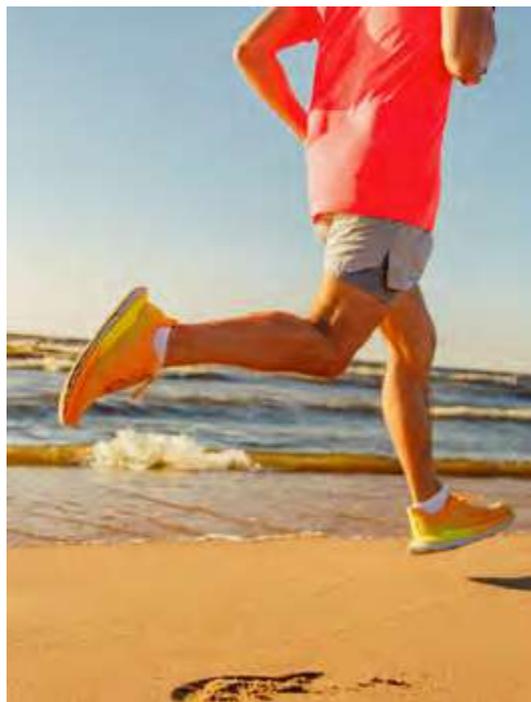
contatto con la natura, infine, aiuta a **ridurre lo stress e a migliorare l'umore.**

Allenamento: iniziare con gradualità

Se non sei abituato a correre sulla sabbia, è fondamentale partire con gradualità. Comincia con tratti brevi, **alternando camminata e corsa.** Preferisci la **sabbia umida** vicino alla battigia: più compatta, meno traumatica. Bastano 15-20 minuti per iniziare. Con il tempo puoi aumentare durata e intensità. Ottimo anche l'allenamento a intervalli (scatti brevi alternati a recupero), ideale per migliorare resistenza e velocità.

Meglio con o senza scarpe?

Correre scalzi può essere stimolante e naturale, ma non è adatto a tutti. Se hai problemi ai piedi o tendini poco allenati, meglio optare per **scarpe da trail leggere**, con buona aderenza e protezione. L'importante è che siano traspiranti e resistenti alla sabbia. Se corri scalzo, controlla bene il terreno per evitare oggetti taglienti o detriti.



Abbigliamento e accessori utili

Indossa **abbigliamento tecnico leggero, traspirante e con protezione UV.** Porta con te un cappellino, occhiali da sole e una borraccia: l'idratazione è fondamentale, soprattutto sotto il sole. Se corri nelle ore calde, usa una crema solare resistente al sudore. Per chi ama la musica, meglio cuffie sportive resistenti all'acqua.

Consigli finali

Scegli **orari freschi**, come le prime ore del mattino o il tramonto. Dopo la corsa, concediti qualche minuto di **stretching** e magari un **bagno rinfrescante.** La spiaggia offre un contesto unico per allenarsi con intensità, ma anche per ascoltare il proprio corpo. Correre qui significa potenziare il fisico, ma anche rigenerare la mente.





ESTATE BOLLENTE? GAME OVER SBATTIMENTI!



IN PALIO OGNI GIORNO

E AD ESTRAZIONE FINALE

ACQUISTA ALMENO

5€

di prodotti
SAIKEBON



**1 CAPPELLINO
LIMITED EDITION**



**5 CONSOLE
GAMING**

*Immagini a puro scopo illustrativo. Concorso a premi promosso da Star - Stabilimento Alimentare S.p.a. valido dal 29/05/2025 al 30/07/2025. Montepremi 3.780,75 € iva esclusa. Eventuale estrazione a recupero entro il 15/09/2025. Conserva lo scontrino in originale. Regolamento su www.saikebon.it





PROTEZIONE SOLARE PER BAMBINI

GUIDA PRATICA PER MAMME E PAPÀ

La **pelle dei bambini** è molto più **delicata e sensibile** rispetto a quella degli adulti, soprattutto quando si tratta di esposizione solare. Bastano pochi minuti al sole senza protezione per provocare scottature e danni a lungo termine.

Ecco perché è fondamentale adottare semplici ma efficaci accorgimenti per proteggerli durante le giornate all'aperto, in spiaggia, al parco o in montagna.

Melinda®
SQUEEZ 100% frutta

LA FRUTTA, O LA MORDI
O LA SQUEEZZI.



Melinda Squeez è la merenda di solo frutta selezionata,
senza l'aggiunta di zuccheri, aromi, nè conservanti.
Perché chi è naturale è perfetto così, senza aggiungere altro.

Perché la protezione è così importante?

Nei primi anni di vita, la pelle dei bambini è più sottile e contiene meno melanina, il pigmento che aiuta a difendersi dai raggi UV. Le scottature prese da piccoli possono aumentare il **rischio di danni cutanei** e problemi in età adulta. Per questo la **prevenzione** è la miglior arma a disposizione di mamme e papà.

Scegliere la crema solare giusta

È importante optare per una crema con fattore di **protezione alto (SPF 50+)**, resistente all'acqua e con filtri fisici o minerali (come ossido di zinco o biossido di titanio), più delicati sulla pelle sensibile. Evita prodotti con profumi, alcol o sostanze allergizzanti. Applica la crema **almeno 20 minuti** prima dell'esposizione e rinnova ogni due ore, o dopo ogni bagno.

Orari e abbigliamento protettivo

Evita l'esposizione solare diretta nelle ore più calde (dalle 11 alle 16). Prediligi l'ombra e proteggi il bambino con un cappellino a tesa larga, occhiali da sole con filtro UV e magliette tecniche anti-UV. Anche sotto l'ombrellone o in acqua, i raggi filtrano e possono causare scottature.

Neonati e sole: cosa sapere

I neonati sotto i 6 mesi non dovrebbero essere esposti direttamente al sole. La loro pelle è estremamente fragile e non è ancora in grado di produrre melanina in quantità sufficiente. In questi casi, meglio optare per ombra totale, vestiti leggeri e lunghi, e idratazione frequente.

Altri accorgimenti utili

Dopo l'esposizione, **detergi delicatamente la pelle** con acqua tiepida e applica una crema idratante o doposole formulata per bambini. Ricorda di offrire spesso acqua o latte per mantenerli idratati. L'educazione alla protezione solare può diventare un gioco: coinvolgi i bambini nel mettere la crema come parte della routine estiva.

Con qualche attenzione in più, è possibile godersi il sole in sicurezza. Una buona protezione oggi significa una pelle sana domani: un gesto d'amore che mamme e papà possono compiere ogni giorno.



CASHBACK INSIEME PER LA TUA BELLEZZA!

Spendi
20€

e
RIPRENDI

10€

ESPERTI IN PREVENZIONE
mentadent

sunsilk

Dove

Dove
MEN
+care

CLEAR



ACQUISTA 20€

DI PRODOTTI COINVOLTI



TI RIMBORSIAMO 10€

RICHIEDI IL RIMBORSO SU
WWW.SPENDI20RIPRENDI10.IT



Cashback "SPENDI 20 & RIPRENDI 10" valido dal 27/03 al 30/06/25 nei punti vendita che espongono il materiale promozionale. Conserva il documento d'acquisto (unico) e chiedi il rimborso entro 5 giorni di calendario dall'acquisto, completando la procedura. Per prodotti coinvolti ed info leggi il Termini e condizioni su www.spendi20riprenidi10.it oppure chiama il numero verde 800.800.121. Puoi chiedere un solo rimborso di 10€ per tutto il periodo.



ZAMPE IN VALIGIA: IL KIT DA VIAGGIO PERFETTO PER IL TUO AMICO PELOSO

Partire per le vacanze con il proprio animale domestico è un'esperienza bellissima, ma richiede un po' di organizzazione in più. Che si tratti di cane o gatto, è importante preparare un kit da viaggio completo per garantire benessere, sicurezza e comodità durante tutta la permanenza fuori casa. Ecco una guida pratica per mamme, papà e... pet lovers!

Documenti e sicurezza prima di tutto

Prima di partire, assicurati che il tuo animale sia in regola con **microchip**, **vaccini** e **documenti sanitari**. Se viaggi all'estero, verifica i requisiti richiesti dal paese di



Vinci un risveglio da favola!
 ACQUISTA 2 PRODOTTI **Colussi** E PROVA A VINCERE

OGNI GIORNO
 2 SET VINTAGE **Ariete**



ESTRAZIONE FINALE
 3 VOUCHER DA 10.000€ PER LA TUA CUCINA

SCAVOLINI

CON QUESTO GIORNO VINCI UN RISVEGLIO DA FAVOLA! VINCERAI UNO DEI 2 VOUCHER DA 10.000€ PER LA TUA CUCINA. IL GIORNO DI VINCITA' SARÀ PUBBLICIZZATO SULLA PAGINA FACEBOOK DI SCAVOLINI. PER INFORMAZIONI SUL CONCORSO VISITATE IL SITO WWW.SCAVOLINI.IT. IL CONCORSO HA DURATA FINO AL 31/12/2023. IL CONCORSO HA DURATA FINO AL 31/12/2023. IL CONCORSO HA DURATA FINO AL 31/12/2023. IL CONCORSO HA DURATA FINO AL 31/12/2023.

destinazione. Porta sempre con te il **libretto veterinario** e, se necessario, una copia della tessera sanitaria del tuo pet. Per il trasporto in auto, usa **trasportini omologati**, cinture di sicurezza per cani o divisori per garantire la sicurezza di tutti.

Cibo e ciotole: routine senza sorprese

Porta con te la **solita alimentazione**: un cambio improvviso potrebbe causare disturbi intestinali. Prepara una scorta sufficiente di crocchette o cibo umido e ricorda le **ciotole richiudibili** o da viaggio, ideali per l'auto o le escursioni. Non dimenticare i premietti: utili per tranquillizzarlo o premiarlo durante il viaggio.

Igiene e pulizia anche in vacanza

Nel kit non possono mancare **sacchetti igienici, salviette umidificate, tappetini assorbenti e shampoo secco**. Se alloggi in strutture pet-friendly, potresti comunque aver bisogno di un telo personale per farlo riposare o di una

coperta per proteggere divani e letti. Per i gatti, non dimenticare lettiera e paletta.

Gioco e comfort in ogni situazione

Porta un paio di **giochi familiari** per ridurre lo stress, soprattutto nei primi giorni. Aggiungi una **copertina con il suo odore** o il suo cuscino preferito: lo aiuteranno a sentirsi a casa anche in luoghi nuovi. Se il tuo amico ha bisogno di rilassarsi, puoi valutare un **feromone calmante** in spray o collare.

Farmaci e pronto soccorso

Prepara un piccolo **kit medico** con antiparassitari, disinfettante per uso veterinario, garze, pinzette per zecche e i farmaci prescritti dal veterinario, se ne usa. Porta anche il numero del veterinario di fiducia e informati su ambulatori presenti nella zona in cui alloggerai. Viaggiare con un pet è bellissimo, ma richiede attenzione. Con un kit ben organizzato, potrai goderti la vacanza con serenità, sapendo di avere tutto ciò che serve per rendere felice il tuo compagno a quattro zampe.



ADOZIONE
CUCCIOLI



Yoda ha solo quattro mesi, un morbido manto bianco e un cuore pieno di dolcezza. Taglia piccola e anima gigante, ama le coccole e sogna una casa tutta per sé.

Per info:
L'arca degli animali ODV
Tel. 320 2118727



ripaga l'amore per la tua pelle



**ACQUISTA LA NUOVA
CREMA CORPO***

TI RIMBORSIAMO

IL 100%**

Scopri la
NUOVA FORMULA
con **72H** DI
IDRATAZIONE INTENSA

**INQUADRA IL QR CODE
E PARTECIPA**



Iniziativa "RIPAGA L'AMORE PER LA TUA PELLE" valida dal 01/05/25 al 31/07/25 a fronte dell'acquisto di n.1 crema fluida Leocrema a scelta tra quelle coinvolte, presso i punti vendita della G.D.O. (Grande Distribuzione Organizzata) ed i Drugstore che espongono il relativo materiale promozionale. Conserva il documento d'acquisto ed entro 5 giorni di calendario dall'acquisto chiedi il rimborso completando la procedura. *Per prodotti coinvolti ed info leggi il Termini&Condizioni su www.leocrematiripaga.it ** Puoi chiedere un solo rimborso fino ad un massimo di 5,99 euro.

CONSIGLI DI LETTURA



M. LA FINE E IL PRINCIPIO

ANTONIO SCURATI

CASA EDITRICE: Bompiani

Cartaceo: € 24,00 | eBook: € 16,99

All'indomani della seduta del Gran Consiglio che lo ha deposto, il 28 luglio 1943 Benito Mussolini viene deportato a Ponza. Mussolini viene messo da Hitler a capo di uno Stato fantoccio immobile e plumbeo come le acque del lago di Garda da cui dovrebbe governarlo: la Repubblica sociale italiana. Sono i seicento giorni, dal settembre del 1943 all'aprile del 1945, in cui il nostro Paese conosce la sua ora più buia. Scurati si concentra su Milano, dove la guerra civile tocca il suo culmine di sangue e di freddezza. È la fine dell'impero, della monarchia.



QUELLE DUE

CHIARA MACI

CASA EDITRICE: Mondadori

Cartaceo: €18,50 | eBook: € 10,99

Dopo tante peregrinazioni e tante difficoltà, Paedyn è tornata a Ilya. Ma ad attenderla c'è un destino peggiore della morte: un matrimonio con un uomo che non ama e che non vuole per nessuna ragione al mondo. Così, divisa tra ciò che le suggerisce il cuore e ciò che la ragione reputa giusto, Paedyn ogni giorno si destreggia nel caos e nella confusione di una vita che non sente più sua. Tra tradimenti, insidie, segreti, promesse sussurrate e poi non mantenute, e baci rubati, riuscirà a fare chiarezza in sé stessa e a sopravvivere in una corte in cui non può fidarsi di nessuno, se non di Kai?



Oral-B



30%
di rimborso



sull'acquisto di iO2

40%
di rimborso



sull'acquisto di iO2 + pack di testine iO

E se acquisti **almeno 2 prodotti Oral-B**, di cui un **dentifricio**, puoi vincere uno **Smartphone***



Iniziativa "CASHBACK IO2" valida dal 1/03 al 30/06/25. Conserva il documento d'acquisto (unico scontrino) e chiedi il rimborso entro 15 giorni. Puoi chiedere un solo rimborso fino ad un massimo di €100,00.

Prodotti coinvolti, combinazioni di acquisto e termini e condizioni su www.cashbackio2.pgperfe.it
ORAL-B CONCORSO valido dal 1/03 al 30/06/25. In palio un premio al mese. Montepremi €4.062,28 (IVA escl.) Conserva il documento d'acquisto (unico scontrino) Prodotti coinvolti e regolamento su www.oralbconcorso.pgperfe.it

SERIE TV

SQUID GAME 3

Genere: Azione, drammatico

Distribuzione: Netflix

Cast principale: Lee Jung-jae, Lee Byung-Hun, Wi Ha-joon, Gong Yoo

È in arrivo su Netflix l'ultima parte di Squid Game. Ripartiamo da dove eravamo rimasti: il gruppo di partecipanti è in crisi, la rivolta è stata sedata e, forse, sconfitta. Sarebbe non esserci scampo, ma nuovi elementi si affacciano all'orizzonte. Tra questi, nuovi giochi, nuove sfide e nuovi partecipanti. Riusciranno i rivoltosi a sconfiggere la misteriosa organizzazione segreta che organizza gli Squid game?



GINNY & GEORGIA 3

Genere: Drammatico

Distribuzione: Netflix

Cast principale: Brianne Howey, Antonia Gentry, Diesel La Torraca, Jennifer Robertson, Felix Mallard, Sara Waisglass, Scott Porter, Raymond Ablack, Katie Douglas, Chelsea Clark.

C'è grande attesa per la nuova stagione di Ginny & Georgia, serie tv di successo, in onda su Netflix. La serie esplora la vita di Georgia Miller, una donna dalla personalità complicata e per molti versi, oscura. Georgia ha sofferto molto nel corso della sua esistenza, e proprio quanto le è occorso, ha avuto una forte influenza, soprattutto sulle sue scelte. La donna cerca di dare una vita migliore ai suoi figli, ma il suo passato torna a tormentarla. Sua figlia Ginny, scoperto che sua madre ha commesso dei delitti, inizia ad avere una serie di gravi problemi a livello psicologico. La serie esplora molto il rapporto tra madre e figlia, in tutta la sua complessità.



SYOSS

EST. OSAKA, JAPAN 1977

BY **Palette**



PARTECIPA ORA

PROVALO

GRATIS

Acquista un prodotto a scelta tra **Palette**, **Root Retouch** e **Brow** per ottenere il

RIMBORSO DEL 100%

in buoni spesa



Per partecipare conserva lo scontrino e registrati entro 5 giorni dall'acquisto su concorsi.donnad.it completando la procedura. Operazione a premio in collaborazione con ICT Labs.
Valida dal 01.04.2025 al 31.07.2025. Regolamento completo su concorsi.donnad.it. Sono inclusi i prodotti Palette, Root Retouch e Brow di Syoss e Schwarzkopf; sono esclusi Schwarzkopf Palette tubi da 60ml e Palette Intensive Creme Color.



ASCOLTA LEGGI GUARDA

DISCHI IN USCITA



MORE **PULP**

'More' è l'ottavo attesissimo album in studio del gruppo rock inglese Pulp. L'uscita del disco è prevista per il 6 giugno 2025 per la Rough Trade Records ed è stato prodotto da James Ford. È il primo album in studio della band dopo 23 anni, dopo *We Love Life* (2001), ed è il primo album dopo *Freaks* (1987) senza il bassista Steve Mackey, scomparso nel 2023. Il singolo apripista, "Spike Island", è stato pubblicato il 10 aprile 2025, accompagnato da un video musicale.



THA CARTER VI **LIL WAYNE**

'Tha Carter VI' è il quattordicesimo album in studio da solista del rapper americano Lil Wayne. Previsto per il 6 giugno 2025 da Young Money e Republic Records, è il sesto capitolo della serie di album *Tha Carter*. Segue il suo album collaborativo con 2 Chainz, *Welcome 2 Collegrove* (2023), e segna sette anni dal suo predecessore *Tha Carter V* (2018). È il suo primo album da solista dopo cinque anni dal suo album del 2020, *Funeral* (2020).



Gulliver SUPERMERCATO

TUTTI I MERCOLEDÌ SOLO PER OVER 60



SCARICA L'APP
E SOTTOSCRIVI
LA GULLI CARD

LO SCONTO PENSIONATI
DA OGGI DIVENTA CASHBACK
lo stesso contributo di sempre
direttamente sul tuo cellulare



EXTRA 10% CASHBACK

PER OGNI PRODOTTO NON IN PROMO TI ACCREDITIAMO
IL 10% DEL VALORE NEL BORSELLINO ELETTRONICO
DA SPENDERE NEI NOSTRI SUPERMERCATI

Leggi il regolamento su supergulliver.it



ASCOLTA LEGGI GUARDA

AGENDA APPUNTAMENTI

FIRENZE ROCKS

FIRENZE, 12-15 GIUGNO

Torna anche quest'anno Firenze Rocks, il festival prodotto da Live Nation Italia in collaborazione con Le Nozze di Figaro, che porta nel capoluogo fiorentino il meglio del rock mondiale. Negli anni il festival ha ospitato artisti quali Green Day, Metallica, The Cure, Guns N' Roses, Foo Fighters, Aerosmith, Ed Sheeran, Muse, Red Hot Chili Peppers e The Who. Grande Musica, e molto altro alla Visarno Arena di Firenze, per un evento senza pari che attrae ogni anno decine migliaia di fan provenienti da ogni angolo d'Italia e del globo, confermandosi uno tra i maggiori festival europei. Tra i nomi di spicco dell'edizione targata 2025 segnaliamo Guns N' Roses, Falling in Reverse e Rival Sons il primo giorno, Korn, Public Enemy ed Enter Shikari il secondo e Green Day, Weezer e Shame il terzo e ultimo.



Per maggiori informazioni

www.firenzerocks.it

ROMA SUMMER FEST

ROMA, PER TUTTA L'ESTATE

Sting, le doppie date di Nick Cave, Morad, Afterhours, Franco 126 e Sigur Rós, i sei concerti consecutivi di Ludovico Einaudi, l'elettronica di Black Coffee, Paul Kalkbrenner e Jamie XX, il ritorno dei Franz Ferdinand, Morrissey e Alanis Morissette, le quattro serate di Daniele Silvestri, sono solo alcuni appuntamenti dei protagonisti della rassegna estiva della Fondazione Musica per Roma. Ritornano i tour e i concerti delle star internazionali per la nuova edizione del Roma Summer Fest organizzata nello spazio all'aperto della Cavea. Uno degli eventi in musica più importanti dell'estate romana, ogni anno alterna sul palco tantissimi artisti del panorama musicale nazionale e internazionale che tornano nella capitale per una serie di imperdibili concerti.



Per maggiori informazioni

www.auditorium.com/it/festival/roma-summer-fest-2025/



OROSCOPO DI GULLI

GIUGNO 2025



Ariete

Giugno vi regala nuova energia: in amore e sul lavoro potreste ripartire con forza. Non forzate i tempi.



Bilancia

Giugno porta leggerezza e voglia di stare con gli altri. Favoriti i viaggi brevi e i nuovi progetti.



Toro

È il momento di raccogliere i frutti: sul piano pratico siete in crescita. In coppia, siate più ricettivi.



Scorpione

È tempo di selezione: liberatevi di ciò che non vi fa crescere. La passione, però, non vi mancherà.



Gemelli

Con il Sole nel segno siete brillanti e al centro dell'attenzione. Flirt e novità movimentano le giornate.



Sagittario

Mese dinamico e pieno di stimoli: viaggiare o cambiare aria vi farà bene. In amore, contate fino a dieci.



Cancro

Un mese di riflessione vi aiuterà a capire cosa desiderate davvero. In amore, risposte in arrivo.



Capricorno

Il lavoro vi assorbe, ma non dimenticate il tempo per voi. A fine mese, sorprese in arrivo sul piano affettivo.



Leone

Nuovi incontri e proposte stimolanti vi spingono a rinnovarvi. Curate il vostro benessere fisico.



Acquario

Giugno vi invita a osare: idee nuove e contatti interessanti sono all'orizzonte. Occhio al portafoglio.



Vergine

Qualche contrattempo sul lavoro richiede sangue freddo. In amore, date spazio all'ascolto sincero.



Pesci

Vi sentite ipersensibili: prendetevi cura delle vostre emozioni. I legami veri si rafforzano, il resto si dissolve.

Consilia

il nostro miglior consiglio

Veri talenti, anche nel prezzo.



**Sgrassatore
Universale
Marsiglia
Consilia**

Conf. 750 ml

1,29€



Offerte valide fino al 30 giugno nei punti vendita aderenti



AGGIORNA IL TUO PROFILO, ATTIVA I TUOI VANTAGGI!

BASTA UN ATTIMO PER DIRCI COSA TI PIACE:
POTREMO OFFRIRTI SCONTI E PROMOZIONI
SU MISURA*

COME FARE?

È facile:

Accedi al tuo account, vai nella sezione
"Aggiorna il tuo profilo"
e indica le tue preferenze.

Non hai ancora l'APP Gulliver?
Scaricala gratis inquadrando
il QR Code qui a lato



Available on the iPhone

App Store



Google Play



*I tuoi dati saranno trattati in modo sicuro in conformità con le leggi sulla privacy.