

Gulli

VIAGGIO NELLA QUALITÀ

LA PASTA AL FORNO

NOVITÀ DI GULLIVER
VERSO LE FESTE CON GULLIVER: NOVITÀ,
SOLIDARIETÀ E GUSTO DA VIVERE INSIEME

IN VIAGGIO CON GUSTO
ITINERARI DEL TARTUFO BIANCO: PROFUMO
DI BOSCO E SAPORI UNICI

IL SOMMELIER DI GULLI
VINI SENZA ALCOL: MODA PASSEGGERA O
RIVOLUZIONE DI MERCATO?

UNIVERSO BIMBI
CALENDARIO DELL'AVVENTO FAI-DA-TE

LE OFFERTE DI

Gulli
VIAGGIO NELLA QUALITÀSCOPRI ALL'INTERNO LE OFFERTE
SPECIALI DEL MESE A PAG 36, 38 E 40NOVEMBRE
2025

Consilia

il nostro miglior consiglio

Veri talenti, anche nel prezzo.



**Fette Biscottate
Classiche Consilia**

Conf. 9x4 fette

320 g

3,09€/kg

0,99€

Offerta valida fino al 30 novembre nei punti vendita aderenti



Editoriale

Novembre è il mese dei profumi che scaldano, dei gesti solidali e delle prime atmosfere di festa. Numerose le novità di questo mese: dal sostegno alla Giornata Nazionale della Colletta Alimentare al fianco di Banco Alimentare, per ricordare quanto la condivisione possa fare la differenza, ai dodici Babbi Natale nel Mondo da collezionare e i vassoi di salumi pronti per le occasioni speciali, fino al nuovo catalogo "Natale di Gusto: i sapori che ci uniscono", per iniziare a sognare le feste con anticipo.



**Novembre,
il gusto che
unisce**

Il prodotto del mese è la pasta al forno, simbolo della cucina italiana che unisce le famiglie intorno alla tavola. Scopriremo dolci alla zucca dal profumo d'autunno, vini senza alcol che incuriosiscono sempre più e la passione di Giuseppe Torrisi, chef siciliano legato ai sapori autentici della sua terra. Per gli amanti della natura, un viaggio tra erbe spontanee, boschi di tartufi bianchi e una tappa a Piombino, la porta dell'Elba.

Benessere e cura di sé trovano spazio tra spezie che favoriscono la digestione, rimedi fai-da-te per mani screpolate e piccoli gesti per rendere la casa più sicura e accogliente. E non dimentichiamo i nostri amici a quattro zampe, con consigli su profumi e odori che li fanno stare bene. Un numero che profuma di casa, di festa e di solidarietà. Per vivere novembre con calore, gusto e un pizzico di magia.

Il Direttore



Tartufo bianco d'Alba



Sommario

Gulliver

EDITORIALE

A cura
del Direttore.

3

LE NOVITÀ DI GULLIVER

Verso le feste con
Gulliver: novità,
solidarietà e gusto da
vivere insieme.

7

◆ Food e dintorni



I PRODOTTI DEL MESE

Pasta al forno: comfort
food per eccellenza.

13



MOMENTI DI GUSTO

Zucca che dolcezza:
torte, biscotti e creme
d'autunno.

16



IL SOMMELIER DI GULLI

Vini senza alcol:
moda passeggera
o rivoluzione di
mercato?

19



INTORNO ALLO STIVALE

Piombino (Toscana):
la porta dell'Elba.

30



L'ESPERTO DI FOOD

Fine dining siciliano
Intervista a Raffaele
Condò.

23



A TUTTO GREEN

Erbe spontanee:
riconoscerle e usarle in
cucina.

27



A TAVOLA CON GULLI

Calore Nel Piatto
Sapori Del Bosco
Comfort Food D'autore

41 **INSERTO DA
STACCARE**



IN VIAGGIO CON GUSTO

Itinerari del tartufo
bianco: profumo di bosco
e sapori unici.

61

◆ Benessere



BENESSERE A TAVOLA

Spezie che aiutano la digestione: segreti in cucina per ogni esigenza.

67



UNIVERSO BIMBI

Calendario dell'Avvento fai-da-te: creatività e magia che crescono insieme all'attesa.

83



BEAUTY

Mani screpolate? trattamenti SOS casalinghi.

71



AMICI A 4 ZAMPE

Profumi e odori di casa: quali piacciono (e infastidiscono) ai nostri animali?

87

◆ Stare insieme



CASA E CONSIGLI

Sicurezza domestica: piccoli accorgimenti quotidiani.

75



PIANETA SPORT

Il workout da 10 minuti per spezzare la sedentarietà.

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 Novembre.

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.



www.supergulliver.it
Numero Verde: 800753346



Magazine dei Supermercati Gulliver

Copia Omaggio | Anno IX - numero 104 - 2025 - Novembre

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



D.O.P.
Mela Val di Non

Melinda®
MI PIACI DI PIÙ

LA MELA CHE PIACE A TUTTI, ANCHE ALL'AMBIENTE



DALLE VALLI DI MELINDA, LA MELA CHE LA PENSA COME TE.

Piace perché è prodotta in modo sostenibile, in armonia con la natura.

Piace perché utilizza solo energie rinnovabili.

Piace perché è l'unica al mondo ad essere conservata nel cuore della montagna.

Piace perché i suoi fiori sono impollinati naturalmente dalle api,
grazie alla collaborazione con gli apicoltori della valle.

SEGUICI SU    MELINDA.IT

VERSO LE FESTE CON GULLIVER:

NOVITÀ, SOLIDARIETÀ E GUSTO DA VIVERE INSIEME



Il periodo più magico dell'anno si avvicina e da Gulliver il Natale inizia già a farsi sentire. Luci calde, profumi di festa e nuove iniziative pensate per vivere insieme la bellezza della condivisione.

Insieme per chi ha più bisogno: torna la Giornata Nazionale della Colletta Alimentare
Sabato 15 novembre 2025 in oltre 11.600 supermercati italiani torna la Giornata Nazionale della Colletta Alimentare, l'iniziativa promossa da Banco Alimentare

DAL 25 NOVEMBRE AL 31 DICEMBRE 2025

Babbi Natale nel mondo. Una festa speciale!

Collezionali Tutti



Colleziona i 12 babbi natale nel mondo.

Puoi usarli come segnaposto, decorazione per l'albero o chiudi-pacco e donare un tocco di originalità al tuo Natale.

Un Babbo Natale casuale a soli 1,50 €

a fronte di una spesa di almeno 20 € solo con Gulli card*
*scontrino unico, multipli inclusi

Gulliver SUPERMERCATO

che ogni anno coinvolge milioni di cittadini in un gesto di solidarietà concreto. Anche quest'anno **Supermercati Gulliver** aderisce con entusiasmo, aprendo le porte dei propri punti vendita ai volontari che inviteranno i clienti a donare parte della loro spesa a favore di chi si trova in difficoltà.

Partecipare è semplice: basta aggiungere al carrello alcuni prodotti di prima necessità e consegnarli ai volontari presenti in negozio. Un piccolo gesto che, moltiplicato per migliaia di persone, può fare una grande differenza.

L'obiettivo della Colletta non è solo raccogliere alimenti, ma anche **sensibilizzare la società sul valore della condivisione, della gratuità e della carità**, seguendo il principio educativo che guida l'iniziativa da sempre: "Condividere i bisogni per condividere il senso della vita".

Collezione i Babbi Natale nel Mondo!

Da Supermercati Gulliver il Natale arriva con un pizzico di magia in più! Dal **25 novembre al 31 dicembre**, solo con **Gulli Card** ogni **20€ di spesa** con un piccolo contributo di **1,50€**, potrete ricevere una **box speciale** che custodisce un Babbo Natale davvero unico: uno dei **12 Babbi Natale nel Mondo** da collezionare!

Ogni Babbo Natale proviene da un Paese diverso e porta con sé un pezzetto della sua tradizione



natalizia. Potrete usarli come **segnaposto per la tavola delle feste**, come **decorazioni per l'albero** o come originali chiudi pacco per i tuoi regali: un'idea semplice ma capace di rendere più allegro e personale ogni momento di festa.

E la sorpresa non finisce qui: ogni Babbo Natale nasconde un **QR Code** che, inquadrato con il vostro smartphone, vi farà ascoltare la **colonna sonora del Natale cantata nella lingua del suo Paese d'origine**. Un modo divertente per scoprire come il Natale viene celebrato nel mondo, lasciandovi trasportare dalle melodie e dallo spirito universale di questa festa.

È in arrivo il nuovo catalogo

Natale di *Gusta*



Un viaggio tra sapori autentici, dolci tradizioni
e idee regalo che sanno sorprendere.
Lasciati ispirare dalle nostre proposte
per una tavola ricca di gusto... e di emozioni!

CHIEDILO IN CASSA
E SCOPRI IL NATALE FIRMATO GULLIVER

Vassoi di salumi pronti Gulliver per le tue occasioni speciali

Il periodo delle feste è fatto di tavole imbandite, sorrisi e momenti da condividere. Che sia la cena della Vigilia, un brindisi con gli amici o un pranzo in famiglia, Gulliver ha pensato a chi ama ricevere con gusto e praticità durante le feste.

In tutti i punti vendita puoi ordinare eleganti **vassoi di salumi assortiti**, confezionati in contenitori raffinati **con base nera e copertura trasparente**, pronti per essere portati direttamente in tavola. Il costo del vassoio grande è di **1€** e quello più piccolo di **0,75€** in più sulla propria spesa di salumi selezionati.

Un'idea raffinata e pratica perfetta per aggiungere un tocco di stile al tuo menù natalizio. La **qualità delle materie prime**, la **cura nella disposizione** e l'**attenzione al servizio** rendono questi vassoi la soluzione ideale per chi vuole godersi appieno la convivialità delle feste, con la certezza di offrire sempre il meglio.

Natale di Gusto: i sapori che ci uniscono

Anche quest'anno il Natale di Gulliver profuma di tradizione, gusto e momenti da condividere. Nel nuovo catalogo "**Natale di Gusto**" troverete tante proposte pensate per rendere le feste ancora più speciali: i grandi classici delle tavole natalizie, prodotti freschi di gastronomia e macelleria, dolci, formaggi, salumi e tante idee regalo per sorprendere la famiglia e gli amici più cari.

In tutti i punti vendita e sul sito www.gulliversupermercati.it sarà disponibile il catalogo, un viaggio tra i sapori autentici del territorio e le eccellenze selezionate dai partner di fiducia Gulliver. Ogni proposta è pensata per offrire il meglio della qualità e trasformare ogni pranzo, cena o brindisi in un momento indimenticabile.

I prodotti saranno disponibili nei punti vendita Gulliver a partire dal 17 novembre, ma potrete già prenotarli in anticipo, scegliendoli direttamente dal catalogo.





Plasmon Happy Pappa



RACCOGLI I PUNTI E COLLEZIONA TUTTI I PREMI!



LINEA POUCHES
Frutta 85g
Vari Gusti



LINEA POUCHES
Frutta 100g
Vari Gusti



LINEA POUCHES
Frutta 130g
Vari Gusti



LINEA OMOGENEIZZATI
Frutta 2x80g
Vari Gusti



LINEA OMOGENEIZZATI
Carne 2x80g
Vari Gusti



LINEA BISCOTTI
L'Originale / Meno 30% di
zuccheri / Gusto cacao - 320g

SCOPRI DI PIÙ SU plasmon.it

*Concorso a premi misto valido dal 13/03/2025 al 15/12/2025. Esclusi i latti per lattanti da 0 a 12 mesi e i latti a fini medici speciali. Regolamento completo su www.plasmon.it. Valore montepremi 84.237,84 €



PASTA AL FORNO

IL COMFORT FOOD PER ECCELLENZA

Pochi piatti rappresentano meglio l'**anima conviviale della cucina italiana** quanto la pasta al forno, una preparazione che profuma di casa, di domeniche lente e di ricordi d'infanzia. È il piatto delle grandi tavolate, dei pranzi delle feste e dei momenti di ritrovo, dove il profumo che esce dal forno segna l'attesa più golosa.

Diffusa in tutto il Paese con innumerevoli varianti, la pasta al forno **cambia volto da regione a regione**: c'è chi la arricchisce con polpettine e mozzarella filante, chi preferisce la versione "bianca" con besciamella e formaggi, e chi la trasforma in una sontuosa lasagna. Ciò che non cambia mai è la sua capacità di unire **gusto e tradizione**,

ZANINI®

FARINATA
ZANINI
COME
IN PIZZERIA
NELLE
MIGLIORI
CUCINE
D'ITALIA



VIENI A SCOPRIRE TUTTI I NOSTRI PRODOTTI
NEL REPARTO SURGELATI

trasformando ingredienti semplici in un piatto dal sapore irresistibile e gratificante. Perfetta da preparare in anticipo, si conserva bene anche nei giorni successivi, diventando così una soluzione ideale per chi ama organizzarsi in cucina senza rinunciare alla bontà.

PASTA AL FORNO CLASSICA

Ingredienti per 4 persone:

- Pasta corta (rigatoni o penne) 320 g
- Salsa di pomodoro 500 ml
- Carne macinata mista (manzo e maiale) 200 g
- Cipolla 1/2
- Mozzarella 200 g
- Parmigiano grattugiato 50 g
- Besciamella 250 ml
- Olio extra-vergine d'oliva q.b.
- Sale e pepe q.b.
- Noce moscata 1 pizzico (facoltativo)



Difficoltà:
Media



Tempo:
45'

Preparazione:

Iniziate tritando la cipolla e facendola rosolare dolcemente in una padella capiente con due cucchiari di olio extra-vergine d'oliva. Quando sarà appassita, aggiungete la carne macinata e fatela rosolare uniformemente, mescolando con un cucchiario di legno per sgranarla bene. Sfumate con un goccio di vino bianco se desiderate

un sapore più deciso, quindi unite la salsa di pomodoro. Aggiustate di sale, pepe e, se vi piace, un pizzico di noce moscata. Fate cuocere a fuoco basso per circa 30 minuti, fino a ottenere un sugo corposo e profumato. Nel frattempo portate a ebollizione una pentola d'acqua salata e lessate la pasta, scolandola due minuti prima del tempo indicato per mantenerla al dente. Conditela in una ciotola capiente con parte del sugo e con la besciamella, amalgamando bene. In una teglia leggermente unta, versate un primo strato di pasta, poi aggiungete mozzarella a cubetti e una spolverata di parmigiano. Continuate alternando strati fino a esaurire gli ingredienti, terminando con sugo, besciamella e una generosa manciata di formaggio grattugiato. Infornate a 180°C per 30-35 minuti, finché la superficie non sarà dorata e leggermente croccante. Lasciate riposare per 10 minuti prima di servire: la consistenza sarà più compatta e i sapori perfettamente amalgamati. Un piatto che celebra la tradizione e conquista sempre, anche al primo boccone.





ZUCCA CHE DOLCEZZA: TORTE, BISCOTTI E CREME D'AUTUNNO

Quando arriva l'autunno, con i suoi colori caldi e le giornate più corte, la cucina si trasforma in un rifugio accogliente. Tra i protagonisti indiscussi di stagione c'è la **zucca**: versatile, allegra nei toni e capace di regalare ai dolci una consistenza morbida e un profumo delicato che conquista grandi e piccoli. Se spesso la immaginiamo solo nelle vellutate o come contorno salato, è nei **dessert** che rivela tutta la sua magia.

Morbide torte e plumcake

La zucca, una volta cotta al vapore o al forno e ridotta in purea, diventa un ingrediente perfetto per **impasti soffici e leggeri**. Plumcake e ciambelloni arricchiti dalla sua polpa acquistano un colore dorato e una fragranza che richiama le spezie d'autunno.



Cannella, zenzero e noce moscata sono alleati naturali: bastano un cucchiaino nell'impasto per trasformare una semplice torta in una coccola profumata, ideale per la colazione o la merenda.

Biscotti speziati

Non solo torte: la zucca rende speciali anche i biscotti. L'impasto, arricchito con **gocce di cioccolato** o con **frutta secca** come noci e nocciole, dà vita a dolcetti croccanti fuori e morbidi dentro, perfetti da sgranocchiare con una tazza di tè fumante. Una versione originale? I biscotti alla **zucca e avena**, semplici da preparare, nutrienti e graditi anche ai più piccoli.

Cheesecake e creme vellutate

Per chi ama i **dolci al cucchiaino**, la zucca è una base sorprendente. Una **cheesecake** alla zucca, arricchita con una nota di vaniglia e un tocco di panna

montata, è un'alternativa autunnale raffinata alle versioni classiche. Oppure si può preparare una **mousse** leggera mescolando purea di zucca con yogurt greco e miele: un dessert veloce, colorato e naturalmente dolce.

Il segreto sta nelle spezie

Il vero tratto distintivo dei dolci alla zucca è il **gioco di contrasti** che le spezie sanno creare. **Cannella, chiodi di garofano e cardamomo** sprigionano note calde che esaltano la dolcezza naturale dell'ortaggio. Anche il **cacao amaro**, spolverato sopra una torta o un budino, regala un equilibrio perfetto tra dolce e aromatico.

Un autunno più dolce

Che siano soffici torte da condividere, biscotti da sgranocchiare o creme delicate da servire a fine pasto, i dolci con la zucca sono un invito a rallentare e a godersi i piccoli piaceri della stagione.

Un ingrediente semplice, che in cucina diventa poesia: ogni morso profuma di autunno e trasforma anche la giornata più grigia in un momento di dolcezza.





Per ogni piatto, ogni gusto, ogni momento?
C'è Orogel!



Non solo pronto... Pronto a tutto!



VINI SENZA ALCOL

MODA PASSEGGERA O RIVOLUZIONE DI MERCATO?



Il piacere del brindisi può esistere anche senza gradazione alcolica. Fino a pochi anni fa, parlare di **vino analcolico** poteva sembrare un ossimoro, ma oggi è una realtà che conquista spazio nei calici. Il successo di questa tendenza è legato a un **cambiamento profondo nelle abitudini di consumo**: cresce la consapevolezza verso la salute, il desiderio di limitare gli eccessi e la voglia di non rinunciare alla convivialità.

I vini senza alcol vengono ottenuti attraverso processi delicati come l'**osmosi inversa** o la **distillazione sottovuoto**, che consentono di rimuovere l'alcol mantenendo intatti profumi, colore e struttura. Il risultato è una bevanda sorprendente, capace di evocare l'esperienza del vino tradizionale senza i suoi effetti inebrianti. Non si tratta solo di una scelta salutista: è anche una **nuova forma di cultura del bere**, più **equilibrata e inclusiva**, in sintonia con i ritmi contemporanei.

CHI HA DETTO CHE I REGALI SI FANNO SOLO A NATALE?



**IN PALIO
OGNI ORA
100€**

in Buoni Regalo Amazon*

*Restrizioni applicate. Vedere dettagli su amazon.it/go-legal.



**ACQUISTA ALMENO 5€
DI PRODOTTI PERONI* DI CUI ALMENO
1 RAFFO LAVORAZIONE GREZZA**

**INQUADRA IL QR CODE
E CARICA LO SCONTRINO**



***Marchi coinvolti: Peroni, Peroni Nastro Azzurro, Kozel, Raffo e Tourtel. Peroni 66cl esclusa.** Concorso a premi "Vinci buoni con Peroni" riservato ai maggiori di 18 anni, valido dal 01/10/2025 al 14/12/2025, tutti i giorni dalle ore 10:00 alle ore 22:00. Puoi partecipare una volta a settimana. Eventuale estrazione di recupero entro il 28/02/2026. Montepremi 90.000,00 € (IVA esente). Regolamento completo su www.vinciconperoni.it



Il mercato in fermento

La rivoluzione del vino analcolico è già realtà in molti Paesi e comincia a farsi sentire anche in Italia. Il mercato internazionale del **“no-low alcohol”** ha registrato negli ultimi anni una crescita a doppia cifra, trainata da giovani adulti e da consumatori attenti al benessere. Marchi storici di **Francia e Germania** hanno aperto linee interamente dedicate a **vini a bassa gradazione**, mentre in **Italia** diverse cantine – soprattutto nel Nord e nel Centro – stanno sperimentando **versioni dealcolizzate di spumanti, rosati e bianchi aromatici**.

Gli eventi e le degustazioni “alcohol free” si moltiplicano, e la curiosità del pubblico cresce insieme alla qualità del prodotto. Anche la ristorazione si sta adattando: sempre più locali propongono **abbinamenti su misura** per chi non consuma alcol, con vini analcolici serviti in calici professionali e raccontati con lo stesso **linguaggio tecnico dei vini tradizionali**. Il vino senza alcol diventa così un **linguaggio nuovo della convivialità**, che unisce il piacere del gusto alla leggerezza di un gesto consapevole.

Tradizione e innovazione nel bicchiere

Il dibattito resta aperto tra puristi e innovatori. Per molti appassionati, l'alcol rappresenta l'anima del vino, elemento essenziale per la complessità e la persistenza aromatica. Tuttavia, le tecnologie odierne consentono di ottenere risultati sorprendenti, capaci di **preservare l'identità varietale delle uve e il legame con il territorio**. Alcune cantine italiane, come quelle del Trentino, della Franciacorta o del Collio, stanno sperimentando microproduzioni a scopo didattico, per studiare il comportamento dei vitigni una volta “liberati” dall'alcol.

Nel frattempo, cresce la domanda da parte di **chi non può o non vuole bere**: automobilisti, donne in gravidanza, sportivi, ma anche semplici curiosi. La ricerca di un piacere autentico ma moderato diventa il filo conduttore di una nuova generazione di consumatori. Forse il futuro del vino non sarà completamente analcolico, ma sarà certamente **più aperto, inclusivo e rispettoso** dei tempi di ciascuno.





OLIO DANTE

Società per Azioni



poesia in Tavola

www.oliodante.com





L'ESPERTO DI FOOD

FINE DINING SICILIANO

INTERVISTA A RAFFAELE CONDÒ



Raffaele Condò è direttore del **Cortile Spirito Santo 1* Michelin a Ortigia**, in provincia di Siracusa. Il ristorante, fondato nel 2020 da 4 amici amanti del buon cibo, offre ai clienti i sapori della cucina tradizionale siciliana unita all'esperienza del pasto in un ristorante che fa del fine dining il centro del proprio servizio. Raffaele Condò gestisce la sala e collabora con lo **chef Giuseppe Torrì** per offrire ai clienti il massimo dell'esperienza. In questa intervista abbiamo parlato di cosa significa dirigere Cortile Spirito Santo.

Come hai deciso di diventare direttore di un ristorante?

Ho iniziato a sedici anni come barman, poi mi sono specializzato e ho iniziato a fare le mie esperienze in Sicilia, dal basso. Successivamente mi sono trasferito in Piemonte e



Tante bontà con le mele nel cuore.



Succo di mela
100% da succo fresco
di mela di montagna,
senza conservanti.



Squeeze
La frutta da spremere
per i bambini,
senza zuccheri aggiunti.



Tropic
La mousse vellutata
con un mix di frutti
classici ed esotici.



Rondelle e stick di mela
Tutto il gusto della mela Golden,
da sgranocchiare come uno snack.



Mousse di mela
La frutta al cucchiaino
tutta naturale,
senza conservanti e coloranti.



Morsi di frutta
Una delizia di mousse con
veri pezzi di frutta fresca.

NOVITÀ



ho fatto tutta la gavetta, tramite il mio ex manager Andrea Sbrizzo mi sono spostato dal bar alla sala e da lì sono cresciuto fino a diventare manager di questo ristorante.

Che tipo di cucina offre il vostro ristorante?

La nostra cucina è legata all'utilizzo delle materie prime della Sicilia, che il nostro chef esalta con la propria tecnica. Selezioniamo i nostri produttori in base a filiere ecosostenibili e chilometro zero, usiamo germogli in acqua ponica e ricorriamo direttamente al nostro orticello per recuperare basilico, origano, salvia, finocchietto selvatico e rosmarino.

Come lavorate le materie prime?

Giuseppe Torrisi lavora le materie prime il meno possibile per esaltarne i sapori autentici e la freschezza. Lo chef rimane fedele alla tradizione, lasciando il piatto il più semplice e

delicato possibile. Ad esempio, siamo estremamente attenti con il pescato del giorno, attorno a cui cerchiamo di costruire qualcosa di interessante con tecniche più moderne e innovative. Il contemporaneo è il connubio tra la tradizione e le diverse innovazioni possibili.

Come accogliete il cliente nel ristorante? Cos'è per te il fine dining?

La cosa principale è l'ospitalità. Il cliente è ospite di casa nostra e noi cerchiamo di farlo sentire a casa. Nonostante abbiamo una stella Michelin, cerchiamo di creare una relazione autentica con i clienti, per trasmettere tranquillità, amore e passione per il nostro lavoro. In qualità di direttore, cerco di far sentire a casa il cliente pur nel rispetto della professionalità.

Qual è il tuo compito come direttore?

Trasmettere amore e passione per il piatto, saperlo raccontare. Lo chef è la punta dell'iceberg del nostro lavoro, noi attorno a lui lavoriamo per costruire l'esperienza perfetta. L'aspetto visivo, insieme al racconto, è essenziale per preparare il cliente al gusto del piatto.





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.

IL SALAME DI
VARZI DOP è una



Denominazione di Origine Protetta
ai sensi del Regolamento (CE) n° 1183/06

È garantito dal:



ai sensi dell'art. 10 del Regolamento (CE) n° 1183/06

È certificato da:



ISTITUTO PARMA QUALITÀ

Trasmissione della carne che
è salame di Varzi DOP
e solo quello accompagnato
dal seguente marchio



prodotto utilizzando solo carni
selezionate dall'azienda e rigorosi
controlli di produzione



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 pure 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.



ERBE SPONTANEE RICONOSCERLE E USARLE IN CUCINA

Le erbe spontanee sono un dono autentico dei campi, dei boschi e dei prati: ingredienti poveri, ma ricchi di storia e di sapore, che da secoli arricchiscono le ricette della tradizione contadina. Raccoglierle significa **riscoprire un contatto diretto con la natura**, imparando a riconoscere forme, profumi e colori.

Tra le più note troviamo **la borragine**, ottima nei ripieni liguri, **il tarassaco**, dal gusto amarognolo perfetto per insalate e zuppe, e **la piantaggine**, utilizzata per le sue



Riscopri il piacere di stupirti



BONELLI



cantinebonelli.it

proprietà depurative. Un tempo considerate “cibo dei poveri”, oggi le erbe selvatiche sono protagoniste della cucina gourmet, simbolo di un ritorno alla sostenibilità e alla stagionalità.

Raccogliere in modo consapevole

Prima di raccogliere le erbe spontanee è fondamentale imparare a riconoscerle con sicurezza: alcune specie, infatti, possono essere tossiche o facilmente confuse con piante non commestibili. Per chi è alle prime armi, è consigliabile **partecipare a escursioni guidate o corsi di botanica pratica**, dove esperti naturalisti insegnano le principali caratteristiche morfologiche.

È inoltre importante raccogliere solo in aree lontane da strade trafficate o terreni trattati con pesticidi. L'**approccio sostenibile** prevede di non estirpare le radici e di prelevare solo la quantità necessaria, lasciando che la pianta possa rigenerarsi. Rispettare la natura è il primo passo per un consumo davvero “green”.



In cucina con fantasia

Le erbe spontanee regalano **profumi e sapori** che variano dal dolce al piccante, dall'aromatico all'amaro. Possono essere **utilizzate crude**, come nel caso del tarassaco e del centocchio, **oppure cotte**, come nella tradizionale frittata di ortiche, nelle zuppe primaverili o nelle paste fresche fatte in casa.

Anche gli chef contemporanei le apprezzano per la loro versatilità e per il loro valore nutrizionale: molte sono **ricche di vitamine, sali minerali e antiossidanti naturali**. Sperimentare con le erbe selvatiche significa riscoprire un patrimonio di sapori dimenticati, trasformando un semplice piatto in un viaggio sensoriale tra i profumi della terra.



INTORNO ALLO STIVALE



GIRARE L'ITALIA...



PIOMBINO (TOSCANA)

LA PORTA DELL'ELBA

Piombino è una delle città più affascinanti e meno conosciute della **costa toscana**, un luogo in cui la luce del **Tirreno** incontra la memoria antica di un porto millenario. Dalla splendida **Piazza Bovio**, una terrazza naturale che si protende sul mare, lo sguardo spazia fino all'**Isola d'Elba** e, nelle giornate limpide, fino alla Corsica. Fin dall'età etrusca il territorio di Piombino è stato un punto strategico per i traffici marittimi e la lavorazione del ferro proveniente dalle miniere dell'Elba.



Naturale in ogni fetta: è questo il nostro segreto.

Prosciutto di Parma è autenticità, territorio, tradizione.

È il lavoro quotidiano dei nostri produttori, che ogni giorno seguono il metodo tradizionale garantito dal Consorzio, naturale al 100% in tutte le sue fasi.

È quel sapore unico e inconfondibile che arriva sulle nostre tavole.

Una fetta di Parma è molto più che un assaggio. È pura dolcezza.

Non è crudo. È di Parma.



In epoca medievale la città si trovò sotto il dominio di Pisa, poi sotto la signoria degli **Appiani**, che la trasformarono in un raffinato principato rinascimentale. La svolta arrivò con **Elisa Bonaparte Baciocchi**, sorella di **Napoleone**, che tra il 1805 e il 1814 ne curò la rinascita urbana e culturale: sotto il suo governo nacquero giardini pubblici, teatri, edifici amministrativi e un nuovo spirito cittadino che ancora oggi si respira tra le vie del centro.

Tra vicoli, porti e memorie marinare

Passeggiare per il **centro storico** di Piombino significa compiere un viaggio nella sua anima doppia, antica e marinara. Le viuzze acciottolate si snodano tra case in pietra, palazzi medievali e botteghe artigiane che raccontano una storia di lavoro e ingegno. Nel cuore della città si erge



Piombino, centro storico



Piombino, Piazza Bovio

il **Rivellino**, bastione del Quattrocento che ancora oggi domina l'ingresso al borgo.

Non lontano, il **Palazzo Comunale** e la **Chiesa della Misericordia** testimoniano la continuità tra passato e presente, in un dialogo costante tra architettura civile e religiosa. Ma è il porto a incarnare l'identità più profonda di Piombino: qui si mescolano le voci dei pescatori, l'odore del sale e il ritmo delle onde, mentre le barche colorate si riflettono sull'acqua limpida. Piombino è un **porto vivo, autentico**, dove il mare non è soltanto uno sfondo ma una presenza quotidiana e necessaria.

HEINZ

ESTD 1869

SQUEEZE & CHILL

ACQUISTA 2
SALSE HEINZ



INVIA
UN WHATSAPP
AL NUMERO

+39 3292872452

IN PALIO:



20 PLAYSTATION 5
A ESTRAZIONE FINALE

100€
100€

2 GIFT NETFLIX
CARD
DA 100 EURO A SETTIMANA

**2 HAMBURGER
MAKER**
Friete
A SETTIMANA



**Heinz Tomato
Ketchup
Top Down
460g**



**Heinz Maionese
Originale
Top Down
215g**

Concorso valido dal 17-09-2025 al 17-03-2026. Valore montepremi € 16.100,00 iva esclusa.
Scopri come partecipare e consulta il regolamento completo su www.heinzconcorsi.it.



Parco Archeologico di Baratti e Populonia

Sapori di costa e profumi di tradizione

Il **mare** è anche il cuore della tavola piombinese. La cucina locale celebra la semplicità e la freschezza degli ingredienti, proponendo piatti che uniscono tradizione contadina e fantasia marinara. Il caciucco **piombinese**, variante più delicata di quello livornese, è un tripudio di pesce di scoglio, pomodoro e pane toscano. Seguono i **pici al sugo di mare**, le **seppie in zimino** e il **baccalà alla piombinese**, cucinato con olive, capperi e pomodori.

Nei ristoranti del porto si gusta anche la **palamita**, pesce azzurro tipico del Tirreno, marinata in aceto e olio come da ricetta antica. A completare il tutto ci sono i vini locali, **dal Val di Cornia DOC al Suvereto DOCG**, che accompagnano perfettamente i sapori del mare. La cucina di Piombino

è una forma di racconto, un modo di tramandare la memoria delle famiglie e del lavoro quotidiano legato all'acqua e alla terra.

Paesaggi naturali e archeologia etrusca

Chi visita Piombino non può ignorare la bellezza del suo territorio, una sintesi perfetta **tra costa e macchia mediterranea**. A pochi chilometri dal centro si estende il **Parco Naturale della Sterpaia**, una delle aree più incontaminate della Toscana, con spiagge sabbiose, pinete secolari e acque trasparenti. È un paradiso per chi ama le passeggiate, il relax e la natura.

Più a nord si trova il **Parco Archeologico di Baratti e Populonia**, uno dei siti più importanti dell'Italia antica, dove le tombe etrusche si aprono tra la

LE OFFERTE DEL *Gulli* Offerte dal 1° al 30 Novembre 2025

VIAGGIO NELLA QUALITÀ



BURRO ITALIANO
BEPPINO OCCELLI
125g (al kg € 19,92)

2⁴⁹€



PROSCIUTTO CRUDO
STAGIONATO
ORO DEL PIEMONTE
100g (al kg € 29,90)

2⁹⁹€



SALMONE
NORVEGESE
AFFUMICATO
RE SALMONE
50g (al kg € 49,80)

2⁴⁹€



AFFETTATI SNElLO
ROVAGNATI
100g (al kg € 19,90)

1⁹⁹€



LATTE UHT
PARZIALMENTE
SCREMATO
GRANAROLO
1lt

1²⁹€



LASAGNE AL RAGÙ
VIVA LA MAMMA
BERETTA
250g (al kg € 9,96)

2⁴⁹€

ALGIDA

GELATI PER LE FESTE

PARTI IN 2 PER
**UNA SETTIMANA
BIANCA**
A MADONNA DI CAMPIGLIO

E IN PIÙ
**PUOI VINCERE
OGNI GIORNO**

4⁹⁹€

Cornetto
CLASSIC

3⁶⁹€

Acquista almeno 2 confezioni di gelato Algida a scelta
Conserva lo scontrino
Invia il testo "PARTECIPO" con WhatsApp al n. 375 53 52 211

Concorso valido dal 15 ottobre al 15 dicembre 2025, dalle ore 8:00 alle ore 24:00.
Montepremi € 350K IVA inclusa.
Regolamento inviando il testo "INFIG" con WhatsApp al n. 375 53 52 211

100€
IN OFFERTA
PER LA SCELTA DELLA TUA
MAGAZZINO DI FIDUCIA



PIZZA BUFALA
LENTINI
400g (al kg € 10,98)

4³⁹€



ACQUA
NATURALE
SAN BENEDETTO
500ml x6
(al lt € 0,66)

1⁹⁹€



ACQUA BRILLANTE
RECOARO
330ml (al lt € 1,48)

0⁴⁹€



BEVANDE
CON SALI MINERALI
ENERGADE
500ml (al lt € 1,38)

0⁶⁹€



BIRRA WEISSE
IN BOTTIGLIA
FRANZISKANER
500ml (al lt € 3,18)

1⁵⁹€



BIRRA
NASTRO AZZURRO
STILE CAPRI
IN BOTTIGLIA
PERONI
330ml (al lt € 3,00)

0⁹⁹€



MERLOT/
CHARDONNAY
BAG IN BOX
CANTINE RASORE
3lt (al lt € 1,66)

4⁹⁹€

vegetazione e il mare. Da lassù, il panorama abbraccia il golfo e racconta millenni di storia. Piombino e i suoi dintorni sono un museo a cielo aperto, un intreccio di cultura, natura e silenzio che conquista ogni visitatore.

Cultura, arte e turismo consapevole

Negli ultimi anni Piombino ha investito molto nel recupero del suo **patrimonio culturale**, puntando su un **turismo sostenibile e di qualità**. All'interno della Fortezza di Piombino, **il Museo del Castello e della Città** espone reperti etruschi, medievali e rinascimentali, accompagnando il visitatore in un viaggio cronologico che attraversa più di duemila anni di storia.

Le estati sono animate da **festival musicali, mostre e degustazioni enogastronomiche** che coinvolgono la comunità locale e i visitatori. Piombino sta riscoprendo la propria vocazione culturale, con un'offerta che valorizza i suoi tesori nascosti e ne fa una meta alternativa e autentica della costa toscana.



Piombino, porticciolo

La soglia del mare e dell'isola

Infine, c'è l'elemento che più di tutti definisce Piombino: **il mare aperto e l'orizzonte verso l'Elba**. Dal porto cittadino partono ogni giorno traghetti diretti a **Portoferraio**, rendendo la città la porta naturale dell'Arcipelago Toscano.

Ma anche chi non si imbarca trova nel mare un compagno costante: al tramonto, quando il sole cala dietro l'isola, Piombino rivela la sua bellezza più intima, quella di un luogo sospeso tra passato e futuro, tra la quiete del borgo e la vastità del mare. È una meta ideale per chi cerca autenticità, silenzio e meraviglia, dove ogni pietra racconta una storia e ogni onda riporta un ricordo.



Parco naturale della Sterpaia

LE OFFERTE DEL *Gulli* Offerte dal 1° al 30 Novembre 2025

VIAGGIO NELLA QUALITÀ



**TÈ VERDE
TWININGS**
2g x25 filtri (al kg € 59,80) **2⁹⁹€**



**CARAMELLE
GOLIA**
160g (al kg € 9,94) **1⁵⁹€**



**PASTA DI SEMOLA
DI GRANO DURO
TRAFILATA
AL BRONZO
LA MOLISANA**
500g (al kg € 1,78) **0⁸⁹€**



**PLUMCAKE
SENZA LATTOSIO
SCOTTI**
190g (al kg € 9,95) **1⁸⁹€**



**TAVOLETTE
DI CIOCCOLATO
ROCHER
FERRERO**
90g (al kg € 21,00) **1⁸⁹€**



**RISO
CARNAROLI
CURTIRISO**
1kg **2⁹⁹€**



**CONFETTURE
EXTRA DI FRUTTA
SANTA ROSA**
350g (al kg € 5,69) **1⁹⁹€**



**PATATINE
PAI**
200g (al kg € 4,95) **0⁹⁹€**



**OLIO EXTRA
VERGINE DI OLIVA
GUASCO**
750ml (al lt € 13,99) **10⁴⁹€**



**TONNO ALL'OLIO DI OLIVA
MARE BLU**
60g x3 (al kg € 13,28) **2³⁹€**



**TRANCIO DI TONNO
IN OLIO DI OLIVA
ANGELO PARODI**
180g (al kg € 18,83) **3³⁹€**



**CRACKER DI MAIS E RISO
ZERO GRANO
GALBUSERA**
320g (al kg € 7,16) **2²⁹€**



**DETERSIVO
IGIENIZZANTE
ACE**
1lt 21 lavaggi **3⁴⁹€**



**AMMORBIDENTE
CONCENTRATO
PER LAVATRICE
DEOX**
660ml 33 lavaggi **1⁹⁹€**



**DETERSIVO
PER LAVATRICE
FELCE AZZURRA**
1595ml 32 lavaggi **3⁹⁹€**



TACCUINO DI VIAGGIO

✓ PIAZZA BOVIO

Una delle terrazze più spettacolari d'Italia, da cui si gode una vista a 360 gradi sull'Arcipelago Toscano. È il simbolo della città e il punto perfetto per ammirare il tramonto sul mare.

Per saperne di più:

www.visittuscany.com/it/attrazioni/piazza-bovio-a-piombino/

✓ CASTELLO DI POPULONIA E PARCO DI BARATTI

Un viaggio nel tempo tra mura medievali e necropoli etrusche affacciate sul mare. Dalla sommità del castello lo sguardo abbraccia l'intera costa tirrenica.

Per saperne di più: www.castellodipopulonia.it/

✓ PARCO COSTIERO DELLA STERPAIA

Riserva naturale con dune, pinete e spiagge dorate: ideale per chi cerca tranquillità e contatto diretto con la natura, a pochi minuti dal centro storico.

Per saperne di più: www.parchivaldicornia.it/parchi-naturali/parco-costiero-della-sterpaia/



Piombino, vista su Piazza Bovio

LE OFFERTE DEL *Gulli* Offerte dal 1° al 30 Novembre 2025

VIAGGIO NELLA QUALITÀ



STIRABENE
EMULSIONE
480ml

2¹⁵ €



DETERSIVO
PER PIATTI
CONCENTRATO
ECORICARICA
WINNI'S
900ml

2⁴⁵ €



ACTIVE MOUSSE
PER BAGNO
LYSOFORM
435ml

2⁶⁹ €



GUANTI USA E GETTA
BLACK TAGLIA M/L
SPONTEX
100pz

4⁷⁹ €



GEL
CATTURA ODORI
ROSA
EMULSIONE
150g

1²⁹ €



SACCO
PER RIFIUTO
UMIDO ORGANICO
DOMOPAK SPAZZY
15pz

2⁵⁹ €



ASSORBENTI CON ALI
LINES
28pz

3⁹⁹ €



FAZZOLETTI VELINE
KLEENEX
80pz

1³⁵ €



SALVIETTINE MILLEUSIPIÙ
FRIA
20pz

1⁴⁹ €



SAPONE LATTE
NIDRA
90g x3

1⁵⁹ €



SAPONE LIQUIDO
ECORICARICA
MIL MIL
2lt

2³⁹ €



DETERGENTE
INTIMO
INFASIL
200ml

1⁹⁹ €



DENTIFRICIO
PROTEZIONE GLOBALE
IODOSAN
75ml

1⁹⁹ €



DEODORANTE
SPRAY
INFASIL
150ml

2⁵⁹ €



SCHIUMA
DA BARBA
FIGARO
400ml

1⁵⁹ €

I MENÙ DI GULLIVER

CALORE NEL PIATTO
SAPORI DEL BOSCO
COMFORT FOOD D'AUTORE

STACCA E CONSERVA





Vero piacere

MOJOLI srl
INDUSTRIA SALUMI
Via Valnerina
62036 Pieve Torina (MC)
Tel. 0737.51222



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



CALORE NEL PIATTO

ANTIPASTO:

CROSTINI CON ZUCCA E ROBIOLA

Ingredienti per 6 persone

Pane casereccio a fette 12
Zucca delica 400 g
Robiola 200 g
Olio extra-vergine di oliva q.b.
Salvia fresca 1 rametto
Sale, pepe e semi di zucca q.b.
Rosmarino q.b.



Difficoltà
Bassa



Preparazione
25'



Preparazione:

Tagliate la zucca a cubetti e cuocetela in padella con un filo d'olio e il rosmarino fino a renderla morbida. Tostate le fette di pane in forno, spalmate la robiola e condite con la zucca. Servite caldi, guarnendo con salvia e semi di zucca a piacere.

GULLIVER
PROPONE



Zucca
Perle di Gulli



PRIMO PIATTO:

LASAGNE CON FUNGHI E BESCIAMELLA ALLA CASTAGNA

Ingredienti per 6 persone

Sfoglie di lasagna fresca 250 g
Funghi misti (porcini, champignon)
500 g
Besciamella 500 ml
Farina di castagne 2 cucchiai
Parmigiano grattugiato 100 g
Aglio 1 spicchio
Olio extra-vergine di oliva q.b.
Sale e pepe q.b.



Difficoltà
Media



Preparazione
1h



Preparazione:

Saltate i funghi ancora surgelati in padella con olio e aglio. Preparate la besciamella aggiungendo alla ricetta classica due cucchiai di farina di castagne per un sapore autunnale. In una pirofila, alternate sfoglie di pasta, funghi, besciamella e parmigiano. Terminate con abbondante parmigiano e cuocete in forno a 180° per 30 minuti. Prima di servire la lasagna, lasciatela raffreddare qualche minuto.

GULLIVER
PROPONE

Misto funghi con porcini
Consilia



SECONDO:

BRASATO AL BARBERA

Ingredienti per 6 persone

Carne di manzo (cappello del prete) 1,2 kg
Vino Barbera 750 ml
Carote 2
Sedano 1 gambo
Cipolla 1
Alloro 1 foglia
Chiodi di garofano 2
Olio extra-vergine di oliva q.b.
Sale e pepe q.b.



Difficoltà
Media



Preparazione
2h 30'



Preparazione:

Marinate la carne di manzo nel vino rosso con verdure a pezzi (carote, sedano, cipolla), alloro e chiodi di garofano per 12 ore. Rosolate la carne in casseruola, aggiungete le verdure e coprite con il vino della marinata. Fate cuocere a fuoco lento per circa 2 ore fino ad ottenere una carne tenerissima. Servite con il fondo di cottura filtrato come salsa.

GULLIVER
PROPONE

Pepe nero in grani
Consilia



DOLCE:

TORTA SOFFICE DI MELE E CANNELLA

Ingredienti per 6 persone

Mele 3
Farina 00 250 g
Zucchero 150 g
Uova 2
Latte 100 ml
Burro 80 g
Lievito per dolci 1 bustina
Cannella in polvere q.b.



Difficoltà
Facile



Preparazione
1h



Preparazione:

Montate uova e zucchero, aggiungete burro fuso, latte e farina setacciata con il lievito. Unite due mele a cubetti e un cucchiaino di cannella. Versate l'impasto in una tortiera imburrata, decorate con fettine di mela e cuocete in forno a 180° per 40 minuti. Servite tiepida con una spolverata di cannella.

GULLIVER
PROPONE

Latte
Perle di Gulli





Pozzali Lodigiana, l'azienda.



Il segreto della nostra azienda è semplice: basta essere nati in una famiglia da sempre legata all'agricoltura nel cuore della valle padana, dove i prati stabili, seminati per la prima volta nel medioevo dai monaci cistercensi della Abbazia del Cerreto, non sono mai stati arati da allora.

Bella Lodi Classico crosta nera. Un formaggio unico.



Il più antico.

Bella Lodi "Classico" è il formaggio stagionato dalla crosta nera, che nasce dalla grande tradizione casearia lodigiana risalente al Medioevo.

Un solo produttore.

Viene prodotto da un solo antico caseificio che ha più di 100 anni, in un comune della Riserva protetta del Parco Adda Sud.

Latte Km Zero.

Il latte utilizzato per la produzione di questa eccellenza viene munto ogni giorno, fresco e nobile, direttamente dalla stalla più vicina, a meno di un ora dal caseificio.

Gusto unico.

La selezione dei fermenti lattici conferisce un gusto unico, inconfondibile, un colore bianco, un profumo intenso, sapore pieno ma mai piccante né troppo salato.

Naturalmente privo di Lattosio.



Bella Lodi per l'ambiente: confezioni ecosostenibili.

Con le confezioni 100% compostabili e 100% riciclabili diamo una risposta concreta alle esigenze ambientali del nostro pianeta.

Raspadura Bella Lodi, dall'antica tradizione al finger food.



Un termine dialettale, tipico lodigiano, ma di assoluta attualità. Bella Lodi ripropone l'antica tecnica della «raspa», un modo di servire il formaggio presentandolo come sottilissime sfoglie, raschiate con un particolare coltello. Soffice e leggera, si scioglie in bocca, esaltando tutte le caratteristiche del formaggio.

ANTIPASTO:

FLAN DI PORCINI CON SPINACI

Ingredienti per 6 persone

Funghi porcini freschi 300 g
Uova 3
Spinaci 200 g
Burro q.b.
Aglio 1 spicchio
Panna 100 ml
Sale e pepe q.b.



Difficoltà
Media



Preparazione
50'



Preparazione:

Pulite i porcini e saltateli in padella con una noce di burro e l'aglio, aggiungendo poi gli spinaci. Una volta cotti, unite gli ingredienti con uova, panna, sale e pepe. Versate il composto in stampini imburrati e cuocete a bagnomaria in forno a 180° per 30 minuti.

GULLIVER
PROPONE

4 uova fresche XL
Perle di Gulli



San Giovanni

la tradizione italiana



San Giovanni è privo di:

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

PRIMO PIATTO:

TAGLIATELLE AI FUNGHI E CASTAGNE

Ingredienti per 6 persone

Tagliatelle fresche 500 g
Funghi misti (porcini, chiodini, champignon) 400 g
Castagne cotte e sbucciate 200 g
Panna fresca 200 ml
Olio extra-vergine di oliva q.b.
Aglio 1 spicchio
Sale e pepe q.b.



Difficoltà
Media



Preparazione
1h



Preparazione:

Pulite e affettate i funghi, rosolateli con olio e aglio. Aggiungete le castagne precedentemente cotte spezzettate e la panna, lasciando insaporire a fuoco dolce. Cuocete le tagliatelle in acqua salata, scolatele e saltatele nel condimento. Una spolverata di pepe nero completa il piatto.

GULLIVER
PROPONE

Tagliatelle fresche all'uovo
Consilia



SECONDO PIATTO:

ARROSTO DI MAIALE CON MELE, PRUGNE E PINOLI

Ingredienti per 6 persone

Arista di maiale 1,2 kg
Mele renette 2
Prugne secche 200 g
Pinoli tostati 40 g
Cipolla 1
Vino bianco secco 200 ml
Brodo vegetale q.b.
Olio extra-vergine di oliva q.b.
Rosmarino e alloro q.b.
Sale e pepe q.b.



Difficoltà
Media



Preparazione
2h



Preparazione:

Sbucciate le mele, tagliatele a spicchi e rosolatele in padella con un filo d'olio per pochi minuti, finché restano morbide. Mettete da parte. In una casseruola capiente, scaldate un fondo d'olio con la cipolla tritata e adagiatevi l'arista. Rosolatela su tutti i lati per sigillare i succhi, quindi sfumate con il vino bianco e lasciate evaporare. Aggiungete due mestoli di brodo, qualche rametto di rosmarino e una foglia di alloro, coprite e lasciate cuocere in forno a 180 °C per circa 1 ora e 30 minuti. Negli ultimi 20 minuti unite le prugne secche, in modo che si ammorbidiscano e rilascino dolcezza. Una volta cotto, lasciate

riposare l'arrosto avvolto in stagnola per almeno 10 minuti. Tagliatelo a fette sottili, disponendo tra una fetta e l'altra spicchi di mela rosolata. Servite con le prugne cotte nel fondo e una manciata di pinoli tostati, decorando con erbe fresche a piacere.

GULLIVER
PROPONE

Prugne secche
Consilia



DOLCE:

CROSTATA DI NOCCIOLE E CIOCCOLATO

Ingredienti per 6 persone

Pasta frolla 1 rotolo
Nocciole tostate 150 g
Cioccolato fondente 200 g
Panna fresca 200 ml
Burro 30 g
Foglioline di menta q.b.



Difficoltà
Media



Preparazione
1h



Preparazione:

Stendete la pasta frolla in una tortiera e cuocetela in bianco a 180° per 20 minuti. Preparate la ganache sciogliendo il cioccolato con panna e burro. Conservate parte del cioccolato fuso per la decorazione. Versate la ganache nel guscio di frolla e lasciate raffreddare in frigorifero per almeno 2 ore. Decorate con nocciole intere tostate, ricoperte con il cioccolato fuso messo da parte, e qualche fogliolina di menta.

**GULLIVER
PROPONE**

Cioccolato fondente
Consilia



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.

COMFORT FOOD D'AUTORE

ANTIPASTO:

BIGNÉ SALATI AI QUATTRO FORMAGGI



Difficoltà
Media



Preparazione
40'



Preparazione:

Portate a bollore acqua, burro e un pizzico di sale in una casseruola. Aggiungete la farina in un solo colpo e mescolate fino a ottenere un impasto compatto. Cuocete per 1-2 minuti, poi trasferite in una ciotola e lasciate intiepidire. Incorporate le uova una alla volta, mescolando fino a ottenere un composto liscio. Con una sac à poche formate i bignè su una teglia e cuoceteli a 200°C per 20-25 minuti. Lasciateli raffreddare fino a quando saranno dorati e gonfi. Per il ripieno, scaldate la panna e sciogliete gorgonzola e stracchino. Unite mozzarella e grana padano, mescolando fino a ottenere una crema omogenea. Aggiustate di sale, pepe e noce moscata a piacere. Riempite i bignè con la crema ai quattro formaggi e serviteli caldi o a temperatura ambiente.

RICETTA



Ingredienti per 4 persone

Per i bignè:

- Acqua 150 g
- Vino bianco secco 1 bicchiere
- Burro Perle di Gulli 80 g
- Farina 00 Perle di Gulli 120 g
- Uova Perle di Gulli 3
- Sale 1 pizzico

Per il ripieno ai 4 formaggi:

- Stracchino Perle di Gulli 50 g
- Gorgonzola dop Perle di Gulli 50 g
- Grana Padano Perle di Gulli 50 g
- Mozzarella Perle di Gulli 50 g
- Sale e pepe q.b.
- Noce moscata 1 pizzico

PRIMO PIATTO:

VELLUTATA DI TOPINAMBUR

Ingredienti per 6 persone

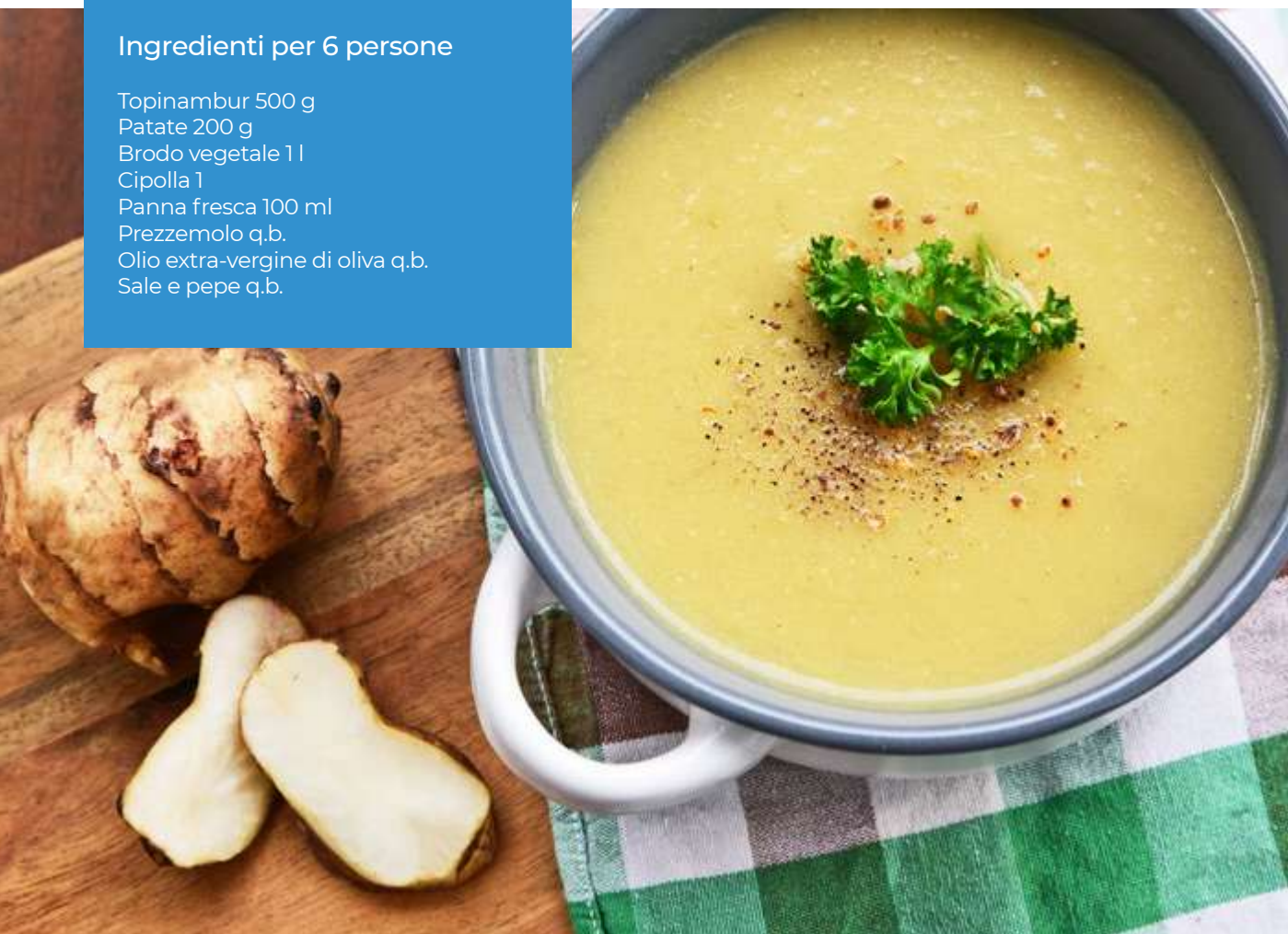
Topinambur 500 g
Patate 200 g
Brodo vegetale 1 l
Cipolla 1
Panna fresca 100 ml
Prezzemolo q.b.
Olio extra-vergine di oliva q.b.
Sale e pepe q.b.



Difficoltà
Bassa



Preparazione
35'



Preparazione:

Pelate topinambur e patate, tagliateli a cubetti e cuoceteli in casseruola con la cipolla e il brodo fino a renderli morbidi. Frullate con panna, olio, sale e pepe per ottenere una crema liscia. Servite con un filo d'olio a crudo e ciuffetti di prezzemolo fresco.

GULLIVER
PROPONE



Patate di montagna
Perle di Gulli



SECONDO PIATTO:

GUANCIA DI MANZO BRASATA CON PUREA DI SEDANO RAPA

Ingredienti per 6 persone

Guance di manzo 1,2 kg
Vino rosso corposo 750 ml
Sedano rapa 500 g
Patate 200 g
Cipolla 1
Carota 1
Sedano 1
Olio extra-vergine di oliva q.b.
Burro 40 g
Sale e pepe q.b.



Difficoltà
Media



Preparazione
3h



Preparazione:

Marinate la carne nel vino con sedano, cipolle e carote a pezzi per una notte. Rosolatela, aggiungete le verdure e sfumate con il vino della marinatura. Cuocete coperto per circa 2 ore e mezza a fuoco basso. Nel frattempo, preparate la purea lessando sedano rapa e patate, poi frullateli con burro e sale. Servite la guancia con il suo fondo di cottura e tocchetti di purea come contorno.

GULLIVER
PROPONE

Burro
Perle di Gulli





DEL ZOPPO

- BRESAOLE DAL 1892 -

webtek



BRESAOLE DEL ZOPPO

Energia per ogni tua impresa

www.delzoppo.it



Seguici su facebook: facebook.com/BresaoleDelZoppo

DOLCE:

CASTAGNACCIO TOSCANO

Ingredienti per 6 persone

Farina di castagne 300 g
Acqua 500 ml circa
Olio extra-vergine di oliva 4 cucchiai
Pinoli 40 g
Uvetta sultanina 50 g
Noci sgusciate 50 g
Rosmarino fresco q.b.
Sale 1 pizzico



Difficoltà
Bassa



Preparazione
1h



Preparazione:

Mettete l'uvetta in ammollo in una ciotolina con acqua tiepida per circa 15 minuti, quindi scolatela e strizzatela bene. In una ciotola capiente, setacciate la farina di castagne, aggiungete un pizzico di sale e unite l'acqua poco alla volta, mescolando con una frusta a mano per evitare grumi. Dovrete ottenere una pastella liscia e abbastanza fluida. Aggiungete 2 cucchiari d'olio e incorporate metà dell'uvetta e dei pinoli. Ungete una teglia bassa e larga con olio, versatevi l'impasto e livellatelo. Distribuite sulla superficie i restanti pinoli, l'uvetta, i gherigli di noce spezzettati e qualche

ago di rosmarino. Irrorate con un filo d'olio e infornate a 200 °C per circa 35–40 minuti, finché sulla superficie si saranno formate le tipiche crepe del castagnaccio. Lasciate intiepidire e servite a fette.

GULLIVER
PROPONE

Olio extra vergine di oliva
Perle di Gulli



Lindt

CHOCO WAFER

Croccante. Cremoso. Da sogno.
UN PIACERE DA CONDIVIDERE

NOVITÀ



**LA GOLOSA
CREAZIONE DI CIOCCOLATO
E WAFER**



ITINERARI DEL TARTUFO BIANCO: PROFUMO DI BOSCO E SAPORI UNICI

Con l'arrivo dell'autunno, i **boschi del Piemonte e dell'Emilia-Romagna** si trasformano in scrigni profumati che custodiscono uno dei tesori gastronomici più pregiati al mondo: il tartufo bianco. Cercato, annusato e celebrato da secoli, questo fungo ipogeo diventa protagonista di itinerari che uniscono natura, tradizione e cucina, offrendo esperienze indimenticabili a chi ama viaggiare con gusto.

Le terre del tartufo bianco

Il triangolo d'oro del tartufo bianco italiano si estende tra le colline delle Langhe e del Monferrato in Piemonte e le campagne attorno ad Alba, capitale indiscussa del tubero. Ma non mancano mete sorprendenti anche in Emilia-Romagna, tra le colline di Savigno e la zona di Acqualagna, nelle Marche, dove si trova uno dei mercati più importanti d'Europa.

Ogni territorio ha le sue peculiarità: **boschi di querce e pioppi, terreni ricchi di umidità e la mano sapiente dei trifolao**, i cercatori che tramandano da generazioni l'arte di scovare questi gioielli della terra.

Con i trifolai nel bosco

Partecipare a una cerca del tartufo è un'esperienza che mescola avventura e poesia. Accompagnati dai trifolao e



dai loro cani addestrati, ci si addentra nei boschi all'alba, quando l'aria è più umida e i profumi più intensi.

Il silenzio, interrotto solo dal fruscio delle foglie, viene spezzato dall'abbaiare del cane che segnala la presenza del tubero. Con delicatezza, il trifolao scava e porta alla luce il tartufo, emanando un profumo che rimane impresso nella memoria. Molti itinerari organizzati offrono al visitatore la possibilità di assistere a questa magia e di conoscere i segreti di questo mestiere antico.

Le fiere e i mercati

Novembre è il mese d'oro per scoprire il tartufo bianco. L'appuntamento più celebre è la Fiera **Internazionale del Tartufo Bianco d'Alba**, che ogni anno richiama migliaia di visitatori da tutto il mondo.



Tra bancarelle profumate, degustazioni e aste dedicate, si celebra la versatilità di questo prodotto unico. Ma eventi simili si trovano anche a San Miniato in Toscana, ad Acqualagna nelle Marche e a Sant'Agata Feltria in Emilia-Romagna, piccoli borghi che in autunno si trasformano in capitali del gusto.

***Alba, Acqualagna
e San Miniato:
capitali d'autunno
e di profumi.***

Sapori in tavola

Il tartufo bianco è un ingrediente che non ha bisogno di grandi elaborazioni: il

suo aroma intenso si esprime al meglio su **piatti semplici e tradizionali**. Tajarin piemontesi al burro, risotto mantecato, uova al tegamino o carne cruda battuta al coltello diventano capolavori con qualche lamella sottile di tartufo appena affettato. Nei ristoranti tipici delle Langhe o nelle osterie dell'Appennino si può vivere il rito della grattugiata direttamente al tavolo, in un'esperienza che lega convivialità e raffinatezza.

Non solo cucina

Gli itinerari del tartufo bianco non sono soltanto un viaggio gastronomico, ma anche culturale e paesaggistico. Passeggiando tra i **vigneti delle Langhe**, patrimonio UNESCO, o tra i **castagneti dell'Appennino**, ci si immerge in scenari autunnali che sembrano dipinti: colline dorate, borghi

**SAN
CARLO**

**SAN
CARLO**

piùgusto®
IL GUSTO È DEI CURIOSI

6
sacchetti



gusto Pomodorini di stagione

multipacco



seguici su @sancarloofficial



medievali e strade che profumano di legna e mosto. Molti percorsi abbinano la ricerca del tartufo a visite in cantina, degustazioni di vini robusti come Barolo o Barbera, oppure a esperienze wellness nelle spa ricavate in antiche cascine.

*Tra colline dorate
e cantine, il
tartufo incontra
il vino.*

L'esperienza da portare a casa

Ogni itinerario lascia nel viaggiatore **un ricordo indelebile**: l'emozione di aver visto nascere dalla terra un piccolo gioiello profumato, il sapore unico di un piatto che esalta un ingrediente raro e la consapevolezza di aver vissuto una tradizione profondamente legata al territorio.



Il tartufo bianco, con la sua preziosità, non è solo cibo ma simbolo di un'Italia che sa valorizzare i suoi doni più autentici, intrecciando **natura, cultura e convivialità**. In questo autunno, scegliere un viaggio alla scoperta degli itinerari del tartufo bianco significa regalarsi momenti di profumo, gusto e bellezza. Un'esperienza capace di scaldare il cuore e rendere indimenticabile la stagione delle foglie che cadono.





SPECIALITÀ DI MAIS PER BUONGUSTAI



MolinodiFerro®

Mettiamo il gusto al primo posto



www.molinodiferro.com



SPEZIE CHE AIUTANO LA DIGESTIONE

SEGRETI IN CUCINA PER OGNI ESIGENZA

Le spezie, oltre a donare colore e aroma ai nostri piatti, rappresentano un **autentico alleato del benessere quotidiano**. Fin dall'antichità, in Oriente come nel Mediterraneo, venivano utilizzate non solo per conservare gli alimenti ma anche per facilitare la digestione dopo pasti abbondanti.

Le spezie stimolano la **produzione di enzimi e succhi gastrici**, favorendo un processo digestivo più rapido e leggero. In un'epoca in cui i ritmi di vita spesso portano a cattive abitudini alimentari, inserirle nella dieta è un gesto semplice ma efficace per **migliorare la salute dell'intestino** e il comfort post-prandiale.



MANGIAR BENE E SENTIRSI IN FORMA

**Olio di
Mais**



**Maionese
100%
Vegetale**





Le più efficaci: zenzero, curcuma, finocchio e cumino

Tra le spezie più note per le loro proprietà digestive spiccano alcune protagoniste della cucina naturale:

- Lo **zenzero** è un potente antinausea e carminativo, utile per contrastare la sensazione di gonfiore e pesantezza.
- La **curcuma**, grazie alla curcumina, stimola la secrezione biliare e favorisce la digestione dei grassi, oltre ad avere un effetto antinfiammatorio sull'apparato gastrointestinale.
- I **semi di finocchio** sono ideali dopo i pasti per combattere meteorismo e crampi addominali.
- Il **cumino**, diffuso nella cucina indiana e mediorientale, sostiene l'attività digestiva e riduce la fermentazione intestinale.
- Inserire anche solo una di queste spezie nelle proprie ricette quotidiane può fare la differenza, rendendo ogni piatto più profumato e salutare.

Come usarle in cucina

Usare le spezie per favorire la digestione non richiede grandi cambiamenti nelle abitudini culinarie. Lo **zenzero** fresco può essere grattugiato nelle zuppe

o nelle tisane, mentre la curcuma si abbina perfettamente a riso, legumi e carni bianche. I **semi di finocchio** possono essere aggiunti alle verdure al forno o usati per preparare una tisana digestiva dopo cena. Il **cumino**, infine, si sposa con i legumi e i piatti speziati a base di verdure, conferendo un aroma caldo e intenso.

La chiave è la **moderazione**: poche dosi ben calibrate bastano per ottenere effetti benefici e un gusto equilibrato. Inserire le spezie nella dieta non solo arricchisce il palato, ma contribuisce a migliorare il benessere generale, rendendo la digestione un momento più naturale e armonioso.





Il sapore della nostra storia.

Siamo friulani: gente sincera, generosa, poche parole e molto da dire. Per noi una stretta di mano è già una promessa, e una fetta del nostro prosciutto crudo una storia da raccontare.

È la storia della nostra scelta quotidiana, perché selezioniamo sempre con attenzione i migliori suini italiani allevati naturalmente, e il racconto di una passione, perché la nostra tecnologia ha un profondo rispetto per i metodi tradizionali di lavorazione.

Una storia che scriviamo ogni giorno, personalmente, dall'inizio fino alla tavola di chi la sa gustare: dall'allevamento alla stagionatura, ogni fase è un capitolo che controlliamo con il massimo rigore. Perché sappiamo che solo fette così meritano la nostra firma.

Dall'allevamento alla stagionatura: tutto è SanDan.

Ci fidiamo solo della nostra esperienza, per questo utilizziamo solo strutture che controlliamo direttamente. Aziende agricole d'allevamento, dove i suini crescono in un ambiente sano e curato, alimentati solo con granturco, orzo, mais e siero di latte; il macello, distante il minimo indispensabile per ridurre al massimo lo "stress da trasporto"; il prosciuttificio, dove mani esperte e sistemi all'avanguardia lavorano in perfetta armonia: passo dopo passo, nasce così il nostro migliore prosciutto.

San Daniele: per chi vuole in un sapore unico tutto il profumo dell'aria del Friuli.

Nazionale: per chi cerca il gusto caratteristico delle migliori cosce nostrane.

Ogni fetta di SanDan dà il meglio di sé, e porta in tavola tutto il sapore della tradizione italiana.

Località Anoedis 11/2

33038 San Daniele del Friuli (UD)

Tel. 0432.956767 - info@sandanprosciutti.it



MANI SCREPOLATE? TRATTAMENTI SOS CASALINGHI

Con l'arrivo dei primi freddi e il cambio di stagione, le mani sono tra le prime a risentire degli sbalzi di temperatura, del vento e dei lavaggi frequenti. **Pelle secca, screpolature e piccoli arrossamenti** diventano fastidiosi compagni, soprattutto per chi trascorre molte ore all'aperto o utilizza prodotti aggressivi.

Non è necessario correre subito in profumeria: spesso bastano **semplici trattamenti casalinghi** per ridare comfort e morbidezza alle mani, prevenendo i fastidi e regalando una coccola quotidiana.

Idratazione quotidiana: la prima arma di difesa

Applicare una crema mani più volte al giorno è il gesto base. Meglio scegliere prodotti ricchi di burro di karité, glicerina o oli vegetali come quello di mandorle o jojoba. Un

La tenerezza
è importante,
bastano gesti
piccolini!



ARMANDO TESTA



Scopri la morbidezza e il Comfort dei Fazzoletti Tenderly.

Scopri i fazzoletti Tenderly Comfort, 4 veli pensati per offrirti il massimo del comfort e della resistenza durante i raffreddori più difficili. Perché la voglia di tenerezza... non finisce mai!

   [tenderly.it](https://www.tenderly.it)

Lucart S.p.A. Via Ciarpi, 77 - Porcari (LU) ITALIA

Tenderly

Un mondo di tenerezza

consiglio utile è tenerne sempre uno a portata di mano: accanto al lavello in cucina, in borsa, sulla scrivania. Così diventa più naturale applicarla dopo ogni lavaggio e mantenere la pelle elastica.

Scrub delicati per rinnovare la pelle

Per eliminare cellule morte e rendere la pelle più recettiva ai trattamenti, lo **scrub mani** è un alleato prezioso. Si può preparare in casa mescolando zucchero di canna con un cucchiaino di miele e qualche goccia di olio d'oliva. Con **movimenti circolari e delicati**, si massaggia il composto sulle mani per due minuti, poi si risciacqua con acqua tiepida. Il risultato? Pelle più liscia e luminosa, pronta ad assorbire la crema idratante.

Impacchi nutrienti per un'azione intensiva

Quando le screpolature si fanno più evidenti, è il momento di un trattamento d'urto. Una maschera nutriente può essere realizzata con **yogurt naturale e qualche goccia di olio essenziale di lavanda**, dall'effetto lenitivo. Basta applicarla sulle mani, coprirle con dei guanti di cotone e lasciare agire per almeno 20 minuti. Un rituale semplice che dona sollievo immediato e morbidezza duratura.

Attenzione alle buone abitudini

Proteggere le mani significa anche prevenire. Meglio indossare guanti quando si fanno lavori domestici o quando si esce in giornate particolarmente fredde e ventose. Anche la temperatura dell'acqua è importante: evitare lavaggi troppo

caldi, che disidratano la pelle, e preferire detergenti delicati con pH neutro.

Un gesto di cura che è anche relax

Prendersi cura delle mani non è solo una necessità estetica, ma un piccolo rito di benessere. Regalarsi qualche minuto al giorno per idratarle e coccolarle diventa un modo per rallentare e concedersi attenzioni. Perché mani curate non solo raccontano molto di noi, ma ci fanno sentire meglio, soprattutto nei mesi più freddi.





FRAGRANZE PER LA TUA CASA

NOVITÀ





SICUREZZA DOMESTICA

PICCOLI ACCORGIMENTI QUOTIDIANI

La sicurezza domestica non è un tema da affrontare solo in caso di emergenza, ma un insieme di buone pratiche che dovrebbero entrare nella routine di ogni giorno. Piccoli gesti quotidiani possono davvero fare la differenza nel **prevenire incidenti o intrusioni indesiderate**.

Chiudere sempre porte e finestre, anche per brevi assenze, non lasciare chiavi sotto lo zerbino o in luoghi facilmente individuabili, controllare che le serrature funzionino correttamente: sono azioni semplici ma decisive per vivere in tranquillità. Una casa sicura nasce dall'**attenzione costante**, non dall'allarmismo, e il primo passo è proprio

CI SONO UN SACCHETTO DI COSE CHE PUOI FARE PER L'AMBIENTE.

**E TUTTE
COMINCIANO
CON IL RIUSO
DI UN SACCHETTO
DI PLASTICA.**

Stai per portare a casa un sacchetto di **plastica**?
Riusalo più e più volte fino a quando non è rotto,
poi conferiscilo nella **raccolta differenziata della plastica**
e non disperderlo mai nell'ambiente! **Per dire basta
agli sprechi, ti basta riusare un sacchetto di plastica.**

FEDERDISTRIBUZIONE
LE AZIENDE DELLA DISTRIBUZIONE MODERNA

 **CONAI**[®]
CONSORZIO NAZIONALE IMBALLAGGI
DA COSA RINASCE COSA.

quello di adottare una **mentalità di prevenzione**. La consapevolezza dei rischi domestici – dal cortocircuito a una caduta accidentale – permette di evitarli con prontezza, riducendo il rischio di danni o infortuni.

Prevenire gli incidenti più comuni

Molti degli incidenti domestici più frequenti derivano da distrazioni o sottovalutazioni. Lasciare pentole incustodite sui fornelli, sovraccaricare le prese, utilizzare prolunghe danneggiate o muoversi in ambienti disordinati sono comportamenti che possono facilmente trasformarsi in situazioni di pericolo. **Un ambiente ordinato è anche un ambiente più sicuro**, perché riduce il rischio di cadute e facilita eventuali interventi in caso di emergenza.

È consigliabile verificare periodicamente lo stato degli **impianti elettrici e del gas**, installare rilevatori di fumo e di monossido di carbonio, tenere un

estintore o una coperta ignifuga in cucina e in prossimità di fonti di calore. Anche in bagno, dove l'acqua può favorire scivolamenti o cortocircuiti, bastano tappetini antiscivolo e prese protette per evitare spiacevoli imprevisti. Non va dimenticata l'importanza dell'illuminazione: lampadine ben collocate e corridoi liberi aiutano a muoversi con sicurezza anche di notte.

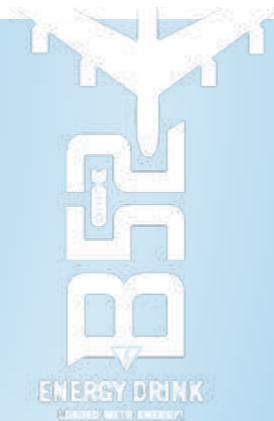
Tecnologia e buone pratiche per una casa più sicura

Oggi la tecnologia offre strumenti preziosi per rendere la casa più protetta. **Dalle telecamere intelligenti collegate allo smartphone ai sensori di movimento e alle serrature elettroniche**, la domotica consente di controllare gli ambienti anche a distanza, garantendo un monitoraggio costante. Ci sono anche dispositivi in grado di segnalare fughe di gas, allagamenti o variazioni anomale di temperatura, fornendo un supporto immediato in caso di pericolo.

Tuttavia, nessuna innovazione può sostituire la prudenza: ricordarsi di spegnere gli elettrodomestici inutilizzati, non lasciare candele accese, non ostruire le vie di fuga e mantenere il giusto livello di manutenzione degli impianti sono regole sempre valide. Anche il **dialogo tra familiari** è parte della sicurezza domestica: condividere buone abitudini e responsabilità aiuta a creare un ambiente attento e protetto. Con pochi accorgimenti e un po' di consapevolezza, la casa diventa davvero un rifugio sicuro, dove vivere in serenità ogni giorno.



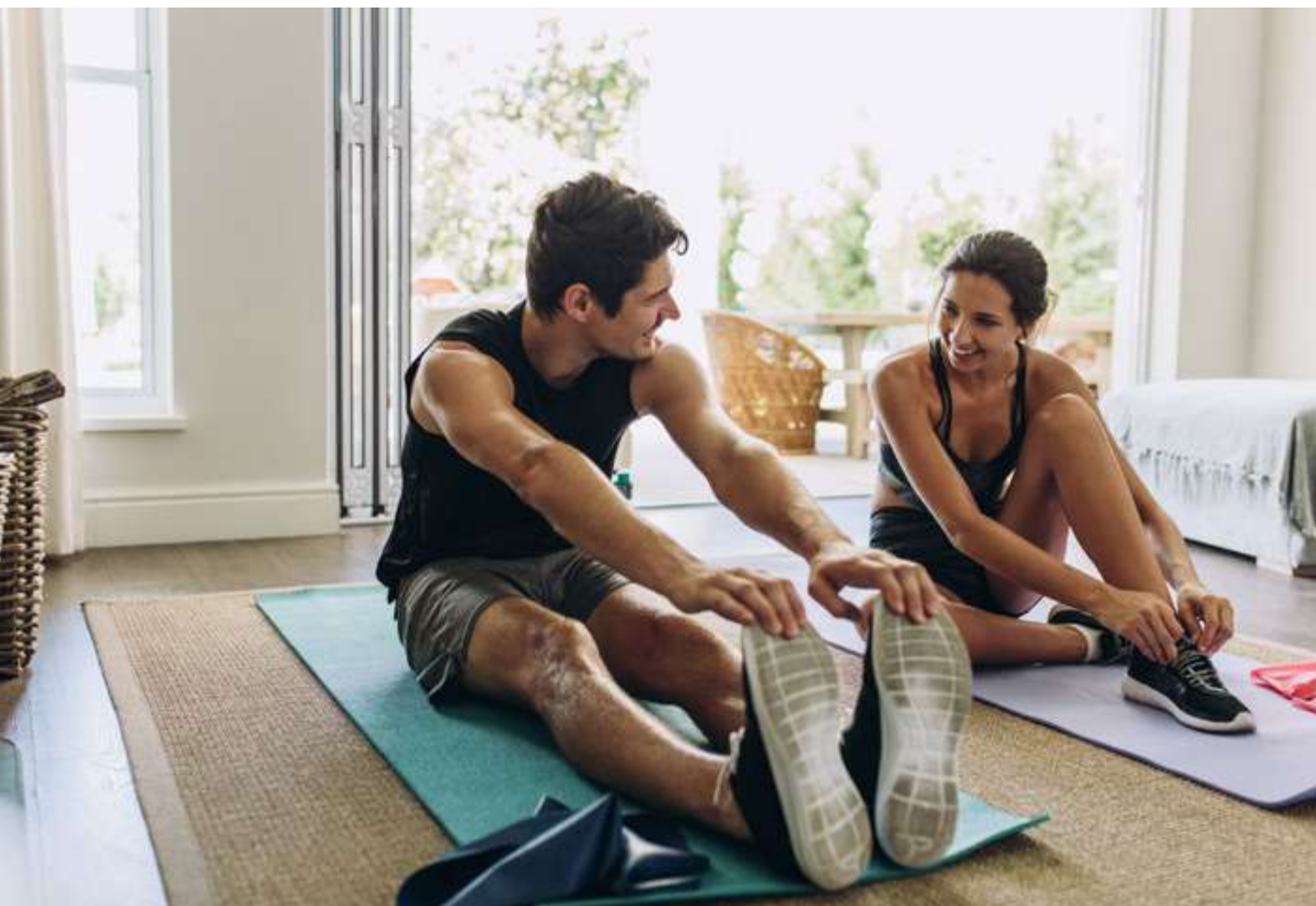
LOADED WITH ENERGY



SCOPRI DI PIÙ



B52 – ENERGIA CHE SI SENTE, GUSTO CHE SI RICORDA
NON È SOLO UNA BEVANDA ENERGETICA: È UN'ESPLOSIONE DI VITALITÀ, PRODOTTA
NEI PAESI BASSI DA BAVARIA, SINONIMO DI QUALITÀ E INNOVAZIONE.
SCEGLI LA TUA CARICA: CLASSICA, PER L'ENERGIA PURA, O SUGAR FREE, PER LA
STESSA INTENSITÀ SENZA ZUCCHERI.



IL WORKOUT DA 10 MINUTI PER SPEZZARE LA SEDENTARIETÀ

Le giornate trascorse tra lavoro, studio e impegni quotidiani ci costringono spesso a stare seduti per ore. Una routine sedentaria che, a lungo andare, pesa non solo sulla postura ma anche su energia, tono muscolare e concentrazione. Eppure non servono ore di palestra per rimettere in moto il corpo: bastano dieci minuti ben strutturati per **riattivare la circolazione, ossigenare i muscoli e spezzare la monotonia della scrivania.**

IRRESISTIBILI NOVITÀ



Perché 10 minuti fanno la differenza

Brevi sessioni di esercizio inserite durante la giornata aiutano a migliorare il metabolismo, contrastare rigidità muscolari e mantenere attivo l'umore. Un allenamento di questo tipo non sostituisce l'attività sportiva regolare, ma rappresenta un efficace “pit-stop” di benessere per chi passa molte ore seduto.

Riscaldamento rapido

Si parte con **due minuti di mobilità articolare**: rotazioni delle spalle, piegamenti laterali del busto e qualche slancio delle gambe. Questi movimenti sciolgono le tensioni accumulate e preparano il corpo agli esercizi successivi.

Il circuito da 10 minuti

- **Squat a corpo libero (1 minuto)**: gambe alla larghezza delle spalle, piegate le ginocchia portando il bacino indietro. Rinforza quadricipiti e glutei.
- **Plank statico (30 secondi)**: gomiti a terra, corpo allineato. Coinvolge addome e schiena.
- **Affondi alternati (1 minuto)**: passo in avanti piegando entrambe le ginocchia a 90°. Ottimo per gambe e equilibrio.
- **Push-up semplificati (30 secondi)**: appoggiate le ginocchia se necessario. Rinforzano pettorali e braccia.
- **Jumping jacks (1 minuto)**: esercizio cardio per alzare il battito.
- **Mountain climber (30 secondi)**: posizione di plank, portando le ginocchia al petto. Brucia calorie e attiva il core.

Ripetere il circuito due volte, alternando fasi di impegno e recupero.

Stretching finale

Per chiudere, **qualche minuto di stretching**: allungamento dei quadricipiti, braccia sopra la testa e piegamenti in avanti. Un gesto che riduce tensioni e dona immediata sensazione di leggerezza.

Un alleato contro la sedentarietà

Questo workout da 10 minuti è la dimostrazione che anche chi ha poco tempo può ritagliarsi spazi per il benessere. Da fare a casa, in ufficio o in pausa, è un allenamento smart, adatto a tutti e capace di trasformare la giornata in meglio.



O AL BAR... O ABARIBI



Croissant soffici e fragranti come vuole la tradizionale arte pasticceria, confezionati appena sfornati per mantenere tutto il gusto e la fragranza che derivano dalla qualità degli ingredienti e dalla cura che mettiamo nel prepararli.

abaribi.it

Abaribi
il nome del croissant



CALENDARIO DELL'AVVENTO FAI-DA-TE: CREATIVITÀ E MAGIA CHE CRESCONO INSIEME ALL'ATTESA

Uno dei piccoli riti quotidiani che ci accompagnano verso il Natale è il **calendario dell'Avvento**: ogni finestrella che si apre regala un'emozione, un sorriso, un momento di condivisione. Ma oltre a quelli in commercio, c'è un modo ancora più coinvolgente per vivere la magia: crearne uno con le proprie mani.

Un calendario dell'Avvento fai-da-te non è solo un contenitore di sorprese, ma diventa un progetto creativo che **unisce grandi e piccini, stimola la fantasia** e trasforma l'attesa in un percorso fatto di gesti e ricordi.

parmalat
ZYmil[®]
Alta Digeribilità

**Benessere
da Vivere**



Immagini a scopo illustrativo



ACQUISTA
UNO DEI PRODOTTI
PARTECIPANTI



CONSERVA
IL DOCUMENTO
DI ACQUISTO



VAI SU
WWW.VINCICONGUSTO.IT

**INQUADRA QUI
E PARTECIPA**



PROVA A VINCERE UNO DEI VOUCHER

fino a 1.000€ per il tuo momento di Benessere*

*Voucher spendibile per la fruizione di un soggiorno benessere con colazione, ingresso SPA e/o trattamento in una struttura ubicata sul territorio italiano a scelta del vincitore fino al valore massimo di 1.000 €. Consultare il regolamento su www.VinciConGusto.it per le tempistiche, modalità di prenotazione e termini di utilizzo del voucher. Concorso a Premi "BENESSERE DA VIVERE" valido per acquisti dal 06/10/2025 al 01/12/2025. Puoi partecipare dalle ore 09.00 alle ore 22.00 di ciascuna giornata di validità del concorso. Conserva l'originale del documento di acquisto almeno sino al 31/03/2026. Montepremi Euro 10.000,00 (IVA inclusa ove presente).

Materiali semplici, idee infinite

Per realizzarlo non serve molto: **scatoline di cartone, sacchetti di stoffa o carta kraft, mollette di legno, spago e numeri adesivi**. Con pochi oggetti di uso comune si possono costruire soluzioni originali: bustine appese come bandierine lungo una corda, scatoline impilate a formare un albero, oppure piccoli barattoli decorati con nastri e glitter. L'importante è personalizzarlo, scegliendo colori e dettagli che richiama lo stile della casa e il gusto di chi lo riceverà.

Sorprese oltre il cioccolato

Se i classici calendari dell'Avvento custodiscono dolcetti, quelli fai-da-te permettono di spaziare molto di più. All'interno di ogni pacchetto si possono inserire **bigliettini** con frasi motivazionali, **piccole sfide** divertenti per i bambini, **buoni** per un abbraccio



o una favola letta insieme, **stickers, gomme colorate** o **biscotti** fatti in casa. In questo modo ogni giorno diventa un'occasione di gioco e affetto, non solo di gusto.

Un'occasione educativa

Costruire un calendario dell'Avvento fatto in casa è anche un ottimo **laboratorio educativo**. I bambini imparano a contare i giorni, sviluppano manualità aiutando nei lavoretti e si avvicinano all'idea di attesa come valore positivo. La sorpresa quotidiana, piccola e significativa, li accompagna con leggerezza verso la festa più attesa dell'anno.

Una tradizione che resta nel cuore

Un calendario dell'Avvento fai-da-te non è un semplice oggetto, ma una tradizione che si rinnova e che può cambiare ogni anno, diventando sempre più personale. È un modo per rallentare, per mettere le mani in pasta insieme e per vivere il Natale non come corsa ai regali, ma come percorso fatto di piccoli momenti condivisi.



Miglior cane Miglior gatto

LE SPECIALITÀ ITALIANE

LE DELIZIOSE RICETTE DELLA TRADIZIONE
ORA DIRETTAMENTE IN CIOTOLA



Dalle tradizioni culinarie nascono **Le Specialità Italiane**, per condividere con tutta la famiglia i sapori di un tempo, riproposti nelle appetitose ricette formulate per il benessere di cani e gatti. **Spezzatino**, **Polpettone** e **Zuppetta** contengono carne fresca e deliziose verdure, le **Appetitive Crocchette** ricche in carni, con ingredienti naturali e cereali integrali sono condite con pomodoro, olio d'oliva ed erbe aromatiche: **ingredienti tipicamente italiani**.

MORANDO
La storia del pet food in Italia



PROFUMI E ODORI DI CASA: QUALI PIACCIONO (E INFASTIDISCONO) AI NOSTRI ANIMALI?

Vivere con un cane o un gatto significa condividere spazi, abitudini e anche... odori. Il nostro naso coglie solo una parte delle fragranze presenti in casa, ma per i nostri amici a 4 zampe il mondo olfattivo è molto più ricco e complesso. Capire quali profumi li rilassano e quali, al contrario, possono risultare fastidiosi o addirittura nocivi, è un gesto importante di **cura e rispetto**.

Un olfatto mille volte più potente

I cani hanno fino a **220 milioni di recettori olfattivi** (contro i nostri circa 5 milioni), mentre i **gatti**, seppur meno specializzati, percepiscono odori con un'intensità molto superiore alla nostra. Questo significa che ciò che per noi è un delicato aroma, per loro può essere un'esplosione invadente e stressante.

L'ORÉAL
PARIS

GARNIER

Mixa
ESPERTO DELLA PELLE SENSIBILE

LA TUA SPESA DI BELLEZZA CON L'ORÉAL
**ACQUISTA ALMENO 20€ DI PRODOTTI
L'ORÉAL, GARNIER E/O MIXA*,
TI RIMBORSIAMO 10€****



*con un unico documento d'acquisto. Sono esclusi i prodotti delle linee: Fructis Style, Cadonett, StudioLine e Elnett di Garnier e i prodotti make-up a marchio L'Oréal Paris. Entro 7 giorni dall'acquisto invia tramite WhatsApp al 339 995 8112 la fotografia e i dati del documento d'acquisto. In caso di esito positivo ti verrà inviato un link per concludere la richiesta. Potrai ottenere al massimo 1 rimborso. Conserva l'originale del documento d'acquisto fino al ricevimento del rimborso. Cashback "LA TUA SPESA DI BELLEZZA CON L'ORÉAL" valido dal 01.10.2025 al 30.11.2025. Termini e Condizioni, e-commerce, punti vendita e prodotti coinvolti richiedibili a lorealparis@it.oaccare.com e a garnier@it.oaccare.com e consultabili su www.loreal-paris.it, www.garnier.it e www.mixa.it Per informazioni scrivi a latuaspesadibellezza@slangcomunicazione.it **Rimborso calcolato sul prezzo liberamente determinato dal rivenditore.

Profumi che possono piacere

Molti animali gradiscono **odori naturali e poco persistenti**. L'aroma dell'erba appena tagliata, della camomilla, della lavanda in dosi leggere o delle piante aromatiche come il rosmarino o il basilico fresco può risultare piacevole e rassicurante. Alcuni gatti, ad esempio, sono attratti dall'erba gatta o dalla valeriana, che stimola il gioco e li rende più vivaci.

Odori da evitare assolutamente

Attenzione invece a **profumazioni artificiali e intense**. Candele profumate, spray per ambienti, deodoranti e incensi possono risultare irritanti per il loro olfatto e in certi casi anche tossici, soprattutto se contengono oli essenziali come tea tree, eucalipto, menta piperita o agrumi in concentrazioni elevate.

Questi possono causare reazioni respiratorie o cutanee. Anche alcuni detersivi per la pulizia della casa, troppo profumati o aggressivi, disturbano i nostri animali, che vivono gli ambienti a diretto contatto con pavimenti e superfici.



Come rendere la casa un luogo a misura di naso

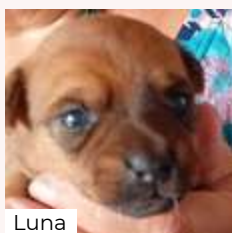
Per favorire il benessere olfattivo dei nostri compagni pelosi è utile **arieggiare spesso le stanze, utilizzare prodotti di pulizia neutri e limitare l'uso di profumi artificiali**. In alternativa, si possono diffondere in modo controllato **essenze leggere e naturali**, assicurandosi sempre che non siano tossiche per gli animali.

Rispetto e benessere condiviso

Conoscere le preferenze e i limiti olfattivi dei nostri animali significa rendere la casa un ambiente davvero accogliente anche per loro. In fondo, la convivenza è fatta di piccole attenzioni quotidiane: se per noi un odore può essere piacevole, per loro potrebbe rappresentare un disagio. Saperlo e adattarsi è il modo migliore per prendersi cura del loro equilibrio e condividere una vita serena e armoniosa.



ADOZIONE
CUCCIOLI



Luna



Bella



Max



Leo

Quattro piccole meraviglie cercano casa! Luna, Bella, Max e Leo sono quattro fratellini di taglia piccola, dolcissimi e sempre coccolati dalla loro mamma Chicca, che non li perde mai di vista! Saranno adottabili da dicembre, con prassi veterinaria completa, e porteranno in famiglia tutta la tenerezza del Natale.

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



Unilever punta a raccogliere e trattare
più imballaggi in plastica di quanti ne vende,
entro il 2025.



Scopri di più su www.unilever.com



ASCOLTA LEGGI GUARDA

CONSIGLI DI LETTURA



VERRÀ L'ALBA, STARAI BENE

GIANLUCA GOTTO

CASA EDITRICE: MONDADORI

Cartaceo: € 18,00 | eBook: € 9,99

Con il suo stile intimo e riflessivo, Gianluca Gotto torna con un romanzo che intreccia viaggi interiori e geografici. Verrà l'alba, starai bene è la storia di un uomo che decide di lasciare tutto per riscoprire il senso autentico della vita, affrontando paure, ricordi e il bisogno di perdonarsi. Un racconto di rinascita e accettazione, dove l'alba diventa metafora di un nuovo inizio possibile, anche dopo le notti più difficili. Gotto invita il lettore a rallentare, a respirare e a ritrovare sé stesso nella semplicità dei gesti quotidiani e nella consapevolezza del presente.



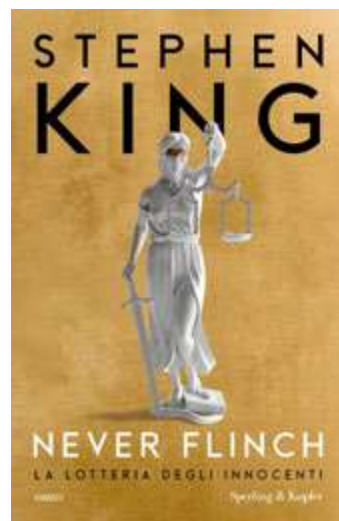
NEVER FLINCH. LA LOTTERIA DEGLI INNOCENTI

STEPHEN KING

CASA EDITRICE: Sperling & Kupfer

Cartaceo: €23,00 | eBook: € 12,99

Il maestro dell'horror torna con un romanzo che mescola suspense, introspezione e critica sociale. Never flinch racconta una piccola comunità americana sconvolta da una misteriosa lotteria che, ogni anno, chiede un sacrificio in nome della prosperità collettiva. Un King più cupo e simbolico che mai, capace di intrecciare tensione psicologica e orrore morale in una storia che parla di colpa, paura e manipolazione. Tra realismo magico e incubo contemporaneo, lo scrittore indaga il limite sottile tra innocenza e responsabilità, restituendo al lettore un nuovo, inquietante affresco della natura umana.



Mr Muscle®

L'ALLEATO PERFETTO CONTRO GLI INGORGHI!



Mr Muscle Idraulico Gel 1L

Libera lavandini, tubature
e scarichi intasati.
Azione rapida in 5 minuti!



Mr Muscle Sciogli Capelli 500ml

Rimuove efficacemente capelli e peli di
animali da lavandini e scarichi,
dissolvendoli al contatto per liberare il
flusso d'acqua. Azione rapida in 5 minuti!



Mr Muscle Niagara Cucina Gel 1L

Libera in modo efficace lavandini,
tubature e scarichi della cucina
da ogni tipo di ostruzione.



ASCOLTA LEGGI GUARDA

SERIE TV



PLURIBUS

Genere: Thriller politico

Distribuzione: Apple TV+

Cast principale: Jessica Chastain, Daniel Brühl

Un thriller corale che intreccia potere, diplomazia e intrighi internazionali. Ambientata tra Washington e Bruxelles, la serie segue le vicende di una rete di politici, attivisti e agenti segreti che lottano per mantenere l'equilibrio globale. Con una narrazione tesa e raffinata, Pluribus esplora il lato oscuro della politica contemporanea, dove ogni scelta può avere conseguenze devastanti. Un racconto lucido e avvincente sulle fragilità del potere e della verità.



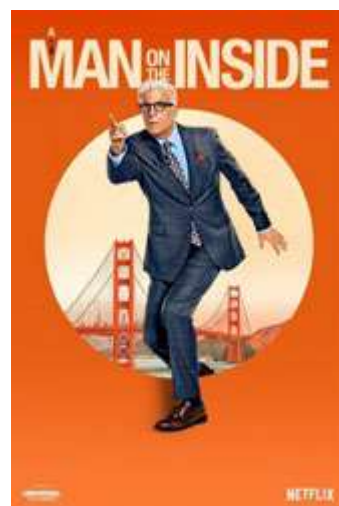
A MAN ON THE INSIDE – STAGIONE 2

Genere: Crime, drammatico

Distribuzione: Netflix

Cast principale: Pedro Pascal, Jodie Comer

Dopo il successo della prima stagione, la serie torna con nuovi colpi di scena. L'agente sotto copertura interpretato da Pedro Pascal si trova nuovamente intrappolato tra fedeltà e sopravvivenza, mentre l'arrivo del personaggio interpretato da Jodie Comer cambia le regole del gioco. A Man On the Inside continua a raccontare la sottile linea che separa il bene dal male, con una fotografia cupa e una tensione costante che rendono ogni episodio una sfida morale e psicologica. Un ritorno potente e inquieto nel mondo dell'inganno e del doppio gioco.



PROVA GRATIS

IL NUOVO

Vernel

PER
TUTTI
I TESSUTI

FRESCHEZZA
DI LUNGA
DURATA

PER **TUTTI** I TESSUTI



**Acquista un prodotto Vernel,
ti rimborsiamo l'intero importo!**

Iniziativa "CASHBACK VERNEL HENKEL" in collaborazione con ICT Labs valida dal 15.09.25 al 30.11.25. Conserva lo scontrino, la confezione del prodotto acquistata e registrati entro 5gg dall'acquisto sul sito concorsi.donnad.it dove trovi Termini & Condizioni con la modalità di partecipazione. Ogni consumatore può partecipare al massimo 1 volta.



ASCOLTA LEGGI GUARDA

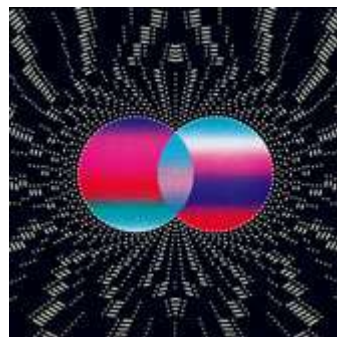
DISCHI IN USCITA



CREMONINILIVE25

CESARE CREMONINI

Un viaggio musicale attraverso venticinque anni di carriera, CremoniniLIVE25 raccoglie i momenti più iconici del cantautore bolognese in un doppio album che cattura l'energia dei concerti e la magia del rapporto con il pubblico. Un omaggio sincero alla musica dal vivo, con arrangiamenti rinnovati e ospiti d'eccezione. Tra brani storici e nuove sfumature interpretative, Cremonini celebra la sua evoluzione artistica, confermandosi tra le voci più autentiche del pop italiano contemporaneo.



SPERIAMO

VENERUS

Con Speriamo, Venerus torna a esplorare il suo universo sonoro fatto di contaminazioni tra soul, elettronica e cantautorato. Il disco è una riflessione luminosa sul tempo, sull'amore e sulla fragilità umana, costruita attraverso melodie avvolgenti e testi poetici. Ogni brano è un piccolo viaggio interiore, dove l'uso raffinato della voce e la cura dei suoni creano un'esperienza intima e visionaria. Speriamo conferma Venerus come una delle figure più innovative della nuova scena musicale italiana.



dal 1762

Più che un libro, uno stile di vita



l'oroscopo
e le stelle



la guida per
orto, giardino
e balcone



le ricette
di stagione



gli animali
in città



i consigli
della Luna



Il significato
dei sogni



Tutta l'esperienza del saggio Barbanera
per vivere bene secondo natura

In edicola, in libreria e in rete



ASCOLTA LEGGI GUARDA

AGENDA APPUNTAMENTI

FESTIVAL DI ARTE CONTEMPORANEA ARTDATE BERGAMO, 13-16 NOVEMBRE

Dal 13 al 16 novembre, Bergamo torna a essere il cuore pulsante della scena artistica italiana con ArtDate, il Festival di Arte Contemporanea organizzato da The Blank. L'evento coinvolge gallerie, musei e spazi indipendenti in un ricco programma di mostre, performance, talk e visite guidate. Il tema di quest'anno ruota attorno al dialogo tra memoria e futuro, invitando artisti e pubblico a riflettere sul ruolo dell'arte come archivio di esperienze e laboratorio di visioni. Un'occasione unica per scoprire come la creatività possa trasformare la città in un'opera collettiva.



Per maggiori informazioni
www.theblank.it/artdate/

LIVEUROPE FESTIVAL 2025 MILANO E PARMA, 27-28-29 NOVEMBRE

Il Liveurope Festival 2025 approda in Italia con un doppio appuntamento tra Milano e Parma, celebrando la diversità musicale europea. Il progetto, sostenuto dal programma Creative Europe della Commissione Europea, riunisce alcune delle migliori band emergenti del continente in una rassegna di concerti, showcase e incontri con professionisti del settore. Le due città ospiteranno artisti provenienti da oltre venti Paesi, offrendo un palcoscenico alla nuova scena indie, elettronica e alternative. Un viaggio sonoro nel futuro della musica europea, all'insegna dello scambio culturale e della scoperta di nuovi talenti.



Per maggiori informazioni
[www.liveurope.eu/
events/liveurope-festival-
santeria-2025](http://www.liveurope.eu/events/liveurope-festival-santeria-2025)



OROSCOPO DI GULLI

NOVEMBRE 2025



Ariete

Novembre vi invita a rallentare e a riflettere prima di agire. Sul lavoro meglio non strafare: ascoltare e pianificare porterà più risultati che correre.



Bilancia

Creatività e diplomazia vi sostengono, ma attenzione alle indecisioni. È il momento giusto per chiarire rapporti rimasti in sospeso.



Toro

Mese positivo per consolidare relazioni e progetti a lungo termine. La vostra costanza sarà premiata, soprattutto in ambito affettivo.



Scorpione

Con il Sole nel segno, vi sentite più forti e determinati. Usate questa energia per avviare nuovi progetti o cambiare ciò che non vi convince più.



Gemelli

L'energia non vi manca, ma rischiate di disperderla. Concentratevi su un obiettivo alla volta e vedrete progressi concreti.



Sagittario

L'attesa vi pesa, ma il mese chiede calma e preparazione. Seguite l'istinto senza forzare i tempi: arriverà il momento di brillare.



Cancro

Le stelle vi rendono più sensibili e desiderosi di intimità. Ottimo momento per rafforzare i legami familiari e prendersi cura di sé.



Capricorno

Pragmatismo e pazienza vi guideranno verso traguardi concreti. Bene anche sul piano affettivo: stabilità e piccoli gesti quotidiani rafforzano i legami.



Leone

Novembre porta nuove sfide professionali: se vi mettete in gioco con coraggio, riceverete riconoscimenti. In amore, più ascolto farà la differenza.



Acquario

Il desiderio di libertà si scontra con alcune responsabilità. Trovate un equilibrio tra dovere e creatività, senza rinunciare a ciò che vi fa sentire vivi.



Vergine

La vostra organizzazione sarà un asso nella manica per affrontare settimane intense. Non dimenticate di ritagliarvi spazi di relax.



Pesci

Novembre porta intuizioni preziose: fidatevi del vostro intuito. In amore e amicizia, lasciatevi andare senza paura di mostrare fragilità.

Consilia

il nostro miglior consiglio

Veri talenti, anche nel prezzo.



CASHBACK 10%
Solo per i possessori di
Sulli card **CARACITA**

**Confezione da
2 pizze Margherita
surgelate
Consilia**

2x330 g

4,53€/kg

2,99€

Offerta valida fino al 30 novembre nei punti vendita aderenti



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