

IL PANDORO

NOVITÀ DI GULLIVER
RICONOSCERE IL MERITO E STIMOLARE LE IDEE:
GULLIVER AL FIANCO DEI GIOVANI TALENTI

IN VIAGGIO CON GUSTO
WEEKEND DI RELAX IN MONTAGNA

IL SOMMELIER DI GULLI
CANTINE D'INVERNO, VIAGGI
ENOLOGICI SOTTO LA NEVE

UNIVERSO BIMBI
PICCOLI CHEF DELLE FESTE:
CIOCCOLATINI E MERENDE NATALIZIE

LE OFFERTE DI

Gulli
VIAGGIO NELLA QUALITÀ

SCOPRI ALL'INTERNO LE OFFERTE
SPECIALI DEL MESE A PAG 32,34 E 36

DICEMBRE
2025

A TAVOLA CON GULLI

PIANETA SPORT

BEAUTY

OROSCOPO



Una delizia, tanti gusti.



**Le mousse Melinda sono 100% naturali,
preparate solo con mele Melinda
di prima qualità e tanta frutta.
Per una bontà da portare sempre con te.**



Editoriale

Gulliver celebra il mese di Dicembre con iniziative che raccontano impegno, memoria e futuro: dalla borsa di studio “Franco Lugano” al nuovo “Premio Pino Pugnaghi”, dedicato a un collaboratore speciale che ha lasciato un segno indelebile. E ancora, un contest per i giovani talenti dell'Università di Pavia, legato all'apertura del nuovo punto vendita in arrivo in città il prossimo anno. Un mese di riconoscimenti e di nuovi inizi.



**Il calore e
i gesti che
contano**

Tra le pagine di questo numero, i profumi del Natale prendono vita: il Pandoro, protagonista dolce della tavola, i biscotti e i torroni che sanno di tradizione e di festa. Vi portiamo alla scoperta delle cantine d'inverno, delle erbe spontanee da riscoprire e del lavoro dello chef genovese Daniele Rebosio, che con il suo team di Food Consulting ha creato una realtà di consulenza ristorativa e alimentare all'avanguardia.

Non mancano spunti per un Natale più consapevole, con idee per ridurre gli sprechi, decorazioni eco-chic e alternative vegetariane leggere ma gustose. E per chi ama coccolarsi, consigli beauty al profumo di vaniglia e spezie, perfetti per affrontare il freddo con dolcezza. Un numero che parla di calore e comunità, per vivere il mese più luminoso dell'anno con il gusto di condividere, ricordare e guardare avanti insieme.

Il Direttore





Sommario

Gulliver

EDITORIALE

A cura
del Direttore.

3

LE NOVITÀ DI GULLIVER

Riconoscere il merito e
stimolare le idee:
Gulliver al fianco dei
giovani talenti.

7

I PARTNER DI GULLIVER

Cabrioni, l'arte dei
biscotti Perle di Gulli.

10

◆ Food e dintorni



I PRODOTTI DEL MESE

Pandoro, il dolce del
Natale.

13



MOMENTI DI GUSTO

Dolci di dicembre:
biscotti, torroni e
magie di zucchero.

16



IL SOMMELIER DI GULLI

Cantine d'inverno,
viaggi enologici sotto
la neve.

19



INTORNO ALLO STIVALE

Matera, Basilicata:
i presepi viventi tra i Sassi.

30



L'ESPERTO DI FOOD

Natale senza sprechi:
come ridurre i rifiuti
durante le feste.

23



A TUTTO GREEN

Erbe spontanee:
riconoscerle e usarle in
cucina.

27



A TAVOLA CON GULLI

Tavola di Natale
Voglia di festa
Ultimo menù dell'anno

41 **INSERTO DA
STACCARE**



IN VIAGGIO CON GUSTO

Weekend di relax in
montagna: spa, neve e
cucina locale.

61

◆ Benessere



BENESSERE A TAVOLA

Gusto e leggerezza: alternative vegetariane per le feste.

67



BEAUTY

Profumi d'inverno: vaniglia, legni e spezie per scaldare l'atmosfera.

71



UNIVERSO BIMBI

Piccoli chef delle feste: cioccolatini e merende natalizie.

83



AMICI A 4 ZAMPE

Freddo e passeggiate: come proteggere zampe e pelo in inverno.

87

◆ Tempo libero



ASCOLTA LEGGI GUARDA

Tutte le novità del mese.

91



OROSCOPO

L'oroscopo di Dicembre.

98

◆ Stare insieme



CASA E CONSIGLI

Decorazioni eco-chic: idee con materiali naturali o riciclati.

75



PIANETA SPORT

Obiettivi per il nuovo anno: come iniziare il 2026 in forma.

79

LEGGI IL VOLANTINO ONLINE

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



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 105 - 2025 - Dicembre

Editore **Alfi S.r.l.**, Via Voghera 59, 15052 Casalinoceto (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

Consilia

il nostro miglior consiglio

Un vero talento, anche nel prezzo.



CASHBACK 10%
Solo per i possessori di

Sulli card

CAROVITA

**Prosciutto Crudo
di Parma DOP
Consilia Optima**

90 g

44,33€/kg

3,99€

Offerte valide fino al 31 dicembre nei punti vendita aderenti

RICONOSCERE IL MERITO E STIMOLARE LE IDEE: GULLIVER AL FIANCO DEI GIOVANI TALENTI



Il 5 novembre scorso, nell'Aula Ugo Foscolo dell'**Università di Pavia**, si è tenuto un evento speciale dedicato ai giovani e al futuro: il **Workshop "Human & Digital Retail"** del **professor Alfredo Sassi**, rivolto agli studenti del corso di laurea magistrale in **Comunicazione Digitale**.

Gulliver, da sempre attento alla crescita delle nuove generazioni, ha partecipato attivamente e sostenuto con entusiasmo l'iniziativa. Questa occasione ha permesso di entrare in contatto con il mondo accademico e approfondire temi attuali come **intelligenza artificiale, innovazione e nuove strutture del retail**, grazie anche al contributo di **Davide Cavalieri**, founder di Cavalieri Retail e partner storico di Gulliver.

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

Un riconoscimento che guarda al futuro

Al termine del **Workshop "Human & Digital Retail"**, Gulliver ha premiato 18 ragazzi delle scuole superiori che hanno aderito e vinto la **borsa di studio "Franco Lugano 2024"**. La premiazione dei vincitori è stata condotta da **Raffaella Scarsi**, Amministratore Delegato di Gulliver, insieme a **Marco Murelli**, presidente della ONLUS Un Gigante per Amico.

Nel corso dell'incontro, è stato annunciato il rinnovo della borsa di studio e l'istituzione del nuovo **"Premio Pino Pugnaghi 2025"**, dedicato alla memoria del collaboratore Pino appassionato e instancabile, che con la sua dedizione e il suo esempio di umanità ha lasciato un segno indelebile e continuerà ad ispirare le nuove generazioni di talenti.

Idee e innovazione: una sfida per gli studenti

La giornata si è conclusa con il lancio di un contest rivolto agli studenti del corso di Comunicazione Digitale dell'Università di Pavia: una sfida per sviluppare idee di marketing dedicate all'apertura del **nuovo punto vendita Gulliver in città**.

Il progetto, ideato in collaborazione con l'Università di Pavia, ha invitato i ragazzi a elaborare strategie innovative per promuovere il nuovo punto di vendita della città e attrarre i giovani residenti. Hanno partecipato all'iniziativa **60 studenti** del corso di Comunicazione Digitale, **divisi**



in 6 gruppi di lavoro, e presentato numerose idee innovative per il futuro punto vendita Gulliver di Pavia. C'è chi ha pensato all'ideazione di un "navigatore" che durante la spesa guidi il consumatore verso il prodotto che deve acquistare, ma anche chi ha immaginato una Box "Zero Sbatti" contenente pasti pronti per i fuori sede. Gulliver ha premiato il team vincitore con dei **buoni spesa** e omaggiato tutti i partecipanti con **una selezione di prodotti Consilia e Perle di Gulli**.

Un'iniziativa che unisce **formazione, territorio e innovazione**, e che conferma l'impegno di Gulliver nel sostenere i giovani, investendo in conoscenza e opportunità per il futuro.



I PARTNER DI GULLIVER



CABRIONI

L'ARTE DEI BISCOTTI PERLE DI GULLI

I biscotti Cabrioni sono un esempio di artigianalità e sapienza nell'arte della produzione di cibo. **Cabrioni** è un marchio emiliano che porta sulle tavole italiane la genuinità dei biscotti di una volta, preparati con ingredienti semplici, selezionati e senza scorciatoie. Nata in un piccolo laboratorio dell'Appennino, l'azienda ha mantenuto nel tempo lo stesso **approccio artigianale**: ricette essenziali, profumi che sanno di casa e una lavorazione attenta che valorizza farine di qualità, burro fresco e uova italiane.

Dai frollini classici ai biscotti integrali, passando per le versioni più golose con cacao o miele, ogni prodotto Cabrioni per la linea dei biscotti **Perle di Gulli** è pensato per regalare un momento autentico di dolcezza quotidiana. Un marchio che unisce **tradizione e**

semplicità, con il gusto sincero di chi crede ancora nelle cose fatte bene. Ne abbiamo parlato con **Andrea Bosi**, direttore commerciale dell'azienda.

Quali prodotti possono trovare i clienti Gulliver sugli scaffali del supermercato?

Tutta la nostra gamma di biscotti, dai classici Biscotti di Marola, i Primi Amori e le Montagnole fino ai più elaborati, come i Ciocofroll con gocce di cioccolato e i Capricci al cacao e cioccolato. Come azienda abbiamo una produzione ampia, che coinvolge anche i wafer, i bignè e le ciambelline.

Quali ingredienti usate per la vostra produzione? Quali sono i punti di forza delle vostre scelte?

Sicuramente l'artigianalità e l'attenzione alla qualità e alla freschezza del prodotto. Il nostro forno di produzione si trova a circa 800 metri di altitudine sull'Appennino Emiliano, usiamo farine 100% italiane e uova fresche di giornata per tutte le produzioni. Anche il miele che selezioniamo è genuino e viene dal nostro territorio, l'attenzione che riponiamo ai nostri ingredienti è massima.

I vostri biscotti sono adatti anche ai consumatori più esigenti in termini di parametri alimentari?

Assolutamente sì, i nostri prodotti sono privi di olio di palma, di aromi artificiali e di grassi idrogenati. Abbiamo una produzione al 100% priva di OGM, senza conservanti né coloranti. Anche la nostra produzione è totalmente automatizzata e attenta ai più alti standard qualitativi.



**DISPONIBILI IN TUTTI I PUNTI
DI VENDITA GULLIVER:**

- Biscotti con miele millefiori 650g
- Biscotti integrali 650g
- Biscotti con gocce di cioccolato 650g
- Biscotti al cacao e gocce di cioccolato 650g



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° 1183/96

È garantito dal



MINISTERO DELLE POLITICHE AGRICOLE,
ALIMENTARI E FORESTALI

ai sensi dell'art. 12 del Regolamento (CE) n° 1183/96

È certificato da:



ISTITUTO PAVIA QUALITÀ

È commercializzato nei negozi che
il Salame di Varzi DOP
è solo quello accompagnato
dall'etichetta ufficiale



prodotti ottenuti secondo quanto
previsto dal decreto e sigillati
dopo la fase 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.



PANDORO

IL DOLCE DEL NATALE

Soffice, dorato e profumato di vaniglia, il **pandoro** è uno dei simboli più amati del Natale italiano. La sua origine veronese, legata alla tradizione dei grandi lievitati, racconta una storia di pazienza, cura e arte pasticceria. Oggi il pandoro è un protagonista irrinunciabile delle tavole festive: perfetto al naturale, si presta anche a interpretazioni golose che valorizzano la sua alveolatura soffice e il gusto delicato. Tra gli abbinamenti più amati c'è senza dubbio la **crema pasticcera fatta in casa**, un classico intramontabile che trasforma ogni fetta in un dessert raffinato e irresistibile.



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



Non solo pronto... **Pronto a tutto!**

PANDORO CON CREMA PASTICCERA FATTA IN CASA

Ingredienti per la crema pasticcera:

- Latte intero 500 ml
- Tuorli d'uovo 4
- Zucchero 120 g
- Amido di mais 40 g
- Baccello di vaniglia 1 (o scorza di limone)

Ingredienti per servire:

- Pandoro da 750 g
- Zucchero a velo q.b. (in alternativa, cannella o cacao in polvere)



Difficoltà:
Media



Tempo:
45'

Preparazione:

Per preparare la crema pasticcera, scaldate il latte in un pentolino insieme al baccello di vaniglia inciso o alla scorza di limone, portandolo quasi a ebollizione. In una ciotola lavorate i tuorli con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso, poi unite l'amido di mais setacciato mescolando bene per evitare grumi. Versate il latte caldo filtrato sul composto di uova, mescolate e riportate tutto nel pentolino, cuocendo a fuoco basso e continuando a mescolare finché la crema non si addensa diventando liscia e vellutata; lasciatela

raffreddare coperta da pellicola a contatto. Quando la crema è pronta, tagliate il pandoro a fette orizzontali creando una forma a stella e farcite ogni strato con abbondante crema, sovrapponendo le fette in modo sfalsato per ottenere un effetto scenografico. Spolverate la superficie con zucchero a velo, cannella o cacao e servite subito, oppure lasciate riposare in frigorifero per un'ora per un risultato ancora più compatto e profumato.

Il pandoro con crema pasticcera è un dessert semplice da preparare ma ricco di fascino natalizio, perfetto per chiudere in dolcezza un pranzo delle feste o per accompagnare un pomeriggio in famiglia. Buon appetito!





DOLCI DI DICEMBRE

BISCOTTI, TORRONI E MAGIE DI ZUCCHERO

Dicembre è il mese in cui il profumo del burro e della vaniglia invade le cucine e ogni dolce diventa un gesto d'affetto. Preparare **biscotti, torroni e piccole golosità** è un rituale che unisce generazioni e accende l'**atmosfera di festa**. Che siano tradizionali o reinterpretati in chiave moderna, i dolci di dicembre racchiudono il sapore dell'attesa e la gioia della condivisione.

Biscotti che profumano di casa

I **biscotti natalizi** sono il simbolo per eccellenza di questo periodo. A forma di stella, albero o cuore, decorati con glassa bianca o zucchero a velo, riempiono la casa di calore e nostalgia.



Dall'impasto classico al burro a quello speziato con cannella, zenzero e chiodi di garofano, ogni ricetta porta con sé un piccolo ricordo. Perfetti come dono fatto in casa, possono essere racchiusi in scatole di latta o bustine trasparenti con un nastro rosso.

Il torrone, dolce d'autore

Il torrone è il re delle feste. Nato da una lunga tradizione artigianale, combina la dolcezza del miele con la **croccantezza** delle mandorle o delle nocciole. In molte regioni si prepara ancora secondo le ricette di un tempo, cotto lentamente e tagliato a mano.

Oggi se ne trovano infinite **varianti**: morbido o duro, al cioccolato, al pistacchio o profumato agli agrumi. Accompagnato da un bicchierino di vino passito, è un finale perfetto per i pranzi delle feste.

Magie di zucchero e piccoli peccati golosi

Non solo biscotti e torroni: dicembre è anche il mese dei dolci che decorano la tavola come gioielli. Piccoli **cioccolatini**, **tartufini** al cacao, **frutta candita** e **meringhe** colorate diventano protagonisti di buffet e centrotavola.

Prepararli in casa è facile e divertente, soprattutto con i bambini: bastano pochi ingredienti e tanta fantasia per creare un assortimento che conquista occhi e palato.

Il sapore delle feste

Ogni dolce di dicembre racconta una storia fatta di **famiglia, tradizione e convivialità**. Tra il profumo delle spezie e il calore del forno acceso, si rinnova ogni anno la magia dell'attesa: quella che riporta tutti, grandi e piccoli, al piacere autentico delle cose fatte con le proprie mani.





Prova
i formaggi
CASEIFICIO
ROCCAVERANO

Il primo formaggio che nasce in un'oasi protetta

BEES REPUBLIC



CUSTODI DELLA BIODIVERSITÀ

www.caseificioroccaverano.it



CANTINE D'INVERNO

VIAGGI ENOLOGICI SOTTO LA NEVE



Visitare una cantina in inverno significa scoprire il lato più intimo e silenzioso del vino. Durante la stagione fredda, le vigne sono spoglie e la campagna si trasforma in un paesaggio quasi sospeso, avvolto da brume e distese innevate. È un momento in cui la **pianta riposa e la natura rallenta**, permettendo ai visitatori di vivere un'esperienza diversa dal turismo enologico estivo.

Le cantine aprono le porte ai curiosi raccontando le fasi del **riposo vegetativo**, del **controllo dei vini in affinamento** e dei piccoli gesti quotidiani che preparano la vendemmia successiva. L'inverno è la stagione ideale per conoscere la parte più tecnica del lavoro dei vignaioli, ma anche per godere della quiete che rende ogni visita una parentesi fuori dal tempo.

Consilia

il nostro miglior consiglio

Un vero talento, anche nel prezzo.



CASHBACK 10%
Solo per i possessori di

Gulli card

CAROVITA

**Patate Tonde
pronte a
cuocere
Consilia**

500 g

3,58€/kg

1,79€

Offerte valide fino al 31 dicembre nei punti vendita aderenti



Degustazioni più ricche e coinvolgenti

Il freddo esalta l'intensità dei vini e rende le degustazioni ancora più suggestive. Nei mesi invernali, le cantine propongono **assaggi guidati** che privilegiano rossi strutturati, vini da meditazione o etichette affinate in legno, perfette da godere in ambienti caldi e accoglienti. Barrique, tonneaux e botti grandi diventano protagonisti del racconto, mentre il profumo di mosto e legno avvolge i visitatori.

Molte aziende offrono esperienze dedicate alla **scoperta delle riserve, delle annate storiche o delle produzioni limitate**, arricchendo il viaggio con abbinamenti gastronomici a base di formaggi stagionati, selvaggina o piatti tipici della stagione. L'inverno, con i suoi ritmi lenti, invita

ad assaporare il vino senza fretta, con una profondità che altre stagioni raramente concedono.

Itinerari enologici tra paesaggi incantati

Le cantine d'inverno regalano scenari unici, perfetti per un **viaggio tra natura e gusto**. Dalle colline innevate dell'Alto Adige alle Langhe avvolte dalla nebbia, fino ai borghi silenziosi del Trentino e dell'Appennino, il turismo enologico invernale permette di scoprire territori in una veste più autentica e poetica.

Molte cantine propongono tour nei vigneti, passeggiate guidate o percorsi panoramici con soste nelle sale degustazione riscaldate da camini e luci soffuse. È un modo diverso di vivere il vino: più lento, più contemplativo, più vicino alla terra. In un'epoca in cui il turismo cerca esperienze genuine, le cantine d'inverno rappresentano un invito a **lasciarsi sorprendere** dal silenzio, dagli aromi e dalla bellezza essenziale della stagione più fredda.



CHEF

GODITELA TUTTA!



PROVA A VINCERE UNO DEI PREMI*



IN PALIO OGNI GIORNO



*Marmitta Evolution

ACQUISTA ALMENO UN PRODOTTO CHEF ➤ CONSERVA IL DOCUMENTO D'ACQUISTO
SCOPRI SE HAI VINTO SU WWW.CHEFTIPREMIA.IT

Concorso "La più buona che Chef" valido dal 17/11/2025 al 12/01/2026 per tutti i prodotti Chef in promozione. Puoi partecipare al concorso dalle ore 9.00 alle ore 22.00 di ciascuna giornata di validità. Conserva l'originale del documento d'acquisto e, in caso di scontrino con dicitura generica, la foto del Prodotto acquistato nella quale sia ben visibile il codice EAN e la data di scadenza, almeno sino al 30/04/2026. Montepremi complessivo pari a €19.665,00 IVA inclusa. Scopri tutti i dettagli di partecipazione e i premi sul regolamento completo reperibile sul sito www.cheftipremia.it.



L'ESPERTO DI FOOD

DANIELE REBOSIO

FOOD CONSULTING E ALTA CUCINA



Daniele Rebosio, classe 1995, è chef presso l'**Hostaria Ducale di Genova**. Si è formato presso l'Istituto Alberghiero Marco Polo di Genova ha iniziato a lavorare giovanissimo in Italia e poi in tutta Europa: Genova, Londra, Portofino, Barcellona, Venezia, Parigi, Genova, Milano, di nuovo Genova.

Come sei arrivato al food consulting?

Durante il covid ho fatto un master del Sole24Ore sul food & beverage management. Noi facciamo un mestiere complicato perché sono necessarie moltissime skills: bisogna essere creativi, saper gestire il personale, avere capacità umane, avere capacità di gestione economica. In cucina non si ha mai tempo di studiare e molti aspetti si affrontano sul pratico e non sul teorico, io ho preso la palla al balzo e mi sono iscritto.

Giovanni Rana
RANA

**CON RANA IL NATALE
È ANCORA PIÙ BUONO!**





Oggi di cosa ti occupi?

L'idea ci è venuta durante il covid con un gruppodiamiciristoratori, che lavoravano all'interno di realtà diverse. Abbiamo avuto l'idea di metterci a disposizione dei lavoratori della ristorazione laddove fosse necessario: implementare un menù, gestire e cercare il personale, food cost, business plan, tutto ciò che riguarda un ristorante anche dietro le quinte. Si tratta di proposte specifiche con soluzioni ad hoc. Alcuni imprenditori hanno idee molto chiare e non riescono a metterle in atto.

Questa attività ha cambiato il tuo punto di vista sul lavoro?

Di base non esistono una scuola o un'università che ti insegnano a fare l'imprenditore della ristorazione. Ho capito che spesso incontriamo imprenditori con idee molto precise ma senza le competenze adatte a portarle avanti. Spesso esistono locali pazzeschi con alcune difficoltà gestionali, che magari dall'esterno non si vedono ma che è molto interessante risolvere.

Passiamo alla cucina: con quali materie prime ti interessa di più lavorare?

Il pesce fresco intero e la pasta fresca. A Genova c'è una grande tradizione culinaria che riguarda il pesce, mentre le mie origini emiliane mi fanno amare molto la pasta.

C'è una ricetta o un piatto che ha cambiato la tua prospettiva sulla cucina?

Ci sono stati sia piatti significativi sia l'approccio sul lavoro a farmi cambiare prospettive. I dietro le quinte e i processi della cucina sono particolarmente interessanti. Ci sono state delle volte in cui non avrei pensato di usare le materie prime in un certo modo, ad esempio l'approccio che avevano alla Grande Cascade di Parigi al pesce e ai brodi.





ACETO BALSAMICO
DI MODENA IGP
GUSTO MORBIDO
250 ML



ACETO BALSAMICO
DI MODENA IGP
GUSTO VELLUTATO
250 ML



ACETO BALSAMICO
DI MODENA IGP
GUSTO INTENSO
250 ML



ACETO DI MELE
BIO NON FILTRATO
500 ML



IL BALSAMICO DI MODENA
COME PIACE A NOI.



NATALE SENZA SPRECHI

COME RIDURRE I RIFIUTI DURANTE LE FESTE

Ridurre gli sprechi natalizi significa iniziare dalle scelte quotidiane, soprattutto da ciò che mettiamo sotto l'albero. Le feste portano un aumento considerevole di imballaggi, confezioni usa e getta e oggetti destinati a durare poco. Per invertire la rotta possiamo optare per **regali sostenibili**: prodotti artigianali, cosmetici solidi, piante, libri di seconda mano o esperienze come biglietti per eventi o corsi creativi.

cameo



PIZZA

Regina

La regina delle pizze!



Anche la confezione può fare la differenza: basta usare **carta riciclata, vecchie mappe, tessuti o sacchetti riutilizzabili** per ottenere pacchetti belli e completamente eco-friendly. Ogni regalo consapevole è un gesto che riduce l'impatto ambientale, mantenendo intatto il piacere della sorpresa natalizia.

Tavola sostenibile e meno rifiuti

Il cuore del Natale è la tavola, ma anche qui gli sprechi si possono evitare. Pianificare il menu e fare la spesa con attenzione permette di **ridurre gli avanzi**, che rappresentano una delle principali fonti di rifiuto delle feste.

Prediligere **prodotti locali, di stagione e sfusi** significa tagliare gli imballaggi superflui, oltre a sostenere le filiere del territorio. Gli avanzi possono diventare una risorsa preziosa: verdure e carni si trasformano in zuppe o polpette, mentre pane e dolci possono essere reinventati in ricette creative.

Anche la **mise en place** può essere green: tovaglioli di stoffa, stoviglie



riutilizzabili e centrotavola naturali realizzati con rami, frutta secca o agrumi essiccati. Un Natale sostenibile non rinuncia alla bellezza: la reinterpreta con cura e creatività.

Decorazioni e atmosfera green

Decorare la casa senza sprechi è più semplice di quanto sembri. L'**albero** può essere vero e certificato, così da poter essere ripiantato o conferito correttamente, oppure artificiale ma riutilizzato per molti anni. Le **decorazioni fai-da-te** sono un'ottima soluzione: arance essiccate, biscotti speziati, pigne, rami di bosco, tessuti naturali e oggetti riciclati diventano addobbi originali e dall'impatto minimo.

Anche l'**illuminazione** può essere sostenibile scegliendo luci LED a basso consumo e impostando timer automatici. Pensare all'ambiente durante le feste non significa rinunciare alla magia del Natale: al contrario, scegliere decorazioni durature crea un'atmosfera più intima, autentica e rispettosa della natura.



INTORNO ALLO STIVALE



GIRARE L'ITALIA...



INTORNO ALLO STIVALE

MATERA, BASILICATA

I PRESEPI VIVENTI TRA I SASSI

Matera è un luogo che affascina al primo sguardo: un intreccio di grotte, vicoli e abitazioni scavate nella roccia che rendono la città un unicum nel panorama europeo. I **Sassi**, **Patrimonio UNESCO**, testimoniano una continuità abitativa di oltre ottomila anni, uno dei rari esempi in cui la storia dell'umanità può essere letta direttamente nelle pareti di tufo. Chi arriva a Matera, soprattutto in inverno, trova un paesaggio sospeso, quasi lunare, dove il silenzio si mescola ai rintocchi delle campane e ai profumi di legna bruciata.



Matera innevata

LE OFFERTE DEL *Gulli*

Offerte dal 1° al 31 Dicembre 2025



TIRAMISÙ
PERFETTO
CREMA AL
MASCARPONE
GALBANI
375g (al kg € 7,97)

2⁹⁹
€



FONTAL
NAZIONALE
INALPI
200g (al kg € 11,95)

2³⁹
€



MINISTRONE
TRADIZIONE
+ LEGUMI
FINDUS
600g
(al kg € 4,92)

2⁹⁵
€



ACQUA
NATURALE/
FRIZZANTE
SAN BENEDETTO
1,5lt (al lt € 0,21)

0³²
€



SODA
APEROL
125ml x6 (al lt € 6,52)

4⁸⁹
€



CANNOLI
SICILIANI
SIFOR
228g
(al kg € 30,26)

6⁹⁰
€



PROSCIUTTO COTTO
DI ALTA QUALITÀ
GRAN BISCOTTO
ROVAGNATI
100g (al kg € 29,90)

2⁹⁹
€



STECCHI GELATO
RAFFAELLO
FERRERO
188g (al kg € 15,90)

2⁹⁹
€



SANTÈ
AL LIMONE/PESCA
SANT'ANNA
1,5lt (al lt € 0,59)

0⁸⁹
€



FERNET
BRANCA
700ml (al lt € 18,56)

12⁹⁹
€



STRACCHINO
NONNO NANNI
200g (al kg € 11,95)

2³⁹
€



TENERONI
AL PROSCIUTTO COTTO
CASA MODENA
150g (al kg € 13,27)

1⁹⁹
€



GELATO BIPACCO
GUSTO MALAGA/
GIANDUIA/PISTACCHIO
PERLE DI GULLI
180g (al kg € 16,61)

2⁹⁹
€



AMARO CAMATTI
SAN GALLO
700ml (al lt € 38,43)

26⁹⁰
€



IRISH CREAM
BAILEYS
700ml (al lt € 17,13)

11⁹⁹
€

La presenza sul punto vendita dei prodotti del magazzino varia a seconda della superficie di vendita del supermercato, salvo esaurimento scorte, errori e omissioni di stampa. Le foto sono solo rappresentative.

È una città che non si visita soltanto: **si attraversa, si osserva, si ascolta**, lasciando che siano le pietre stesse a raccontare la storia di generazioni che qui hanno vissuto, lottato e ricominciato. Questa atmosfera, potente e primordiale, è ciò che rende Matera una cornice ideale per la tradizione dei **presepi viventi** che ogni anno attirano visitatori da tutto il mondo.

La tradizione del presepe tra storia e spiritualità

Il presepe trova a Matera una dimensione quasi naturale. Le cavità dei Sassi, le loro stradine strette, i ballatoi affacciati sul vuoto e le grotte abitate fino al secolo scorso ricordano sorprendentemente l'**ambientazione dei racconti evangelici**. È come se la città fosse stata, da sempre,



Presepe vivente di Matera

predisposta ad accogliere la Natività, e non sorprende che le prime rappresentazioni viventi siano nate già negli anni '70 grazie a gruppi locali legati alla protezione del patrimonio.

Il **presepe materano** non è mai solo una rievocazione religiosa: è un **dialogo tra memoria, identità e comunità**, dove ogni figurante interpreta un ruolo che appartiene alla storia collettiva del luogo. Gli abiti, i manufatti, le scenografie sono spesso realizzati da artigiani del posto, e molti attrezzi provengono da antiche case-grotta, conferendo alle scene un realismo difficilmente replicabile altrove.



Luminarie natalizie a Matera

LE OFFERTE DEL *Gulli* VIAGGIO NELLA QUALITÀ

Offerte dal 1° al 31 Dicembre 2025



OLIO DI OLIVA
MONINI
1lt

4⁹⁹
€



OLIO EXTRA
VERGINE DI OLIVA
ISNARDI
1lt

7⁹⁹
€



PASTA
DI GRAGNANO IGP
GAROFALO
500g (al kg € 1,78)

0⁸⁹
€



RISO ORO
CLASSICO
SCOTTI
1kg

2⁴⁹
€



TONNO
TRANCIO
INTERO
ALL'OLIO
DI OLIVA
ASDOMAR
200g
(al kg € 14,95)

2⁹⁹
€



PIADINA SFOGLIATISSIMA
ALL'OLIO
LORIANA
350g (al kg € 5,40)

1⁸⁹
€



CAPSULE DI CAFFÈ
COMPATIBILI NESPRESSO
LOLLO CAFFÈ
390g, 30 caps (al kg € 20,49)

7⁹⁹
€



INTEGRATORI BOTANICI
BONOMELLI
141g (al kg € 28,30)

3⁹⁹
€



TÈ CLASSICO
STAR TEA
37g, 25 filtri (al kg € 32,16)

1¹⁹
€



CIOCCOLATINI
LINDOR
LINDT
200g (al kg € 33,95)

6⁷⁹
€



PANDOLCE ANTICO/
TRADIZIONALE
PRETI
800g (al kg € 6,24)

4⁹⁹
€



TAVOLETTE
DI CIOCCOLATO
FONDENTE NERO
NOVI
75g (al kg € 30,53)

2²⁹
€



CAPS
PER LAVATRICE
PERLANA
20pz

4⁹⁹
€



POWER PODS
PER LAVATRICE
DASH
19pz

7⁴⁸
€



DETERSIVO
IN POLVERE
PER LAVATRICE
SOLE
1,3kg, 26 lavaggi

3⁸⁹
€



Presepe nei Sassi di Matera

Un evento che coinvolge tutta la città

Quando, nel periodo natalizio, iniziano i preparativi del presepe vivente, Matera si trasforma completamente. Associazioni culturali, volontari, scuole, parrocchie e artigiani lavorano per settimane alla costruzione delle scene nei rioni più suggestivi. Il **Sasso Barisano** e il **Sasso Caveoso** diventano un grande teatro a cielo aperto, in cui botteghe, stalle, mercati, locande e laboratori prendono vita come in un villaggio di duemila anni fa.

I visitatori percorrono **itinerari illuminati** da torce e lanterne, ascoltano **musiche tradizionali**, incontrano **artigiani** che lavorano legno, terracotta, pane o tessuti con gli stessi gesti dei loro antenati. Il clima di coinvolgimento è tale che gli abitanti del luogo spesso partecipano

anche dietro le quinte, accogliendo i visitatori, raccontando tradizioni culinarie o mostrando antichi strumenti conservati nelle famiglie per generazioni.

Il presepe vivente come esperienza turistica

La fama dell'evento ha trasformato Matera in una delle mete più ricercate del turismo invernale italiano. Le visite serali, illuminate da luci calde e accompagnate da musiche diffuse tra le pareti di tufo, creano un'ambientazione difficile da dimenticare. Il presepe vivente non è solo spettacolo: è un modo per comprendere **la storia dei Sassi, la loro rinascita e il loro rapporto con la spiritualità**.

Molti pacchetti turistici includono tappe nei **musei della civiltà**



DETERSIVO LIQUIDO
PER LAVATRICE
DASH
1035ml, 23 lavaggi

7⁴⁹
€



AMMORBIDENTE
ARIA DI PRIMAVERA
COCCOLINO
3lt, 40 lavaggi

4⁷⁹
€



AMMORBIDENTE
CONCENTRATO
FABULOSO
1250ml

3⁴⁹
€



DIFFUSORE
PER AMBIENTI
A BASTONCINI
FELCE AZZURRA
120ml

3⁹⁵
€



RICARICA
PER DIFFUSORE
ELETTRICO
AIRWICK

3⁵⁹
€



ASCIUGATUTTO
LOVE THE BEE
FOXY
2 rotoli

1⁵⁹
€



PANNOLINI
MUTANDINA
4/5/6
HUGGIES
14pz

4⁹⁹
€



MUTANDINE
MESTRUALI
NUVENIA
1pz

11⁹⁰
€



SALVIETTE STRUCCANTI
FRIA
20pz

1²⁹
€



SAPONE
DETERGENTE
IDRATANTE
DOVE
250ml

1⁴⁹
€



BAGNODOCCIA
DOVE
450ml

1⁹⁹
€



DENTIFRICI
ANTICA ERBORISTERIA
75ml

1²⁹
€



SHAMPOO
& BALSAMO
DIMENSION
250ml

0⁹⁹
€



COLORAZIONI
PER CAPELLI
SCHWARZKOPF

3⁹⁹
€



SNACK
PER GATTI
CATISFACTIONS
60g (al kg € 20,83)

1²⁵
€

contadina, visite guidate nelle **chiese rupestri** con affreschi bizantini e **degustazioni di prodotti tipici** come il pane di Matera IGP, la cialledda o i calzoncelli di castagne. A completare l'esperienza ci sono le botteghe di artigiani che realizzano presepi in cartapesta, una delle arti più antiche e identitarie della città. Tutto concorre a rendere la visita un percorso multisensoriale e profondamente evocativo.

Tra fede, emozione e paesaggio

Di notte, Matera diventa un presepe naturale. Le luci che punteggiano i Sassi trasformano l'intero rione in una visione quasi pittorica, con la Cattedrale che domina dall'alto come una stella, mentre i vicoli sembrano scorrere come fiumi luminosi tra le case scolpite nella roccia.

È un momento di forte carica emotiva, anche per chi non vive la celebrazione in chiave religiosa. La città si anima di **mercatini, concerti natalizi, rievocazioni e percorsi tematici** che arricchiscono l'esperienza del presepe



vivente. La forza di Matera sta proprio in questo: nella capacità di accogliere i visitatori dentro un'immagine, un'emozione e una memoria collettiva che trascende il tempo.

Matera da vivere tutto l'anno

La magia del presepe vivente è uno dei momenti più intensi per scoprire Matera, ma la città mantiene il suo **fascino in ogni stagione**. Camminare tra i Sassi significa ripercorrere la storia delle comunità che hanno abitato questi luoghi per millenni, adattandosi a un territorio difficile e trasformandolo in uno dei paesaggi culturali più affascinanti d'Europa.

I presepi viventi sono una porta d'accesso privilegiata alla città, un invito a tornare per scoprire la Murgia Materana, i musei, le chiese ipogee, i belvedere che si affacciano sul burrone e i percorsi naturalistici che conducono nella Gravina.



INTENSA
PER
NATURA



SCOPRI LA DOPPIO MALTO
DAL GUSTO INTENSO



FOLLOW US

BEVI RESPONSABILMENTE



TACCUINO DI VIAGGIO

✓ SASSO BARISANO

Rione ricco di chiese rupestri, percorsi scenografici e laboratori artigianali: è uno dei cuori pulsanti dei presepi viventi.

Per saperne di più:

www.tourmatera.it/sasso-barisano

✓ SASSO CAVEOSO

La zona più antica dei Sassi, con case-grotta autentiche e splendidi affacci sulla Murgia: un viaggio nella Matera più primordiale.

Per saperne di più:

www.tourmatera.it/sasso-caveoso

✓ PARCO DELLA MURGIA MATERANA

Un altopiano selvaggio da cui ammirare Matera dall'alto: panorami, silenzi e grotte millenarie che completano l'esperienza della città rupestre.

Per saperne di più: www.parcomurgia.it





Matera illuminata



UN MONDO DI SAPORI,
TUTTI DA PROVARE!



SCOPRI TUTTE LE GAMME SU: www.drogheria.com

Seguici su:   @ladrogheria1880

I MENÙ DI GULLIVER

TAVOLA DI NATALE
VOGLIA DI FESTA
ULTIMO MENÙ DELL'ANNO

STACCA E CONSERVA





olioalberti.it

Contempla *la Bontà*



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



TAVOLA DI NATALE

ANTIPASTO:

BIGNÈ CON SALMONE, FORMAGGIO E ANETO

Ingredienti per 6 persone

Bignè pronti 12
Salmone affumicato 150 g
Formaggio spalmabile 200 g
Aneto fresco q.b.
Succo di limone 1 cucchiaino



Difficoltà
Bassa



Preparazione
25'



Preparazione:

Mescolate il formaggio spalmabile, il succo di limone e l'aneto tritato. Tagliate a metà i bignè e riempiteli con la crema e filetti di salmone affumicato. Decorate con qualche foglia di aneto. Conservate in frigo fino al momento di servire.

GULLIVER
PROPONE

Succo di limone di Sicilia
Consilia



PRIMO PIATTO:

RISOTTO ALLO SPUMANTE CON GORGONZOLA E NOCI

Ingredienti per 6 persone

Riso Carnaroli 400 g
Spumante secco 200 ml
Gorgonzola 200 g
Noci sgusciate 80 g
Brodo vegetale q.b.
Burro 40 g
Scalogno 1
Sale e pepe q.b.



Difficoltà
Media



Preparazione
40'



Preparazione:

Tritate lo scalogno e fatelo appassire nel burro. Unite il riso e tostatelo per un paio di minuti. Sfumate con lo spumante e lasciate evaporare. Aggiungete il brodo poco per volta e cuocete mescolando. A fine cottura mantecate con il gorgonzola e un filo di burro. Servite con le noci tritate grossolanamente e una macinata di pepe.

GULLIVER
PROPONE

Gorgonzola Dop
Consilia



SECONDO:

POLENTA AI FUNGHI

Ingredienti per 6 persone

Farina di mais per polenta 300 g

Acqua 1,2 l

Funghi misti (porcini, chiodini) 400 g

Olio extravergine di oliva q.b.

Aglione 1 spicchio

Burro 30 g (facoltativo)

Sale e pepe q.b.



Difficoltà
Bassa



Preparazione
1h



Preparazione:

Portate a ebollizione l'acqua salata e versatevi la farina di mais a pioggia, mescolando con una frusta per evitare grumi. Continuate la cottura mescolando spesso fino a ottenere una polenta densa. Nel frattempo, pulite i funghi: eliminate la terra, affettateli e saltateli in padella con un filo d'olio, l'aglio schiacciato e un pizzico di sale e pepe. Quando i funghi sono teneri, spegnete e togliete l'aglio. Unite il prezzemolo tritato e mescolate. Versate la polenta in un'ampia pirofila leggermente unta di olio, distribuendola uniformemente.

Se lo desiderate, aggiungete qualche fiocchetto di burro per un gusto più ricco. Lasciate riposare qualche minuto e servite con i funghi ben caldi sopra.

GULLIVER
PROPONE

Burro
Consilia



DOLCE:

TRONCHETTO DI NATALE AL CACAO E PANNA

Ingredienti per 6 persone

Uova 4
Zucchero 120 g
Farina 100 g
Cacao amaro 30 g
Panna fresca 500 ml
Cioccolato fondente 200 g
Zucchero a velo 70g
Ciliege candite q.b.
Foglione di menta q.b.



Difficoltà
Media



Preparazione
1h 15'



Preparazione:

Montate le uova con lo zucchero, poi incorporate farina e cacao e cuocete il biscuit in teglia a 180°C per 10 minuti; arrotolatelo in un canovaccio umido e lasciatelo raffreddare. Montate la panna con lo zucchero a velo, farcite il biscuit srotolato e arrotolatelo di nuovo. Preparate la ganache scaldando la panna e versandola sul cioccolato tritato, quindi mescolate e lasciate intiepidire. Ricoprite il tronchetto con la ganache, creando l'effetto corteccia con una forchetta. Completate la decorazione con ciliegie candite e foglioline di menta.

GULLIVER
PROPONE

Cacao amaro in polvere
Consilia





Via dell'Industria, 26
Località Orfengo - 28060 CASALINO (No)
Tel. 39 0321.877566
Fax 39 0321.877578
info@mariocosta.it

ANTIPASTO:

TARTELLETTE CON GORGONZOLA E PERE CARAMELLATE

Ingredienti per 6 persone

Tartellette di pasta sfoglia 12
Gorgonzola 200 g
Pere 2
Zucchero di canna 2 cucchiaini
Burro 20 g
Miele 1 cucchiaino
Noci tritate q.b.
Pepe nero q.b.



Difficoltà
Bassa



Preparazione
30'



Preparazione:

Tagliate le pere a fettine sottili e fatele caramellare in padella con burro e zucchero per 5 minuti. Riempite le tartellette con il gorgonzola, aggiungete una fettina di pera per ogni tartelletta, una goccia di miele e una spolverata di noci e pepe. Servite tiepide per un antipasto elegante e aromatico.

GULLIVER
PROPONE

Zucchero di canna grezzo
Consilia





FINALMENTE SONO ARRIVATI!

GNOCCHETTI DI PATATE FRESCHE COTTE AL VAPORE



*Provali,
sono buonissimi*

Semplicemente:
Patate fresche cotte a vapore,
farina, uova, amido e sale.



Via Caorsi, 6 - 16031 SORI (GE) Italia
Tel. 0185.700812 r.a. - Fax 0185.1836403
www.pastificionovella.it
info@pastificionovella.it

PRIMO PIATTO:

CAPPELLETTI IN BRODO

Ingredienti per 6 persone

Per la sfoglia:

Farina 00 300 g

Uova 3

Per il ripieno:

Carne mista (vitello + maiale) 200 g

Prosciutto crudo 50 g

Parmigiano Reggiano grattugiato 80 g

Noce moscata q.b.

Sale e pepe q.b.

Per il brodo:

Gallina o cappone 1 kg

Sedano, carota, cipolla 1 ciascuno

Sale q.b.



Difficoltà
Media



Preparazione
2h



Preparazione:

Preparate il brodo mettendo la carne in una pentola con le verdure e coprendo con acqua fredda. Cuocete a fuoco dolce per circa 2 ore. Per la sfoglia, impastate farina e uova fino a ottenere un impasto liscio; lasciate riposare 30 minuti. Per il ripieno, tritate la carne cotta del brodo con il prosciutto, unite parmigiano, noce moscata, sale e pepe. Tirate la sfoglia sottile, ritagliate quadratini e farcite con piccole palline di ripieno, chiudendo a

cappelletti. Cuoceteli nel brodo bollente per pochi minuti e serviteli ben caldi, come da più autentica tradizione natalizia.

**GULLIVER
PROPONE**

Prosciutto di San Daniele dop
Consilia



SECONDO PIATTO:

ARROSTO DI VITELLO AL FORNO CON SALSA AL VINO ROSSO

Ingredienti per 6 persone

Fesa di vitello 1 kg
Vino rosso corposo 300 ml
Carote 2
Cipolla 1
Sedano 1 costa
Patate 500 g
Burro 40 g
Brodo vegetale q.b.
Olio extravergine di oliva q.b.
Sale e pepe q.b.



Difficoltà
Media



Preparazione
1h 30'



Preparazione:

Legate il vitello e rosolatelo in casseruola con olio, burro e le verdure tritate. Sfumate con il vino e lasciate evaporare. Aggiungete un mestolo di brodo e cuocete coperto a fuoco dolce per circa 1 ora. Filtrate il fondo di cottura e fatelo ridurre per ottenere una salsa lucida. Immergete le patate in una ciotola piena d'acqua fredda e lasciale in ammollo per almeno 30 minuti. Dopo averle asciugate con un canovaccio, tagliate le patate a pezzi, conditele con olio, sale e pepe

e cuocetele in forno a preriscaldato a 200°C per circa 50 min. Servite l'arrosto a fette con la salsa e le patate come contorno.

GULLIVER
PROPONE

Dado vegetale
Consilia



DOLCE:

TORRONE FATTO IN CASA PERLE DI GULLI



Difficoltà
Media



Preparazione
1h



Preparazione:

Tostate mandorle e nocciole per qualche minuto e tenetele da parte. Scaldate il miele finché si addensa, poi sciogliete lo zucchero a parte fino a ottenere uno sciroppo dorato. Montate l'albume a neve con un pizzico di sale e incorporate prima il miele caldo e poi lo zucchero fuso, mescolando fino a ottenere un composto omogeneo. Unite le mandorle e le nocciole tostate e amalgamate. Versate il tutto in uno stampo foderato con carta forno, livellate, coprite e lasciate raffreddare 4 ore. Tagliate il torrone e conservatelo in luogo fresco e asciutto.

RICETTA



Ingredienti per 6 persone

- Miele millefiori Alpini Perle di Gulli 250 g
- Zucchero semolato di 200 g
- Mandorle pelate 150 g
- Nocciole tostate 150 g
- Albume d'uovo Perle di Gulli 1
- Sale q.b.



R. Messner
R. Messner

Lo Speck Alto Adige IGP

Lo Speck Alto Adige IGP è un prosciutto crudo disossato, rifilato, salmistrato a secco, leggermente affumicato e lasciato ad asciugare e a stagionare. Un gusto straordinario e un aspetto inconfondibile: lo speck deve la sua unicità alle particolari condizioni climatiche delle valli alpine dell'Alto Adige e al tradizionale metodo di produzione, da sempre tramandato di padre in figlio come metodo classico di conservazione del suino macellato nel periodo natalizio.

Fondata nel 1974 a Plaus (BZ) dai fratelli Moser, la Moser Speck Srl annovera una storia caratterizzata da successi. Già nel 1980 è una tra le prime aziende a potersi fregiare del marchio "Alto Adige" nella produzione dello Speck IGP. Negli anni Novanta, oltre a un processo di ampliamento e ammodernamento degli stabilimenti, l'impresa riesce anche nell'intento di ottenere varie certificazioni di qualità di rilevanza internazionale, quali il codice Ue e il marchio ISO. In quegli anni anche il famoso alpinista altoatesino Reinhold Messner decide di prestare il suo volto per promuovere i prodotti. Sempre nel piano di crescita aziendale e vista la crescente richiesta, la direzione decide nel 2009 di installare una linea di affettamento per dar vita a un nuovo settore. Così, grazie ai continui cambiamenti per restare al passo coi tempi, la Moser Speck oggi si annovera tra i leader di mercato nella produzione di speck.



ULTIMO MENÙ DELL'ANNO

SECONDO PIATTO:

CROSTINI CON PATÉ DI TONNO E OLIVE NERE

Ingredienti per 6 persone

Tonno sott'olio sgocciolato 200 g
Ricotta 150 g
Olive nere snocciolate 50 g
Capperi 1 cucchiaio
Succo di limone 1 cucchiaino
Crostini di pane 12
Olio extravergine di oliva q.b.
Origano q.b.



Difficoltà
Facile



Preparazione
20'



Preparazione:

Frullate tonno, ricotta, capperi e limone fino a ottenere un paté. Spalmate la crema sui crostini e aggiungete le olive nere a pezzi. Completate l'antipasto con una spolverata di origano.

**GULLIVER
PROPONE**

Capperi sotto sale
Consilia



PRIMO PIATTO:

PACCHERI AL SUGO DI BACCALÀ, OLIVE E PINOLI

Ingredienti per 6 persone

Paccheri 500 g
Baccalà ammollato 350 g
Pomodorini freschi 300 g
Olive nere o taggiasche 80 g
Pinoli tostati 40 g
Aglio 2 spicchi
Prezzemolo fresco tritato q.b.
Olio extravergine d'oliva q.b.
Sale e pepe q.b.



Difficoltà
Media



Preparazione
45'



Preparazione:

Dissalate e asciugate bene il baccalà. Tagliatelo a pezzi eliminando pelle e spine. In una padella ampia, scaldate un filo d'olio con gli spicchi d'aglio schiacciati; unite il baccalà e fatelo rosolare delicatamente per qualche minuto. Aggiungete i pomodorini tagliati a metà e proseguite la cottura per 10-12 minuti, finché il sugo si addensa leggermente. Unite le olive e regolate di sale e pepe. In un padellino a parte, tostate i pinoli per un paio di minuti. Lessate i paccheri in abbondante acqua salata, scolateli al dente e trasferiteli direttamente

nella padella con il sugo. Saltate per amalgamare bene il condimento. Completate il piatto con prezzemolo tritato fresco e i pinoli tostati.

**GULLIVER
PROPONE**

Olive taggiasche denocciolate
Consilia



SECONDO PIATTO:

STRUDEL SALATO CON VERZA E PANCETTA

Ingredienti per 6 persone

Pasta sfoglia rettangolare 1 rotolo
Verza 500 g
Pancetta dolce a cubetti 120 g
Peperone rosso piccolo 1
Cipolla 1
Semi di cumino 1 cucchiaino
Olio extravergine d'oliva q.b.
Burro 20 g
Sale e pepe q.b.
Latte o tuorlo per spennellare



Difficoltà
Media



Preparazione
1h 10'



Preparazione:

Pulite la verza eliminando le foglie più dure, poi affettatela finemente. Tritate la cipolla e tagliate il peperone a dadini. In una padella ampia fate scaldare un filo d'olio con il burro, aggiungete la cipolla e lasciatela appassire. Unite la pancetta e fatela rosolare fino a leggera doratura. Aggiungete il peperone e cuocete per 3-4 minuti. Unite infine la verza, mescolate e regolate di sale e pepe. Cuocete a fuoco medio, finché le verdure saranno morbide e asciutte. Aggiungete i semi di cumino e lasciate raffreddare completamente. Srotolate la pasta sfoglia e distribuite il ripieno al centro, formando

un salsicciotto uniforme. Ripiegate i bordi verso l'interno e arrotolate lo strudel. Trasferitelo su una teglia rivestita di carta forno, spennellate la superficie con latte o tuorlo e cospargete con altri semi di cumino. Cuocete in forno preriscaldato a 200 °C per 30-35 minuti, fino a doratura. Lasciate riposare qualche minuto prima di servire.

GULLIVER
PROPONE

Pancetta dolce a cubetti
Consilia



Delicious[®]

Se senti il mare, è Delicious.



Scopri come valorizzare
le nostre Alici in cucina.
Scansiona per la ricetta



www.delicious.it

@delicious_official



DOLCE:

TIRAMISÙ AL PANETTONE E CAFFÈ

Ingredienti per 6 persone

Panettone 300 g
Mascarpone 250 g
Panna fresca 200 ml
Zucchero 60 g
Caffè espresso 2 tazzine
Cacao amaro q.b.



Difficoltà
Bassa



Preparazione
30' + 2h riposo



Preparazione:

Tagliate il panettone a fette e bagnatelo leggermente con il caffè. Montate panna e mascarpone con lo zucchero fino a ottenere una crema soffice. Alternate strati di panettone e crema in coppette o bicchieri, terminando con cacao setacciato. Lasciate riposare in frigorifero per almeno due ore.

GULLIVER
PROPONE

Mascarpone
Consilia



Caseificio
PENNAR
Solo latte dell'Altopiano **ASIAGO**

Il Caseificio Pennar di Asiago, virtuosa cooperativa agricola dell'Altopiano dei Sette Comuni - o Altopiano di Asiago - è una realtà produttiva che riesce da anni, e con orgoglio, a creare le condizioni ideali per far sì che uno dei posti più eleganti del Veneto, meta ideale per il turismo sia invernale che estivo, abbia la sua identità rurale. Con un latte che viene da vacche allevate al pascolo, in malga, con una particolare attenzione per il benessere degli animali e la tutela del territorio, non si può che avere un latte speciale, di qualità e ricco di aromi. Con questo latte vengono realizzati più di 20 prodotti, in particolare Asiago Dop in varie stagionature, ed inoltre mozzarelle, creme di formaggi e burro.



**IL FRUTTO
DI UNA
MILLENARIA
TRADIZIONE
DI GENUINITA'**



CASEIFICIO PENNAR ASIAGO
via Pennar, 313 - 36012 ASIAGO (VI)
tel. 0424 462374 - www.caseificiopennar.it



IN VIAGGIO CON GUSTO



WEEKEND DI RELAX IN MONTAGNA

SPA, NEVE E CUCINA LOCALE

Quando l'inverno arriva con i suoi silenzi ovattati e il profumo di legna che arde nei camini, la montagna diventa la meta ideale per un **weekend di rigenerazione**.

Tra spa panoramiche, paesaggi innevati e sapori autentici, concedersi qualche giorno lontano dal ritmo frenetico della città è il modo migliore per riscoprire il piacere del tempo lento e del benessere naturale.

Aria pura e lentezza: il lusso dell'inverno

Salire verso le vette significa lasciare a valle la frenesia quotidiana. Il bianco della neve, i boschi silenziosi e l'aria frizzante riportano corpo e mente a un equilibrio dimenticato.

In **Piemonte, Valle d'Aosta o Trentino**, ogni borgo di montagna accoglie i visitatori con la stessa formula vincente: camini accesi, luci soffuse, e quella quiete che si accompagna solo al rumore dei passi nella neve. Anche un weekend è sufficiente per rigenerarsi, magari alternando passeggiate, relax e buona cucina.

Spa con vista e benessere naturale

Negli ultimi anni le località alpine hanno saputo unire tradizione e modernità, trasformando antiche baite in veri rifugi del benessere. **Vasche riscaldate**



all'aperto da cui ammirare le cime innevate, **percorsi sensoriali** tra legni e pietra, **massaggi** con oli aromatici di montagna: la natura diventa parte integrante dell'esperienza.

In **Val d'Ayas**, in **Valtellina** o sulle **Alpi piemontesi**, molte spa propongono rituali a base di erbe alpine, miele e latte, seguendo antiche ricette contadine. Un modo per coccolare la pelle e i sensi, lasciandosi avvolgere dal calore mentre fuori scende la neve.

Il fascino dei piccoli borghi

Accanto alle mete più note, i borghi montani offrono un'atmosfera intima e autentica. A **Oropa**, **Limone Piemonte** o **Entracque**, le case di pietra e le piazzette addobbate per le feste sembrano uscite da una cartolina. Qui il ritmo è lento e le giornate si misurano in passeggiate tra botteghe artigiane e pause golose nei rifugi.



Gli appassionati di **trekking invernale** possono percorrere i sentieri innevati con le ciaspole, mentre chi cerca il silenzio può semplicemente godersi la magia dei panorami innevati.

***Borghi alpini:
pietra, neve e
tradizioni che
incantano***

Sapori che scaldano il cuore

Un weekend in montagna non sarebbe completo senza la scoperta dei sapori locali. Nei rifugi e nelle osterie, la cucina è fatta di piatti robusti e genuini: **polenta** fumante con formaggi d'alpeggio,

zuppe di legumi e funghi, **spezzatini** al vino rosso e **dolci** di castagne o mele.

Ogni regione ha la sua specialità, ma ovunque il filo conduttore è la convivialità. Il pranzo diventa un momento di condivisione, spesso accompagnato da un buon bicchiere di vino rosso e dalla lentezza che solo l'inverno concede.

Tra neve e tradizione

Per chi ama l'attività fisica, la montagna offre molto più dello **sci**. **Pattinaggio sul ghiaccio, slittino, camminate** tra i boschi e persino **yoga nella neve**: tante alternative per vivere la natura in modo attivo ma rilassante.

Molti alberghi organizzano anche escursioni guidate o serate dedicate



**Il Pandolce
Antico**
750g



**Il Pandolce
Goloso**
750g



**Il Pandolce
Tradizionale**
750g

*le nostre...
"Buone"
Feste!*

SCOPRI LE
ORIGINI
STORICHE DEL
PANDOLCE
GENOVESE



Preti 1851 s.r.l.
Via S. Carnevale, 1 - 16010
Sant'Olcese (GE) - Italy
www.pretidolciaria.it

dal 1851 dolci festività Genovesi

ai prodotti tipici, per far conoscere ai visitatori la cultura del territorio.

*Dallo slittino allo
yoga sulla neve:
inverno da vivere*

Il regalo perfetto: tempo per sé

Un weekend in montagna è più di una vacanza: è un'esperienza sensoriale completa. Il profumo della legna, il gusto del formaggio appena fuso, il silenzio della neve che cade e il calore dell'acqua termale diventano ricordi che scaldano l'anima. Tra una sauna e un piatto di polenta, si ritrova la calma, si respira più a fondo e si torna a casa con



la sensazione di aver davvero rallentato. Che si scelga una spa panoramica, un rifugio gourmet o un borgo da fiaba, l'inverno regala un invito prezioso: fermarsi e godere del presente. In fondo, tra una nuvola di vapore e il profumo di bosco, la montagna sa sempre ricordarci che la vera ricchezza è il tempo dedicato a sé stessi.



19★61
SANBITTÈR
DURANTE
LE FESTE
Ci sta!

VINCI
OGNI GIORNO
**UN BUONO
SPESA DA
250€!**



ACQUISTA UNA
CONFEZIONE
DI SANBITTÈR

GIOCA LO SCONTRINO
SU WHATSAPP AL
NUMERO 02 49962 857



SCOPRI SUBITO
SE HAI VINTO!

DAVANTI
AL CAMINO
O SULLE PISTE
DA SCI



CON L'ALBERO
O COL PRESEPE



IN FAMIGLIA
O CON
GLI AMICI





GUSTO E LEGGEREZZA

ALTERNATIVE VEGETARIANE PER LE FESTE

Scegliere piatti vegetariani per le feste non significa rinunciare alla ricchezza del gusto, ma scoprire un modo **più leggero e colorato** di vivere i momenti conviviali. Le ricette senza carne o pesce valorizzano **prodotti stagionali** come zucche, cavoli, castagne e funghi, rendendoli protagonisti di antipasti raffinati e primi profumati.

Le **verdure** assumono forme nuove: flan morbidi, torte salate invernali, creme vellutate e sformati che uniscono tradizione e creatività. Portare a tavola un menu vegetariano permette di **ridurre l'impatto ambientale**, di **favorire la digeribilità** e di incontrare anche le esigenze di ospiti con abitudini alimentari diverse, trasformando il pranzo delle feste in un momento inclusivo e sorprendente.



PROVALI
nelle tue
RICETTE <



PONTI
Verdure
Peperlizia
280g



PONTI
Olive Nere
Snocciolate
400g
peso sgoc. 170g



PONTI
Peperoni
Peperlizia
280g



PONTI
Cipolline
Peperlizia
280g



I piatti che non fanno rimpiangere nulla

Le alternative vegetariane possono essere ricche, appaganti e festive quanto i piatti tradizionali, purché si scelgano ingredienti di qualità e combinazioni armoniose. Tra i protagonisti degli **antipasti** ci sono polpette di legumi, terrine di verdure, crostini con creme speziate e insalate tiepide con frutta secca.

I **primi** possono spaziare da lasagne con besciamella vegetale e funghi porcini a ravioli ripieni di zucca e amaretti, fino a risotti con zafferano, radicchio o castagne. Per i **secondi**, invece, non mancano proposte scenografiche come l'arrosto di seitan, il polpettone di lenticchie o i millefoglie di verdure al forno.

Grazie alle cotture lente, alle spezie e alle erbe aromatiche, ogni piatto acquista profondità e calore, mantenendo un profilo nutrizionale più leggero e bilanciato.

Dolcezza finale e benessere

Anche i **dolci** vegetariani possono diventare protagonisti delle feste, sfruttando l'aroma delle spezie, gli agrumi di stagione e la naturale dolcezza della frutta.

Cheesecake senza gelatina animale, tortini al cioccolato fondente, biscotti alle mandorle o creme profumate alla cannella offrono un finale goloso e adatto a tutti. Scegliere dolci meno burrosi e più ricchi di frutta secca consente di concludere il pasto con leggerezza, senza rinunciare a un tocco di festa.

Accanto al gusto c'è anche il **benessere**: un menu vegetariano, soprattutto se basato su ingredienti freschi e stagionali, aiuta a sentirsi più energici e leggeri nei giorni successivi ai pranzi abbondanti. Le feste possono così diventare un'occasione per scoprire nuove ricette e per valorizzare prodotti naturali che portano in tavola sapore, colore e cura di sé.





Nuvenia

Disponibili nelle taglie



ACQUISTA UNA MUTANDINA MESTRUALE NUVENIA PROVA A VINCERE



una delle **100**
GIFT CARD
Rifo da **100€**

Brand made in Italy
di moda circolare e sostenibile

Concorso "Moda e sostenibilità con Nuvenia" valido dal 18/08/25 al 31/01/26 presso i punti vendita della G.D.O. (Grande Distribuzione Organizzata), D.O. (Distribuzione Organizzata), Drugstore, relativi e-commerce e gli acquisti effettuati tramite il brand store Nuvenia su Amazon.it e venduti direttamente da Amazon. Montepremi € 10.000,00. Estrazione delle riserve entro il 30/04/26. Conserva lo scontrino (unico). Per info e modalità di partecipazione leggi il Regolamento su www.modaesostenibilitaconnuvenia.it.



PROFUMI D'INVERNO

VANIGLIA, LEGNI E SPEZIE PER SCALDARE L'ATMOSFERA

L'inverno è la stagione dei profumi avvolgenti, quelli che sanno di casa, di abbracci e di ricordi. Quando fuori l'aria si fa pungente, bastano poche gocce di una fragranza calda per sentirsi immediatamente coccolati.

Le note dolci e speziate diventano protagoniste di dicembre: **legni preziosi, vaniglia, ambra, cannella** e **muschio** si intrecciano creando un'atmosfera elegante e rassicurante.

Calore e dolcezza: la vaniglia e l'ambra

Vaniglia e ambra sono il cuore delle fragranze invernali. La prima regala dolcezza e comfort, la seconda una sensualità vellutata che avvolge senza appesantire. Perfette

Il cambiamento inizia **da noi.**



Consumo consapevolmente! 

Scelgo prodotti riciclabili e mi assicuro
di smaltirli correttamente **per dargli nuova vita!**





per chi ama profumi gourmand e rassicuranti, ricordano biscotti appena sfornati e coperte di lana. Si abbinano bene a note di miele o cacao per un effetto ancora più goloso.

Legni e muschi per chi ama l'eleganza. Chi preferisce profumi più intensi e sofisticati può scegliere essenze legnose: sandalo, cedro e patchouli donano profondità e carattere. Ideali per la sera o per occasioni speciali, evocano camini accesi e ambienti di montagna. I muschi e le resine completano la scia con un tocco elegante, perfetto per chi cerca equilibrio tra forza e delicatezza.

Spezie e agrumi: energia e comfort

Le spezie scaldano il cuore e risvegliano i sensi. Cannella, chiodi di garofano, pepe rosa e zenzero aggiungono vivacità alle composizioni più dolci, trasformandole in fragranze

dinamiche e luminose. Per chi ama una ventata di freschezza, gli agrumi — arancia amara, bergamotto e mandarino — regalano energia e contrastano la stanchezza dei mesi freddi.

Piccoli riti profumati

Oltre al profumo da indossare, anche la casa può vestirsi d'inverno con candele aromatiche, spray per tessuti e diffusori a base di oli naturali. Una combinazione di vaniglia e legno di cedro, ad esempio, crea un'atmosfera accogliente; mentre una miscela di arancia e cannella stimola positività e buonumore.

L'inverno addosso

Scegliere una fragranza invernale è come indossare un capo caldo e confortevole. Ogni nota racconta qualcosa di noi, accompagnandoci nei momenti più dolci dell'anno. E tra luci soffuse e tazze fumanti, bastano pochi accenti aromatici per trasformare una giornata fredda in un momento di puro piacere.



TOSCANA • ITALIA



DA **100** *Anni*

POMODORO E TRADIZIONE TOSCANA INSIEME.

**PASSATA RUSTICA
IL CORPOSO 700G**



**POLPA FINISSIMA
IL POLPOSISSIMO 2X200G**



**POLPA FINISSIMA
IL POLPOSISSIMO 3X400G**



ilpomodoropetti.com



DECORAZIONI ECO-CHIC

IDEE CON MATERIALI NATURALI O RICICLATI

Decorare la casa con materiali naturali significa creare un ambiente elegante, caldo e sostenibile, capace di raccontare la stagione senza ricorrere a plastica o oggetti usa e getta. Legno, pigne, rami, foglie secche, agrumi e spezie diventano **elementi decorativi raffinati e versatili**, perfetti per centrotavola, ghirlande e piccoli dettagli che trasformano gli spazi.

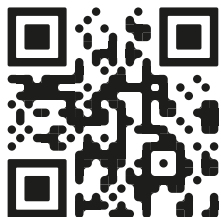
Glysolid®

PROTEZIONE IN PRIMO PIANO

**VINCI SUBITO
UNA GOPRO
HERO13 BLACK
E UN CASCO DA SCI
PERSONALIZZATO**



Immagine del premio a scopo illustrativo



ACQUISTA 2 PRODOTTI GLYSOLID



CONSERVA LO SCONTRINO



VAI SU [PROMOGLYSOLID.IT](https://promoglysolid.it)

Concorso valido dal 1 novembre 2025 al 31 marzo 2026 Montepremi 2.695€. Regolamento su promoglysolid.it e dettotfranoi.it

L'uso di materiali naturali non è soltanto una scelta estetica, ma anche un modo per **ridurre l'impatto ambientale e valorizzare il territorio**: passeggiate nei boschi o nei parchi permettono di raccogliere ciò che la natura offre, trasformando ogni decorazione in un gesto consapevole e creativo.

Riciclare con stile

Dare nuova vita a ciò che abbiamo già in casa è una delle strategie più intelligenti per decorare in modo eco-chic, evitando sprechi e costi superflui.

Vecchi barattoli di vetro possono diventare portacandele decorati con spago e rametti; pagine di libri rovinati o spartiti ingialliti possono trasformarsi in stelle, alberelli o collage da appendere alle pareti; tappi di sughero, stoffe avanzate, nastri e bottiglie diventano materiali preziosi per creare oggetti unici. Anche il cartone è un alleato efficace: con esso è possibile realizzare sagome, calendari dell'Avvento o etichette per i regali.



Riciclare **stimola l'immaginazione** e permette di ottenere decorazioni personalizzate che raccontano qualcosa di noi, aggiungendo un tocco autentico e originale.

Illuminazione e dettagli sostenibili

La luce è l'elemento che rende accogliente qualsiasi ambiente, e anche in questo caso si può scegliere uno stile sostenibile senza rinunciare all'eleganza. Le **luci LED a basso consumo** permettono di illuminare mensole, finestre e piante senza sprechi di energia; **candele naturali** in cera di soia o d'api profumano gli spazi e creano un'atmosfera rilassante.

Per completare il look eco-chic, bastano piccoli dettagli: ciotole con frutta secca, arance essiccate, rami di eucalipto, spezie come cannella e anice stellato legate con fili di cotone naturale.

Ogni scelta, dalla luce agli accessori, contribuisce a creare una casa in armonia con la natura, ricca di stile ma leggera sul pianeta, dove ogni decorazione diventa un **gesto di cura verso l'ambiente e verso chi la vive**.

LOADED WITH ENERGY



ENERGY DRINK
LOADED WITH ENERGY!



SCOPRI DI PIÙ



**B52 NON È SOLO UNA BEVANDA ENERGETICA:
È UN'ESPLOSIONE DI GUSTO E VITALITÀ, PRODOTTA NEI PAESI
BASSI DA BAVARIA, SINONIMO DI QUALITÀ E INNOVAZIONE.**



OBIETTIVI PER IL NUOVO ANNO

COME INIZIARE IL 2026 IN FORMA

Ogni inizio d'anno porta con sé la voglia di rinnovarsi, di ripartire con energia e, spesso, con il desiderio di tornare in forma. Ma per trasformare i buoni propositi in risultati concreti serve metodo, motivazione e realismo.

Iniziare il 2026 in forma non significa stravolgere le proprie abitudini, ma costruire passo dopo passo uno stile di vita che faccia stare bene, dentro e fuori.



FRUITZ!

L'ANALCOLICO ALLA FRUTTA

VOGLIA DI
APERITIVO?



*Contiene naturalmente zuccheri

PROVALO
ANCHE NEL TUO
COCKTAIL!

ZERO ALCOL
ZUCCHERI AGGIUNTI*
DOLCIFICANTI
...E TANTA FRUTTA

Piccoli passi, grandi risultati

L'errore più comune è voler fare tutto subito: palestra ogni giorno, dieta ferrea e obiettivi troppo ambiziosi. Meglio puntare su piccoli cambiamenti sostenibili. Anche **solo 20 minuti** di attività quotidiana bastano per migliorare il tono muscolare e l'umore. Camminate veloci, brevi sessioni di stretching o esercizi a corpo libero in casa sono un ottimo punto di partenza.

La costanza come alleata

Non è la fatica che porta risultati, ma la **regolarità**. Trovare una routine che si adatti al proprio ritmo di vita è essenziale per non mollare dopo le prime settimane. Allenarsi tre volte a settimana, anche con sessioni brevi, è più efficace che un'intensa ma sporadica giornata di sport. La chiave è la costanza, non la perfezione.

Movimento su misura

C'è chi ama l'allenamento dinamico e chi preferisce attività più rilassanti. L'importante è **scegliere ciò che diverte**: corsa, nuoto, yoga, pilates o danza.

Il corpo risponde meglio quando la mente è coinvolta e appagata. Provare qualcosa di nuovo all'inizio dell'anno può diventare una sfida stimolante, capace di accendere la motivazione.

Alimentazione e recupero

Il benessere non nasce solo dal movimento, ma anche dal riposo e da un'**alimentazione equilibrata**. Dopo le feste, privilegiare piatti semplici, ricchi di verdure, proteine leggere e cereali integrali aiuta a ritrovare energia. E ricordate: **dormire bene** è parte integrante dell'allenamento, perché il corpo si rigenera durante il sonno.

La mentalità del cambiamento

Iniziare l'anno in forma non è una corsa contro il tempo, ma un **percorso di consapevolezza**. Festeggiare i piccoli progressi, ascoltare il proprio corpo e mantenere un atteggiamento positivo sono i veri segreti del successo. Non servono rivoluzioni: basta il primo passo, quello che trasforma il desiderio in abitudine.





con il
meglio
di noi

gusta il meglio
della dolcezza
senza glutine.

Notes: delizie golose da condividere.

Un cuore di crema al cioccolato al latte in una croccante cialda. Ogni Notes è più di un biscotto: è un messaggio da scoprire, regalare... o gustare tutto per te! Perfetti per una pausa dolce, uniscono gusto ed emozione in ogni morso.





PICCOLI CHEF DELLE FESTE CIOCCOLATINI E MERENDE NATALIZIE

Dicembre è il mese più goloso dell'anno, quello in cui il profumo del cioccolato invade la cucina e ogni ricetta diventa un'occasione per **divertirsi insieme**. Tra grembiulini colorati, formine e cucchiari di legno, i bambini possono trasformarsi in veri piccoli chef, imparando a creare dolci semplici e irresistibili. Fare merenda o preparare regali fatti in casa diventa così un momento di gioco, scoperta e condivisione.

Piccoli cioccolatini da creare insieme

Preparare cioccolatini è più facile di quanto sembri. Basta sciogliere del cioccolato



Il buon latte digeribile per tutta la famiglia



#CandiaSempreConTe

#BenessereSempreConTe

www.latteandia.it

CANDIA ITALIA SPA



fondente, al latte o bianco e versarlo in stampini di silicone, aggiungendo frutta secca, riso soffiato o scorzette d'arancia.

I bambini possono divertirsi a **personalizzare ogni pezzo**, creando dolcetti unici da regalare a parenti e amici. Una volta solidificati, si possono confezionare in bustine trasparenti con un nastro rosso: un piccolo dono fatto con il cuore.

Merende creative e sane

Non solo dolci da regalo, ma anche spuntini da gustare nei pomeriggi di vacanza. Biscotti integrali con miele e cannella, muffin alle mele o semplici palline di avena e cacao sono ottime alternative ai classici snack confezionati. Prepararli insieme diventa un'occasione per insegnare ai più piccoli l'importanza di **scegliere ingredienti genuini** e di toccare con mano ciò che si mangia.



Dolci che insegnano

Cucinare è anche un modo per imparare. Pesare, mescolare, impastare e decorare **stimola la manualità, la concentrazione e la creatività**. Inoltre, condividere il risultato finale insegna il valore del lavoro di squadra e della pazienza: due ingredienti sempre presenti in cucina.

L'atmosfera del Natale

Una tovaglia colorata, musica natalizia in sottofondo e il profumo dei biscotti che cuociono nel forno: ecco la **ricetta perfetta per una giornata speciale**. Le merende natalizie diventano momenti di famiglia, in cui ogni risata e ogni sbuffo di farina restano tra i ricordi più belli delle feste.

In fondo, non c'è dolce più buono di quello preparato insieme, con le mani sporche di cioccolato e il cuore pieno di allegria.



Pedigree

Sheba

Catifications

a Natale

pensiamo anche a loro





FREDDO E PASSEGGIATE COME PROTEGGERE ZAMPE E PELO IN INVERNO

Con l'arrivo dell'inverno, anche i nostri amici a quattro zampe hanno bisogno di qualche attenzione in più. Il **freddo**, l'**umidità** e il **sale** sparso sulle strade possono mettere a dura prova zampe e pelo, rendendo le passeggiate meno piacevoli. Ma con pochi accorgimenti, uscire insieme resta un momento di benessere e divertimento, anche nelle giornate più rigide.

Zampe al sicuro

Le zampe sono le prime a soffrire il freddo. Il contatto con neve, ghiaccio o superfici bagnate può causare screpolature e piccole irritazioni, soprattutto nei cuscinetti.

Prima di uscire, è utile applicare un **balsamo protettivo** o una crema specifica a base di **burro di karité** o **cera d'api**. Dopo la passeggiata, basta **pulirle con acqua tiepida e**



SPECIALITÀ DI MAIS PER BUONGUSTAI



MolinodiFerro®

Mettiamo il gusto al primo posto



www.molinodiferro.com

asciugarle bene, controllando che non siano rimasti residui di sale o ghiaia tra le dita.

Cappottini sì o no?

Non tutti gli animali hanno lo stesso bisogno di coprirsi. I **cani a pelo corto o di piccola taglia** soffrono maggiormente le basse temperature, quindi un cappottino leggero e traspirante può essere un ottimo alleato. Per i **cani più grandi o con pelo fitto**, è sufficiente limitare il tempo all'aperto nelle ore più fredde e asciugarli bene se si bagnano. L'importante è che il capo sia comodo, non troppo stretto e non limiti i movimenti.

Pelo sano anche d'inverno

Durante la stagione fredda il pelo tende a sporcarsi più facilmente, ma lavaggi troppo frequenti possono impoverirne la barriera naturale. Meglio **spazzolare regolarmente**, almeno due o tre volte a settimana, per eliminare residui di fango e polvere, e utilizzare uno **shampoo delicato** solo quando serve. Un'alimentazione equilibrata, ricca di **omega-3 e vitamine**, aiuta a mantenere il manto lucido e forte.



Passeggiate di qualità

Anche se le giornate sono più brevi, le passeggiate restano fondamentali per il benessere fisico e mentale dei nostri animali. Meglio **preferire le ore centrali del giorno**, quando le temperature sono più miti, e scegliere percorsi sicuri e lontani dal traffico. Qualche minuto di gioco all'aperto, tra corse e annusate, renderà l'uscita un piacere anche con il freddo.

Coccole al rientro

Al ritorno a casa, una **coperta calda e qualche carezza** sono il modo migliore per chiudere la giornata. L'inverno è la stagione delle attenzioni, e prendersi cura dei nostri compagni pelosi è il modo più bello per restituire tutto l'affetto che ci regalano, ogni giorno, in ogni stagione.



**ADOZIONE
CUCCIOLI**



Mirtillo, cucciolo bianco come la neve, in taglia piccola e tre mesi di pura dolcezza. Con la prassi veterinaria già completata, aspetta solo una famiglia pronta a riempirlo d'amore.

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

ZANINI®

FARINATA
ZANINI
COME
IN PIZZERIA
NELLE
MIGLIORI
CUCINE
D'ITALIA



VIENI A SCOPRIRE TUTTI I NOSTRI PRODOTTI
NEL REPARTO SURGELATI



ASCOLTA LEGGI GUARDA

CONSIGLI DI LETTURA



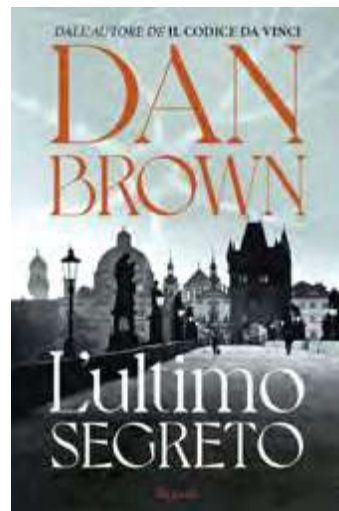
L'ULTIMO SEGRETO, DAN BROWN

GIANLUCA GOTTO

CASA EDITRICE: RIZZOLI

Cartaceo: € 21,00 | eBook: € 12,99

Dan Brown torna con un thriller coinvolgente dove il professor Robert Langdon è alle prese con un mistero antico quanto potente. Tra codici, simboli e complotti che attraversano Roma, Parigi e Istanbul, Langdon deve decifrare un segreto nascosto da secoli che potrebbe ribaltare la storia occidentale. Una corsa contro il tempo che combina suspense, storia e adrenalina, perfetta per gli appassionati del genere e per chi ama lasciare il segno.



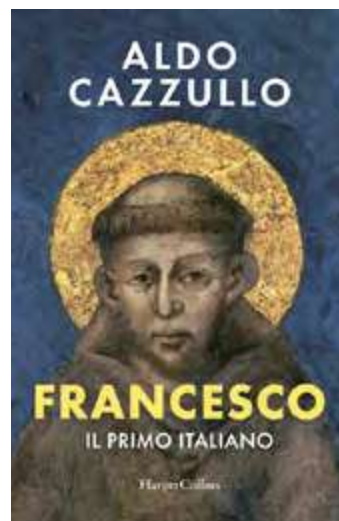
FRANCESCO. IL PRIMO ITALIANO

ALDO CAZZULLO

CASA EDITRICE: HarperCollins Italia

Cartaceo: €19,90 | eBook: € 9,99

Aldo Cazzullo racconta la vita di Papa Francesco con la prosa precisa e accattivante che lo contraddistingue, esplorando il suo cammino umano e spirituale dal cuore dell'Argentina fino a Roma. Nel libro emerge una figura capace di rinnovare le radici della Chiesa e di entrare in contatto con la società contemporanea, portando un messaggio di inclusione e misericordia. Un ritratto potente e attuale che spiega perché Francesco può essere definito "il primo italiano" per il suo ruolo globale e per la sua presenza nella vita pubblica italiana.



Tutto®

SCEGLI
LE PERFORMANCE

DI UNA GAMMA
SUPER TECNOLOGICA!



Scopri subito la carta più tecnologica di sempre!

Tutto Cucina Style, maxi fogli dal design unico perfetti anche come tovagliolo o tovaglietta, realizzati con **tecnologia HI-PER**, per ottenere il massimo delle prestazioni dalla carta casa.

Tutto®



Scopri di più su
tuttoxtutto.it



ASCOLTA LEGGI GUARDA

SERIE TV



FALLOUT – STAGIONE 2

Genere: Azione, fantascienza, post-apocalittico

Distribuzione: Prime Video

Cast principale: Ella Purnell, Walton Goggins, Aaron Moten

Dopo il successo della prima stagione, Fallout torna ampliando il mondo devastato dalle radiazioni e dal fanatismo delle fazioni sopravvissute. Lucy prosegue il suo viaggio oltre la Zona Ovest, scoprendo città sotterranee, nuove comunità e verità scomode sull'origine dei Vault. Allo stesso tempo, il Ghoul affronta il proprio passato, mentre il potere della Enclave si fa sempre più minaccioso. Una stagione più cupa, più dinamica e ricca di rivelazioni, che affonda ancora una volta nell'ironia nera e nella critica sociale tipica dell'universo videoludico da cui è tratta.



DOCTOR WHO: THE WAR BETWEEN THE LAND AND THE SEA

Genere: Fantascienza, avventura

Distribuzione: BBC / Disney+

Cast principale: Ncuti Gatwa, Millie Gibson, vari guest star

Il Quindicesimo Dottore si trova al centro di una delle crisi più vaste della storia: un conflitto millenario tra popoli terrestri e civiltà sottomarine riemerge in superficie, mettendo a repentaglio l'equilibrio dell'intero pianeta. Tra città sommerse, creature antiche e viaggi nel tempo che intrecciano epoche lontane, il Dottore e Ruby cercano di ricucire un fragile accordo di pace prima che il mondo venga travolto. Un capitolo epico e ricco di immaginazione, che unisce azione, emozione e il caratteristico spirito visionario della serie.





NOVITÀ





ASCOLTA LEGGI GUARDA

DISCHI IN USCITA



MEMENTO MORI: MEXICO CITY **DEPECHE MODE**

I Depeche Mode celebrano la loro ultima fase creativa con un live intenso e profondo registrato a Città del Messico, una delle tappe più energiche del tour mondiale. Memento Mori: Mexico City cattura l'atmosfera elettrica di un concerto che unisce i brani più recenti alle pietre miliari della band, restituendo un suono potente, scuro e carico di emozione. Dave Gahan e Martin Gore rinnovano il legame con un pubblico appassionato, trasformando il live in un viaggio dentro la memoria, la perdita e la resilienza. Un album che testimonia una band ancora capace di reinventarsi restando fedele alla propria identità.



WISH YOU WERE HERE 50 **PINK FLOYD**

Per celebrare i cinquant'anni di uno dei dischi più iconici della storia del rock, i Pink Floyd pubblicano un'edizione speciale di Wish You Were Here che valorizza la qualità sonora e l'eredità concettuale dell'album originale. Arricchita da materiali d'archivio, nuove rimasterizzazioni e contenuti celebrativi, questa edizione mette in luce la potenza emotiva dei brani dedicati a Syd Barrett e alla condizione umana nella società moderna. Un omaggio prezioso a un capolavoro senza tempo, pensato per i fan storici e per chi vuole riscoprire uno dei capitoli più significativi della musica contemporanea.



FABBRI
1905

Il piacere di festeggiare!



Cuor di
AMARENA
FABBRI
BOMBON

L'inimitabile sapore
della tradizione Fabbri,
avvolto da finissimo cioccolato fondente,
in un sottile strato di zucchero.

*Ciliegie
al liquore*



*Il brindisi
si fa più dolce...*

AMARENA AMORE MIO

1 Amarena Fabbri
1 cucchiaino del suo sciroppo
10 cl di Prosecco
o spumante



Scopri il mondo Fabbri su fabbri1905.com



ASCOLTA LEGGI GUARDA

AGENDA APPUNTAMENTI

PIÙ LIBRI PIÙ LIBERI ROMA, 4-8 DICEMBRE

La Nuvola dell'EUR torna a ospitare Più libri più liberi, la grande fiera dell'editoria indipendente italiana. Cinque giorni dedicati ai libri, agli autori e alle nuove voci della narrativa, della saggistica e del fumetto, con presentazioni, incontri, laboratori e dibattiti sul futuro del settore. L'edizione di quest'anno punta a valorizzare la bibliodiversità e il ruolo culturale delle piccole e medie case editrici. Un appuntamento imperdibile per chi ama scoprire storie fuori dai grandi circuiti editoriali.



Per maggiori informazioni
www.plpl.it

UMBRIA JAZZ FESTIVAL

ORVIETO, 30 DICEMBRE 2025 - 3 GENNAIO 2026

Per gli amanti del jazz, il Capodanno a Orvieto è un appuntamento imperdibile con Umbria Jazz Winter. Da oltre trent'anni il festival anima la città con sonorità soul, gospel, funky e jam session fino a notte fonda. Tra i momenti da non perdere: il concerto gospel dopo la Messa di Capodanno, il pomeriggio in Duomo e il Gran Cenone di Fine Anno con musica prima e dopo mezzanotte.



Per maggiori informazioni
www.umbriajazz.it/programma



OROSCOPO DI GULLI

DICEMBRE 2025



Ariete

Mese frizzante e dinamico: l'energia torna a farsi sentire, ma serve equilibrio per non esagerare. Amore e progetti prendono nuova direzione.



Bilancia

Equilibrio e bellezza vi accompagnano. Momenti piacevoli con le persone care e una nuova leggerezza in ambito sentimentale.



Toro

La calma e la pazienza vi premiano. È il momento giusto per consolidare relazioni e obiettivi, senza fretta ma con fiducia.



Scorpione

Passione e introspezione caratterizzano il mese. Le stelle vi spingono a chiudere ciò che non serve più e a prepararvi a un nuovo inizio.



Gemelli

Dicembre porta movimento e nuove conoscenze. La curiosità è alle stelle, ma cercate di non disperdervi in troppi impegni.



Sagittario

Dicembre è il vostro mese fortunato: energia, voglia di avventura e fiducia nel futuro. Tutto è pronto per un grande slancio nel nuovo anno.



Cancro

Il bisogno di calore e affetto si fa forte: casa e famiglia diventano il vostro rifugio ideale. In amore, dolcezza e comprensione.



Capricorno

Determinati e lucidi, chiudete l'anno con solide basi. Le stelle premiano impegno e serietà, ma regalatevi anche momenti di festa.



Leone

L'anno si chiude con riconoscimenti meritati. Sul lavoro brillate per determinazione, ma ricordate di lasciare spazio anche al relax.



Acquario

Nuove idee e desiderio di cambiamento. Il futuro si apre davanti a voi: seguite l'intuito e non abbiate paura di osare.



Vergine

Organizzazione e concretezza vi guidano verso un dicembre produttivo. Il cielo vi invita però a rallentare e a godervi i risultati.



Pesci

un mese dolce e ispirato. L'amore vi circonda e la creatività vi guida: il 2025 si chiude con serenità e un pizzico di magia.

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



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