



cucina naturale

Anno XXII - N. 5
MAGGIO 2011
3,40 euro

la nuova dieta

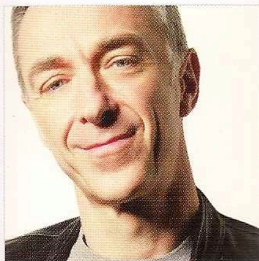
menu e consigli
per dimagrire

zucchine

idee originali
ricche di gusto

DOLCIFICANTI
SINTETICI
QUALI SONO
DAVERO
I RISCHI?

fragole dolci&salate



Linus

parole, corsa e buon cibo

Riso basmati con
asparagi e fragole



9 771592 356004
10005
cucina naturale - Via Erlasia, 21 - 20157 Milano - ISSN 1120-3322
2568 Poste Italiane SpA - Periodico - Sped. in a.p. D.L. 353/2003
(conv. in L. 23/2/2004 n. 46) art. 1, comma 1, DDB Milano
SVIZZERA 6,50 CHF

www.cucina-naturale.it

gustAppunto

Lo stivale dei formaggi (MC)

Oltre cinquecento i prodotti lattiero-caseari presenti in Italia, molti dei quali saranno i protagonisti di **Formaggi d'autore**, nel borgo medievale di Gualdo dal **21 al 22 maggio**, manifestazione che nasce per valorizzare uno degli alimenti più antichi e apprezzati. Ampio spazio anche ai **Presidi Slow Food** con il Trentino Alto Adige come protagonista. Dopo una passeggiata tra gli stand, è possibile seguire i **laboratori del gusto** guidati da esperti, per apprendere tutte le tecniche di degustazione. **Spettacoli musicali, animazioni e giochi per bambini** arricchiranno ogni ora del giorno. Si potranno **acquistare formaggi e altri prodotti caseari a prezzi contenuti**.

Info: 0733668323, www.formaggi.biz



appuntamento

Scelgo lo con ChangeUp (MI)

Appuntamento dal **21 al 22 maggio** a Milano presso il Superstudio Più di via Tortona, con **ChangeUp**, il salone dedicato ai nuovi consumi consapevoli e rispettosi della salute e della natura. **Scelgo lo** è lo slogan con il quale la manifestazione si presenta in Italia, con una selezione di aziende e produzioni etiche, ecologiche e sostenibili. Numerosi i settori merceologici presenti, dal **cibo e vino** all'**ecoturismo**, dalla **cosmesi naturale** al **design**, dalle associazioni alle **proposte su misura per mamma e bambini**. Grande spazio anche alla **tecnologia e informatica libera e sostenibile**, nonché all'**eco-arte**. L'ingresso è gratuito.

Info: 02422501, www.changeup.it



Ristorante
Biologico
Vegetariano Vegano

www.apritisesame96.it

Parma Tel. 0521 270274

otnuqqAfaug

OLIO
EXTRA VERGINE
DI OLIVA
SALVAGNO.

Spremitura a freddo

UN DONO DI
NATURA.



dal 1923

SALVAGNO
FRANTOIO PER OLIVE

SALVAGNO GIOVANNI FRANTOIO PER OLIVE
37034 NESENTE VALPANTENA (VERONA)
Contrada Gazzego 1, Telefono 045. 526046
Fax 045. 528151 www.oliosalvagno.it