

6+1 giorni

DI IDEE PER AVERE SODDISFAZIONE AI FORNELLE STRAPPARE L'APPLAUSO

SETTIMANA DAL
30 luglio al 5 agosto



Lo zodiaco

• Il **Leone**, in cucina, lavora bene **da solo**. Non perché non ami la compagnia, ma perché così prende le **decisioni** migliori: le sue! • Quando crea tra i fornelli, meglio lasciarlo **in pace**, se non si vuol correre il rischio di esser presi... a ruggiti!

La luna

• **Primo quarto di luna**, questa settimana. Se volete seminare nuove piantine (o fiori), fatelo adesso. Ma evitate spinaci e insalate.

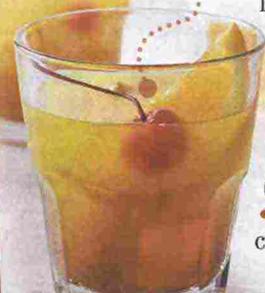


LE NOVITÀ DA BERE

Menta, amarena e orzata con il **30% di zuccheri in meno** rispetto allo sciroppo tradizionale. **La novità FABRI** per l'estate di quest'anno è amica della linea, senza rinunciare alla qualità degli ingredienti: **100% italiani e solo aromi naturali**.

Ma dove vai senza Mai Tai?

Per un cocktail davvero dissetante, come questo **Mai Tai**, uno sciroppo d'orzata **meno zuccherato** del solito, è davvero l'ideale. • Per un bicchiere, **riempite** lo shaker con ghiaccio e versate Rhum bianco (4 cl), Curaçao all'arancia (1,5 cl), l'orzata (1,5 cl) e il succo di lime (1 cl). • **Agitate** e versate in un bicchiere highball. A questo punto aggiungete Rhum scuro (2 cl), senza mescolare. • **Decorate** a piacere con ciliegina e arancia (o ananas).



DOMENICA 30 PAG. 16 PAG. 17 PAG. 17

LUNEDÌ 31
Coniglio
LEGGERO & SAPORITO

MARTEDÌ 1
Persico
AL CARTOCCIO

MERCOLEDÌ 2
Pappardelle
SPEZIATISSIME

GIOVEDÌ 3
Insalata
MEDITERRANEA

VENERDÌ 4
Sarde
UNA TIRA L'ALTRA

SABATO 5
Pasta
PER TUTTI I GUSTI