

Idee e acquisti per la settimana

M shopping



Festival delle verdure italiane

Attualità Alcune tipiche verdure della gastronomia tricolore in primo piano questa e la prossima settimana alla tua Migros Ticino attraverso offerte speciali, esposizioni ad hoc e sfiziose degustazioni

Orecchiette alle cime di rapa, risotto al radicchio rosso, cavolfiore gratinato alla besciamella, carciofi ripieni alla siciliana, lasagne agli spinaci e ricotta... Ma cos'hanno in comune queste deliziose preparazioni? Sono solo un assaggio delle moltissime specialità culinarie che hanno tra gli ingredienti principali le verdure tipicamente mediterranee. Se desideri scoprire questi e numerosi altri colorati ortaggi originari della vicina Penisola - come la cicoria di Castelfranco, i pomodoroni cuore di bue, il cavolo romanesco o ancora il radicchio trevigiano - non devi fare

altro che visitare il reparto verdure di una delle maggiori filiali Migros e lasciarti contagiare dalla nostra passione per i prodotti genuini. Ma non finisce qui: in alcuni punti vendita selezionati (vedi sotto), potrai assistere dal vivo alla preparazione di alcune ricette da parte di alcuni cuochi provetti.

Infine, per farti venire ulteriormente l'acquolina in bocca, a pagina 13 di questo numero di Azione trovi un piatto d'ispirazione italiana di facile realizzazione a base di pasta e finocchio: davvero irresistibile!

Ricette «dal vivo»

Nei seguenti negozi Migros un affermato chef preparerà sotto i tuoi occhi alcuni appetitosi piatti italiani:

MMM Agno Uno
mercoledì 10 e giovedì 11 marzo

MM Locarno
venerdì 12 e sabato 13 marzo

MMM Lugano
lunedì 15 e martedì 16 marzo

MMM S. Antonino
mercoledì 17 e giovedì 18 marzo



Un grande classico: orecchiette alle cime di rapa. (Marka)



Oggi è la Festa della donna!

Sapevi che il genere Acacia, di cui fa parte la mimosa a noi conosciuta (l'Acacia Dealbata), comprende più di mille specie di alberi e arbusti? Originaria dell'Australia, fu introdotta in Europa solamente nel diciannovesimo secolo.

Grazie al suo inconfondibile colore giallo e all'intenso profumo non è un caso che sia stata scelta

per simboleggiare eleganza, semplicità e tenerezza. Ma la mimosa sta a rappresentare anche tutta l'energia femminile. Insomma, quale emblema migliore per dar rilievo all'odierna Festa della donna?

Mimosa al mazzo Fr. 6.90

In vendita solo oggi, 8 marzo, al reparto fiori Migros.