

BIOSPESA.CH

BioSpesa D'Ottavio & Loss - C.P. 4 - 6806 Sigerino

Tel. 076 3410634 Fax 091 9450442

email: vendita@biospesa.ch

Inserite qui il vostro indirizzo

No. Art.	Nome prodotto	Categoria	Descrizione prodotto	Prezzo	Quantità da ordinare
5	Riso Basmati bianco	Cereali	Confezione da Kg. 0.500	5.90	
6	Miglio decorticato	Cereali	Confezione da Kg. 0.500	3.90	
7	Grano Saraceno	Cereali	Confezione da Kg. 0.500	4.50	
8	Orzo Perlato	Cereali	Confezione da Kg. 0500	3.20	
9	Farro Perlato	Cereali	Confezione da Kg. 0.500	4.30	
14	Zuppa di Orzo, Avena, Legumi	Cereali	Confezione da Kg. 0.500	4.90	
17	Zuppa di Farro	Cereali	Confezione da Kg. 0.500	4.90	
18	Zuppa di Grano saraceno alle Alghe Kombu	Cereali	Confezione da Kg. 0.500	4.90	
402	Malto di Riso	Dolcificanti	Confezione da Kg. 0.400 - Ingredienti: riso 72%, orzo maltato, acqua	6.50	
404	Succo di mela in bustina	Dolcificanti	Confezione da 100 bustine da gr. 6 cadauna	26.50	
405	Sciroppo d'Acero ml. 750	Dolcificanti	Confezione da lt. 0.750 - Ingredienti:succo di acero	29.50	
406	Sciroppo d'Acero ml. 250	Dolcificanti	Confezione da lt. 0.250 - Ingredienti:succo di acero	11.00	
500	Crema di Mandorle	Pasticceria	Confezione da Kg. 0.200 - Ingredienti: 100% mandorle pelate	11.50	

501	Crema di Nocciole	Pasticceria	Confezione da kg. 0.200 - Ingredienti: 100% nocciole tostate - Preparazione: Ottima per decorare torte al cioccolato, semifreddi o frutta fresca. Diluire un po di crema di nocciole con del malto di riso e aggiustare con acqua.	11.50
502	Crema al Pistacchio	Pasticceria	Confezione da Kg. 0.200 - Ingredienti: 100% pistacchi - Preparazione: Ottimo spalmato sul pane o sulle fette biscottate di kamut. Altrimenti come: fondo delle crostate di frutta, utilizzato al posto del grattugiato di: mandorle.:	28.00
600	Tè Kukicha	Tè e Tisane	Confezione da gr. 100	6.80
601	Tè Bancha	Tè e Tisane	Confezione da gr. 75	8.90

603	Seitan in vaso	Gastronomia	<p>Confezione da Kg. 0.650 - Ingredienti: acqua, glutine e farina integrale di frumento, liquido di governo:acqua e salsa di soya (soya, acqua, frumento, sale) - Ricetta: Spezzatino di SeitanPer 2/3 persone: una confezione di seitan morbido - 2 o 3 cucchiari di olio extravergine d'oliva - 1 cipolla - 2 carote - 2 gambi di sedano - un pizzico di sale aromatico - 1 cucchiario di shoyu (salsa di soia): Preparazione Tagliare il seitan a spezzatini e nel frattempo far scaldare l'olio in una padella. Aggiungere la cipolla affettata finemente, le carote ed il sedano tagliati a quadratini e far soffriggere per circa 10/15 minuti, unendo di tanto in tanto - per non far asciugare troppo - un paio di cucchiari d'acqua (a questo scopo utilizzare anche quella di cottura del seitan contenuta nella confezione originale). Insaporire il tutto con un pizzico di sale aromatico. Infine aggiungere il seitan tagliato a dadini mescolando accuratamente, insaporendolo con un cucchiario di shoyu.:</p>	9.60	
607	Tofu sottovuoto	Gastronomia	<p>Confezione da Kg. 0.240 - Ingredienti: acqua, soya (11,2%) cloruro di magnesio (come coagulante)</p>	4.80	

				<p>Confezione da Kg. 0.250 - Ingredienti: acqua, glutine di frumento (27%), farina di grano tenero tipo 1, salsa di soya fermentata (tamari), alga kombu (laminaria japonica), zenzero, aglio, rosmarino, sale marino - Ricetta: Seitan al curry Per due persone: una confezione di seitan (in fette spesse) - un cucchiaino di curry - un cucchiaino di arrow root (o in alternativa la maizena, però meno indicata) - un limone - olio shoyu - un rametto di rosmarino - prezzemolo: Preparazione Versare nella padella un filo d'olio, il curry e il rosmarino e mescolare bene. Scaldare, quindi aggiungere il seitan. Cuocere il seitan un paio di minuti per parte, poi riporlo in un piatto. Preparare mezzo/un bicchiere di acqua, sciogliervi un cucchiaino di arrow root mescolando bene e versare nel tegame. Aggiungere il succo di mezzo limone e qualche goccia di shoyu, e fare addensare mescolando. Versare il sugo ottenuto sulle fettine di seitan. Ornare con fettine di limone e prezzemolo.:</p>		
608	Seitan sottovuoto	Gastronomia			6.90	
609	Wurstel di Soya	Gastronomia		Confezione da Kg. 0.170	6.10	
610	Tofu affumicato	Gastronomia		Confezione da Kg. 0.200 - Ingredienti: acqua, soya (11,2%) cloruro di magnesio (come coagulante)	6.20	
611	Seitan di Kamut alla piastra	Gastronomia		Confezione da Kg. 0.180	6.30	
612	Tofu marinato	Gastronomia		Confezione da Kg. 0.240 - Ingredienti: acqua, soya (11,2%) cloruro di magnesio (come coagulante)	5.90	

704	Farina di Farro (Spelta)	Farine Speciali		Confezione da kg. 1	7.10	
705	Farina di Farro integrale (Spelta)	Farine Speciali		Confezione da Kg. 1	6.90	
706	Farina di Castagne	Farine Speciali		Confezione da Kg. 0.500 - Ricetta: La torta di castagnaccio Preparazione: Si stemperano e s'impastano 500 g di farina di castagne ed un pizzico di sale con 800 g di acqua fredda aggiunta poco alla volta e cercando di non creare grumi; si aggiunge olio d'oliva (50 g), pinoli interi, noci, mandorle o nocciole a pezzetti, uva passita (rinvenuta nel latte di soia per 1-2 ore e poi infarinata) o canditi; si versa la farinata in teglia, unta d'olio, per un'altezza massima di due centimetri; si ricopre con due cucchiai d'olio e s'inforna.	7.10	
717	Farina di Grano Saraceno	Farine Speciali		Confezione da Kg.:0.500	5.80	

806	Dulse fiocchi	Alghe Aliment	Confezione da Kg. 0.050 - Ricetta: Basmati e piselli 200g di piselli (anche surgelati)- 100g di riso basmati integrale- 2 cucchiari di alghe in fiocchi (dulse)- 1/2 carota- 1 cipolla bianca- gomasio (semi di sesamo)- olio di oliva extra- 3 olive nere- salsa di soia- sale - Preparazione: Cuocere il riso per 20-30 min insieme a 1/2 carota e una cipolla bianca, un pizzico di sale, i chicchi devono essere sempre al dente e ben divisi. A parte cuocere i piselli in acqua per 10 min insieme alle alghe e un goccio di salsa di soia. Se il riso non ha assorbito tutto il brodo scolare e spezzettare le verdure ed unire ai piselli con le alghe. Unire gli ingredienti in padella e far asciugare. Servire con una guarnizione di gomasio, le olive a pezzetti e un filo di olio di oliva extra.	9.00
808	Lattuga di mare fiocchi	Alghe Aliment	Confezione da gr. 30	9.00
816	Wakame in Fiocchi	Alghe Aliment	Confezione da gr. 50	9.10
1300	Biscotti di Kamut	Biscotti e Cros	Confezione da Kg. 0.250 Ingredienti: Farina di Kamut macinata a pietra, malto di riso, olio extravergine di oliva, succo concentrato di mela, carbonato di ammonio, sale, aromi naturali.	6.50
1301	Biscotti di Farro	Biscotti e Cros	Confezione da Kg. 0.250 - Ingredienti: Farina di Farro macinata a pietra, malto di riso, olio extravergine di oliva, succo concentrato di mela, carbonato di ammonio, sale, aromi naturali.	6.50

1302	Biscotti (frollini) di Mais e Riso	Biscotti e Cros	Confezione da Kg. 0.250 - Ingredienti: Farina di mais (38%), farina di riso (22,10%), sciroppo di riso, olio vegetale non idrogenato, succo di mela concentrato, amido di riso (1,2%), agente lievitante (carbonato di sodio e di ammonio), aromi naturali, sale.	6.30
1307	Fette biscottate di Kamut	Biscotti e Cros	Confezione da Kg. 0.200 - Ingredienti: Farina di Kamut macinata a pietra, lievito naturale (pasta acida), latte di riso, malto di riso, olio extravergine di oliva, succo di mela concentrato, lievito di birra, sale	6.10
1308	Fette biscottate di Farro	Biscotti e Cros	Confezione da Kg. 0.200 - Ingredienti: Farina di Farro macinata a pietra, lievito naturale (pasta acida), latte di riso, malto di riso, olio extravergine di oliva, succo di mela concentrato, lievito di birra, sale	6.10
1309	Frollini al Cocco (Farro)	Biscotti e Cros	Confezione da Kg. 0.250 - Ingredienti: Farina di farro (54,5%), sciroppo di glucosio da mais e malto di orzo, olio di girasole, cocco (8,7%), succo di mela concentrato, lievito (bicarbonato di sodio), sale, aromi naturali	6.30
1310	Frollini all'Uvetta (Farro)	Biscotti e Cros	Confezione da kg. 0.250 - Ingredienti: Farina di farro (52,7%), sciroppo di glucosio da mais e malto di orzo, uvetta (10,6%), olio di girasole, succo di mela concentrato, lievito (bicarbonato di sodio), sale, aromi naturali	6.80

1312	Frollini Farro e Nocciola	Biscotti e Cros	Confezione da Kg. 0.250 - Ingredienti: Farina di farro (53,3%), sciroppo di glucosio da mais e malto di orzo, nocciole (10,6%), olio di girasole, succo di mela concentrato, agente lievitante (bicarbonato di sodio), sale, aromi naturali	7.00
1320	Biscotti di Grano tenero	Biscotti e Cros	Confezione da Kg. 0.250 Ingredienti: Farina di grano tenero macinata a pietra, malto di riso, olio extravergine di oliva, succo concentrato di mela, vaniglia naturale, carbonato di ammonio, sale.	5.90
1328	Risfoglia merendine	Biscotti e Cros	Confezione da Kg. 0.030 - farina di farro 42%, preparazione con purea di mela 29% (sciroppo di glucosio-fruttosio di mais, purea di mela, addensante: pectina, correttore di acidità: acido citrico, aroma naturale di mela), olio di cocco, farina integrale di riso 10%, Bio Surice (riso integrale germogliato) 3%, sale marino	1.90
1502	Marmellata ai Frutti di bosco	Marmellate	Confezione da Kg. 0.320 - Ingredienti: frutti di bosco in proporzione variabile (mirtilli, more, ribes, lamponi) 70%, concentrato di mela, gelificante: pectina.	7.70
1503	Marmellata di Arance	Marmellate	Confezione da Kg. 0.320 - Ingredienti: arance con scorza a pezzi 70%, concentrato di mela, gelificante: pectina	6.90
1508	Marmellata di Ribes	Marmellate	Confezione da Kg. 0.320 - ribes rosso 70%, concentrato di mela, gelificante: pectina	6.70
1510	Marmellata di More	Marmellate	Confezione da Kg. 0.320 - Ingredienti: more 70%, concentrato di mela, gelificante: pectina	6.90

1512	Marmellata di Clementine	Marmellate		Confezione da Kg. 0.320 - Ingredienti: clementine con scorza a pezzi 70%, concentrato di mela, gelificante: pectina	6.90	
1904	Orzo solubile	Caffè Surrogat		Confezione da Kg. 0.125	5.70	
1905	Caffè solubile ai Cereali	Caffè Surrogat		Confezione da Kg. 0.125 - Ingredienti: orzo, orzo maltato, cicoria, segale e fichi.	6.20	
1907	Orzo macinato per Moka	Caffè Surrogat		Confezione da Kg. 0.125	6.60	
2003	Rustichelli di Grano al Rosmarino	Crackers		Confezione da Kg. 0.200 Ingredienti: Farina di grano tenero integrale (40%), farina di grano tenero tipo 0 (20%), acqua, olio extravergine di oliva spremuto a freddo, lievito madre, sale. Rosmarino 1%	5.60	
2004	Rustichelli di Grano al Sesamo	Crackers		Confezione da Kg. 0.200 - Ingredienti: Farina di grano tenero tipo 0 (60%), acqua, olio extravergine di oliva spremuto a freddo, lievito madre, sale. Sesamo 3%	5.70	
2005	Piadina di Farro bianco	Crackers		Confezione da Kg. 0.250 - Ingredienti: Farina di farro tipo "0" 65%, acqua, olio extravergine di oliva spremuto a freddo, : sale	7.70	
2007	Sfogliatine di Kamut senza lievito	Crackers		Confezione da Kg. 0.200 - Farina di Kamut (60%), acqua, olio extravergine di oliva spremuto a freddo, sale.	6.40	
2013	Sfogliatine integrali di Farro senza lievito	Crackers		Confezione da Kg. 0.200 - Farina integrale di farro (60%), acqua, olio extravergine di oliva spremuto a freddo, sale	6.00	
2301	Maccheroncini Integrali	Pasta		Confezione da Kg, 0.500	2.90	
2330	Fusilli Semintegrali	Pasta		Confezione da Kg. 0.500	2.90	
2332	Penne Semintegrali	Pasta		Confezione da Kg. 0.500	2.90	
2333	Sedani Semintegrali	Pasta		Confezione da Kg. 0.500	2.90	
2362	Fusilli di Semola	Pasta		Confezione da Kg. 0.500	2.90	
2363	Penne di Semola	Pasta		Confezione da Kg. 0.500	2.90	
2365	Spaghetti di Semola	Pasta		Confezione da Kg. 0.500	2.90	

2390	Spaghetti di Farro	Pasta		Confezione da Kg. 0.500	5.50	
2391	Strozzapreti di Farro	Pasta		Confezione da Kg. 0.500	5.50	
2421	Sedani al Farro	Pasta		Confezione da Kg. 0.500	7.00	
2540	Couscous semintegrale di Grano tenero	Pasta		Confezione da Kg. 0.500	4.80	
2543	Couscous Semintegrale Pronto (Mediterraneo)	Pasta		Confezione da Kg. 0.250	9.50	
817	Hijiki	Alghe Aliment		Confezione da gr. 50	9.10	
2800	Black Chai	Tè e Tisane		Confezione da 15 bustine	5.40	
2808	Tisana Good Night	Tè e Tisane		Confezione da 15 bustine	5.40	
2809	Green Chai	Tè e Tisane		Confezione da 15 bustine	5.40	
2810	Green Jasmine	Tè e Tisane		Confezione da 15 bustine	5.40	
2812	Himalaja	Tè e Tisane		Confezione da 15 bustine	5.40	
2814	Jamaica	Tè e Tisane		Confezione da 15 bustine	5.40	
2822	Relax	Tè e Tisane		Confezione da 15 bustine	5.40	
2831	Lime Mint	Tè e Tisane		Confezione da 15 bustine	5.40	
2836	Tisana Venere (per le donne)	Tè e Tisane		Confezione da 20 bustine	6.90	
2837	Tisana Morgana (rilassante)	Tè e Tisane		Confezione da 20 bustine	6.90	
2838	Tisana Grimilde (depurativa)	Tè e Tisane		Confezione da 20 bustine	6.90	
2839	Tisana Demetra (digestiva)	Tè e Tisane		Confezione da 20 bustine	6.90	
2840	Tisana Lavanda	Tè e Tisane		Confezione da gr. 30 (tè in foglie essicate)	5.90	
2841	Tisana Verbena	Tè e Tisane		Confezione da gr. 15 (tè in foglie essicate)	5.90	
2843	Tisana Ortica	Tè e Tisane		Confezione da gr. 30 (tè in foglie essicate)	5.90	
3000	Olio Extravergine di Oliva intenso	Condimenti		Confezione da Lt. 0.75	17.70	
3001	Olio Extravergine di Oliva in Lattina	Condimenti		Confezione dal Lt. 5	90.00	
3200	Olio di Girasole in Lattina	Condimenti		Confezione da Lt. 5	45.00	
3015	Olio di Sesamo	Condimenti		Confezione da Lt. 0.5	12.50	
3014	Olio di Zucca	Condimenti		Confezione da Lt 0.250	15.50	
3023	Sale Marino Riserva Naturale	Condimenti		Confezione da Kg. 1	3.40	
3100	Zucchine alla Pugliese	Sughi e Conse		Confezione da Kg. 0.170 - Ingredienti: Zucchine 70%, olio extravergine di oliva 16%, prezzemolo 2,8%, aglio 1,4%, aceto di acquavite, sale marino, peperoncino 0,02%	6.50	
3101	Crema di Carciofi	Sughi e Conse		Confezione da Kg. 0.170	7.50	

3102	Crema di Cipolle	Sughi e Conserve		Confezione da Kg. 0.170	6.50	
3103	Crema La Piccante	Sughi e Conserve		Confezione da Kg. 0.170	9.60	
3106	Peperoni alla Brace	Sughi e Conserve		Confezione da Kg. 0.170	6.70	
3107	Bruschetta alla Pugliese con Pomodoro	Sughi e Conserve		Confezione da Kg. 0.170	4.80	
3108	Funghi alla Brace	Sughi e Conserve		Confezione da Kg. 0.170	9.60	
3116	Sugo all'Arrabbiata	Sughi e Conserve		Confezione da Kg. 0.300 - Ingredienti: Polpa di pomodoro 83%, cipolla 8%, peperoncino 8%, olio extravergine di oliva, sale marino	3.80	
3117	Sugo di Nonna Marzia	Sughi e Conserve		Confezione da Kg. 0.300	3.80	
3151	Carciofi alla Contadina	Sughi e Conserve		Confezione da Kg. 0.180	9.10	
212	Snack Griss	Crackers		Confezione da gr. 100 - Ingredienti: farina di riso (50%), farina di mais, sale	3.00	
217	Sfoglie di Riso	Crackers		Confezione da gr.150	4.10	
1500	Marmellata di Albicocche	Marmellate		Confezione da Kg. 0.320 - Ingredienti: albicocche 70%, concentrato di mela, gelificante: pectina, correttore di acidità: acido citrico.	6.90	
1504	Marmellata Fragola	Marmellate		Confezione da Kg. 0.320 - fragole70%, concentrato di mela, gelificante: pectina, correttore di acidità: acido citrico	6.90	
1507	Marmellata di Mirtilli	Marmellate		Confezione da Kg. 0.320 - Ingredienti: mirtilli 70%, concentrato di mela, gelificante: pectina	8.60	
1908	Orzo in cialde	Caffè Surrogato		Confezione da 18 cialde	6.60	
1909	Preparato per Cioccolata calda	Caffè Surrogato		Confezione da Kg. 0.250	11.50	
3104	Salsa per farcitura	Sughi e Conserve		Confezione da Kg. 0.170 - Ingredienti: Olio extravergine di oliva, carote 13%, cipolle 13%, peperoni 13%, finocchi 13%, sedano, aceto di acquavite	8.50	

3301	Affettato di Grano dolce	Gastronomia	Confezione da gr. 0.80 Ingredienti: farina di frumento tipo "0", glutine, olio di oliva, erbe aromatiche, sale marino. - Preparazione: Disporre le fette di grano su un piatto da portata. Aggiungere della rucola, cospargere con sale, pepe, olio e limone a piacimento.	8.50	
3309	Cannelloni al Ragù di Seitan	Gastronomia	Confezione da Kg. 0.250	9.50	
3373	Sugo di Carote	Sughi e Conserve	Confezione da Kg. 0.200	4.70	
3402	Wakame in agrodolce	Gastronomia	Confezione da Kg. 0.180 - Ingredienti: Cipolle (75%), alghe wakame, acqua, uvetta sultanina, aceto di mele, pinoli, olio di semi di girasole, sale marino integrale	7.90	
2334	Spaghetti semintegrali	Pasta	Confezione da Kg. 0.500	2.90	

2360	Coquillettes di grano duro	Pasta	<p>Confezione da Kg. 0.500 - Ricetta: Coquillettes alle verdure Per 6 persone: pomodori g 800 - conchiglie (o pasta corta) g 400 - melanzana g 300 - zucchine g 300 - scalogno g 30 - maggiorana - olio d'oliva - sale - pepe: Preparazione Spuntate le zucchine e la melanzana; tagliate le verdure a dadini, salateli e lasciateli nel colapasta a fare l'acqua. Intanto portate a bollire abbondante acqua salata che vi servirà per lessare la pasta. Sbollentate i pomodori, pelateli, svuotateli dei semi e tritateli grossolanamente (concassé). Affettate lo scalogno, mettetelo ad appassire in una larga padella con 4 cucchiariate d'olio; unite la dadolata di verdure strizzata dall'acqua di vegetazione, fatela saltare a fuoco vivo, quindi aggiungete la concassé di pomodoro, foglioline di maggiorana, sale, pepe e la pasta che nel frattempo avrete lessato al dente. Ancora sul fuoco, rigiratela velocemente per farla insaporire, quindi servitela con il suo intingolo, guarnendo a piacere.</p>	2.90	
------	-----------------------------------	-------	---	------	--

2541	Couscous di Kamut	Pasta	<p>Confezione da Kg. 0.500 - Couscous del Nordafrica: ingredienti per 4 persone - 500 gr di couscous di kamut - 6 peperoncini rossi piccanti - 3 cipolle - 2 spicchi d'aglio - 600 gr di seitan - 450 gr di pomodori pelati - 2 cucchiaini di concentrato di pomodoro - 400 gr di ceci in scatola - 1 pizzico di zafferano - 1 pizzico di zenzero - 1 pizzico di cumino - 600 gr di zucca - 3/4 patate - olio - sale - Preparazione: 1. Per la preparazione della salsa harissa, frullate i peperoncini, l'aglio sbucciato, 3 cucchiaini d'olio, un pizzico di sale e il cumino fino ad ottenere una morbida crema. Sbucciate e tritate finemente le cipolle, mettetele in un recipiente con 5 cucchiaini d'olio e fatele appassire a fiamma bassa, mescolando spesso. 2. Tagliate il seitan a pezzetti, unitela al soffritto e lasciate dorare su ogni lato. Unite i pomodori frullati, il concentrato di pomodoro e coprite a filo gli ingredienti con acqua bollente. Salate, unitevi lo zenzero e lo zafferano diluito con acqua, 2 cucchiaini di salsa harissa e cuocete il seitan per mezz'ora circa. 3. Dopo circa 20 min. di cottura aggiungete i ceci scolati, mondate le patate e la zucca, tagliate entrambi gli ingredienti a pezzetti e cuoceteli separatamente in acqua salata: le patate per 15</p>	7.00	
2420	Nidi al farro	Pasta	Confezione da Kg. 0.500	5.90	
2510	Spaghetti di Mais	Pasta	Confezione da Kg. 0.500	6.90	

3381	Spiedino Vegan	Gastronomia	Confezione da 130 gr. - Ingredienti: Tofu marinato (29%), seitan di kamut (20%), wurstel di soya (19%), preparato di grano, (glutine di frumento, farina di legumi, acqua, olio di semi di girasole, tamari, estratto per brodo vegetale, alga kombu, erbe aromatiche, spezie), sale, olio extravergine di oliva, mix verdure.	9.20
3330	Crespelle alla pizzaiola	Gastronomia	Confezione da gr. 0.80 Ingedienti: farina di frumento tipo "0", glutine, olio di oliva, erbe aromatiche, sale marino. - Preparazione:	8.50
3365	Lasagne ai piselli	Gastronomia	Confezione da gr. 280Ingedienti: - Preparazione:Disporre le lasagne in una teglia e scaldare 10 minuti a forno caldo.	9.50
3361	Crostata alla marmellata di fragole	Gastronomia	Confezione da gr. 500Ingedienti: farina di farro, malto di riso, granulato di nocciola, margarina di soia, sale, composta di frutta. Produzione artigianale SaporioBio	14.50
3364	Involtini di Seitan	Gastronomia	Confezione da gr. 140Ingedienti: - Preparazione:.	10.50
3392	Lasagna tortino di Tofu	Gastronomia	Confezione da gr.280Ingedienti: - Preparazione:Disporre le lasagne in una teglia e scaldare 10 minuti a forno caldo.	9.50

3371	Salsa golosa	Gastronomia	Confezione da gr. 180 Ingredienti: proteine di grano, verdure, olio di oliva, erbe aromatiche; crema di soya (acqua, . soya, olio vegetale non idrogenato). olio di girasole, aceto di mele, limone, mix verdure (brodo vegetale), sale marino integrale.: - Preparazione:Ottima da mangiare accompagnata col pane o disposta sulla "Torre di carciofi".	10.70
3380	Seitan in salsa al Curry	Gastronomia	Confezione da gr. Ingredienti: - Preparazione:Scaldare 10 minuti in padella e consumare.	10.50
1PENFAR	Minestrone di farro	Cereali	Confezione da gr. 400 Ingredienti: - Preparazione:	4.80
1MACSAR	Maccheroncini di grano saraceno	Pasta	Confezione da gr. 250 Ingredienti: - Preparazione:	5.80
1FUSOR	Fusilli d'orzo	Pasta	Confezione da gr. 500 Ingredienti:: - Preparazione:	6.40
1BROSL	Brodo vegetale senza lievito istantaneo	Condimenti	Confezione da gr.200 Ingredienti: - Preparazione:	8.60
1GROSMA	Grissoni di mais	Crackers	Confezione da gr. 100 Ingredienti: - Preparazione:	4.80
1MAISO	Mayonese Soyelight	Gastronomia	Confezione da gr. 240 Ingredienti: - Preparazione:Da usare come la mayonese	6.90
1SENAPE	Senape	Gastronomia	Confezione da gr. 200 Ingredienti: - Preparazione:Da usare come la senape	6.90
1TORTOF	Tortellini al tofu fumé	Gastronomia	Confezione da gr. 250 Ingredienti: - Preparazione:	8.30
1TEMUBO	MU 16 erbe 500ml	Bibite e Gelati	Confezione da ml. 500 Ingredienti:	4.90
1SUCAL	Succo e polpa di albicocca	Bibite e Gelati	Confezione da ml. 500 Ingredienti:	6.30
1SUCPER	Succo e polpa di pera	Bibite e Gelati	Confezione da gr. 0.80 Ingredienti:	6.10
1GHIA	Bio Ice Ghiacciolo	Bibite e Gelati	Confezione da ml. 400 Ingredienti:	5.60

1GRALI	Bio Ice Granita al limone	Bibite e Gelati		Confezione da gr. 0.80 Ingedienti:	5.60	
1TEKUBO	Tè Kukicha	Bibite e Gelati		Confezione da ml. 400Ingedienti:	4.70	
1TEVEBO	Te Verde	Bibite e Gelati		Confezione da ml. 500Ingedienti:	4.40	
1BEMAN	Bevanda di riso maltomandorla	Bibite e Gelati		Confezione da:lt 1Ingedienti:	6.50	
1BIRICA	Biscotti di riso con cacao e nocciole	Biscotti e Cros		Confezione da gr. 175Ingedienti:	8.40	
1MIGOSL	Biscotti di farro e mirtili senza lievito	Biscotti e Cros		Confezione da gr. 40Ingedienti:	2.90	
1NUTBIX	Biscotto di farro ricoperto con barretta sweet nut	Biscotti e Cros		Confezione da gr. 112Ingedienti:	6.10	
1FARGI	Farro Flakes	Biscotti e Cros		Confezione da gr. 375Ingedienti:	8.80	
1RIC	Riccioli Riso & Mais	Biscotti e Cros		Confezione da gr. 250Ingedienti:	6.50	
1BISAR	Biscotti di grano saraceno all\'arancia	Biscotti e Cros		Confezione da gr.250 - Ingedienti:	7.20	
1BISACA	Biscotti di grano saraceno al cacao	Biscotti e Cros		Confezione da gr.:250 Ingedienti:	7.40	
1KANOV	Novellini di Kamut	Biscotti e Cros		Confezione da gr. 400Ingedienti:	9.80	
1COLA	Biscotti La buona colazione	Biscotti e Cros		Confezione da gr. 500Ingedienti:	7.50	
1MERFAL	Merendina di Farro all'albicocca s/l	Biscotti e Cros		Confezione da gr.:55 Ingedienti:	3.20	
1GALFRU	Galette alla frutta	Biscotti e Cros		Confezione da gr. 320Ingedienti:	6.20	
1DELUV	Delizie di avena all'uvetta	Biscotti e Cros		Confezione da gr. 180Ingedienti:	6.50	
1ZUPMI	Zuppa di Miso istantanea	Macrobiotici		Confezione da gr. 0.60Ingedienti: miso di soia e riso, (soia, riso integrale, sale marino, acqua, 29%), miso di soia (soia, acqua, sale marino, farina di orzo, 20,1%), acqua, mirin (riso, acqua), malto di orzo (orzo, acqua), sale marino, shoyu (soia, frumento, sale marino, acqua), alghe marine wakame, concentrato di alghe marine kombu.	8.80	
1ZENI	Zeni Fu (rondelle piccole)	Macrobiotici		Confezione da gr. 0.60Ingedienti: - Preparazione:	8.20	
1KOMZE	Alghe Kombu allo zenzero	Alghe Aliment		Confezione da gr. 200Ingedienti: acqua, alghe marine kombu (25%), shoyu (acqua, soia, frumento, sale marino), zenzero (2%).	7.60	
1NUTRIMA	Nutriflora Malto	Dolcificanti		Confezione da gr. 400Ingedienti: - Preparazione:	7.30	

1CARFRU	Caramelle tuttifrutti	Dolcificanti		Confezione da gr. 0.60Ingedienti:	5.10	
1FARIMAN	Farina di mandorle	Pasticceria		Confezione da gr.:200 Ingedienti: farina di mandorle 100%	10.20	
1NUTCRE	Sweet Nut Cream (tipo nutella)	Pasticceria		Confezione da gr. 200Ingedienti: Ottimo da spalmare sul pane	6.90	
1BUSMU	MU 16 erbe	Tè e Tisane		Confezione da gr. 0.30 - 25 filtriIngedienti:	10.60	
1DETLAV	Detersivo concentrato in polvere per lavatrice	Igiene Casa		Confezione da Kg. 3.250 per lavaggi a 30° 40° 60° 90°	32.00	
1AMMO	Ammorbidente	Igiene Casa		Confezione da Lt. 1	7.00	
1STOLA	Detersivo in polvere per lavastoviglie	Igiene Casa		Confezione da Kg. 1,500	18.00	
1DET	Detergente liquido multiuso	Igiene Casa		Confezione da Lt. 1	7.30	
1SAPKAR	Saponetta naturale al burro di Karité	Igiene Persona		Confezione da gr. 100	3.60	
1SAPCAL	Saponetta naturale alla calendula	Igiene Persona		Confezione da gr. 100	3.60	
1SAPNE	Saponetta naturale all'olio di Neem	Igiene Persona		Confezione da gr. 100	3.60	
1SAPOL	Saponetta naturale all'olio di oliva	Igiene Persona		Confezione da gr. 100	3.60	
1DENPAS	Dentifricio naturale	Igiene Persona		Confezione da ml 75 Pasta dentifricia 100% naturale	15.00	
1SHOYU	Shoyu Johsen Biologico 250 ml	Macrobiotici C		Confezione da ml. 250Ingedienti: acqua, soya (21%), frumento, sale marino	6.90	
2SHOYU	Shoyu Johsen Biologico 500 ml	Macrobiotici C		Confezione da ml. 500Ingedienti: acqua, soya (21%), frumento, sale marino.	11.20	
3SHOYU	Shoyu Johsen Biologico 1000 ml	Condimenti M		Confezione da 1 ltIngedienti: acqua, soya(21%), frumento, sale marino.	19.00	
1TAMA	Tamari Yaemon Biologico 250 ml	Macrobiotici C		Confezione da 250 ml.Ingedienti: soya (46,4%), acqua, mirin (acqua, riso) farina di orzo, sale marino. N.B. senza frumento :	11.60	
2TAMA	Tamari Yaemon Biologico 500 ml	Macrobiotici C		Confezione da 500 ml.Ingedienti: soya (46,4%), acqua, mirin (acqua, riso) farina di orzo, sale marino. N.B. senza frumento :	19.30	

3TAMA	Tamari Yaemon Biologico 1000 ml	Condimenti M		Confezione da 1 lt. Ingredienti: soya (46,4%), acqua, mirin (acqua, riso) farina di orzo, sale marino. N.B. senza frumento :	35.50	
1MISORI	Miso di Riso Johsen Biologico	Macrobiotici		Confezione da gr.300 Ingredienti: soia (46,5%), riso integrale (32,6%), acqua, sale marino. N.B. senza frumento	11.00	
1MIRZO	Miso d'Orzo Onozaki Biologico	Macrobiotici		Confezione da gr. 300 Ingredienti: orzo (37,8%), soia (35,1%), acqua, sale marino.	11.60	
1HAT	Hatcho Miso Biologico	Macrobiotici		Confezione da gr. 300 Ingredienti: soia, acqua, farina d'orzo, sale marino.	11.10	
1ACIRI	Acidulato di Riso Kyushu Biologico	Macrobiotici		Confezione da ml 250 Ingredienti: riso integrale, acqua.	8.40	
1MISOR	Miso d'Orzo Johsen Biologico	Macrobiotici		Confezione da gr. 300 Ingredienti: orzo (48,3%), soia (32,2%), acqua, sale marino.	11.30	
1RIACI	Acidulato di Riso naturale	Macrobiotici		Confezione da ml. 250 Ingredienti: riso integrale, acqua.	8.00	
1ACIUME	Acidulato di Umeboshi Ohindo 250 ml	Macrobiotici		Confezione da:ml. 250: Ingredienti: prugne giapponesi, foglie di Shiso, sale marino.	5.30	
2ACIUME	Acidulato di Umeboshi Ohindo 500 ml	Macrobiotici		Confezione da:ml. 500 Ingredienti: prugne giapponesi, foglie di Shiso, sale marino.	8.80	
1RYU	Umeboshi Ryujin Biologiche 100 gr.	Macrobiotici		Confezione da gr. 100 Ingredienti: prugne giapponesi, foglie di Shiso, sale marino.	13.30	
2RYU	Umeboshi Ryujin Biologiche 250 gr.	Macrobiotici		Confezione da gr. 250 Ingredienti: prugne giapponesi, foglie di Shiso, sale marino.	27.50	
1UME	Ume (Concentrato di Umeboshi)	Macrobiotici		Confezione da gr. 40 Ingredienti: prugne giapponesi.	35.00	
1GOMAS	Gomasio gr. 150	Condimenti M		Confezione da gr.150 Ingredienti: sesamo, sale marino.	5.20	
2GOMAS	Gomasio gr. 300	Macrobiotici C		Confezione da gr. 300 Ingredienti: sesamo, sale marino.	7.90	
1GOMAL	Gomasio alle Alghe	Macrobiotici C		Confezione da gr. 300 Ingredienti: sesamo, alghe marine nori, kombu, sale marino.	6.20	

1GOMSU	Gomasio Super Alghe	Condimenti M	Confezione da:gr. 150:Ingredienti: sesamo, alghe marine (20%): lattuga di mare, nori dulce.	8.30
1GOMER	Gomasio alle erbe	Condimenti M	Confezione da gr. 150Ingredienti: semi di sesamo, erbe (7%): salvia, cipolla, prezzemolo, peperoncino, basilico, sale marino.	6.20
1GOMCA	Gomasio alla Canapa	Macrobiotici C	Confezione da gr. 150 Ingredienti: semi di sesamo, farina di canapa (sativa 20%), sale marino.	6.20
1SPIRGOM	Gomasio alla Spirulina	Condimenti M	Confezione da gr. 150Ingredienti: semi di sesamo, alga spirulina (10%), sale marino.	6.20
1KOMBU	Kombu Kushiro	Macrobiotici	Confezione da gr. 50Ingredienti: alghe marine kombu.	7.30
1ARA	Arame - Ise	Alghe Aliment	Confezione da gr. 50Ingredienti: alghe marine Arame.	7.90
1ARARI	Alghe Arame all'acidulato di riso	Alghe Aliment	Confezione da gr. 200Ingredienti: acqua, alghe marine Arame (25%), shoyu, (acqua, soia, frumento, sale marino), acidulato di riso (riso integrale, acqua, 17%).	7.60
1ZUPAL	Zuppa di Miso istantanea alle Alghe	Macrobiotici	Confezione da 4 bustine, gr. 40Ingredienti: miso liofilizzato (riso, soia integrale, sale marino, 94%), fu (glutine di frumento, 3%), cipolla secca (2%), alghe marine Wakame (1%).	8.30
1ZUPTO	Zuppa di Miso istantanea al Tofu	Macrobiotici	Confezione da 4 bustine, gr. 40Ingredienti: miso liofilizzato (riso, soia integrale, sale marino, 94%), tofu liofilizzato (soia, nigari, 5%), cipolla secca (1%).N.B. Senza frumento	8.30

1MINAT	Natto Miso	Macrobiotici	Confezione da gr. 250 Ingredienti: malto di orzo (orzo e acqua), orzo, acqua, soia, sale marino, zenzero, shoyu (acqua, soia, frumento, sale marino), alga Kombu.	10.70
1BARDA	Bardana (Radice secca)	Condimenti M	Confezione da:gr. 50:Ingredienti: radice di bardana.	9.90
1DAI	Daikon secco	Condimenti M	Confezione da gr. 100 Ingredienti: radice di daikon (ravanello gigante giapponese).	7.60
1FOG	Foglie di Shiso intere	Condimenti M	Confezione da gr. 80 Ingredienti: foglie di shiso, succo di umeboshi (prugne, sale marino).	10.80
1INSADA	Insalatini di Daikon	Condimenti M	Confezione da gr. 50 Ingredienti: radice di daikon (ravanello bianco gigante giapponese, 75%), salsa di soia shoyu (acqua, soia, frumento, sale marino), acidulato di riso (acqua, riso), sale marino, liquirizia.	5.80
1INSAZE	Insalatini di Zenzero	Condimenti M	Confezione da gr. 50 Ingredienti: radice di zenzero (77%), acidulato di riso (acqua, riso), foglie di shiso, sale marino.	6.20
1INSACE	Insalatini di Cetriolo	Condimenti M	Confezione da:gr. 50:Ingredienti: cetrioli (73%), salsa di soia shoyu (acqua, soia, frumento, sale marino), acidulato di riso (acqua, riso), radice di zenzero, foglie di shiso, sale marino, semi di sesamo, liquirizia, pepe rosso.	6.30