



Biosapori

MARKET - ERBORISTERIA - CAFFETTERIA - BISTROT - TAKE-AWAY

**LE PROMOZIONI
DAL 3 AL 29 GIUGNO**

**BIOPRODUTTORE
DEL MESE
PAG. 8**

**COLLEZIONA
LE RICETTE
PAG. 10**

Le offerte sono riservate ai possessori della Fidelity Card Biosapori, fino ad esaurimento scorte per punto vendita e non sono cumulative. I prezzi potrebbero subire variazioni senza preavviso.

BIO CONSIGLIO

ALGA KLAMATH: SUPERFOOD E ALLEATA DI BELLEZZA

A cura di...

*Barbara Schievenin, Erborista Biosapori S. Giuseppe di Cassola
e Bassano del Grappa*

L'alga Klamath è un prezioso alimento selvatico che proviene dal lago Klamath, sito in Oregon all'interno di un parco naturale protetto di origine vulcanica. La sua sfumatura di colore azzurro deriva dalla ficocianina, un pigmento antiossidante dalla dimostrata attività antinfiammatoria.

La sua ricchezza di nutrienti la rende utilissima in risposta ai deficit nutrizionali generati da stili alimentari non bilanciati e dalla scarsa qualità del cibo dovuta all'impovertimento del suolo e all'industrializzazione nei metodi di lavorazione.

L'alga Klamath è nota principalmente come supporto nutrizionale con azione tonica nei momenti di tensione e di stanchezza, per bilanciare gli sbalzi di umore e placare risposte infiammatorie da somatizzazione dello stress. Ma la Klamath non è solo questo, è un vero e proprio superfood alleato della nostra bellezza.

Con la bella stagione, si sa, l'esposizione solare aumenta, come la voglia di tintarella. I carotenoidi, che troviamo in ampia quantità e qualità nella Klamath, sono d'aiuto per ottenere il massimo beneficio in termini di abbronzatura, proteggendo dal danno ossidativo che una eccessiva esposizione solare può causare (ricordatevi sempre di esporvi con buon senso e con il giusto SPF!).

Per la salute, ma anche per la bellezza del nostro corpo, è inoltre fondamentale un giusto apporto aminoacidico: la Klamath contiene venti degli aminoacidi che ci assicurano il sostegno della struttura muscolare. Si può ottenere così una visibile tonicità dei tessuti, sia per chi segue abitualmente regimi alimentari con scarsa presenza proteica, sia per chi si appropria a diete per la riduzione del peso corporeo. Risulta interessantissima, inoltre, come integrazione per gli sportivi.

Tra i supercibi verdi, vanta le più alte concentrazioni di clorofilla, che ha un'azione antiossidante e antinfiammatoria, oltre a concorrere ad ottenere un effetto deodorante del tutto naturale.

Il continuo movimento del fondale, ricco di sedimenti minerali del lago Klamath, dona a queste alghe un numero eccezionale di minerali e oligoelementi, indispensabili per la salute dei tessuti. Ossa, denti, pelle, capelli, unghie, che sono i primi ad essere affetti da una carenza di questi minerali e oligoelementi, ne ricaveranno il beneficio più immediato. Anche gli organi interni, i muscoli, il sistema immunitario e il sistema nervoso utilizzano una vasta gamma di minerali per le loro funzioni quotidiane. Gli inverni freddi, inoltre, costringono quest'alga a produrre omega 3: acidi grassi essenziali per il nostro organismo e difficilmente reperibili in quantità significativa in altri alimenti vegetali.

Parliamo di benessere, ma anche di bellezza, di una bellezza che parte da una dimensione intima, interiore e che arriva a riflettersi anche all'esterno: questo accade quando il nostro corpo è in equilibrio, quando il nostro stato d'animo è positivo, quando non ci facciamo sopraffare dallo stress quotidiano. Anche il cibo che scegliamo può aiutarci a trovare questo equilibrio. Una considerevole quantità di vitamine del gruppo B, per esempio, fornisce energia, resistenza e presenza mentale. La feniletilammina, detta anche "sostanza chimica dell'amore", presente in alcuni alimenti quali il cacao e la Klamath stessa, è in grado di conferire una sensazione di benessere, ottimismo, entusiasmo e più in generale un atteggiamento positivo.



PER
RISPLENDERE
DI AUTENTICA
BELLEZZA E
SALUTE!

IL BIOCARRELLO PER LE FAMIGLIE

Girolimoni

PASTA DI FARRO

500 gr

SPAGHETTI, PENNE,
FUSILLI, CORALLINI

INTEGRALE:
SPAGHETTI, PENNE



€2,89 € /kg 5,78 €2,75 € /kg 5,50

€ 2,46 € 2,34

Probios

FUSILLI E PENNE

di grano saraceno 250 gr



€1,95 € /kg 7,80

€ 1,56

La Gallinella

RISO LUNGO

semintegrale 1 kg



€3,20 € /kg 3,20

€ 2,56

Ki Group

AVENA PRECOTTA

400 gr



€3,60 € /kg 9,00

€ 2,88

Probios

QUINOA SENZA GLUTINE

400 gr



€4,30 € /kg 10,75

€ 3,23

La Finestra Sul Cielo

MISO DI RISO INTEGRALE

300 gr



€6,70 € /kg 22,33

€ 5,70

Bio&Te

ZUPPA

400 gr

DELLA SALUTE

FARRO E LENTICCHIE

DELLA TRADIZIONE



€2,60 € /kg 6,50

€2,60 € /kg 6,50

€2,80 € /kg 7,00

€ 2,08

€ 2,08

€ 2,24

Bio&Te

FARINA INTEGRALE

di miglio 500 gr



€2,10 € /kg 4,20

€ 1,68

Offerte valide dal 3 al 29 giugno 2019

IL BIOCARRELLO PER LE FAMIGLIE

Biovegan

LIEVITO CREMORTARTARO

4x17 gr



~~€1,60~~ €/kg 23,52

€ 1,12

Biosapori

MIX DI LEGUMI

400 gr



~~€0,88~~ €/kg 3,66

€ 0,70

Bio&Te

CECI

400 gr



~~€2,10~~ €/kg 5,25

€ 1,68

Il Nutrimento

SUGO DELLA NONNA

280 gr



~~€2,20~~ €/kg 7,85

€ 1,76

Probios

BESCIAMELLA DI SOIA

500 gr



~~€2,15~~ €/kg 4,30

€ 1,72

Ki Group

MAIS / FAGIOLI

MAIS DOLCE
360 GR

FAGIOLINI SPEZZATI
AL NATURALE
340 GR



~~€2,30~~ €/kg 10,00 ~~€1,99~~ €/kg 10,20

€ 1,84 € 1,59

Sonnentor

SPEZIE

PEPE NERO
35 GR

CURCUMA
GOLDEN-MILK
VANIGLIA 60 GR



~~€2,65~~ €/kg 75,71 ~~€5,40~~ €/kg 90,00

€ 2,12 € 4,32

Probios

HUMMUS

180 gr



~~€2,80~~ €/kg 15,55

€ 2,10

Biogustiamo

POMODORI / OLIVE

POMODORI SECCHI
SOTT'OLIO 190 GR

OLIVE VERDI
INTERE BELLA DI
CERIGNOLA IN
SALAMOIA 280 GR



~~€3,60~~ €/kg 18,94 ~~€2,25~~ €/kg 8,03

€ 2,88 € 1,80

Offerte valide dal 3 al 29 giugno 2019

IL BIOCARRELLO PER LE FAMIGLIE

Crich

CRACKERS CON SALE

250 gr



€1,95 €/kg 7,80

€ 1,56

Probios

CHIPS DI LENTICCHIE

e rosmarino 40 gr



€1,38 €/kg 34,50

€ 1,10

Natura E Alimenta

LATTE PARZIALMENTE

scremato uht 500 ml



€1,05 €/lt 2,10

€ 0,84

Sottolestelle

GRISSINI / PANE

STICK SALATI
45 GR

SUPERPANE ALLA
CURCUMA 400 GR



€1,20 €/kg 26,66 €3,30 €/kg 8,25

€ 0,98 € 2,71

Bio&Te

BAULETTO BEVANDA

di avena senza glutine 6x1lt



€10,80 €/lt 1,80

€ 8,64

Sottolestelle

CIUFFETTI COCCO

e grano saraceno 250 gr



€3,20 €/kg 12,80

€ 2,62

Ki Group

SOFT CROCK

alle olive 40 gr



€1,05 €/kg 26,25

€ 0,84

La Finestra Sul Cielo

BISCOTTI

multicereali 250 gr

MELA E CANNELLA



€2,50 €/kg 10,00 €2,65 €/kg 12,04

€ 2,13 € 2,25

Crich

BISCOTTI SENZA LATTE

e uova 10x25 gr



€2,05 €/kg 8,20

€ 1,64

Offerte valide dal 3 al 29 giugno 2019

IL BIOCARRELLO PER LE FAMIGLIE

Fraccaro

CROISSANT CLASSICO

5x35 gr



€3,40 € /kg 19,42

€ 2,89

Bio&Te

COMPOSTA

senza pectina aggiunta 220 gr

PESCHE

MIRTILLI



€2,95 € /kg 13,40 €3,90 € /kg 17,72

€ 2,36 € 3,12

Rapunzel

CREMA DI COCCO

e mandorle con datteri 250 gr



€7,80 € /kg 31,20

€ 6,24

Probios

FARINA DI COCCO

senza glutine 250 gr



€1,82 € /kg 7,28

€ 1,37

Probios

FARROCAKE AL CIOCCOLATO

4x45 gr



€3,00 € /kg 16,66

€ 2,40

Probios

SEMI DI ZUCCA

200 gr



€2,80 € /kg 14,00

€ 2,10

Rapunzel

ALBICOCCHES SECCHES

250 gr



€3,60 € /kg 14,40

€ 2,88

Ki Group

MANDORLES SGUSCIATE

250 gr



€6,20 € /kg 24,80

€ 4,96

Probios

POLPA DI MELA

mirtillo e fragola 100 gr



€0,95 € /kg 9,50

€ 0,71

Offerte valide dal 3 al 29 giugno 2019

BIOSAPORI VI PRESENTA **ALLA MOLINELLA:**

Alla Molinella è una Azienda Agricola a conduzione familiare fondata a Povegliano (TV) nel 1974. Dal 1986 lavora con metodo biologico, credendo pienamente nel rispetto della terra e degli esseri umani. Federico e Sabina continuano la loro collaborazione nel preservare questi valori, radicati nel loro modo di lavorare come veri e propri principi di vita.

Alla ricerca di sinergie con il territorio, si è instaurata una fruttuosa collaborazione con Biosapori, per il quale Alla Molinella raccoglie, lattughe, biette, rape, cappucci, nonché altre verdure che seguono l'andamento stagionale.



Da Biosapori puoi trovare: lattughe, biette, rape, cappucci, nonché altre verdure che seguono l'andamento stagionale.

SELEZIONE OLIO **BIO&te**

Bio&Te

OLIO DI ARGAN

250 ml



€15,50 €/lt 62,00

€ 12,40

Bio&Te

OLIO DI CANAPA

250 ml



€5,50 €/lt 22,00

€ 4,40

Bio&Te

OLIO EVO

750 ml



€8,95 €/lt 11,93

€ 7,16

Bio&Te

OLIO DI ZUCCA

250 ml



€7,50 €/lt 30,00

€ 6,00

Bio&Te

OLIO DI GIRASOLE

per frittura 750 ml



€4,35 €/lt 5,80

€ 3,48

Bio&Te

OLIO DI GIRASOLE

deodorato 750 ml



€3,90 €/lt 5,20

€ 3,12

Bio&Te

OLIO DI LINO

250 ml



€3,65 €/lt 14,60

€ 2,92

Bio&Te

OLIO DI SESAMO

500 ml



€6,80 €/lt 13,60

€ 5,44



Una selezione di oli di alta qualità a marchio Bio&Te, dai sapori mediterranei o più esotici, perfetti per condire i tuoi piatti e dare un tocco di gusto e di benessere.

Offerte valide dal 3 al 29 giugno 2019



Risottata di fregola ai profumi di primavera



INGREDIENTI (X6 PERSONE)

- 400 gr di fregola
- 1 scalogno
- 1 melanzana
- 1 peperone
- 1 zucchina
- 1 carota
- 1 bustina di zafferano
- 15 bacche di goji
- Olio extra vergine di oliva q.b.
- Sale e pepe q.b.
- Brodo vegetale
- Qualche foglia di basilico fresco
- Una manciata di pecorino

PREPARAZIONE

Tagliate le verdure a cubetti e, insieme alle bacche di goji, fatele saltare in padella con un po' d'olio, senza però portare a cottura (lasciatele un po' croccanti, la cottura verrà ultimata insieme alla fregola).

In una casseruola, scaldate un cucchiaino di olio evo, aggiungete la fregola e fatela tostare un po' (come nel caso di un classico risotto), salate e aggiungete brodo vegetale di tanto in tanto. Quando la fregola è quasi cotta (circa 5 minuti prima), aggiungete le verdure precedentemente spadellate e lo zafferano. A cottura ultimata, spegnete il fuoco e mantecate con il pecorino, il basilico fresco e una manciata di pepe.

Servite la risottata di fregola calda.



A cura di Massimo Giacchetto,
Cuoco Biosapori Villorba



Carpaccio di barbabietola rossa e vinaigrette allo zenzero e mandorle

INGREDIENTI (x6 PERSONE)

- 3 barbabietole
- 1 cucchiaio di zenzero grattugiato fresco
- 1 cucchiaio di mandorle tostate
- 5 cucchiai di olio extra vergine di oliva
- 1 cucchiaio di salsa tamari
- Qualche crostino di pane per accompagnamento



PREPARAZIONE

Pelate le barbabietole e, aiutandovi con una mandolina, affettatele sottilmente.

Preparate la vinaigrette: mettete in un recipiente lo zenzero, l'olio evo e la salsa tamari e frullate con un mixer ad immersione fino a formare una crema.

Disponete le fette di barbabietola in un piatto da portata, cospargete con la vinaigrette, spolverate con le mandorle tostate tagliate grossolanamente.

Accompagnate con i crostini di pane e servite.

**A cura di Massimo Giacchetto,
Cuoco Biosapori Villorba**



FRESCHI, BUONI & BIO

CosìBio

PETALI DI GRANO

80 gr

BARBABIETOLA
E BACCHE DI
SAMBUCO

CECI, LIMONE E
CURCUMA



-10%



€2,95 €/kg 36,87 €2,85 €/kg 35,62

€ 2,66

€ 2,57

CosìBio

BURGER MEDITERRANEO

200 gr



-10%

€4,35 €/kg 21,75

€ 3,92

Fonte Della Vita

TEMPEH DI CECI

200 gr



-15%

€3,45 €/kg 17,25

€ 2,93

Biosapori

SOFFICINI DI MIGLIO

e alghe 190 gr



-20%

€2,80 €/kg 14,73

€ 2,24

Taifun

TOFU ROSSO

200 gr



-20%

€3,55 €/kg 17,75

€ 2,84

Bionside

PISELLI FINI SURGELATI

300 gr



-20%

€1,98 €/kg 6,60

€ 1,58

Biosapori

INSALATA DI RISO

400 gr



-15%

€6,05 €/kg 15,12

€ 5,14

Riunione

SALMONE AFFUMICATO

70 gr



-15%

€7,10 €/kg 101,42

€ 6,04



PER UN PRANZO LEGGERO E
VEGGY PROVA L'INSALATA DI RISO
BIOSAPORI: PORTALA CON TE AL
PARCO, A CASA O IN UFFICIO!

Offerte valide dal 3 al 29 giugno 2019

FRESCHI, BUONI & BIO

Casarrigoni

TALEGGIO DOP

in vaschetta 190 gr



€3,55 € / kg 19,72

€ 2,84

Berchtesgadener

BURRO

250 gr



€4,35 € / kg 17,40

€ 3,48

Cascina Bianca

YOGURT PROBIOTICO

magro alla fragola 500 gr



€3,35 € / kg 6,70

€ 2,85

Ca Verde

RICOTTA MAGRA

vaccina 200 gr



€1,85 € / kg 9,25

€ 1,57

Leeb

YOGURT DI LATTE DI CAPRA

alla vaniglia 125 gr



€1,45 € / kg 11,60

€ 1,23

Fattoria Scaldasole

YOGURT "VOGLIA DI..."

250 gr

MELA E CANNELLA - PESCA E AMARETTO -
ARANCIA - RICOTTA E MANDORLE - AVENA
E NOCI - PERA E CIOCCOLATO.



€2,10 € / kg 8,40

€ 1,68

Andechser

FETA DI LATTE DI PECORA

180 gr



€4,85 € / kg 26,94

€ 4,37

Sobbeke

KEFIR DI MIRTILLO

200 gr



€1,50 € / kg 7,50

€ 1,05

Fattoria Scaldasole

YOGURT "FRUTTA AL TOP"

2x140 gr

PESCA E MANGO - FRAGOLA E LAMPONE



€2,48 € / kg 8,85

€ 1,98

Nutrigea

KLAMATH RW MAX
50 ML



€13,00

€11,70

KLAMATH RW MAX
180 CPS



€53,50

€48,15

KLAMATH RW MAX
60 CPS



€19,80

€17,82

SCOPRI GLI ALTRI PRODOTTI A BASE DI ALGA KLAMATH IN OFFERTA NEL REPARTO ERBORISTERIA!

Bioearth

AGISKO ENERGY BAR
30 GR



€2,00

€1,80

AGISKO ENERGY GEL
37 GR



€2,50

€2,25

AGISKO ENERGY DRINK
37 ML
LIME/ORANGE



€2,00

€1,80

SCOPRI LA LINEA DI PRODOTTI PER ATLETI AGISKO, CHIEDI CONSIGLI IN ERBORISTERIA.



ACQUISTA 4 prodotti IN ERBORISTERIA

PER TE UNO SCONTO IMMEDIATO DEL

-20%

*Sono esclusi dalla promozione libri, prodotti per l'igiene della persona e della casa, oggettistica. Offerta non cumulabile con altre promozioni e sconti.



Biosapori

• ricevi un •
BUONO SCONTO
PER OGNI SPESA

DA 100 A 149,99 €

UGUALE O SUPERIORE A 150 €

10% 15%

Ogni buono sconto è utilizzabile su una spesa successiva entro 10 giorni dalla data di emissione e non è cumulabile con altri buoni sconto e promozioni.

I buoni sconto sono validi anche nel Reparto Erboristeria. Esclusi carne, libri, ristorazione, prodotti contrassegnati come "Prezzo Basso" e prodotti Altromercato.



Condividi con noi
le tue **BIO** ricette su Facebook



#BiosaporiACasaMia

www.biosapori.com / info@biosapori.com