

# Frutta e verdura di stagione

## LA SPESA DI LUGLIO



Spinacio  
Spinacino



Patata



Cipolla



Insalata



Aglione



Carota



Pesca



Prugna



Melone



Albicocca



Frutti di Bosco



Sedano



Costa



Fava



Zucchina



Pisello



Cipollotto



Fagiolino



Pomodoro



Rucola



Tarassaco



Cicorino



Erbetta



Ravanello



Fagiolo



Melanzana



Pomodoro

## In evidenza

### Pomodoro

Lo sapevi che il pomodoro è un frutto e non un ortaggio? Questo illustre dono della natura, deve il suo successo nutrizionale e di gusto ad un fattore indispensabile: il sole! Una fogliolina di basilico e un filo d'olio ne esaltano il sapore e la digeribilità.

**siQuri**™ wellness  
food technology  
com

[www.siquri.com](http://www.siquri.com)