



facebook.com/siquri

siQuriTM
com

www.siquri.com

RICETTE

DEI SIQURI

3

CREA LA TUA RICETTA

Puoi utilizzare solo
l'estrattore di succo
vivo!

Vietato utilizzare:
frullatori, centrifughe
e robot da cucina.



1° CONTEST dedicato alle persone che
utilizzano un estrattore di succo vivo.
Ogni settimana un vincitore!

RICETTE PER ESTRATTORE DI SUCCO

1

ELISA VAVASSORI

1^ ricetta classificata - 346 punti

2

**TERESA PASTORE
LINO MORGANTE**

2^ ricetta classificata - 340 punti

3

**ELEONORA D'IPPOLITI
GIOVANNELLI**

3^ ricetta classificata - 120 punti

4

ROBERTA PETERLINI

4^ ricetta classificata - 110 punti

5

ALESSANDRO GRASSO

5^ ricetta classificata - 109 punti

6

JAYESH CORBETTA

6^ ricetta classificata - 101 punti

7

**DANIELA RONNIE MAC-
ULAN TESTOLIN**

7^ ricetta classificata - 91 punti

8

ANTONELLA VENTO

8^ ricetta classificata - 68 punti

9

FRANCESCA GELONI

9^ ricetta classificata - 53 punti

10

**MANUELA FILMAKER
MARRI**

10^ ricetta classificata - 43 punti



Posta la tua ricetta di succo vivo
sulla pagina Facebook di siQuri e
partecipa al Contest!

DEDICATO AI NOSTRI MAKERS

Noi li chiamiamo
siQuri, sono la nostra
community creativa...



LE RICETTE DEI SIQURI_3



uesto non è più il tempo dei super esperti, dei professori che salgono in cattedra, dei saggi, di chi dice di saperne più degli altri e di chi dispensa solo il proprio sapere

come il migliore.

Questo è il tempo dei makers, il tempo delle persone che con i propri talenti creano, innovano, praticano, condividono. Questo accade anche nel campo dell'alimentazione, del cibo, del benessere.

Le ricette che vi presentiamo sono frutto della fantasia e della condivisione delle persone che provano e realizzano i succhi vivi badando al gusto e al proprio benessere, ma anche alla condivisione con gli altri.

E' uno stile di vita, un modo di fare cultura, non meno importante di altri modi.

Le ricette di questo numero appartengono alla terza sfida (una sfida buona e gustosa) che si è tenuta e si tiene ogni settimana su facebook.com/siquri

Divertitevi a vincere, ma soprattutto condividete la vostra creatività nei prossimi contest di siQuri.com (www.facebook.com/siquri - ogni settimana 100 euro in prodotti siQuri.com sono in palio per chi realizza la ricetta più apprezzata).

Francesco Arleo, direttore di siquri.com
direzione@siquri.com

TEAM SIQURI.COM



**FRANCESCO
ARLEO**

Direttore
direzione@siquri.com



**SIMONE
SIGNOR**

Media designer
grafica@siquri.com

**MADDALENA
BORDIN**

Costumer Care
assistenza@siquri.com

**GERARDO
FIORITO**

IT Manager
tecnologie@siquri.com



**GLORIA
SCAPIN**

Costumer Care and
Community Manager

TECNOLOGIE DEL BENESSERE - ALIMENTAZIONE FUNZIONALE - INTEGRATORI NATURALI
WWW.SIQURI.COM



SIAMO SIQURI



iQuri è il negozio italiano online specializzato nella vendita di food wellness technologies ovvero di utensili orientati ad una cucina sana e salutare.

siQuri ha un proprio laboratorio di cucina dove ogni tecnologia viene selezionata, utilizzata e valutata da un team esperto prima di offrirla ai propri clienti online.

CI TROVI SOLO ON-LINE

siQuri non ha negozi o rivenditori autorizzati sul territorio, né agenti di vendita porta a porta, né affiliati.

ELISA VAVASSORI

Colazione energizzante dal tocco autunnale

Ingredienti:

2 mele

2 pere

2 limoni

1 banana

3 gambi di sedano

1 grappolo di uva fragola

1 manciata di mirtilli

bacche di goji



TERESA PASTORE LINO MORGANTE

ArcoSucco

Ingredienti:

1 mela verde una rossa e una gialla

1 pera

1 limone

20 acini d'uva bianca



ELEONORA D'IPPOLITI GIOVANNELLI

Red Passion

Ingredienti:

more

lamponi

chicchi di melograno, fichi
d'india

carote bacche di goji

con l'aggiunta di semi di
canapa.



ROBERTA PETERLINI

Succo piu' buono

Ingredienti:

3 carote

3 mele

2 pompelmi

2 zucchini

1 limone



ALESSANDRO GRASSO

Oktoberfest

Ingredienti:

Ananas

Mirtilli

Melograno

Zenzero

Lime

Uva

Semi di Limo e Malto d'Orzo
per guarnire



JAYESH CORBETTA

Bomboclat

Ingredienti:

Melograno

barbabietola cruda



DANIELA RONNIE MACULAN TESTOLIN

September juice

Ingredienti:

melograno

uva

carote

arancia



ANTONELLA VENTO

L'Aperi-succo di fine estate

Ingredienti:

banana

pesca

fico d'india

mela

un piccolo rametto d'uva
(ca.15 acini)

una fogliolina di menta fresca.. Servire con un cubetto di ghiaccio..



FRANCESCA GELONI

Sweet september

Ingredienti:

1 pigna di uva bianca dei colli
di Luni

mezzo melone verde

1 pera

1 prugna



MANUELA FILMAKER MARRI

Frapome

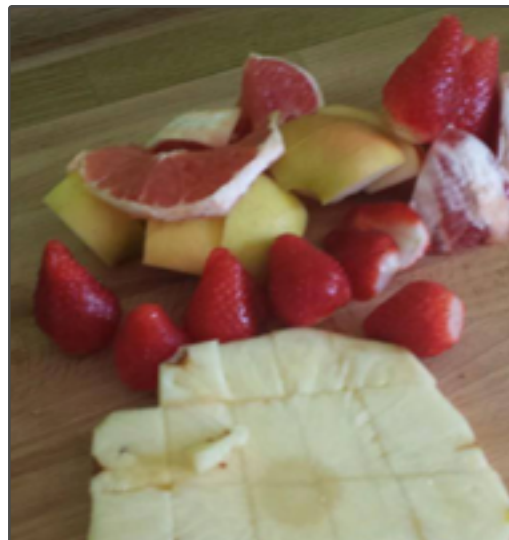
Ingredienti:

Pompelmo

mela

fragole

ananas





1° Contest dedicato alle
persone che utilizzano
un estrattore di succo

RICETTE
DEI SIQURI

Tutte le ricette e le foto delle ricette
sono originali create dalla community

www.siquri.com

