







HAI MAI ASSAGGIATO IL NOSTRO CACCIUCCO?

Un piatto tipico della cucina italiana! Nato come piatto povero ma che non potrebbe essere più ricco e saporito!

UNA RICETTA TRADIZIONALE TOSCANA

Il cacciucco è **una gustosa zuppa** preparata con diversi tipi di pesce, molluschi, crostacei e salsa di pomodoro, cucinata a lungo per sprigionare il massimo sapore dal pesce.



Nella tradizione livornese, il cacciucco viene accompagnato

con il vino rosso!



PRONTO IN SOLI 8 MINUTI



Se non hai tempo di cucinare, ci pensiamo noi!
Scalda il cacciucco ancora surgelato in una padella
e lascialo cuocere per 8 minuti a fuoco medio
mescolando di tanto in tanto per ottenere una
consistenza cremosa e avvolgente!
Servilo caldo e fumante, con qualche fetta di pane
tostato e assapora uno dei piatti più celebri della
cucina Toscana!



TI ABBIAMO FATTO VENIRE VOGLIA DI PROVARE QUESTA VERSIONE VELOCISSIMA?



Zuppa di pesce OGGI PESCE 720g



Filetto di brotula al Kg



Filetti di persico del Nilo al Kg



Pesce spada in trance al Kg

18,90€





Preparato per fritto misto OGGI PESCE

























NON SAI COME CUCINARE LA TRIGLIA? TI PROPONIAMO 3 RICETTE!

Già pulita e sfilettata, pronta per realizzare gustose ricette dal profumo e sapore del mare.

...E questo mese la trovi in promozione!





IN UMIDO CON CROSTONI DI PANE

Fai rosolare 2 spicchi d'aglio in un filo di olio extravergine d'oliva, unisci dei pomodorini e lascia cuocere per 10 minuti. Aggiungi capperi, una spolverata di origano e i filetti di triglia. Lascia cuocere per altri 10 minuti. Servi su crostoni di pane tostato con un filo di olio a crudo.

SPAGHETTI CON RAGÙ DI TRIGLIA

Fai soffriggere uno spicchio d'aglio in poco olio, aggiungi i filetti di triglia e un peperoncino, sfuma con un bicchiere di vino bianco e lascia cuocere per qualche minuto. Unisci qualche pomodorino tagliato a metà, un pizzico di sale e pepe e lascia cuocere per 5 minuti. Cuoci gli spaghetti e saltali con il sugo di triglie. Spolvera con un trito di prezzemolo e il gioco è fatto!

AL CARTOCCIO CON LIMONE

Adagia i filetti di triglia su un foglio di carta forno, condisci con un filo di olio extravergine d'oliva, un cucchiaio di vino bianco, zeste di limone, erba cipollina, sale e pepe. Richiudi i pacchetti e inforna a 180° per 15 minuti. Quando saranno cotti, togli i filetti dalla carta stagnola e servili su un letto di insalata fresca!



QUALE RICETTA PROVERAL PER PRIMA?



























LO SAI CHE IL 21 MARZO E' IL TIRAMISÙ DAY?

IL DESSERT CHE PIACE A TUTTI

Crema al mascarpone, savoiardi inzuppati nel caffè e cacao in polvere sono gli ingredienti principali di questo tradizionale dolce.
Una ricetta **semplice ed intramontabile**, capace di addolcire ogni momento della giornata!

4 CURIOSITA' SUL TIRAMISÙ

- E' il dessert più amato dagli italiani
- La sua ricetta è la più ricercata sul web
- Il suo nome è universale, una vera e propria icona Made in Italy!
- Tiramisù nella categoria dessert, è la parola più conosciuta al mondo.

QUESTO MESE E' IN PROMOZIONEI!

QUANTI SIETE STASERA?



... NON SOLO SURGELATI

Le bruschettine all'olio

MIGROSS 150g 1,70€

Tonno all'olio di oliva AMATI

240g



Cracker salati

multipack **MIGROSS** 500g 2,20€ 1,65€

Pappardelle all'uovo

LA PASTA DI CAMERINO 250g



Baci di dama alla nocciola

MIGLIORATI PASTICCERIA 200g



Pasticcini all'albicocca **Senza Glutine**

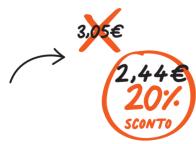
LAZZARONI





Tavoletta nocciolato NOVI

130g





Tè deteinato al limone GIARDINO DEI SAPORI

3x200ml





10 Capsule caffè selvaggio compatibile Nespresso

CELLINI 53g

























Pinte Gelato e Sorbetti 320g





MOJITO BELLINI

















ORDINA ONLINE SU: PRONTOSPESA. GELMARKET.IT

... OPPURE:



App Gelmarket Scarica la nostra app da Apple store o Google play

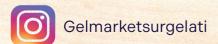


GlovoOrdina dall'app e ricevi la consegna in pochi minuti



Everli Ordina dall'app e ricevi la tua spesa a casa

Gelmarket



www.gelmarket.it

Servizio consumatori 800241114 info@gelmarket.it