

# Le novità da provare in due

## 1 Lo champagne in rosa

► **Cos'è** Il Moët & Chandon Rosé Impérial in una versione romantica per la cena di San Valentino (Moët & Chandon Rosé Impérial con due flûte, in vendita nelle enoteche).

► **Come funziona** Un'edizione speciale del famoso champagne francese dolce e fruttato. La confezione contiene anche due calici firmati da una nota designer inglese.

► **Cosa dice l'esperto** «Per festeggiare una giornata speciale le bollicine non possono mancare. Niente paura: anche chi è a dieta può brindare con una flûte di champagne. Ha solo 100 calorie» suggerisce il dietologo Nicola Sorrentino.



## 2 Il cioccolato calamitato

► **Cos'è** Cuoricini di squisito cioccolato al latte con calamita sull'incarto (Cuore calamitato Caffarel, 1,50 euro).

► **Come funziona** Un regalo goloso per festeggiare San Valentino. Scrivete un messaggio al vostro amore e applicatelo sul frigorifero con il cuore calamitato. Sicuramente non passerà inosservato.

► **Cosa dice l'esperto** «Un cuoricino da 15 grammi è la dose ideale per chi vuole mantenere la linea (ha solo 80 calorie) e migliorare l'umore (il cacao stimola la produzione di serotonina, l'ormone del benessere)» spiega la biologa nutrizionista Lia Rossi Prosperi. E fare breccia nel cuore dell'amato.



## 3 Il formaggio da cuocere

► **Cos'è** Una confezione con due tomini di formaggio, dal cuore morbido e filante. Si cuociono senza aggiunta di grassi (Le Gioiose Bel Paese, Galbani, 2,35 euro).

► **Come funziona** Bastano cinque



minuti per preparare una cena a due veloce e appetitosa. I tomini si possono gustare al naturale, alla griglia o in padella.

► **Cosa dice l'esperto** «Non è il solito formaggio da cuocere. La panna lo rende più cremoso. Perfetto l'abbinamento light con verdure grigliate condite con aceto balsamico» dice Nicola Sorrentino.

## 4 I pomodorini gustosi

► **Cos'è** Pomodorini italiani, cotti in forno, conditi con gli ingredienti tipici della tradizione mediterranea: olive, capperi e peperoncino (Bei Tipi, Saclà, 2,50 euro).

► **Come funziona** Un improvviso tête-à-tête? Usali come antipasto, come contorno o per cambiare faccia alla pizza, alla pasta e alla carne.

► **Cosa dice l'esperto** «Le verdure sono colte nel momento della loro massima maturazione. Così conservano i sali minerali e le vitamine. Inoltre, il pomodoro cotto è ancora più ricco di licopene, un prezioso antiossidante che aiuta a mantenere la pelle giovane e bella» spiega Lia Rossi Prosperi.

## 5 La patatina mini

► **Cos'è** La patatina più amata diventa mini. Si trova in tre versioni: classica, panna e cipolla e aceto. E ha solo 118 calorie per pacchetto (Mini Pringles, 0,90 euro).

► **Come funziona** Sei sola a casa tua? Le monoporzioni, nelle loro vaschette, sono ideali per un aperitivo "caldo".

► **Cosa dice l'esperto** «È una confezione perfetta per chi con le patatine non si fermerebbe mai. Le salsine di pomodoro o di avocado, leggere e fresche, sono ottime per accompagnarle» consiglia Lia Rossi Prosperi.