

## Maggio 2015

Frutta e verdura di stagione



Frutta: arancia, ciliegia, fragola, kiwi, limone, nespola, pompelmo

**Verdura:** asparago, bietola da costa, carciofo, carota, cetriolo, cipolla, fagiolini, lattuga, patata, piselli, radicchio, sedano, spinaci, zucchina.

## Consigli del mese

La merenda Clafoutis di fragole. \*

La ricetta veloce Crocchette di piselli e quinoa.

**Green tip** Scrub viso in 1 minuto: mescolare 1 cucchiaio di bicarbonato e 2 di latte detergente. Massaggiare con movimento circolare. Sciacquare con acqua tiepida.

Blog da scoprire: homemademamma.it

\* ricetta completa su: www.babygreen.it/maggio2015/



