

1 giovedì	☺
2 venerdì	
3 sabato	
4 domenica	
5 lunedì	
6 martedì	
7 mercoledì	
8 giovedì	
9 venerdì	☺
10 sabato	
11 domenica	
12 lunedì	
13 martedì	
14 mercoledì	
15 giovedì	
16 venerdì	☺
17 sabato	
18 domenica	
19 lunedì	
20 martedì	
21 mercoledì - Giornata Internazionale della Pace	
22 giovedì - Equinozio d'Autunno	
23 venerdì	☺
24 sabato	
25 domenica	
26 lunedì	
27 martedì - Giornata Mondiale del Turismo	
28 mercoledì	
29 giovedì	
30 venerdì	

Luna: ☺ piena ☺ calante ☺ nuova ☺ crescente

9 Settembre

Lo studio e, in generale, la ricerca della verità e della bellezza sono una sfera di attività nella quale ci è consentito di rimanere bambini per tutta la vita. (Albert Einstein)

Frutta e Verdura di stagione



Frutta: albicocca, anguria, fico, lampone, limone, mela, melone, mirtilli, mora, pesca, prugna, uva.

Verdura: bietola da costa, broccoletti, carota, cetriolo, cipolla, fagiolini, fagioli, lattuga, melanzana, patata, peperone, pomodoro, radicchio, sedano, spinaci, zucca, zucchina.

Pesto di Broccoli e Mandorle

Broccoli cotti a vapore, 300 gr parmigiano, 40 gr mandorle, 40 gr olio EVO, poco sale.

Frulla i broccoli con le mandorle, l'olio e il parmigiano, aggiungi un pizzico di sale e il pesto è pronto! Per condire la pasta diluisci il pesto con un cucchiaio di acqua di cottura della pasta e servi con scaglie di parmigiano e lamelle di mandorle.

portaNatura
 Registrati e inserisci "Babygreen" come referente per ricevere un miele bio in omaggio!
www.portanatura.it

FamilyNation
 FOR BABY + MUM
 -15% sul tuo ordine con codice: SETTEMBRE
www.family-nation.it