

naturasi

*Preus vàlids durant el període de
vigència de la promoció excepte
errors tipogràfics.

BIO PER VOCACIÓ

01

Tema del mes
**Pasta italiana,
una celebració de vida**

03

Cosmètica
**Pell sana, dies brillants:
Tips per a la primavera**

07

Recepta
**Lasanya de pesto
amb pèsols**



ESSENCIALS PEL TEU
REBOST BIO AL

millor preu!

Pasta bio Si Essenziali: 1,39 €
Grissini bio Si Essenziali: 2,49 €
Biscotes bio Si Essenziali: 2,99 €
Galetes bio Si Essenziali: 2,49 €

Pasta italiana, una celebració de vida

La gastronomia italiana és un veritable festí per als sentits i un dels plats més emblemàtics que encarna l'essència de la cuina italiana és la pasta. A Itàlia, la pasta va més enllà de ser simplement un aliment; és una tradició arrelada a la cultura i un art culinari que es gaudeix amb passió i devoció.



Quan es tracta de pasta, els italians no només la mengen, la celebren. Cada regió d'Itàlia té les seves varietats, des dels clàssics espaguetis i penne fins als intricats ravioli i fusilli. Cada forma i textura es combina amb una varietat infinita de salses, des de la senzillesa del pomodoro fins a la frescor del pesto.

El que distingeix la manera com els italians gaudeixen de la pasta és l'atenció al detall i la qualitat dels ingredients. La pasta fresca és una delícia que es troba a moltes taules italianes, feta amb farina de blat dur i ous frescos, i pastada amb compte per aconseguir una textura perfecta. Es cuina al dente, ferma però tendra, i es combina amb salses que realcen el seu sabor sense eclipsar-lo.

Però, més enllà de la combinació d'ingredients, l'experiència de menjar pasta a Itàlia és una celebració de la vida i la convivència. Les taules s'omplen de rialles, converses animades i la companyia d'amics i familiars.

Quan gaudeixes de pasta italiana a casa teva, no només et submergeixes en un banquet de sabors, sinó que també t'uneixes a una tradició centenària que celebra la vida mateixa.

I quina millor manera de viure aquesta experiència que amb pastes ecològiques? Aquesta és una elecció que no només satisfà el paladar, sinó que també contribueix a la teva salut i al benestar del nostre planeta.



Cuida't per dins, es nota per fora!



30 càpsules.
Amb beta carotè natural de *Dunaliella salina* en una base de complex de carotenoides.
Correspon a 10000UI de Vitamina A.



60 VegCaps.
Sense gluten.
Apte per a vegans.
Fórmula completa a base de vitamines i minerals.
Amb aminoàcid i herbes de suport a la pell, cabell i ungles.



60 càpsules.
Amb col·lagen tipus I, II i III, queratina, antioxidants i minerals.



MILLOR PREU

Fusilli Espelta Blanca / Penne Espelta Blanca 500g BIO Alce Nero

3,49€



MILLOR PREU

Espagueti Espelta Blanca 500g BIO Alce Nero

3,49€



MILLOR PREU

Fusilli Espelta Integral / Penne Espelta Integral 500g BIO Alce Nero

2,99€



MILLOR PREU

Espagueti Espelta Integral 500g BIO Alce Nero

2,99€



10% DTE

Pesto Vegetal 130g BIO La Finestra

4,49€ ~~4,99€~~



10% DTE

Passata Tomàquet 680g BIO La Finestra

2,57€ ~~2,85€~~



10% DTE

Pizza 4 Formatges 380g / Pizza Verdures 456g BIO Onyar

5,85€ ~~6,50€~~



10% DTE

Pizza Pernil Dolç Olives 360g BIO Onyar

5,85€ ~~6,50€~~

Producte carni. No disponible a NaturaSi Tot Bio i NaturaSi Ceres Natural.



20% DTE

Ravioli Shiitake Carbassó 250g BIO Onyar

3,16€ ~~3,95€~~



20% DTE

Ravioli Espinacs Poma Panses 250g BIO Onyar

3,16€ ~~3,95€~~



Parmesà Tascó 150g BIO Zanelli

6,19€



Parmesà Ratllat 50g BIO Zanelli

2,09€



10% DTE

Vinagre Balsàmic Mòdena 250ml BIO La Finestra

3,38€ ~~3,75€~~



10% DTE

Piadina amb Espelta 200g BIO La Finestra

2,69€ ~~2,99€~~



10% DTE

Base Pizza Integral (2 bases) 300g BIO La Finestra

3,29€ ~~3,65€~~



10% DTE

Bastonets Espelta 200g BIO La Finestra

4,05€ ~~4,50€~~



10% DTE

Lasanya Verdures Vegana S/Gluten 250g BIO La Finestra

3,96€ ~~4,40€~~



10% DTE

Lasanya Espinacs Vegana S/Gluten 250g BIO La Finestra

3,96€ ~~4,40€~~



10% DTE

Fermè Vegetal Pebre Negre / Herbes Flors 90g BIO Fermentino

5,75€ ~~6,39€~~



10% DTE

Galetes Digestive Xips Choco 250g BIO Fior Di Loto

2,69€ ~~2,99€~~

Pell sana, dies brillants: Tips per a la primavera

A mesura que ens endinsem a la primavera, és hora de sortir a l'aire lliure i gaudir del sol i la brisa. A NaturaSi, entenem la importància de cuidar la teva pell en aquest temps de transició. És el moment perfecte per preparar-la i posar-la a punt abans de l'arribada de l'estiu.

** Els complements alimentaris no s'han d'utilitzar com a substituents d'una dieta equilibrada i un estil de vida sa. Grups de risc: consultar amb el seu professional.*



10% DTE

Esprai Solar
Cara & Cos
SPF50 100ml
BIO Biarritz

24,26€
~~26,95€~~

10% DTE

Esprai Solar
Cara & Cos
SPF30 100ml
BIO Biarritz

20,66€
~~22,95€~~

10% DTE

Crema Solar
Facial SPF50
50ml BIO
Biarritz

19,35€
~~21,50€~~

10% DTE

Crema Solar
Facial Beix /
Daurat SPF30
50ml
BIO Biarritz

19,76€
~~21,95€~~

10% DTE

Esprai Solar
Nens SPF50
150ml BIO
Acorelle

32,36€
~~35,95€~~

10% DTE

Recàrrega
Esprai Solar
Nens SPF50
150ml
BIO Acorelle

24,26€
~~26,95€~~

10% DTE

Aloe Vera
en Gel
250ml
BIO
Naturabio

8,06€
~~8,95€~~

10% DTE

Lloció Corporal
Hidratant
500ml
BIO
Naturabio

8,06€
~~8,95€~~

Protector solar: com aplicar-lo?



Neteja la pell:
Renta i asseca la pell abans d'aplicar la crema solar.



Quantitat adequada:
Una quantitat de la mida d'una moneda de 50 cèntims és suficient per al rostre, i una quantitat més gran per al cos.



Aplicació:
Distribueix la crema solar uniformement a totes les àrees exposades.



Reaplica regularment:
Torna a aplicar la crema solar cada dues hores.



Emmagatzematge adequat:
Guarda la crema solar en un lloc fresc i sec, lluny de la llum solar directa.

Cremes solars ecològiques: Escut natural contra els raigs del sol.

Tot i que encara no estiguem pensant en la platja o la piscina, és essencial protegir la pell durant les activitats a l'aire lliure. Les cremes solars ecològiques ofereixen una protecció efectiva contra els raigs nocius UV, fins i tot els dies més suaus de primavera. Des d'un passeig pel parc fins a una tarda de pícnic, mantingues la teva pell protegida i saludable amb productes solars fets a base de filtres minerals respectuosos amb la teva pell i el medi ambient.

Hidratació i reparació amb àloe vera.

Amb l'augment de l'exposició al sol, és important mantenir la pell hidratada i nodrida. L'àloe vera, amb les propietats hidratants i regeneradores, és l'aliat perfecte per preparar la pell per als dies més lluminosos. Aplica les cremes i gels d'àloe vera per mantenir la teva pell fresca, suau i llesta per enfrontar el sol amb confiança.

Complements alimentaris per a una pell resplendent.

A més de protegir la teva pell des de l'exterior, no t'oblidis de nodrir-la des de dins. Els complements alimentaris* rics en antioxidants, com el carotè, enforteixen les defenses naturals de la teva pell contra els danys causats pel sol. Incorpora aquests nutrients essencials a la teva rutina diària per mantenir la teva pell radiant i saludable durant tota la temporada.

NOVETAT

10% DTE



Coenzima Q10
30ml
La Saponaria

7,11€
~~7,90€~~

NOVETAT

10% DTE



Àcid ialurònic / Col·lagen Vegetal
30ml
La Saponaria

8,01€
~~8,90€~~

NOVETAT

10% DTE



Fitoretinol
30ml
La Saponaria

8,01€
~~8,90€~~

15% DTE



Piel Cabell Ungles
60 càps.
Solaray

17,54€
~~20,63€~~

15% DTE



Food Carotene
500mcg
30 càps.
Solaray

11,47€
~~13,49€~~

15% DTE



Col·lagen Queratina
60 càps.
Solaray

44,52€
~~52,38€~~

10% DTE



Vigorsol Actif Plus
30 càps.
Santiveri

13,46€
~~14,95€~~

10% DTE



Capilar Plus
45 càps.
Nadiu

9,86€
~~10,95€~~



Bio Organica Italia™

Bio Organica Itàlia és una empresa familiar de tercera generació, agricultors des de 1960 i, avui dia, una companyia referent italiana en el processament d'olives i verdures orgàniques i bio-dinàmiques de la regió italiana de la Puglia.

Amb certificació ecològica, els productes de **Bio Organica Itàlia** es conreen a l'aire lliure en les més de 220 hectàrees de terra certificada propietat d'aquesta empresa familiar.

Les seves verdures i olives es preparen i envasen tan sols unes hores després de la recol·lecta, de manera que es pot gaudir del sabor més autèntic amb totes les seves propietats nutricionals. A Bio Organica Italia conreen i envasen els seus productes sense cap intermediari. Del camp al plat!

Entre els seus productes més exitosos trobem les seves salses de tomàquet o de pesto, també en versió vegana, ideals per a condimentar qualsevol plat de pasta i, fins i tot, amanides. Tampoc podem oblidar els seus patés, com el de tomàquet sec, elaborat amb oli d'oliva verge extra i perfecte per untar sobre pa torrat, com l'autèntica bruschetta italiana, i moltes receptes més.

En conjunt, Bio Organica Itàlia és un indispensable per al rebost!

<p>15% DTE</p>  <p>Salsa Tomàquet Bolonyesa Vegetal 350ml BIO Bio Organica Italia</p> <p>2,87€ 3,38€</p>	<p>15% DTE</p>  <p>Salsa Tomàquet Arrabiata 350ml BIO Bio Organica Italia</p> <p>2,96€ 3,48€</p>	<p>15% DTE</p>  <p>Salsa Tomàquet Clàssica 350ml BIO Bio Organica Italia</p> <p>2,80€ 3,29€</p>	<p>15% DTE</p>  <p>Tomàquets Secs Oli 190g BIO Bio Organica Italia</p> <p>4,23€ 4,98€</p>
<p>15% DTE</p>  <p>Paté Carxofes 100g BIO Bio Organica Italia</p> <p>2,53€ 2,98€</p>	<p>15% DTE</p>  <p>Paté Tomàquet Sec 100g BIO Bio Organica Italia</p> <p>2,34€ 2,75€</p>	<p>15% DTE</p>  <p>Pesto Basilic Pecorino 130g BIO Bio Organica Italia</p> <p>3,05€ 3,59€</p>	<p>15% DTE</p>  <p>Pesto Basilic / Rosso Vegà 140g BIO Bio Organica Italia</p> <p>2,97€ 3,49€</p>

Del camp a la taula!





15%
DTE

Beguda Civada
1L BIO Isola

1,69€ ~~1,99€~~



18%
DTE

Beguda Arròs Integral
1L BIO Isola

1,99€ ~~2,42€~~



15%
DTE

Beguda Arròs Avelana
1L BIO Isola

3,26€ ~~3,83€~~



17%
DTE

Beguda Arròs Coco
1L BIO Isola

1,89€ ~~2,29€~~



15%
DTE

Beguda Coco S/Sucre
S/Gluten 1L BIO Isola

2,46€ ~~2,89€~~



20%
DTE

Crunchy Xocolata
750g BIO
Barnhouse

5,40€ ~~6,75€~~



20%
DTE

Pa Motlle Espelta
Integral Llavors
400g BIO Biocop

3,50€ ~~4,38€~~



10%
DTE

NOVETAT

Cookie Civada Canyella
Panses / Cacauet Xips Xoco
50g BIO Barcelona

1,79€ ~~1,99€~~



10%
DTE

Torrades Pa Integral Lli
250g BIO Santiveri

3,38€ ~~3,75€~~



10%
DTE

Kombutxa Berryvida
250ml BIO Komvida

2,43€ ~~2,70€~~



10%
DTE

Kombutxa Poma
250ml BIO Komvida

2,43€ ~~2,70€~~



10%
DTE

logurt Soja Maduixa /
Nabius 150g BIO Sojade

1,58€ ~~1,75€~~



10%
DTE

Kimtxi Fresc Col Pebrot
Porro 350g BIO Rel

7,43€ ~~8,25€~~



10%
DTE

Xucrut Fresc
Col Llobarda / Col Porro
Kombu 350g BIO Rel

6,53€ ~~7,25€~~



20%
DTE

Burger Carxofa /
Escalivada Formatge Blau
160g BIO Vegetalia

3,00€ ~~3,75€~~



10%
DTE

logurt Llimona /
Maduixa 2x125g
BIO Rel

1,31€ ~~1,45€~~



10%
DTE

logurt Coco
2 x 125g BIO Rel

1,35€ ~~1,50€~~



20%
DTE

Cremós Alberginia
220g BIO Vegetalia

2,87€ ~~3,59€~~



20%
DTE

Hummus Cigró
220g BIO Vegetalia

3,08€ ~~3,85€~~



20%
DTE

Paté Shiitake / Algues
110g BIO Vegetalia

2,82€ ~~3,53€~~

Lasanya de pesto amb pèsols

Per a 4 persones



Ingredients

- Espinacs frescos 600 g
- Pasta de lasanya 500 g
- Formatge feta 200 g
- Pesto d'alfàbrega 80 g
- Pèsols frescos 1 kg
- 1/2 llimona (ratlladura)
- Oli d'oliva verge extra Al gust
- Sal Al gust

Per la beixamel:

- Farina de blat 90 g
- Oli d'oliva verge extra 80 g
- Beguda vegetal sense sucre 1L
- Sal i pebre Al gust
- Nou moscada Al gust

Preparació

1. Escaldar la pasta de lasanya, escorre-la i deixar-la assecar bé. Pelar els pèsols, netejar els espinacs i sofre-gir-los en una paella amb un raig d'oli i unes cullerades d'aigua. Coure uns 10 minuts, remenant de tant en tant fins que s'hagin suavitzat.

2. Per a la beixamel, escalfar la farina amb oli en una cassola i portar-ho a foc lent, remenant amb una batedora de varetes durant uns minuts. Afegir la beguda vegetal i portar-ho a ebullició, remenant constantment. Continuar la cocció a foc fort durant uns minuts, fins que la barreja s'hagi espessit. Rectificar de sal i pebre, afegir un polsim de nou moscada i deixar refredar.

3. En una safata de forn posar una capa de pasta, una mica de beixamel, les verdures, una mica de formatge feta esmicolat i unes cullerades de pesto, procedint així fins a esgotar tots els ingredients. Acabar amb un raig d'oli i deixar coure al forn estàtic preescalfat a 180 °C durant 30 minuts aproximadament, fins que la superfície estigui ben daurada. Deixar refredar, i servir. Guarnir amb ratlladura de llimona.



10% DTE

Pasta Lasanya Blat
250g BIO Alce Nero
2,34€ ~~2,60€~~



10% DTE

Pesto Vegetal
130g BIO La Finestra
4,49€ ~~4,99€~~



Farina Blat
1kg BIO Rel
2,59€



Pèsols

naturasi

BIO PER VOCACIÓ