

Sword for the green

Che siano già ricettate o semplici, pre fritte o grigliate, da cuocere o da soffriggere, le verdure surgelate sono indispensabili nelle nostre cucine perché mantengono pressoché inalterate le caratteristiche nutrizionali del fresco, sono di veloce utilizzo e ci aiutano e ridurre gli sprechi!

I dati sul consumo di vegetali in Italia sono positivi e registrano un'inversione di tendenza rispetto al passato, rappresentando oggi 1/4 della spesa degli italiani. Nel 2017 sono state consumate circa 400.000 tonnellate di verdure surgelate, dato in crescita rispetto al 2016, e si attende che i consuntivi 2018 siano ancora più alti. Le motivazioni di questa ripresa sono molteplici, a cominciare dal fatto che le verdure hanno la capacità di rispondere pienamente alle richieste dei consumatori, attenti alla composizione della propria dieta e ai nuovi trend alimentari, che vedono gli alimenti vegetariani e vegani in forte aumento. Sword, per preservare tutta la freschezza e i valori nutrizionali dei propri prodotti, si affianca a produttori con sedi in Paesi specializzati per tipologia di coltivazione.

Questo perché, anche se con la tecnologia moderna è

CENTRO CATERING • La scelta per le verdure proposte ricade sempre su produttori con sedi in Paesi specializzati per tipologia di coltivazione



possibile ottenere qualsiasi tipo di verdura indipendentemente dalle condizioni territoriali e climatiche, Sword è convinta che rispettare la spontaneità della natura sia un must. La produzione, quindi, avviene solo nei Paesi in cui quel determinato prodotto è sempre stato coltivato.

L'ampia gamma dei vegetali Sword, disponibile sia in formati da 1 kg che da 2,5



kg, incontra le esigenze di tutti i consumatori, sia per varietà che gusto.

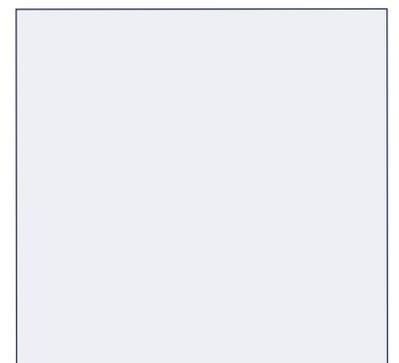
I vegetali sono presenti nella maggior parte delle ricette come contorni e possono essere ben combinate per la realizzazione di piatti unici, gustosi e nutrienti.

Ad esempio, si sta diffondendo la pratica del Green Monday, proveniente dagli Stati Uniti, dove è stata approvata per legge a Berkeley, piccola località vicino San Francisco. Green Monday è una pratica innovativa per la quale un giorno a settimana, il lunedì, non si consumano prodotti di origine animale. Questa iniziativa promuove uno stile alimentare più attento all'ecologia e al contempo sano. Infatti, adottare una dieta vegan almeno una volta a settimana, ha un im-

patto positivo sia sull'ambiente che sulla nostra salute.

Volendo partecipare attivamente a questa iniziativa nelle nostre case, vista la mancanza di tempo e la stagionalità dei prodotti, un grande alleato è il Minestrone Sword disponibile in formati Retail e Food Service.

Con patate, carote, cavolfiori, pomodori, sedano, zucchine, porro, piselli, fagioli borlotti, fagiolini e rapa bianca, il Minestrone Sword è un alimento completo, naturalmente privo di glutine, vegetariano e vegano. Inoltre la preparazione è semplicissima, basta portare ad ebollizione dell'acqua e versare dentro il prodotto ancora surgelato, cuocere a fuoco lento e... il minestrone è pronto per essere servito in 5/7 minuti. Naturalmente si possono aggiungere sale e spezie a proprio gusto, come il basilico e il prezzemolo Sword disponibili nel mini formato da 50 grammi. Buon green appetito!



SWORD[®]
IL SURGELATO

Tutti i giorni sulla tua tavola,
con prodotti **selezionati**
garantiti dai più **moderni**
sistemi di **congelamento**.

