

La Tua spesa consapevole

la lista ingredienti e allergeni è alla fine del listino



LISTINO

Sfuso,
Bio &
Km zero

La Bottega Sfusa è un negozio di alimentari e prodotti sfusi e biologici. Il luogo ideale per chi desidera alimentarsi in maniera sana, sfiziosa avendo a cuore se stessi e l'ambiente!

la
Bottega
sfusa

LA TUA SPESA CONSAPEVOLE

Ti aspettiamo tutti i giorni in Bottega
per la tua Spesa Sfusa

Vuoi prenotarla?
Scopri come fare:

1



Crea la tua lista della spesa

Trova il prodotto che desideri tra una vasta scelta. Lasciati ispirare dai nostri consigli per una spesa sempre più consapevole.



2



Scegli tra ritiro in negozio o spedizione

Per il servizio spedizioni trovi i dettagli nella pagina a fianco. Se invece ritiri in negozio basterà indicare il giorno e l'orario di ritiro.



3



Invia l'ordine della spesa

Puoi chiamarci o scriverci un Whatsapp allo
049/2320374

o mandarci una mail al seguente indirizzo:
info@labottegasfusa.it

RITIRO

Ordina e ritira in negozio

Dove siamo

Via Francesco Severi 29,
35126 Padova
Quartiere S. Rita
Zona Facciolati

Orario negozio

LUNEDÌ 16.00 - 19.00

DAL MARTEDÌ AL VENERDÌ
9.30 - 12.30 E 16.00 - 19.00

SABATO

9.00 - 12.30 E 16.00 - 19.00

DOMENICA CHIUSO



SFUSO, BIO & KM ZERO

In evidenza per te ☰

LE NOVITA' SFIZIOSE



I TE' DELL'AUTUNNO E DELL'INVERNO



LE CREME SPALMABILI DI DEA NOCCIOLA



I BISCOTTI ARTIGIANALI SENZA ZUCCHERO

LE NOVITA' ZERO WASTE



I DETERSIVI IN POLVERE DI ECO FOR REAL



I DETERGENTI HOME MADE DI BIOL'U'



I SAPONI DI MONTAGNA DI EUKALIA

Aggiungi il prodotto che ti interessa alla lista!

La nostra selezione di novità, rigorosamente Plastic-free.
Puoi trovare q.tà e prezzi nelle pagine seguenti.

AMPLIA VARIETÀ DI SCELTA

In Bottega puoi trovare:

Legumi semi e spezie

frutta secca

Negozio certificato Bio
con
ICEA

Alimentazione naturale

Zero Waste

Detersivi & cosmesi ecobio

- più di 400 prodotti sfusi alimentari
- frutta e verdura a km zero
- pane bio con lievito madre
- prodotti freschi vegan
- cosmesi bio e sfusa
- oggettistica senza plastica



...e molto altro



Frutta Secca

Tutta la frutta secca e disidratata è al naturale, senza ingredienti aggiunti.

*Tranne per Uvetta Sultanina: olio di girasole

*Mirtilli Rossi: dolcificati solo con succo di mela

*Zenzero candito: contiene zucchero

*Zenzero disidratato senza zucchero: fruttosio presente in lavorazione come conservante

Fave di cacao crudo	€ 28,50 / kg
Granella di cacao crudo	€ 32,00 / kg
Polvere di cacao	€ 35,00 / kg
Granella di cocco	€ 17,00 / kg
Scaglie di cocco	€ 30,00 / kg
Chips di cocco	€ 20,00 / kg
Bacche di alchechengi	€ 48,50 / kg
More di gelso bianche	€ 38,00 / kg
More di gelso nere	€ 38,00 / kg
Prugne essiccate – senza nocciolo	€ 25,00 / kg
Noci di macadamia	€ 56,00 / kg
Noci brasiliane sgusciate	€ 33,00 / kg
Gherigli di noci	€ 33,00 / kg
Nocciole ITA	€ 25,00 / kg
Nocciole tostate ITA	€ 32,50 / kg
Noci Pecan	€ 49,00 / kg
Datteri Medjoul	€ 30,00 / kg
Fichi grandi	€ 24,00/kg
Ficchi piccoli	€ 19,00 / kg
Albicocche	€ 22,00 / kg
Mango essiccato a fette	€ 48,00 / kg
Ananas essiccata	€ 50,00 / kg
Pistacchi sgusciati SPA	€ 62,50 / kg
Mandorle sgusciate ITA	€ 23,00 / kg
Mandorle pelate ITA	€ 27,00 / kg
Mandrole sgusciate tostate ITA	€ 35,00 / kg
Uvetta* Grecia	€ 12,50 / kg
Uvetta di corinto	€13,50 / kg
Mirtilli rossi*	€ 39,00 / kg
Bacche di goji	€ 43,00 / kg
Anacardi	€ 30,00 / kg

Bacche di manuka	€ 32,00 / kg
Uvetta verde	€ 25,50 / kg
Uvetta nera	€ 33,00 / kg
Amarene	€ 50,00/ kg
Anacardi al Curry	€ 35,00 / kg
Anacardi salati e tostati	€ 34,50 / kg
Mandorle alla Tamari	€ 35,00 / kg
Zenzero disidratato senza zucchero	€ 27,00 / kg
Zenzero disidratato candito	€ 22,00 / kg
FRUTTI ROSSI LIOFILIZZATI NORD EUROPA	
Mirtilli Neri liofilizzati interi	€ 20,00/etto
Lamponi liofilizzati interi	€ 19,00 / etto
More di rovo liofilizzati	€ 19,00 / etto
Fragole Liofilizzate	€18,60 / etto
Ribes Neri liofilizzati	€ 19,00 / etto

Semi oleosi e super foods sfusi

Semi di canapa decorticati	€ 30,00 / kg
Semi di zucca ITA	€ 21,00 / kg
Semi di girasole ITA	€ 13,50 / kg
Semi di lino scuri ITA	€ 7,00 / kg
Semi di sesamo	€ 12,00 / kg
Semi di Chia	€ 16,00 / kg
Cumino indiano in semi	€ 46,50 / kg
Cumino indiano in polvere	€ 54,00 / kg
Semi di sesamo neri	€ 14,00 / kg
Semi di finocchio	€ 28,00/ kg

Mix semi tostati: lino, chia, girasole, canapa, zucca, sesamo	€ 12,00 / kg
Polline disidratato – LOREGGIAPADOVA	€ 40,00 / kg,
Lucuma in polvere	€ 46,00 / kg
Maca Rossa in polvere	€ 75,00 / kg
Mesquite in polvere	€ 36,00 / kg
Erba di grano in polvere	€ 56,00 / kg
Energy mix: cacao, cannella, mesquite e maca rossa	€ 69,00 / kg
Detox Mix: curcuma, chlorella, cannella	€ 87,00 / kg
Tea Matcha in polvere	€ 18,00/etto
Limone nero fermentato in fette	€ 16,00 / etto
Limone nero fermentato in polvere	€ 10,00 / etto
Aglione Nero fermentato in polvere	€ 13,00/ etto
Aglione nero fermentato bulbi	€ 4,90 / l'uno
Aglione nero fermentato in pasta cremosa – barattolino	€ 9,90 / l'uno
Aglione nero in spicchi – barattolino	€ 7,80 / l'uno



Cereali per la colazione sfusi

*Ingredienti sono riportati alla fine

Granola al cocco*	€ 8,00 / kg
Muesli super frutta*	€ 10,00 / kg
Muesli al mango, datteri e fichi*	€ 10,00 / kg
Corn Flakes*	€ 7,00 / kg
Fiocchi d'avena piccoli	€ 5,00 / kg
Fiocchi d'avena grandi	€ 5,00 / kg
Fiocchi di avena piccoli CERTIFICATI SENZA GLUTINE	€ 9,00 / kg
Fiocchi ai 5 cereali	€ 6,50 / kg
Farro Flakes	€ 9,00 / kg
Granola arancia e mirtilli rossi	€ 23,50 / kg
Granola mela e cannella	€ 23,50 / kg
Granola cacao e nocciole	€ 23,50 / kg
Granola uvetta e mandorle	€ 23,50 / kg

Crunchy di avena e noci	€ 16,00 / kg
Fiocchi di grano saraceno	€ 5,50 / kg
Soffiati di farro e cacao	€ 12,00 / kg
Farro Soffiato	€ 17,00 / kg
Orzo Soffiato	€ 13,00 / kg
Quinoa Soffiata	€ 40,00 / kg
Fiocchi di Farro	€ 6,70 / kg
Muesli Proteico – con proteine del pisello	€ 22,00 / kg
Granola Noci e Semi Con fiocchi di avena e farro soffiato	€ 23,50 / kg
Granola Agrumi e Bacche di Gelso Con fiocchi di avena e farro soffiato	€ 23,50 / kg
Granola cacao, cocco e banana	€ 23,50 / kg
Granola di anacardi, mela e more di gelso	€ 23,50 / kg
Porridge energia con mela e cannella	€ 16,00 / kg
Porridge felicità con cacao e bacche di gelso	€ 16,00 / kg
Porridge cocco e banana	€ 16,00 / kg
Porridge avena, quinoa, datteri e semi d chia	€ 13,00 / kg
Granola al Caramello Salato con cocco cacao, mandorle e pecan	€ 30,00 / kg



Pasta, riso e cereali sfusi

*Gli ingredienti sono riportati alla fine
LA SIGLA G/F STA PER = SENZA GLUTINE

Penne di semola	€ 3,60 / kg
Fusilli di semola	€ 3,60 / kg
Ditalini di semola	€ 3,60 / kg
Stelline di semola	€ 3,60 / kg
Farfalle di semola	€ 3,60 / kg
Maccheroncini di semola	€ 3,60 / kg
Pipe rigate di semola	€ 3,60 / kg
Gnocchetti sardi di semola	€ 3,80 / kg
Mezze penne di semola	€ 3,60 / kg
Penne integrali	€ 3,60 / kg
Fusilli integrali	€ 3,60 / kg
Penne di Farro	€ 5,00 / kg

Fusilli di Farro	€ 5,00 / kg
Spaghetti di semola	€ 3,60 / kg
Spaghetti integrali	€ 3,60 / kg
Penne di Grano Saraceno (G/F)	€ 13,00/ kg
Penne di Teff, Amaranto e Quinoa (GF)	€ 13,00 / kg
Ditalini Teff Amaranto e Quinoa GF	€ 8,90 / kg
Busiate di semola e canapa	€ 8,00 / kg
Orecchiette di semola e canapa	€ 8,00 / kg
Gnocchetti di riso e curcuma (G/F)	€ 12,00 / kg
Tagliolini alla curcuma	€ 12,00 / kg
Tagliatelle di riso e curcuma (G/F)	€ 12,00 / kg
Tagliatelle di riso e spirulina GF	€ 12,00 / kg
Tagliatelle alle lenticchie (G/F)	€ 15,50 / kg
Tagliatelle di riso integrale GF	€ 13,00 / kg
Penne di sorgo e carote viola (G/F)	€ 12,00 / kg
Penne 100% piselli – (G/F)	€ 14,00 / kg
Fusilli 100% lenticchie rosse – (G/F)	€ 14,00 / kg
Gnocchetti 100% ceci – (G/F)	€ 14,00 / kg
Maccheroncini di ceci 100% - GF	€ 12,00 / kg
Gnocchetti di riso e barbabietola (G/F)	€ 12,00 / kg
Gnocchetti di riso e spinaci (G/F)	€ 12,00 / kg
Fusilli di Avena (GF)	€ 12,00 / kg
Pastina animaletti G/F – Riso, lenticchie, piselli	€ 12,00 / kg
Gnocchetti multi legumi GF	€ 9,80 / kg
CEREALI E PSEUDO CEREALI	
Cous cous di grano duro integrale	€ 4,80 / kg
Cous cous di farro	€ 6,80 / kg
Cous Cous di ceci e grano saraceno (G/F)	€ 10,00 / kg
Cous Cous ai 4 cereali: semola, farro, mais,	€ 6,50 / kg
Cous Cous di mais	€ 6,50 / kg
Cous Cous di kamut	€ 6,80 / kg
Sorgo bianco decorticato (G/F)	€ 5,20 / kg
Quinoa (G/F)	€ 14,80/ kg

Quinoa Tricolore GF	€ 17,00 / kg
Bulgur (G/F)	€ 5,90 / kg
Grano saraceno (G/F)	€ 8,40 / kg
Miglio decorticato (G/F)	€ 6,00/ kg
Farro decorticato	€ 5,10/ kg
Orzo decorticato	€ 3,90 kg
Farro perlato	€ 5,30 / kg
Orzo perlato	€ 4,20/ kg
Amaranto (G/F)	€ 15,00/ kg
Avena integrale	€ 4,50 / kg
Riso carnaroli (G/F)	€ 8,40 / kg
Riso semi integrale (G/F)	€ 4,80 / kg
Riso integrale (G/F)	€ 4,80 / kg
Riso basmati (G/F)	€ 6,50 / kg
Riso basmati integrale (G/F)	€ 6,50/ kg
Riso rosso (G/F)	€ 7,00 / kg
Riso nero (G/F)	€ 7,00 / kg

Sughi e Paté confezionati

*Gli ingredienti sono riportati alla fine

Maionese di riso	€ 3,50
Maionese di riso e curry	€ 3,50
Maionese di ceci	€ 3,85
Crema di carciofi	€ 3,98
Carciofi sott'olio	€ 5,20
Funghi	€ 4,98
Pesto funghi	€ 4,80
Capperi sotto sale	€ 4,50
Crema di olive verdi	€ 3,30
Crema olive nere	€ 3,30
Senape classica	€ 3,98
Senape all'antica	€ 3,98
Pesto cavolo nero	€ 3,60
Pesto vegetale	€ 4,00
Pesto ai pomodori secchi	€ 4,60
Pesto di rucola	€ 4,20
Pesto alla canapa	€ 4,85
Pesto canapa e pomodori secchi	€ 4,60
Pesto Canapa e zucchine con curry	€ 4,05
Passata pomodoro Family – km zero – 500 gr	€ 4,60
Passata Pomodoroal basilco il Nutrimento – 280 gr	€ 3,70
Sugo ai funghi porcini	€ 5,40
Sugo melanzane	€ 3,80
Sugo alle verdure	€ 3,85
Sugo olive e capperi	€ 3,10
Ragù di lenticchie rosse	€ 3,60
Hummus di ceci classico	€ 3,60
Hummus di borlotti	€ 3,60
Hummus di cannellini e pomodori secchi	€ 3,60
Hummus di ceci speziato	€ 3,60
Olive Nere	€ 3,80
Olive verdi	€ 3,80

Creme e Pesti a Km Zero

Realizzate dalle Aziende Agricole con le quali collaboriamo per frutta e verdura

Crema di Zucca e zenzero dolce Family – PD	€ 6,00
Salsa di Rapee Mandorle Family – PD	€ 6,00
Pesto di Broccolo Fiolaro Family – PD	€ 6,00
Pesto di Cavolo Nero e Mandorle Family – PD	€ 6,00
Pesto di Radicchi, Pere e Noci Family – PD	€ 6,00



Legumi sfusi

*Gli ingredienti sono riportati alla fine

Ceci ITA	€ 5,90 /kg
Lenticchie gialle decorticate ITA	€ 8,60 /kg
Lenticchie nere ITA	€ 12,00 /kg
Cannellini ITA	€ 9,50 / kg
Borlotti ITA	€ 9,50 / kg
Lenticchie rosse decorticate ITA	€ 8,60 /kg
Lenticchie piccole marroni ITA	€ 9,50 /kg
Fagioli Neri	€ 7,90 / kg
Piselli Spezzati ITA	€ 6,20 / kg
Piselli Decorticati ITA	€ 6,20 / kg
Fagioli di soia gialla ITA	€ 5,80 / kg
Adzuki Verdi – Fagioli Mung	€ 8,00 / kg
Adzuki Rossi	€ 7,90 / kg
Bocconcini di soia disidratati	€ 18,00 / kg
Granulare di soia	€ 18,00 / kg

Le Zuppe sfuse

Fagiolata Con mix di fagioli e fagioli adzuki	€ 10,00 / kg
Zuppa Trentina Con farro trentino e mix fagioli	€ 7,50 / kg
Zuppa di Legum e Cereali Con farro, cicerche, ceci, lenticchie piselli e miglio	€ 7,00 / kg
Zuppa di miglio e lenticchie	€ 7,50 / kg

Legumi in barattolo

*Barattoli di vetro

Ceci	€ 3,30
Fagioli Borlotti	€ 3,30
Piselli	€ 3,30
Lenticchie	€ 3,30
Fave	€ 3,30
Lupini	€ 3,30
Fagioli Rossi	€ 3,30
Fagioli Bianchi	€ 3,30

Farine sfuse

G/F sta per senza glutine

Le Farine di semola o integrali sono di Molino Caporosso - PD

Farina di tipo 0	€ 2,50 / kg
Semola di grano duro	€ 5,80 / kg
Farina di grani antichi – Tipo 1	€ 4,60/ kg
Farina di grani antichi – tipo 2	€ 3,80 / kg
Farina integrale	€ 3,00/ kg
Farina di Farro monococco	€ 5,80 / kg
Farina di Avena	€ 5,80
Farina Mix per pane:avena, farro, grano tenero	€ 5,80
Farina di Riso Integrale G/F	€ 5,50 / kg
Farina di Grano Saraceno G/F	€ 5,50 / kg
Farine di Ceci G/F	€ 5,80 / kg
Farina di lenticchie rosse G/F	€ 10,00 / kg
Farina di piselli G/F	€ 5,60 / kg
Farina di mais fioretto G/F	€ 3,30 / kg
Farina di Mais bramata (per polenta)	€ 2,80 / kg
Farina di mais per polenta istantanea	€ 4,86 / kg
Farina per polenta taragna istantanea (mix di farina di grano saraceno e mais)	€ 9,00 / kg
Farina di carrube siciliana G/F	€ 18,50 / kg
Farina di avena G/F	€ 6,60 / kg
Farina di castagna G/F	€ 24,00 / kg
Farina di cocco G/F	€ 13,50 / kg
Farina di chufa G/F	€ 27,00 / kg
Farina di mandorle G/F	€ 24,00 / kg
Farina di Nocciole G/F	€ 28,00 / kg
Granella di nocciole	€ 25,00 / kg

Lieviti e altro sfusi

Amido di mais	€ 6,60 / kg
Bicarbonato alimentare e non	€ 4,50 / kg
Amido di riso	€ 12,50 / kg
Fecola di patate	€ 15,00 / kg



Insaporiti e dolcificanti sfusi

*Gli ingredienti sono riportati alla fine

Zucchero di canna integrale grezzo chiaro	€ 3,80/kg
Zucchero di cocco	€ 13,00 /kg
Zucchero di canna demerata	€ 7,50 / kg
Miele di Millefiori sfuso	€ 13,00/kg
Miele di Castagno sfuso	€ 15,00/kg
Miele di acacia sfuso	€ 15,00/kg
Sale rosa Himalayano fino	€ 3,00/kg
Sale rosa Himlayano grosso	€ 3,00/kg
Sale marino integrale fino – Sicilia	€ 1,20/ kg
Sale marino integrale grosso – Sicilia	€ 1,20/ kg
Sale aromatizzato alle erbe mediterranee	€ 30,00 / kg
Gomasio*	€ 16,00/kg
Lievito alimentare veg*	€ 30,00 /kg
Preparato per brodo vegetale con miso e curcuma*	€ 20,00 / kg
Mix aglio e peperoncino – aglio peperoncino, sale marino, certifoglio, zucca, prezzemolo	€ 55,00 / kg
Miz aglio ed erbe – sale marino, rosmarino, basilico, salvia, aglio, origano, timo, maggiorana, alloro, ginepro	€ 33,00 / kg
Mix costa ligure – erba cipollina, timo, rosmarino, maggiorana, salvia, finocchio, basilico, issopo, santoreggia, alloro, menta dolce.	€ 50,00 / kg
Gomasio con erbe e semi – sesamo, sale marino, chia, girasole, cipolla, prezzemolo, coriandolo, curcuma, rosmarino, timo, galanga.	€ 30,00

Insaporiti e dolcificanti confezionati in vetro

MIELE DI APICOLTURA NATURALE	
Miele di tiglio – 1/2 kg	€ 6,50
Miele di coriandolo – 1/2 kg	€ 6,50
Miele di Erba Merdica(sapore Acacia)	SFUSO € 12,00 KG
Miele di Millefiori	SFUSO € 11,00 KG
Miele di Castagno	SFUSO € 13,50 KG
INSAPORITORI E DOLCIFICANTI	
Estratto d' Agave puro – 360 ml	€ 7,80
Succo d'acero – 250 ml	€ 9,60
Succo d'acero – 500 ml	€ 16,20
Malto di riso – 400 gr	€ 4,00
Malto di orzo – 400 gr	€ 4,00
Sciroppo di datteri – 250 gr	€ 5,80
Salsa tamari – 250 ml	€ 6,50
Salsa Tamari – 500 ml	€ 10,90
Acidulato di umeboshi	€ 4,20
Olio di cocco Rapunzel – 200 gr	€ 5,50
Olio di cocco Rapunzel – 400 gr	€ 9,80



Creme spalmabili confezionate

DEA NOCCIOLA	
Crema mandorla cocco e datteri – 3 ingredienti	€ 6,50
Crema nocciola, cacao, zucchero di cocco – 3 ingredienti	€ 7,50
Crema con carruba e nocciole dolce	€ 5,00
Crema crunchy nocciola e cacao	€ 6,70
Crema nocciola e cacao senza zucchero	€ 5,50
Crema di mandorla e cacao	€ 4,30
Crema di arachidi crunchy	€ 4,00
Crema cacao e cocco con zucchero di cocco	€ 4,00
Crema di mandorla tostate	€ 6,90
Crema di mandorle pelate	€ 7,10
Crema 100 % nocciola	€ 7,00
Tahin nera	€ 4,50
Crema di semi di zucca	€ 5,20
CIOKKARUA	
Crema cacao carruba fondente	€ 8,20
CREMA TAHIN	
Tahin 340 gr SUNITA	€ 7,70
Tahin 680 gr SUNITA	€ 14,70
Tahin 250 gr – RAPUNZEL	€ 5,85
Tahin 500 gr – RAPUNZEL	€ 10,40
RAPUNZEL	
Crema Cocco, dattero e mandorle	€ 8,90
Crema cocco, dattero, nocciole	€ 8,70
Crema cocco e nocciole con cacao	€ 7,99



Caffè sfuso e macinato al momento

il caffè viene macinato in bottega con il nostro macina caffè professionale.

Potete anche richiederlo in chicchi.

Tutti i Caffè sono Monorigine (tranne il mix arabica e robusta)

Collaboriamo con due Torrefazioni di alta qualità: Torrefazione Pazzini e Torrefazione Pura Vida Cafè

CAFFE' MESSICO – Arabica Classico Note alla nocciola	€ 28,00 / kg
CAFFE' PERU' - Arabica medio Note mandorla, caramello, tamarindo	€ 28,00 / kg
CAFFE' BRASILE – Arabica medio Note al cioccolato	€ 28,00 / kg
ORANGUTAN COFFEE- aroma dalle note di cacao, biscotto amaretto, frutta rossa, leggermente speziato) www.orangutan.coffee.ch	€ 28,00 / kg
CAFFE' ETIOPIA – Arabica forteNote selvagge e floreali	€ 28,00 / kg
DEKA PERU'	€ 28,00 / kg
OPERE BLACK - Caffè Arabica + Robusta Intenso con retrogusto cioccolato e mandorla	€ 28,00 / kg
OPERE BROWN – Caffè mix di Arabica – dolce e avvolgente	€ 28,00 / kg
ORZO RONDO - per moka o infusion – Pazzini	€ 9,60 / kg
CICORIA - tostata e macinata per moka o da infusion	€ 13,50
ORZO RONDO SOLUBILE 100 GR	€ 4,00
CICORIA SOLUBILE in barattolo	€ 5,00



Spezie ed erbe sfuse

Cannella in stecche*	€ 60,00 /kg
Cannella in polvere*	€ 60,00 /kg
Curry Classico – Sapore medio forte*	€ 60,00 /kg
Curry Hot Bombay – Sapore Piccante	€ 60,00 /kg
Curry Verde di Bangkok – Sapore delicato e dolce	€ 75,00 /kg
Curry Rosso Tahilandese - Sapore Affumicato	€ 75,00 /kg
Curcuma in polvere*	€ 60,00 /kg
Cumino indiano in semi*	€ 46,50 /kg

Paprika dolce in polvere*	€ 60,00 /kg
Paprika picante	€ 60,00 /kg
Peperoncino in polvere*	€ 65,00 /kg
Zenzero in polvere*	€ 60,00 /kg
Zenzero radice Perù	€ 7,90/ kg
Pepe nero in grani*	€ 68,00 /kg
Pepe nero in polvere*	€ 60,00 /kg
Noce moscata macinata*	€ 109,00 /kg
Pepe rosa in grani*	€ 97,00 /kg
Cardamomo Verde*	€ 129,00/kg
Peperoncino spezzettato*	€ 65,000 /kg
Salvia in foglie*	€ 140,00 / kg
Alloro*	€ 140,00 / kg
Cordiandolo in grani*	€ 40,00 /kg
Cordiandolo in polvere*	€ 50,00 / kg
Senape in grani*	€ 40,00 / kg
Semi di Finocchio	€ 28,00 /kg
Anice Stellato	€ 60,00 /kg
Liquirizia*	€ 40,00 / kg
Origano*	€ 65,00 /kg
Timo*	€ 65,00 /kg
Rosmarino*	€ 65,00 /kg
Erba Cipollina*	€ 65,00 /kg
Menta piperita*	€ 65,00 /kg
Chiodi di garofano*	€ 87,00 / kg
Aglione disidratato*	€ 45,00 / kg
Cipolla disidratata*	€ 35,00 / kg
Bulbi Aglio nero fermentato	€ 4,90 / l'uno
Aglio nero fermentato in polvere	€ 13,00 / etto
Aglio nero fermentato pasta – barattolo di vetro	€ 9,90 / l'uno
Vaniglia in polvere macinata* (si può chiedere minimo 5 gr)	€ 13,20/ 10 gr € 6,60 / 5 GR
Vaniglia in stecche*	€ 13,20 / 10 gr € 6,60 / 5 GR
Mix pepe bio in grani (nero, verde, rosa, bianco)	€ 75,00 / kg
Bacche di Ginepro Ita	€ 70,00 / kg
Curry Goa (intero non macinato)	€ 70,00 / kg
<i>Curcuma, kummel, fieno greco, zenzero, galgant, pepe della Giamaica. Finocchio, chiodi di garofano, chilli, senape, coriandolo.</i>	
Garam Masala (Ideale per verdure, riso, zuppe e legumi)	€ 60,00 / kg

<i>Cummel, cannella, pepe nero, chiodi di garofano, anice stellato, alloro</i>	
Za'tar <i>Origano, sumach, timo, sesamo</i>	€ 63,50 / kg
Harissa <i>Chillies. Cumino, aglio, sale, paprika, coriandolo</i>	€ 80,00 / kg
Ras El Hanout <i>Curcuma, coriandolo, pimento, cannella, peperoncino, pepe, cardamomo, zenzero, cumino, finocchio, noce moscata, anice stellato, buccia di arancia, fieno greco, alloro</i>	€ 75,00 / kg



Té e infusi sfusi

Camomilla*	€ 60,00 / kg
Malva*	€ 148,00 / kg
Lavanda*	€ 80,00 / kg
Calendula *	€ 110,00 / kg
Echinacea radice	€ 90,00 / kg
Melissa	€ 88,00 / kg
Infuso per lo stomaco: anice, menta, liquirizia, tiglio	€ 90,00 / kg
Infuso per la sera: melissa, finocchio, liquirizia, rosmarino, salvia, lavanda, fiori di luppolo, valeriana.	€ 75,00 / kg
Tisana Depurativa per il fegato: frassino, tarassaco, gramigna, fumaria	€ 52,00 / kg
Tisana per l'allattamento: galega, finocchio, fieno greco	€ 75,00 / kg
Tisana Lassativa: senna, frangola, malva, camomilla	€ 98,00 / kg
Tisana Drenante: betulla, equisetto, uva orsina, ortica	€ 120,00 / kg
Tisana della Luna (molto utile per dolori mestruali e pre-mestruali): tiglio, calendula, iperico	€ 98,00 / kg
Tisana di Venere (per la regolazione ormonale): salvia, menta, trifogli rossi, equisetto, finocchio, calendula	€ 93,00 / kg
Tisana Rosmarino per il sistema immunitario: issopo, arancio, rosmarino, liquirizia, anice, artemisia, echinacea	€ 60,00 / kg
Tisana Fragola arancia e frutti: yuzu, mela, ibisco, frutti di bosco, goji, foglie di fragola, aronia.	€ 90,00 kg
Tisana ayurveda lemon chai: mix di spezie con cocco, ananas, zenzero.	€ 90,00 kg
Tisana vaniglia e lemongrass: rooibos verde, limone, arancia, vaniglia, mela.	€90,00 kg
Tisana con limone, zenzero, curcuma e foglie di canapa	€ 90,00
Tiana Dolcezza di seta con fiore di arancio: mela, papaya, more di gelso, mango, fiori di arancio, calendula. Contiene zucchero	€ 90,00
Tisana arancia e cacao: mela, fave di cacao, barbabietola rossa, cinorrodo, scorza di arancia	€ 60,00
Tisana Fragola e cacao: mela, fave di cacao, barbabietola rossa, scorza di arancia, fragola.	€ 60,00
Tisana arancia vaniglia e cannella: mela, ibisco, cinorrodo, scorza di arancia, bastoncini cannell	€ 58,00
Rooibos naturale	€ 50,00

Rooibos naturale	€ 50,00
Rooibos alla curcuma, zenzero e vaniglia	€ 63,00
Te' verde vaniglia e arancia: arancia, calendula, petali di rosa, fiordaliso, vaniglia	€ 62,00
Tè verde mandarino, noci e fave di cacao	€ 60,00
Tè verde mandarino e pompelmo: calendula, arancia, melissa, verbena, mandarino, passiflora, mango, fiori di tiglio	€ 64,00
Te' verde limone e zenzero: zenzero, limone, calendula	€ 60,00
Tè verde earl grey	€ 58,00
Tè nero mango e papaya: mela, zenzero, calendula, papaya, mango, ciliegia, ananas	€ 64,00
Tè nero keemun	€ 50,00
Tè nero arancia e limone	€ 62,00
Tè nero ai frutti di bosco	€ 64,00
Tè verde energizzante con spirulina	€ 65,00
Tè nero earl grey	€ 58,00
Tè verde bancha	€ 50,00
Tè verde sencha	€ 55,00
Kukitcha tostato	€ 95,00
Kukitcha foglie	€ 95,00
YOGI TEA	
CHAI CURCUMA: curcuma, cannella, zenzero	€ 4,00 PACK
MATCHA LEMON: tè verde con matcha, citronella e limone	€ 4,00 PACK
CHAI NERO: tè nero, zenzero e cannella	€ 4,00 PACK
CHOCO: scorza di cacao, liquirizia, cannella	€ 4,00 PACK
FELICITA': cannella, luppolo, scorza di arancia	€ 4,00 PACK
ENERGIA MATTUTINA: erba mate, cicchi di caffè verde, matcha	€ 4,00 PACK
DIFESA NATURALE: echinacea, acerola, sambuco	€ 4,00 PACK
VOCE CHIARA: liquirizia, finocchio, timo	€ 4,00 PACK
PIACERE DEL RESPIRO: eucalipto, basilico, timo	€ 4,00 PACK

Succhi e confetture confezionati

* succhi con succo e polpa – min. 51 %
confetture con l' 80% di frutta

SUCCHI SENZA ZUCCHERO	
Succo di mela e zenzero 500 ml	€ 4,00
Succo Mela Limpido – 500 ml	€ 4,00
Succo Pompelmo -500 ml	€ 4,00
Succo Albicocca – 500 ml	€ 4,00
Succo Pera – 500 ml	€ 4,00
Succo Ace – 500 ml	€ 4,00
Succo Mango Mix - 500 ml	€ 6,80
Succo Mirtillo – 500 ml	€ 8,20
MARMELLATE PROBIOS Con zuccheri della frutta	
Lampone	€ 6,00
More	€ 5,50
Mirtillo Nero	€ 5,60
Arancia	€ 3,30
Prugna	€ 4,60
Mela	€ 4,40
Fragola	€ 4,90
Frutti di Bosco	€ 5,50
Pesca	€ 4,70
MARMELLATE PROBIOS 100% frutta senza zuccheri	
MIRTILLI	€ 5,60

PESCA	€4,10
FRAGOLA	€ 4,80
MELA	€ 3,20
PERA	€ 4,20
PRUGNA	€ 3,65
FICHI	€ 5,40

Olio e aceto confezionato

Olio biologico – PUGLIA – 0,75	€ 19,00
Olio di girasole	€ 5,95
Olio di semi di lino	€ 4,50
Olio di cocco Rapunzel – 350 ml	€5,50
Olio di cocco – 500 ml	€ 9,80
Olio di cocco – 900 gr	€ 16,60
Aceto di mele – kmzero	€ 3,90



Salati sfusi: cracker, taralli, grissini

*Gli ingredienti sono riportati alla fine
G/F sta per senza glutine

Crackers al sesame	€ 20,00 / kg
Crackers di riso e canapa con semi tostati	€ 24,00 / kg
Crackers di ceci <i>GF e senza lievito</i>	€ 23,00 /kg
Crackers di lenticchie rosse <i>GF e senza lievito</i>	€ 23,00 /kg
Crackers di riso nerone <i>GF e senza lievito</i>	€ 23,00 /kg
Crackers di Riso e curcuma <i>GF e senza lievito</i>	€ 23,00 /kg
Crackers di Avena <i>GF e senza lievito</i>	€ 23,00 /kg
Crackers di Cannellini <i>GF e senza lievito</i>	€ 23,00 /kg
Crackers di riso e barbabietola <i>GF e senza lievito</i>	€ 33,00 / kg
Crackers di Riso e Canapa con mix di semi	€ 24,00 / kg
Taralli integrali bio	€ 29,00 / kg
Taralli alla cipolla – <i>prodotti artigianale pugliese</i>	€ 20,00 / kg

Taralli alle Olive - <i>prodotti artigianale pugliese</i>	€ 20,00 / kg
Taralli al grano arso - <i>prodotti artigianale pugliese</i>	€ 20,00 / kg
Taralli patate e rosmarino – <i>prodotti artigianali pugliesi</i>	€ 20,00 / kg
Taralli classici – <i>prodotti artigianali pugliesi</i>	€ 20,00 / kg
Taralli pomodoro e origano - <i>prodotti artigianali pugliesi</i>	€ 20,00 / kg
Taralli al pistacchio - <i>prodotti artigianali pugliesi</i>	€ 20,00 / kg
PRODOTTI A KM ZERO IN PACK	
Grissoni di grani antichi alla cipolla – 250 gr	€ 6,30
Grissoni all'aglio orsino – 250 gr	€ 6,30
Grissoni pomodoro e origano – 250 gr	€ 6,30
Fette biscottate artigianali – integrali o con i semi 200 gr	€ 4,95



Biscotteria sfusa artigianale PASTICCERIA SENZA SPIGA

Certificata senza glutine e vegan

Prodotti non certificati bio ma con filiere molto ricercate

Ingredienti riportati alla fine

BACI DI DAMA – con crema di nocciole	€ 43,00 / kg
COOKIES AL TEFF CON ARANCIA E CIOCCOLATO	€ 43,00 / kg
COOKIES AVENA MELE E NOCCIOLE	€ 43,00 / kg
COOKIES AL GRANO SARACENO CON GOCCE DI CIOCCOLATO	€ 43,00 / kg
COCCO COOKIES - con mandorle	€ 43,00 / kg
BERRIES COOKIES – con mandorle e frutti di bosco	€ 43,00 / kg
LIMONELLI – con riso mais e limone	€ 43,00 / kg
BISCOTTINI AL CACAO semplici	€ 43,00 / kg

Biscotteria artigianale e vegan

LA COLAZIONE DI SARA

Vegan – Artigianali
Ingredienti riportati alla fine

QUADROTTI AL CIOCCOLATO – con fava tonka	€ 38,00 / kg
COOKIES SEMI INTEGRALI – con gocce di cioccolato	€ 38,00 / kg
COOKIES AL DOPPIO CIOCCOLATO – con gocce di cioccolato	€ 38,00 / kg
COOKIES DI FARRO E COCCO – senza zucchero	€ 38,00 / kg
CUORI ALL'INFUSO DI FRUTTI DI BOSCO – senza zucchero	€ 38,00 / kg
COOKIES ALLA NOCCIOLA	€ 38,00 / kg

Biscotteria artigianale e vegan

KORA DULCIS

Vegan – Artigianali

CROSTATINE GRANO SARACENO E CIOCCOLATO	€ 35,00 / KG
CROSTATINE AVENA E MIRTILLI	€ 35,00 / KG
CROSTATINE GRANO SARACENO E FRAGOLE DI BOSCO	€ 35,00 / KG
BISCOTTINI AVENA E CARRUBA	€ 34,00 / kg
BISCOTTINI RISO, MELE E UVETTA – senza zucchero	€ 34,00 / kg
BISCOTTINI AVENA, UVETTA E NOCCIOLE – senza zucchero	€ 34,00 / kg
BISCOTTINI RISO VANIGLIA E LIMONE – senza zucchero	€ 34,00 / kg
BACI DI DAMA – con crema di pistacchio	€ 50,00 /kg



Pane fresco sfuso

*Gli ingredienti sono riportati alla fine

*Il pane può essere richiesto nel peso desiderato, anche a fette
E' disponibile il martedì, il mercoledì e il sabato

PER SPEDIZIONI: se inserite il pane, organizziamo la partenzadel pacco per il giorno in cui arriva!

Pane integrale	€ 6,00 / kg
Pane integrale al sesamo	€ 6,50 / kg
Pane 100% segale	€ 6,50 / kg
Pane di miglio (integrale + segale + fiocchi di miglio)	€ 6,80 / kg
Panini morbidi all'avena	€ 6,80 / kg
Pane 100% Farro	€ 8,50 / kg
Pane Farro Monococco	€ 8,50 / kg
Pane farro e noci	€ 8,50 / kg
Pane alla curcuma	€ 8,50 / kg
Panfrutto vegan alla zucca (non disponibile in estate)	€ 12,00 / kg
Pane integrale in cassetta	€ 7,00 / kg
Pane semi integrale ai 5 semi - in cassetta	€ 8,50 / kg
Pane al farro	€ 8,50 / kg
Pane di segale in cassetta	€ 8,50 / kg
Pane di grano duro Timilia	€ 8,50 / kg
Pane di Altamura - tipo pugliese	€ 8,50 / kg

Pane fresco sfuso senza glutine

*Gli ingredienti sono riportati alla fine

***IL PANE SENZA GLUTINE PUO' ESSERE ORDINATO OGNI GIORNO PER IL GIORNO DOPO
I PRODOTTI SENZA SPIGA SONO CERTIFICATI SENZA GLUTINE**

Se inserito nella spedizione, spediamo il pacco il giorno nel quale arriva il pane!

Pane di riso	€ 18,00/kg
Pane di riso e noci	€ 18,00/kg
Pane di riso e olive verdi	€ 18,00/kg
Pane di riso e curcuma	€ 18,00/kg

Pane di grano saraceno	€ 18,00/kg
Pane di teff	€ 18,00/kg
Pane integrale (con tre farine integrali GF)	€ 18,00/kg
Integrale con i semi	€ 18,00/kg
Pane alla curcuma con noci e mandorle	€ 18,00/kg
Pane alla castagna e rosmarino	€ 18,00/kg
Panini all'uvetta	€ 18,00/kg
Panini alla zucca	€ 18,00/kg
Paini al radicchio	€ 18,00/kg
Filoncini semi integrali con carote e noci	€ 18,00/kg
Filoncini semi integrali con broccolo	€ 18,00/kg

Bevande vegetali

Latte di riso 500 ml	€ 1,80
Latte di soya piccolo 500 ml	€ 1,80
Latte di avena piccolo 500 ml	€ 1,80
Latte di avena 1 lt	€ 2,90
Latte di avena integrale 1 lt	€ 3,20
Latte di avena e mandorla	€ 3,95
Latte 100% nocciola	€ 3,98
Latte 100% mandorla	€ 4,40
Latte di riso e mandorla	€ 3,65
Latte cocco e mandorla	€ 3,95
Latte di riso e nocciola	€ 3,90
Latte di riso 1 lt	€ 3,20
Latte di soya 1 lt	€ 2,75
Latte di riso integrale	€ 2,90
Latte di cocco supreme 1 kt	€
Latte di cocco in lattina	€ 3,80

Bevanda di cocco supreme	€ 3,95
Acqua di cocco	€ 3,95

Panne vegetali

Panna Vegetale di avena Tetrapack – 200 ml	€ 1,80
Panna Vegetale di soia Tetrapack – 200 ml	€ 1,80
Panna Vegetale di cocco Tetrapack – 200 ml	€ 1,98

Cioccolato e snack sfusi

E' sempre tutto vegan
Ingredienti riportati alla fine

Cioccolato fondente alla' arancia	€ 30,00 / kg
Cioccolato fondente e alle mandorle	€ 30,00 / kg
Cioccolato dolce alle nocciole	€ 30,00 / kg
Cioccolato 100% con granella di cacao vegan senzaZucchero	€ 40,00 / kg
Ciocolata 85%	€ 40,00 / kg
Cioccolato dark 72%	€ 40,00 / kg
Cioccolato dark 70% con fave di cacao	€30,00/ kg
Cioccolato fondente con caramello salato	€ 30,00 / kg
Cioccolato fondente fior di sale	€ 30,00 / kg
Cioccolato dolce al cocco	€ 30,00 / kg

Cioccolato Di Modica e Carrubato

CIOCCOLATO DI MODICA IN STECCHE	
IN ARRIVO NUOVA LINEA	
CARRUBATO IN STECCHE	
Puro	€ 3,90
Arancia	€ 3,90
Nocciole Tostate	€ 3,90

Caramelle

*Il miele è da picoltura naturale
Contengono zucchero

Miele e limone	€16,50 / kg
Miele e Zenzero	€16,50 / kg
Miele Eucalipto e timo	€16,50 / kg
Rotelle di liquirizia vegan – contiene glutine	€ 22,00 / kg
Orsetti alla frutta gommosi vegan	€ 22,00 / kg
Vermicelli alla frutta vegan	€ 22,00 / kg
Frutti Gommosi Rossi	€ 22,00 / kg
Coca Cola gommosi	€ 22,00 / kg

DETERSIVI & COSMESI
ECO BIO



Detersivi ecologici & biocosmesi sfusi

*E' possibile portare i propri contenitori oppure utilizzare quelli della Bottega
* I prezzi si intendono al litro

BIOLU'

SFUSO	
Bucato limone	€ 5,00 /Lt
Bucato Arancia	€ 5,00 /Lt
Bucato Mela Rossa	€ 5,00 /Lt
Delicati Lavanda	€ 5,00 /Lt
Scioglimacchie	€ 8,80 / lt
Detersivo piatti Limone	€ 4,40 /Lt
Detersivo piatti Aloe – sensitive	€ 6,00 /Lt
Gel lavastoviglie	€ 7,40/Lt
Detersivo pavimenti (tutte le superfici)	€4,00/Lt
Sgrassa tutto Multiuso	€ 4,10 /Lt
Acido citrico	€ 11,50 / kg
Pericarbonato	€ 6,99 / 1,1 kg
Ammorbidente al gelsomino	€5,50 /Lt
Ammorbidente passiflora	€5,50 /Lt
CASA IN PASTIGLIE	
MULTIUSO	€ 4,20
PIATTI SPRAY	€ 5,90
LAVASTOVIGLIE	€ 7,90
IGIENE WC	€ 4,90
ANTICALCARE	€ 4,20
PAVIMENTI	€ 6,90
BUCATO CLASSICO	€ 9,60
BUCATO DELICATI	€ 9,80
CALCARE LAVATRICE	€ 7,90
FLACONE SPRAY	€ 2,00
DETERGENTI UNIVERSALI SOLIDI	

<p>SAPONE LIMONE PER LA CASA Lavaggio piatti, pentole e stoviglie Utile per tutte le superfici lavabili anche bagno e cucine Utile per lavare mobile, porte e superfici in legno. Anche Persiane, pietra e marmot. Azione Sgrassante PER IL CORPO Azione purificante per mani, viso e corpo.</p>	<p>€ 4,60</p>
<p>SAPONE BICARBONATO PER LA CASA Per pretrattare bucato e tessuti Ideale per il lavaggio dei pannolini e assorbenti lavabili Utile per stoviglie, piano cottura e forno Utile per lavare frigoriferi, piastrelle</p> <p>PER IL CORPO Azione anti-odore Azione deodorant e igienizzante</p>	<p>€ 4,60</p>
<p>SAPONE OLIO DI OLIVA</p>	
<p>DETERGENTI SFUSI PER LA CURA DEL CORPO</p>	
<p>Bagnoschiuma Avena</p>	<p>€ 22 KG</p>
<p>Balsamo Karitè</p>	<p>€ 24 KG</p>
<p>Mani Viso Lavanda</p>	<p>€ 14 KG</p>
<p>Intimo Malva</p>	<p>€ 17,50 KG</p>
<p>Shampoo Calentula</p>	<p>€ 18 KG</p>
<p>PACK CONFEZIONATO DA 250 ML</p>	<p>PACK RICARICABILI</p>
<p>Bagnoschiuma Avena</p>	<p>€ 6,60</p>
<p>Balsamo Karitè</p>	<p>€ 7,60</p>
<p>Mani Viso Lavanda</p>	<p>€ 5,00</p>
<p>Intimo Malva</p>	<p>€ 6,00</p>
<p>Shampoo Calentula</p>	<p>€ 5,60</p>
<p>ECO RICARICHE IN POLVERE</p>	<p>DA DILUIRE IN 250 ML</p>
<p>Bagnoschiuma Avena</p>	<p>€ 5,99</p>
<p>Balsamo Calendula</p>	<p>€ 5,90</p>
<p>Mani Viso Lavanda</p>	<p>€ 3,99</p>
<p>Intimo Malva</p>	<p>€ 4,99</p>
<p>Shampoo Calendula</p>	<p>€ 5,00</p>

DETERGENTI SOLIDI PERSONA	
Bagnoschiuma mele e cannella	€ 7,70
Bagno doccia crema al cocco	€ 7,60
Doccia Capelli Ace	€ 7,70
Shampoo frutti di bosco rinforzante	€ 7,90
Shampoo Kiwi Illuminante	€ 7,90
Crema corpo alla mandorla	€ 9,50
Scrub Corpo Pompelmo	€ 8,50
Balsamo capelli avocado	€ 8,00



Bio Cosmesi

Potete scriverci su Instagram o via Whatsapp per ricevere le foto dei prodotti ☺
Al numero 0492320374

LA SAPONARIA		
OLII ESSENZIALI		
Tea Tree – vetro	La Saponaria	€ 10,00
Menta – vetro	La Saponaria	€ 9,00
Limone – vetro	La Saponaria	€ 8,50
Arancio dolce- vetro	La Saponaria	€ 7,00
Lavanda – vetro	La Saponaria	€ 10,00
Cannella- vetro	La Saponaria	€ 10,00
Rosmarino – vetro	La Saponaria	€ 8,50
Timo – vetro	La Saponaria	€ 12,00
Rosmarino – vetro	La Saponaria	€ 12,00
COSMESI		
Olio di mandorle – vetro	La Saponaria	€ 10,00
Olio di semi di lino – vetro	La Saponaria	€ 7,00
Crema mani – burro di karitè – alluminio	La Saponaria	€ 5,90
Crema mani – extra vergine – alluminio	La Saponaria	€ 5,90
Crema mani – limone e menta – alluminio	La Saponaria	€ 5,90
Crema corpo – Iris e Zenzero Eco plastic	La Saponaria	€ 13,90
Crema corpo – Carota e vaniglia Eco plastic	La Saponaria	€ 13,90
Crema Ricci	La Saponaria	€ 12,90
Maschera capelli volume	La Saponaria	€ 12,00
Maschera Capelli forza	La Saponaria	€ 12,00
Shampoo solido rinforzante o purificante	La Saponaria	€ 8,90
Balsamo solido anticrespo o nutriente	La Saponaria	€ 9,80
Maschera Viso 4ever young – antiage	La Saponaria	€ 14,90
Maschera Viso purificante	La Saponaria	€ 14,90
Olio gel struccante – Viso e labbra	La Saponaria	€ 14,00
Crema Viso Melagrana – no age	La Saponaria	€ 25,00
Crema Viso Melissa – idratante e nutriente	La Saponaria	€ 18,00

Crema Viso Nutriente e vellutante	La Saponaria	€ 20,00
Acqua Costituzionale melagrana	La Saponaria	€ 12,50
Mousse Mirtilla detergente	La Saponaria	€ 11,90
Melissa Latte struccante	La Saponaria	€ 13,50
Acqua Miscellare	La Saponaria	€ 7,90
Refill Acqua Miscellare	La Saponaria	€ 3,99
Cheratina vegetale per i capelli	La Saponaria	€ 12,90
Acidi della frutta AHA	La Saponaria	€ 12,90
Acido iarulonico	La Saponaria	€ 8,90
BIOCACO		BURRO CACAO LABBRA
MELOGRANO – ravviva labbra	La Saponaria	€ 4,50
ALBICOCCOLO – nutriente baby sensitive	La Saponaria	€ 4,50
IARULONICO – antiage	La Saponaria	€ 4,90
LINEA BABY		
Pasta protettiva bimbi	La Saponaria	€ 7,50
Crema lenitiva bimbi	La Saponaria	€ 12,90
Bio Bagnetto bimbi	La Saponaria	€ 8,90
Bio Detergente cambio pannolino	La Saponaria	€ 8,90
Salviette per bimbi biodegradabili	La Saponaria	€ 2,60
Dentifricio Fragola	La Saponaria	€ 5,60
Spazzolino ecoplastica	La Saponaria	€ 3,60
SAPONIA TAGLIO		
Sapone Calendula e germe – a taglio	La Saponaria	€ 30,00 / kg
Sapone luppolo e limone – a taglio	La Saponaria	€ 30,00 / kg
Sapone mirto e uva – a taglio	La Saponaria	€ 30,00 / kg
Mediterraneo con aloe – a taglio	La Saponaria	€ 30,00 / kg
Rosa e karitè – a taglio	La Saponaria	€ 30,00 / kg
Sapone arancia e cannella	La Saponaria	€ 30,00 / kg
Sapone Papavero e cipresso scrub – a taglio	La Saponaria	€ 30,00 / kg
Sapone extra vergine di oliva – a taglio	La Saponaria	€ 30,00 / kg
Sapone Mirto e uva rossa – a taglio	La Saponaria	€ 30,00 / kg

Sapone mandorle e zenzero – effetto scrub	La Saponaria	€ 30,00 / kg
Sapone miele e lavanda	La Saponaria	€ 30,00 / kg
LINEA HENNE' NATURALI – PER CAPELLI		
Tinta Devi – color sabbia	La Saponaria	€ 9,90
Tinta vegetale Durga – color melograno	La Saponaria	€ 9,90
Tinta vegetale Indrani – color castagno	La Saponaria	€ 9,90
Tinta vegetale Lakshmi – color nocciola	La Saponaria	€ 9,90
Tinta vegetale Parvati – color rame	La Saponaria	€ 9,90
Tinta vegetale Ratri – color castagno	La Saponaria	€ 9,90
Tinta vegetale Shatki – color mogano	La Saponaria	€ 9,90
UNGUENTI OFFICINALI		
Unguento al Timo	La Saponaria	€ 11,00
Unguento all' Arnica	La Saponaria	€ 11,00
Unguento alla Calendula	La Saponaria	€ 11,00
Burro di karate	La Saponaria	€ 7,50
ETHICAL GRACE SOLIDI		
Capelli secchi, ricci o tinti	Ethical Grace	€ 13,00
Capelli fini o normali	Ethical Grace	€ 13,00
Capelli grassi	Ethical Grace	€ 13,00
Anti Caduta Rinforzante	Ethical Grace	€ 13,00
Anti Forfora	Ethical Grace	€ 13,00
Bagnodoccia per pelli normali	Ethical Grace	€ 11,90
Bagnodoccia per pelli secche	Ethical Grace	€ 11,90
Bagnodoccia per pelli delicate	Ethical Grace	€ 11,90
Bagnodoccia per pelli problematiche	Ethical Grace	€ 11,90
Crema Corpo – N1	Ethical Grace	€ 19,90
BEN & ANNA		
DEODORANTE Mint	Ben e Anna	€ 7,50
DEODORANTE Urban Black	Ben e Anna	€ 7,50
DEODORANTE Pompelmo	Ben e Anna	€ 7,50
DEODORANTE Lime	Ben e Anna	€ 7,50
DEODORANTE Cocco e Mango	Ben e Anna	€ 7,50
DEODORANTE Green Tea	Ben e Anna	€ 7,50

DENTIFRICI BEN&ANNA Confezione in vetro riutilizzabile	<i>Durano molto. Si applicano allo spazzolino con una spatolina. Ne bastapoco!</i>	
Dentifricio al Carbone e menta Protegge dalle placche	Ben & Anna	€ 8,90
Dentifricio Sensitive Per carie e gengive sensibili	Ben & Anna	€ 8,90
Dentifricio White Per denti bianchi e brillanti	Ben & Anna	€ 8,90
Dentifricio White con fluoro Per denti bianchi e brillanti	Ben & Anna	€ 8,90
Dentifricio alla Fragola con fluoro Per bambini	Ben & Anna	€ 8,90
ARCA ECO Saponi naturali (olio di oliva e olio di cocco)	85 GR Avvolti da un cartoncino in carta riciclata	
AGRUMI LOVERS Nutriente e fresco (effetto relax) Arancio, Bergamotto e limone	Arca Eco	€ 4,80
ANNIE IN THE STARS Super nutriente e coccoloso (adatto per pelli mature o che necessitano di molta idratazione) olio di oliva, mandorle, ricino, burro di karitè e avocado.	Arca Eco	€ 6,50
GERANIMO Nutriente e fresco, profumo floreale	Arca Eco	€ 5,30
HOLYVETTA 100% OLIO DI OLIVA Tipo marsiglia. Molto delicato, con limone, cipresso e alloro.	Arca Eco	€ 4,60
OCEANO MARE Profumato e Nutriente con olio di cocco, ricino, avocado e ylang ylang	Arca Eco	€ 5,40
MAGMA Al carbone e argilla rossa, purificante e struccante, adatto alle pelli impure ma nutre anche molto la pelle.	Arca Eco	€ 4,80
PEPONE Purificante e nutriente. Con mix di pepi, carbone e tea tree oil.	Arca Eco	€ 5,20
MAISCRUB Esfoliante, con polenta, menta, eucalipto, cipresso, cocco, mandorla, ricino e burro di cacao	Arca Eco	€ 5,30
DEODORANTE PETIT CITRUS Mix agrumato	In crema e scatolina in latta	€ 6,30

DEODORANTE CALIPTE eucalipto e tea tree	Increma e scatola in latta	€ 6,30
SHAMPOO SOLIDO GRINTICA Per capelli secchi con tendenza a produrre forfora Puro senza tensoattivi Necessita di risciacquo acido	Sfuso con etichetta in carta riciclata	€ 5,40
SHAMPOO LAVAZZAMI Per capelli da nutrire e rinforzare. Ideale per capelli ricci. Puro senza tensoattivi Necessita di risciacquo acido	Sfuso con etichetta in carta riciclata	€ 5,70
OFFICINA NATURAE		
DENTIFRICI NATURALI IN ECO PACK		
ANICE	Officina Naturae	€4,50
LIMONE	Officina Naturae	€4,50
MENTA SBIANCANTE	Officina Naturae	€4,50
MENTA SENSITIVE	Officina Naturae	€4,50
MENTA	Officina Naturae	€4,50
SOLIDI		
SHAMPOO	Officina Naturae	€11,90
BALSAMO	Officina Naturae	€ 11,50
INTIMO	Officina Naturae	€ 8,50
DETERGENTE VISO NUTRIENTE		
DETERGENTE VISO PURIFICANTE		
DENIFRICO IN PASTIGLIE	Officina Naturae	€ 9,50
DENTIFRICO IN PASTIGLIE PACK MINI	Officina Naturae	€ 3,99

DEODORANTI IN CREMA		
GRINTOSO – FRESCO	Officina Naturae	€9,90
SCICCOSO – CIPRIA	Officina Naturae	€9,90
VANITOSO – COCCO VANIGLIA	Officina Naturae	€9,90
BRIOSO – FLOREALE	Officina Naturae	€9,90
NEUTRO – SENZA PROFUMO	Officina Naturae	€9,90
LINEA BUCATO		
PROFUMATORI BUCATO Avena Petali di rosa Pesca e vaniglia Brezza Marina		€ 8,50
KIT PROVA		€ 19,00
AMMORBIDENTE SENZA PROFUMO		€ 3,50

ZERO WASTE

Oggettistica

Zero Waste

PER IL BAGNO		
Cotton fiock biodegradabili		€ 2,60
Filo interdentale di mais e menta veganBiodegradabile		€ 6,50
Ricariche filo interdentale (2 ricariche)		€ 8,00
Manopola in canapa	Tea Natura	€ 7,00
Luffa da Bagno: tagliabile per ogni esigenza	Anaé	€ 3,50
Porta Sapone in luffa		€ 4,90
Porta Sapone in legno		€ 7,00

APRILCOT FATTI A MANO (artigiana sarda)		
PACK 3 COVER BOWL Lavabili a mano o a 40°	Cotone ed Ecopul	€ 30,00
COVER BOWLS	Cotone ed Ecopul	€ 6,90
COVER BOWLM	Cotone ed Ecopul	€ 10,50
COVER BOWLL	Cotone ed Ecopul	€ 13,50
SACCHETTINO IN COTONE PORTA TUTT Ideale per portare dischetti struccanti e assorbenti	Cotone	€ 5,00
ELASTICI PER CAPELLI SCRUNCHIES		€ 8,00
TURBANTI CAPELLI	Cotone	€ 12,00

PER IL CICLO		
Made in Italy e cotone certificato bio	<i>Chiedetemi le fantasie!!!</i>	
Assorbenti lavabili bio ed eco mini	Culla Di Teby	€ 6,90
Assorbenti lavabili bio ed eco regular	Culla Di Teby	€ 8,20
Assorbenti lavabili bio ed eco notte	Culla Di Teby	€ 9,50
Inseriti aggiuntivi – pack da 3	Culla Di Teby	€ 7,00
Spugnette struccanti lavabili – 2 pezzi	Culla Di Teby	€ 6,00
Coppetta Mestruale A– B	Fior di Luna	€ 19,90
Assorbenti biodegradabili con ali medi	Fior di Luna	€ 2,60
Assorbenti biodegradabili con ali notte	Fior di Luna	€ 2,60
PER IL VISO		
DISCHETTI STRUCCANTI LAVABILI Velluto di cotone Il più soffice perfetto per il tonico	Culla di Teby	€ 6,00 / pack da 2
DISCHETTI STRUCCANTI LAVABILI Microspugna di cotonePelli delicate	Culla di Teby	€ 6,00 / pack da 2
DISCHETTI STRUCCANTI LAVABILI Bambù Effetto scrub natural	Culla di Teby	€ 6,00 / pack da 2

SFUSO, BIO & KM ZERO

3 motivi per fare la spesa sfusa:

1

Varietà e libertà

Comprare sfuso significa avere un'alimentazione sana e varia, senza sprechi.

2

Zero imballi, Zero rifiuti

Comprare sfuso significa ridurre e non buttare plastica e confezioni inutili, costose ed inquinanti.

3

Filiera controllata

Una filiera etica in cui tutti i fornitori, sono scelti, rispettosi dell'ambiente e delle persone.



Come fare la spesa sfusa

In Bottega puoi trovare esclusivamente prodotti sfusi (tranne per i barattoli in vetro e i prodotti da frigo vegan). Potrai fare la spesa scegliendo tra più di 400 prodotti sfusi e biologici che ti permetteranno di ridurre tantissimo gli imballi alimentari! Una spesa semplice, varia, curiosa e sfiziosa! Puoi usare i tuoi sacchetti o contenitori o usare i nostri sacchetti di carta.



Vieni con i tuoi
contenitori



Scegli i prodotti
e le quantità



Risparmi e riduci
le confezioni
facendo una
spesa plastic-free

PER TE

≡ I nostri servizi ≡



Cassetta di
frutta e verdura
km zero e bio

Su prenotazione con ritiro
il Martedì o il Sabato



Frutta e verdura
di stagione tutti
i giorni

Tutti i
giorni



Avocadi Siciliani
e frutta tropicale
italiana

Da ottobre
ad aprile



Pane fresco
biologico e con
lievito madre

Martedì, Mercoledì e
Sabato



Pane fresco
senza glutine

Tutti i giorni solo su
prenotazione



Noleggino
Stoviglioteca


Noleggino gratuito di
stoviglie per feste

Stay tuned!

ISCRIVITI AI GRUPPI DI ACQUISTO SU
LABOTTEGASFUSA.IT



<https://www.labottegasfusa.it/form-iscrizione-gruppo-generica/>



LA SPESA DI STAGIONE

Crea la tua cassetta

Come funziona

Ogni Martedì e Sabato è possibile ricevere in Bottega la propria cassetta di frutta e verdura a km zero e bio! Registrati e ogni settimana potrai vedere i listini aggiornati per scegliere i prodotti che desideri e il giorno desiderato per il ritiro. Ogni settimana avrai la possibilità di fare una spesa di stagione direttamente da chi coltiva!

Giorni e modalità

Il Lunedì pomeriggio riceverai la lista per la spesa di Sabato. Il Giovedì pomeriggio riceverai la lista per la spesa di Martedì. E' possibile comporre la propria cassetta all'interno del nostro programma di prenotazione, non appena l'avrai compilata e inviata riceverai una nostra conferma.

Provenienza dei prodotti

I prodotti che troverai nella tua cassetta provengono da Aziende Agricole locali di nostra fiducia. Piccoli o Storici Agricoltori che coltivano con metodi rispettosi della Terra. Ogni settimana potrai nutrirti con frutta e verdura di stagione, al passo con la Natura! Iscriviti e scopri i nostri fornitori!

Provenienza dei prodotti

Il MARTEDÌ il ritiro della Cassetta sarà dalle 16.00 alle 19.00. Il SABATO il ritiro della Cassetta sarà dalle 9.00 alle 12.30 e dalle 16.00 alle 19.00 (Eventuali cambi di orario di apertura stagionali verranno comunicati via e-mail)

ISCRIVITI AL GRUPPO
LABOTTEGASFUSA.IT



<https://www.labottegasfusa.it/form-iscrizione-al-gruppo-la-spesa-di-stagione/>

INGREDIENTI:

Cereali

Granola al cocco: fiocchi d'avena, zucchero greggio di canna, noce di cocco, olio di girasole spremuto a freddo, sciroppo di mais.

Muslei super frutta: fiocchi d'avena, frutta secca 35 %: uvetta, mandorle, semi di girasole, albicocche, mele, prugne.

Corn Flakes di mais: farina di mais, malto di mais 4%, sale.

Crocky Crunch riso e miglio soffiati: riso soffiato, sciroppo di mais, quinoa soffiata, amaranto, soffiato, amido di mais, cannella, aroma naturale vaniglia

Porridge di avena, quinoa, chia e vaniglia: fiocchi di avena, fiocchi di quinoa, semi di chia, cubetti di datteri, zucchero di cocco, vaniglia, lamponi.

Muesli di amaranto e bacche: fiocchi di avena, scaglie di segale, uva sultanina, amaranto soffiato, semi di girasole, uva, mirtilli rossi, fragole, lamponi, cioccolato.

Crunchy di noci e amaranto: crunchy con farina di avena, zucchero di canna, olio di cocco, fiocchi di cocco, farina integrale di riso, sale.

Amaranto soffiato, mais, noce di cocco, semi di girasole, grano saraceno arrostito, anacardi, nocciole tritate e tostate, uve, chips di banana.

Granola arancia e mirtilli: avena, sciroppo d'agave, sciroppo di riso, cranberries, semi di lino, semi di girasole, estratto naturale di arancia, sale rosa.

Granola cacao e nocciole: avena, sciroppo d'agave, sciroppo di riso, nocciole, cacao, semi di lino, olio di semi di girasole, sale rosa.

Granola mela e cannella: avena, mele essiccate, mandorle, succo di mela concentrato, sciroppo d'agave, sciroppo di riso, semi di lino, cannella, olio di semi di girasole, sale rosa.

Granola sale e pepe: avena, semi di sesamo bianco, semi di sesamo nero, semi di zucca, sciroppo d'agave, olio extra vergine di olive, pepe nero, sale rosa.

Granola mandorle e uvetta: avena, uvetta, mandorle, sciroppo d'agave, sciroppo di riso, semi di lino, cannella, olio di semi di girasole, sale rosa.

Crunchy alla fragola: fiocchi di avena, zucchero di canna, burro di cocco, farina di riso integrale, sale e fragole disidratate.

Muesli ai 5 cereali: fiocchi ai 5 cereali (avena, riso, orzo, segale, frumento), miglio soffiato, semi di zucca, uvetta, semi di lino, mandorle, mele, mirtilli rossi, albicocche.

Muesli proteico: fiocchi di soia, fiocchi di segale, datteri, miglio soffiato, mele, mandorle, anacardi, semi di chia.

Fiocchi ai 5 cereali: avena, frumento, orzo, segale, riso.

Muesli coccola: fiocchi di soia, fiocchi di segale, uvetta, datteri, cacao e anacardi.

Pasta sfusa

Pasta alla canapa: semola di grano duro, farina di semi di canapa, acqua.

Pasta ai legumi: farina di legumi (lenticchie o piselli o ceci), acqua.

Pasta di riso e barbabietola: farina di riso, barbabietola

Pasta di riso e curcuma: farina di riso, curcuma

Pasta di sorgo e carote viola: farina di sorgo, carote viola

Fillini d'angelo con riso e carota: farina di riso, carote

Insaporitori sfusi

Gomasio: semi di sesamo e sale marino (5%).

Gomasio alle alghe: semi di sesamo e sale marino (5%), alghe nori.

Insaporitore vegetale disidratato per brodo: sale marino, miso di riso, carote, prezzemolo, sedano, maggiorana, curcuma, noce moscata.

Prezzemolo e aglio disidratati: prezzemolo, aglio.

Mix aglio e peperoncino: aglio, Peperoncino, sale marino, certifoglio, zucca, prezzemolo.

Mix aglio ginepro bio: sale marino, rosmarino, basilico, salvia, aglio, origano, timo, maggiorana, alloro, ginepro.

Mix costa ligure: erba cipollina, timo, rosmarino, maggiorana, salvia, finocchio, basilico, issopo, santoreggia, alloro, menta dolce.

Gomasio alle erbe e semi: sesamo, sale marino, chia, girasole, cipolla, prezzemolo, coriandolo, curcuma, rosmarino, timo, galaga.

Spezie sfuse

Curry in polvere classico: curcuma, cumino indiano, finocchio, fieno greco, coriandolo, zenzero, senape, peperoncino piccante, cannella, chiodi di garofano.

Curry verde:

Curry rosso:

Garam Massala:

Ras Hel Hanout:

Harissa:

Za'tar:

Biscotteria Senza Glutine Certificata

Biscotti in formato grande

Senza glutine e vegan

Baci di dama: nocciole trite, farina di riso, zucchero di canna bio, margarina di soia bio, cioccolato fondente rigoni vegan

Cookies al teff e cioccolato: farina di teff bianca o rossa, farina di mandorle, zucchero di canna bio, cioccolato extra fondente, bicarbonato di sodio, sale iodato, zest di arancio sicilia IGP, margarina di soia bio.

Biscotti di avena e mela: farina di nocciole, farina di avena, zucchero di canna, margarina di soia bio e non ogm, mela, bicarbonato.

Cocco Cookies : farina di cocco, lamelle di cocco, farina di mandorle, farina di riso integrale, amido di mais, fecola di patate, margarina di soia bio no ogm, zucchero mascobado bio, vaniglia, bicarbonato, sale.

Berries cookies: mandorle trite, farina di riso integrale amido di mais, fecola di patate, mix di frutti di

bosco e bacche di goji, margarina di soia bio no ogm, Zucchero mascobado bio, vaniglia, bicarbonato, sale.

Golosoni di grano saraceno con gocce di cioccolato: farina di grano saraceno, nocciole, amido di mais, cioccolato fondente 70%, agave, olio di girasole, bicarbonato.

Biscotteria biologica

Vegan e con farine speciali

SENZA ZUCCHERO

Biscottini di avena e semi di chia: farina di avena senza glutine, sciroppo di riso, fiocchi di avena senza glutine, olio di girasole, semi di chia, bicarbonato di sodio, sale. SENZA GLUTINE

Biscottini di miglio, mandorla e cocco: farina integrale di miglio, sciroppo di mais, olio di girasole, scaglie di cocco, mandorle, cremor tartato, sale. SENZA GLUTINE

Biscottini ai 5 cereali con fiocchi di cereali: farine integrali 44% (avena, segale, orzo, grano) sciroppo di mais e malto di orzo, fiocchi di cereali, olio extra vergine di oliva, olio di girasole, bicarbonato di sodio, sale.

Biscottini con crusca di avena e grano antico cappelli: farina integrale di grano duro cappelli, sciroppo di mais, malto di orzo, olio di girasole, crusca di avena, fiocchi di avena, bicarbonato, sale.

Biscotteria artigianale

Vegan e senza zucchero

Stelline di farro al limone: farina di farro, sciroppo di riso, olio di semi di girasole, acqua, scorza di limone, aceto di mele e bicarbonato.

Biscotti di farro con cocco e latte di cocco: farina di farro, cocco rapè, latte di cocco, olio di semi di girasole, vaniglia, bicarbonato e sale rosa.

Cantucci alle mandorle: farina di grano tenero semi integrale, mandorle, bevanda vegetale di soia, amido di mais, bucce di limone, succo di limone, cremor tartaro, olio di semi di girasole, vaniglia, bicarbonato, sale rosa.

Biscotti all'infuso di frutti di bosco: farina di farro, sciroppo di riso, olio di semi di girasole, acqua, scorza di limone, aceto di mele, bicarbonato.

Crackers di legumi

Ricetta base: farina di legume, acqua, olio di semi di girasole, sale, lecitina di soia, estratto di rosmarino naturale

Crackers di riso

Ricetta base crackers di riso: farina di riso, altra farina, acqua, olio di semi di girasole, sale, farina di soia, lecitina di soia, estratto di rosmarino.

Crackers

Taralli ricetta base: farina di grano tipo 1, vino pugliese, semola integrale grano duro cappelli, olio di oliva, olio extra vergine oliva, acqua, sale e gli ingredienti di personalizzazione.

Grissini alle verdure, ricetta base: Farina di grano tenero antico, verdura acqua, pasta acida, olio evo, sale, lievito di birra, malto d'orzo

PANE SFUSO BIO E A KM ZERO

Pane integrale: farina integrale di grano tenero, acqua, pasta madre di grano tenero, malto di mais, sale.

Pane integrale al sesamo: farina integrale di grano tenero, acqua, pasta madre di grano tenero, sesamo, malto di mais, sale.

Pane di tipo pugliese in cassetta: farina di tipo 0 di grano tenero, acqua, pasta madre di grano tenero, malto di mais, olio extra vergine di oliva, olio di girasole, sale.

Pane 100% segale: farina di segale, acqua, pasta madre di grano tenero, malto di mais, olio extra vergine di oliva, olio di girasole, sale.

Pane ai cereali: farina integrale di grano tenero, acqua, semi integrali di orzo, avena, riso, segale, pasta madre di grano tenero, malto di mais. Sale.

Pane al miglio: farina integrale di grano tenero, farina di segale, semi di miglio, acqua, pasta madre di grano tenero, malto di mais, olio extra vergine di oliva, olio di girasole, sale.

Panini morbidi all'avena: farina tipo 0 di grano tenero, acqua, fiocchi di avena, pasta madre di grano tenero, malto di mais, olio extra vergine di oliva, olio di girasole, sale.

Pane 100% farro: farina integrale di farro, acqua, pasta madre di farro, malto di mais, olio extra vergine di oliva, olio di girasole, sale.

Pane farro Monococco: farina integrale di farro monococco, acqua, pasta madre di farro, malto di mais, sale.

Pane farro e noci: farina integrale di farro, semi di miglio, noci sgusciate, pasta madre di farro, olio extra vergine di oliva, malto di mais, sale.

Pane alla curcuma: rimacinata di grano duro, acqua, pasta madre di grano tenero, malto di mais, curcuma, semi di papavero, sale.

Pane integrale: farina di grano tenero integrale, acqua, lievito naturale (farina di grano tenero e acqua), sale marino integrale.

Pane integrale ai 5 semi: farina di grano tenero di tipo 2 macinata a pietra, acqua, lievito naturale (farina di grano tenero, acqua), semi di zucca, girasole, sesamo, lino, papavero, sale marino integrale.

Pane di segale: farina di segale di tipo 2 macinata a pietra, acqua, lievito naturale, sale marino integrale.

Pane all'orzo e segale: farina di grano tenero di tipo 2, farina di orzo di tipo 2, segale integrale macinata a pietra, acqua, lievito naturale (farina di grano tenero, acqua), sale marino integrale.

Pane di segale e cumino: farina di segale di tipo 2, lievito naturale, cumino, semi di finocchio, semi di lino, girasole, trigonella.

Pane di grano duro timilia: semola integrale timilia di grano duro macinata a pietra di grano duro russello, acqua, lievito naturale, sale marino integrale.

Pane di tipo pugliese: semola integrale di grano duro macinata a pietra, semola rimacinata di grano duro, acqua, lievito naturale, sale marino integrale.

Focaccia Vegan: farina di grano tenero 2, acqua, lievito naturale, rosmarino, origano, sale marino integrale.

Pizza Vegan: farina di tipo 0 di grano tenero, acqua, pasta madre, passata di pomodoro, verdure, olio extra vergine di oliva, malto di mais.

Taralli alla canapa: farina integrale gentil rosso, farina di canapa 15%, olio extra vergine di oliva, vino, sale, semi di sesamo.

Taralli ai cereali: farina integrale di farro macinata a pietra, farina di riso, miglio, grano saraceno, orzo, vino, olio evo, sale rosa.

PANE SENZA GLUTINE E ARTIGIANALE

Pane bianco di riso: farina di riso, amido di tapioca, amido di mais, farina di mais, lievito di birra fresco, sale marino iodato, olio di girasole.

Pane al grano saraceno: farina di grano saraceno, farina di riso, amido di tapioca, amido di mais, farina di mais, lievito di birra fresco, sale marino iodato, olio di girasole.

Pane di miglio: farina di miglio, farina di riso, amido di tapioca, amido di mais, farina di mais, lievito di birra fresco, sale marino iodato, olio di girasole.

Pane di quinoa: farina di quinoa, farina di riso, amido di tapioca, amido di mais, farina di mais, lievito di birra fresco, sale marino iodato, olio di girasole.

Pane di sorgo: farina di sorgo, farina di riso, amido di tapioca, amido di mais, farina di mais, lievito di birra fresco, sale marino iodato, olio di girasole.

Pane di teff: farina di teff, farina di riso, amido di tapioca, amido di mais, farina di mais, lievito di birra fresco, sale marino iodato, olio di girasole.

Pane di riso nero: farina di riso, farina di riso nero, amido di tapioca, amido di mais, farina di mais, lievito di birra fresco, sale marino iodato, olio di girasole.

Pane alla castagna e rosmarino: farina di castagna, farina di riso, amido di tapioca, amido di mais, farina di mais, lievito di birra fresco, sale marino iodato, olio di girasole, rosmarino.

Pane di ceci: farina di ceci, farina di riso, amido di tapioca, amido di mais, farina di mais, lievito di birra fresco, sale marino iodato, olio di girasole.

Pane di canapa: farina di riso, farina di canapa, amido di tapioca, amido di mais, farina di mais, lievito di birra fresco, sale marino iodato, olio di girasole.

CARAMELLE GOMMOSE

Vermicelli alla frutta gommosi: **Zucchero di canna** * (non raffinato), sciroppo di glucosio *, amido di mais *, acidificante (acido citrico, acido malico, acido lattico), concentrati di succo di frutta * (1,68%): amarena * (0,56%), ananas * (0,56%), mela * (0,28%), arancie * (0,28%); Regolatore acido (citrato di calcio, citrato di sodio), coloranti estratti di frutta e piante (zucca *, mela *, carota *, bacche di sambuco *, alghe, cartamo), gelificante (pectina), aromi naturali

Orsetti Gommosi: Sciroppo di mais *, zucchero di canna * (non raffinato), agente gelificante (pectina), concentrati di succo di frutta * (3,7%): mela * (0,9%), arancia * (0,77%), limone * (0,52 %), nero Ribes * (0,51%), lampone * (0,5%), ananas * (0,5%); Acidificante (acido citrico), correttore di acidità (citrato di sodio), coloranti estratti di frutta e verdura (zucca *, mela *, alga, cartamo, sambuco *), aromi naturali, agenti di rivestimento * (olio di semi di girasole *, cera carnauba *)

Liquirizia in rotelle: melassa di zucchero di canna *, farina di frumento *, polvere di estratto di liquirizia *, glicerina (E422), aromi naturali (anice), agenti di rilascio (oli vegetali, carnauba e cera d'api) *

SUPER FOODS – info e consigli

Polline:

ricco di aminoacidi essenziali e proteine, fonte di vitamine e sali minerali, ha spiccate proprietà energetiche e rivitalizzanti.

Uso: sullo yogurt, nel latte vegetale

ACAI BACCHE IN POLVERE

• Eccellente fonte di calcio e magnesio • Buona fonte di Ferro. • Ricca di vitamine • E' il frutto più antiossidante • Ricca di proteine e aminoacidi • poco dolce

Gusto: gradevole e acidulo, si sposa con il cioccolato

Uso: 1 cucchiaino nei frullati, gelati, barrette energetiche o diluita in acqua

LUCUMA IN POLVERE

• Dolcificante naturale: sana alternativa per i diabetici, non altera i livelli di zucchero

• Vitamina A, C, B3 e Ferro • Offre una protezione contro i radicali liberi.

• Rivitalizzante naturale, utile contro stati depressivi

• Addensante: può sostituire l'uovo nelle preparazioni (20 gr=1 uovo)

Gusto: delicatamente dolciastro con una nota leggera di caramello

Uso: aggiungere 1 cucchiaino di Lucuma nel frullato, sullo yogurt, nelle creme dolci o nell'acqua

BANANA ROSSA IN POLVERE

• Contiene betacarotene • Super antiossidante, regola lo sviluppo delle cellule e la rigenerazione dei tessuti • Purifica l'organismo • Buona fonte di vitamina C

• Contiene potassio, utilissimo per la circolazione, la massa muscolare, il cuore e anche il sistema nervoso • Ottima per SPORTIVI

Uso: 1 cucchiaino al giorno nei vostri frullati, gelati, yogurt, creme, barrette energetiche.

MACA GIALLA

• Ricca di proteine • Potente integratore: perfetto ed equilibrato per gli SPORTIVI

• Incrementa le riserve energetiche, la resistenza e la forza

• Contiene 16 minerali (essenzialmente potassio, calcio, fosforo, zolfo)

• Ricca di vitamine (in particolare B)

Uso: come supplemento alimentare, in caso di stress e stanchezza prolungati, per sportivi fino a 2 cucchiaini al giorno. Nei frullati, acqua, yogurt, latte, barrette.

MESQUITE IN POLVERE (o farina)

• Validissimo sostituto allo zucchero per i soggetti diabetici: stabilizza i livelli.

• Proteine (20%) e carboidrati • Aminoacidi essenziali (in part. Lisina)

• Fonte di fibre • Senza glutine • Ricca di sali minerali (in part. calcio, ferro, magnesio e potassio) • Aiuta a ridurre la stanchezza •

Ottima per il recupero muscolare • Perfetta per gli SPORTIVI prima e dopo l'allenamento

Gusto: sapore dolce, di melassa con un leggero aroma di caramello-nocciola.

Uso: come farina senza glutine, come la farina di riso (per biscotti, barrette energetiche, torte e pasticceria cruda), Smoothies e creme vegetali, delizioso in abbinamento con il cacao

SPIRULINA IN SCAGLIE

• Altissima fonte di proteine (contiene il 70%) • Ricca di sali minerali, omega-3 e -6, vitamine come la vit. A,C,E • Ottime proprietà antiossidanti • Ricca di Ferro: combatte l'anemia • Perfetta per gli SPORTIVI • Migliora le prestazioni muscolari • La resistenza e la stanchezza

ALGA AGAR AGAR IN POLVERE

L'agar agar è un gelificante di origine naturale, noto in Giappone anche con il nome di kanten, e derivato dalle alghe rosse. Si tratta di un polisaccaride ad elevata capacità gelificante. in grado di trasformare i liquidi in gelatina, una caratteristica che lo rende particolarmente utile in cucina. 2 cucchiaini di agar agar in polvere per ogni litro di liquido.

ERBA DI GRANO

L'erba di grano è uno dei principali alleati naturali per un'alimentazione sana. Contiene CLOROFILLA ed è un alimento super disintossicante.

Ricchissimo di sostanze nutritive importanti per il benessere di tutto l'organismo, eccellente risorsa di vitamine come ad esempio la vitamina A, la vitamina C, la vitamina E e le vitamine del gruppo B inoltre possiede moltissimi sali minerali come Calcio, Fosforo, Magnesio, Potassio, Zinco, Rame e Ferro. Ha un elevato potere antiossidante. Rafforza il sistema immunitario quindi risulta essere un valido aiuto naturale per contrastare influenze. Da utilizzare in bevande fredde o a temperatura ambiente e di mattina.

POLVERE DI BAOBAB

Rivitalizzante Naturale, la polvere di Baobab è un tesoro di Vitamine A, C, B1, B2, B6 et PP, minerali (calcio, fosforo, e ad un minor grado, ferro, potassio, zinco). Visto il contenuto equilibrato di antiossidanti idrofili (vitamine C, flavonoidi) et lipofili (betacarotene), la polpa di baobab è un antiossidante e un rinforzante globale, che protegge le strutture cellulari dagli attacchi dei radicali liberi. Potente ricostituente, funge da anti-stanchezza e anti-stress.

Dona vitalità

Aumenta le difese immunitarie

Antinfiammatorio naturale

POLVERE DI MORINGA

Molto nutriente, potente antinfiammatorio e antiossidante. Utile per ridurre il diabete..

Ricca di proteine di buonissima qualità (che contengono i 9 amminoacidi essenziali), contiene anche 27 vitamine, 46 antiossidanti diversi e molti sali minerali. In particolare, CALCIO, POTASSIO, MAGNESIO e FOSFORO sono presenti in altissime quantità. Eccellente fonte di Vitamina A.

DETOX MIX BIO

Contiene curcuma in polvere bio, chlorella in polvere bio, cannella di Ceylon in polvere.

Forte disintossicante.

ENERGY MIX

Contiene maca rossa in polvere, cacao crudo in polvere, mesquite in polvere, cannella in polvere. Mix molto energizzante ideale per la mattina in yogurt, frullati, latte o acqua.

BUCCE DI SEMI DI PSILLIO

Ricchissime di fibra, molto utili in caso di stipsi. Da bere in acqua.

LIMONE NERO FERMENTATO

Limoni fermentati in maniera naturale. Ricchissimi di antiossidanti, vitamine. Sono antibatterici, disinfettanti e alcalinizzanti. Perfetto da infusione, da sgranocchiare se a fette o nei dolci se in polvere.

AGLIO NERO FERMENTATO

Ricco di Magnesio, Calcio, Fosforo, Selenio, Vitamina B6, Vitamina C, con proprietà antisettiche e antibatteriche ad effetti sorprendenti:

Diminuisce il colesterolo

Stimola le difese immunitarie

Antidepressivo

Protegge le arterie e quindi lotta contro le malattie cardiovascolari

MACROBIOTICA

ACIDULATO DI UMEBOSHI

L'acidulato di umeboshi è un condimento diffusissimo in Giappone e deriva dalla pressatura e fermentazione delle cosiddette prugne umeboshi, che in realtà sono albicocche. Ha un particolare sapore salato e acidulo, da usare per condire qualsiasi cosa: cereali, verdure cotte e crude, salse, ecc. L'aspetto più interessante di questo condimento non è il sapore delizioso, ma la ricchezza di elementi benefici che ne fanno quasi una medicina, piuttosto che un condimento! L'effetto più spiccato è quello alcalinizzante.

Stimola il fegato, aiutandolo ad eliminare le tossine, favorisce la digestione, rinforza l'intestino.

MISO

Il Miso è un condimento della tradizione orientale e [macrobiotica](#), ottenuto, nella sua versione base, dalla fermentazione dei fagioli di soia gialla (con acqua e [sale](#)) ed in genere ha la consistenza di una pasta. Viene usato tipicamente come condimento di minestre e pietanze, ma anche come base di gustose salse da utilizzare con tofu, [insalate](#) e verdure. Il sapore del miso intenso e salato e unito a zuppe di vari tipi svolge praticamente la funzione del dado vegetale, con innumerevoli vantaggi per :

ricco di sodio, per cui gli ipertesi dovranno

tenerne conto.

Tra le più importanti proprietà benefiche di questo prezioso alimento:

-
- fermenti vivi, benefici per la digestione;
- fornisce energia grazie alla lunga fermentazione e alla presenza di zuccheri complessi;
- ha la capacità di smuovere i ristagni

-

L'alga kombu, , molto utile sia per sistema immunitario che per favorire la circolazione sanguigna e il drenaggio dei liquidi. Oltre all'effetto antiossidante, si visto che l'assunzione regolare di questo alimento migliora lo stato di salute dei capelli, aiuta nel processo di disintossicazione e depurazione.

Tra le vitamine contiene le A, B1, B2 e C. Calcio, potassio, magnesio e fosforo tra i minerali. Utilissima da aggiungere alle zuppe e per la cottura di cereali e legumi. (Previene il gonfiore intestinale).

I NOSTRI CONTATTI

Dove siamo

Via Francesco Severi 29,
35126 Padova
Quartiere S. Rita
Zona Facciolati

Orario negozio

LUNEDÌ 16.00 - 19.00

DAL MARTEDÌ AL VENERDÌ
9.30 - 12.30 E 16.00 - 19.00

SABATO
9.00 - 12.30 E 16.00 - 19.00

DOMENICA CHIUSO

LABOTTEGASFUSA.IT

Seguici su Instagram

la
Bottega
sfusa