



Luglio 2015 - È ormai un orientamento sempre più consolidato la ricerca di un **benessere a 360°**, che investa tutti gli aspetti della nostra vita, dall'attività fisica alla scelta di materie prime naturali, dall'attenzione all'ambiente fino all'alimentazione. E se mangiare bene è la prima regola di una vita lunga e in salute, non sempre è semplice seguire le raccomandazioni nutrizionali, come quella che suggerisce di assumere cinque porzioni al giorno di frutta e verdura, soprattutto per chi ha poco tempo e mangia spesso fuori casa.

Girmi ha in serbo proprio per questo una serie di strumenti che aiutano a preparare ricette sane e salutari in modo pratico e veloce. Innanzitutto, si può utilizzare lo **Slow Juicer**, uno strumento innovativo che consente di assaporare ottimi estratti con poco sforzo. Lo

Slow Juicer CE85 Girmi

, infatti, è un estrattore a freddo di nuova concezione che estrae in modo più delicato ed efficiente succo e polpa di frutta e verdure, ottenendo

fino al 30% in più di succo

rispetto alle tecnologie tradizionali. Compatta, silenziosa e potente,

Slow Juicer CE85 Girmi

è anche pratico e facile da pulire grazie alla separazione automatica tra succo e scarto dei prodotti utilizzati ed alla funzione reverse. Una soluzione semplice per mangiare frutta e verdura senza perdere nessuna delle proprietà nutritive che le rendono così preziose per il nostro benessere.

Girmi offre inoltre tutta una serie di altri strumenti utili ad aumentare e semplificare l'assunzione di frutta e verdura, come il **Frullatore FR75** per golosi ma salutari frappé alla frutta, dotato di 6 lame in acciaio inox e dell'utilissima funzione tritagliaccio, nonché di un tappo dosatore davvero

pratico, e la

Centrifuga CE25, un apparecchio che permette di preparare i centrifugati secondo il proprio gusto sfruttando 800 Watt di potenza e due differenti velocità. Inoltre è davvero pratica da usare, grazie a una comoda apertura da 75 mm.

Tra gli alimenti considerati più ricchi di benefici per il nostro organismo c'è sicuramente anche lo **yogurt**: prepararlo a casa con la frutta fresca scelta da noi è possibile grazie alla **Yogurtiera Girmi YG01**,

con 7 vasetti di vetro da 15 ml per preparare contemporaneamente freschi yogurt in diversi gusti.

Non solo frullati e preparati crudi: per il nostro benessere è importante anche cuocere gli alimenti con pochi grassi e rispettando le peculiarità di ogni singolo prodotto: anche per questo Girmi ha una proposta innovativa e di qualità, è la **Bistecchiera Petravera BS45**, l'unica dotata dell'esclusivo rivestimento interno antiaderente Petravera®, resistente come la pietra a graffi e usura, per una cottura perfetta senza oli né grassi. Solida, dimensionata per soddisfare le esigenze di tutta la famiglia ed elegante, la

Bistecchiera Petravera BS45

offre la combinazione ideale tra prestazioni al top, funzionalità e sicurezza.

Sinonimo di cottura salutare è da sempre la cucina al vapore, ancora più semplice con la **Vaporiera Girmi VP25**

, con ben 1000 watt di potenza, tre contenitori impilabili ed uno apposito per il riso.

Scegliere di portare a tavola tutto il benessere della dieta mediterranea non può essere più semplice di così: basta acquistare le migliori materie prime, grandi quantità di frutta e verdura di stagione, pesce fresco e carni bianche, un bicchiere di vino rosso e tutta la qualità e la praticità di uno strumento targato Girmi.