



**APIO
PALTA**
ORGANICO

Canastas orgánicas a domicilio

* Flor del puerro para decorar

* ¡No te pierdas los cursos de alimentación y cocina orgánica!

www.apiopaltachile.cl

Para decorar y cocinar

Muchas de las verduras que normalmente comemos pueden brindarnos una que otra sorpresa de vez en cuando. En esta oportunidad, le tocó a los puerros. Ellos nos dan una flor que, si bien no es comestible, resulta una gran alternativa para decorar nuestros ambientes durante los días de verano. En ApioPalta tenemos preparados ramitos de 3 pompones por \$950 pesos para darle un toque distinto a tus arreglos.



¡NUEVAS CANASTAS EN APIOPALTA!

Revisa en nuestro sitio web www.apiopaltachile.cl las nuevas canastas que hemos diseñado para ti. Esta la **canasta para dos**, una selección de productos para disfrutar en pareja, y la **canasta suscripción**, para recibir cuatro canastas mensuales de ApioPalta.

¡Llegaron nuevas hierbas para los huertos orgánicos!

Así es, porque el regalo más popular de ApioPalta en la pasada navidad estará disponible durante todo el año, los canastitos para tener un **huerto de hierbas aromáticas** en casa ahora pueden llevar dos nuevas variedades: **albahaca y menta**. Ya vimos que son un buen regalo, pero también pueden llegar a ser un gran aliado en la cocina y el jardín.



Cursos de alimentación y cocina orgánica en ApioPalta

El consumo de productos libres de químicos y pesticidas es una tendencia mundial que se asoma poco a poco a nuestro país. Es por esto que ApioPalta realizará para todos sus clientes y quienes estén interesados cursos de alimentación orgánica para así contribuir con el desarrollo de una mejor calidad de vida en Chile. Habrá dos charlas: **“Agricultura y Alimentación Orgánica”** a cargo de María Prieto, y **“Clase de cocina Práctica”** con materiales 100% libres de químicos y aditivos a cargo de la chef María Meza. Ambos cursos contemplan un almuerzo o cena elaborados con materiales orgánicos.

Valor por sesión (incluye almuerzo) **\$10.000**

CALENDARIO

“Agricultura y Alimentación Orgánica”: 8 de enero en Av. La Dehesa 100 a las 11

hrs, y **10 de enero** en Casa Matriz de ApioPalta (El Nosedal 5637, Peñalolén) a las 11 hrs y 19 hrs.

“Clase de cocina Práctica”: 17 de enero en Casa Matriz de ApioPalta a las 11 hrs y 19 hrs.

María Prieto

Es egresada de agricultura biodinámica del Emmerson College en Sussix, Inglaterra. Llegó a Chile hace tres meses luego de trabajar en granjas biodinámicas en Israel, Sierra Leone y Europa.



Receta de la semana: Salsa de yogurt, menta y ajo

INGREDIENTES

- 1 taza de yogurt natural
- Una cucharada de menta fresca picada
- Un diente de ajo pequeño
- Sal y pimienta

PREPARACION

Se machacan el ajo con la sal y la menta hasta formar una pasta homogénea. Luego se añade la pasta al yogurt y se bate muy bien hasta que quede todo mezclado. Si gusta, puede probar para ajustar la sazón. La salsa puede acompañar ensaladas o vegetales cocidos, así como carnes. También puede probarla en sándwiches de pan pita. Es una receta del medio oriente.



**Pedidos: Lunes y martes en www.apiopaltachile.cl
o llámanos al (02) 284 92 76 o al (02) 322 20 89**

ALGUNOS DE NUESTROS PRODUCTOS

El Huerto

Acelga	Atado	\$ 750
Achicoria	Unidad	\$ 449
Ajo	Cabeza	\$ 300
Arúgula	200 grs	\$ 990
Berenjenas	Unidad	\$ 250
Betarraga	Unidad	\$ 749
Brote Linaza	50 grs	\$ 490
Cebolla nueva	Unidad	\$ 300
Choclo	Unidad	\$ 300
Espinaca Premium	200 grs	\$ 890
Lechuga escarola	Unidad	\$ 510
Palta Hass	Kilo	\$ 1.800
Papas	Kilo	\$ 1.150
Pepino	Unidad	\$ 310
Perejil	Atado	\$ 590
Pimentón	Unidad	\$ 350
Porotos verdes	Kilo	\$ 2.100
Repollo	Unidad	\$ 690
Tomates	Kilo	\$ 1.100
Zanahoria	Atado	\$ 900
Zapallo en corte	1/2 kilo	\$ 550
Zapallos italianos	Unidad	\$ 390

Frutas

Damascos	Kilo	\$740
Duraznos	Kilo	\$800
Frambuesas	300 grs	\$ 2.500
Frutillas	1/2 kilo	\$ 1.500
Puré de Lúcumá	250 grs	\$ 1.250
Naranja jugo	Kilo	\$ 750

Ensaladas

Ensalada ApioPalta	200 grs	\$ 1.500
Ensalada Asiática	200 grs	\$ 1.500
Ensalada Baby Green	200 grs	\$ 1.200
Zanahoria/Perejil	200 grs	\$ 1.300
Betarraga/Cilantro	200 grs	\$ 1.500

Panadería y Lácteos

Yogurt natural descremado	Litro	\$ 2.590
Pan Integral	Kilo	\$ 1.600
Huevos de campo	Docena	\$ 1.900
Huevos azules	1/2 docena	\$ 1.200
Harina Integral	Kilo	\$ 1.100
Queso Mantecoso	1/4 kilo	\$ 2.200
Pizza (masa)	Unidad	\$ 1.700
Queso fresco	1/4 kilo	\$ 2.200
Galletas (Avena)	6 galletas	\$ 1.900
Galletón (Avena y pasas)	3 galletas	\$ 1.900
Tofu	250 grs.	\$ 2.450
Mayonesa de soya	220 grs.	\$ 2.450
Leche fresca	Litro	\$ 1.500

La Despensa

Aceite de Oliva	250 cc.	\$ 3.300
Granola	120 grs.	\$ 2.500
Azúcar de caña	800 grs.	\$ 3.300
Café molido	250 grs.	\$ 4.350
Miel orgánica	1/2 kilo	\$ 3.100
Mermeladas (limón, kiwi)	185 grs.	\$ 1.950
Pasta aceitunas	185 grs.	\$ 2.600
Salsa de tomate	Litro	\$ 3.550
Spaghetti / Fusilli Quinoa	Caja	\$ 2.650
Arroz blanco	Kilo	\$ 2.200
Vinagre manzana	250 cc.	\$ 1.950

OFERTAS ESPECIALES

Canasta Familiar

Acelga (atado), betarraga (atado), brócoli, Cebolla nueva (3 unidades), cilantro (atado), espinaca(400 grs), 2 lechugas de la estación, limón (1 kilo), naranja de mesa (1 kilo) y zanahoria (atado) y 4 zapallitos Italianos.

Valor : \$ 10.000

Canasta Mix

Acelga (atado), alcachofines (bandeja 14 unidades), brócoli, Cebolla nueva (3 unidades), cibullett (atado), espinaca(400 grs), 2 lechugas de la estación, limón (1 kilo), palta hass (1 kilo), perejil (atado), zanahoria (atado), 4 zapallitos Italianos, naranja de mesa (1 kilo) y frutillas (1/2 kilo).

Valor : \$ 15.000

Pack verde

Ensalada ApioPalta y Vinagre de Frutilla.

Valor : \$ 4.000

Canasta Bebe

Alcachofines (14 unid), Avena o Mijo (1/2 kilo), Betarraga (atado), Brócoli, Espinaca (400 grs), Lentejas (1/2 kilo), Naranja jugo (1 kilo), Zanahoria (atado), Zapallo (1 kilo), yogurt (1 litro) Manzana chips.

Valor : \$ 15.000

Todas nuestras canastas en www.apiopaltachile.cl

**Servicio Apio Palta
(Armado y despacho a domicilio)
\$ 3.000
Se aplica a todos los envíos**