



APIO
PALTA
ORGANICO[®]

Canastas orgánicas a domicilio
* Comenzó la temporada del choclo
* Nuevas canastas en ApioPalta

www.apiopaltachile.cl

¡Muchas novedades solo para disfrutar!

El maíz, o **choclo**, como decimos en Chile, es un alimento muy popular no sólo en nuestro país, sino también en gran parte del mundo. Y es que este alimento, originario de América, no sólo es muy rico, sino también tiene otras cualidades importantes como, por ejemplo, su alto contenido en fibra que favorece la digestión o que es un carbohidrato libre de gluten, lo cual lo hace apto para quienes tienen algún tipo de alergia o intolerancia hacia este alimento. La temporada de choclos está recién comenzando en ApioPalta por lo que hay que aprovecharla al máximo ¿no recuerdan acaso cuánto los extrañamos durante el invierno?



Las **ciruelas** también se han hecho presentes desde la semana pasada en las canastas de ApioPalta. Estas frutas también tienen numerosas propiedades pero, sobretodo, aportan pocas calorías y mucha vitamina A y C a quien las consume.



Y que mejor para los días calurosos que una rica ensalada fresca con lo mejor del huerto: **lechugas**, **pepinos** y **tomates**. En la tarde prueba con un batido a base de **yogurt** con alguna fruta de la estación.

NUEVAS CANASTAS PARA EL 2008



Para este año 2008, ApioPalta traerá numerosas sorpresas. Una de ellas será toda una **nueva serie de canastas con deliciosas y convenientes**

combinaciones con lo mejor del Huerto, la Despensa y lo mejor de nuestros productos.

Ya está disponible la nueva **Canasta**

para Dos, con mucha variedad de cosas, pero en poca cantidad. Con ella podrás disfrutar de las más ricas frutas, verduras y huevos de campo en la medida justa.



Además, ya puedes empezar a inscribirte para recibir durante todo el mes la **Canasta Suscripción** que lleva tu casa cada semana lo mejor de ApioPalta a un precio muy conveniente.

Durante marzo llegarán nuevas canastas con la combinación de productos justa para cada tipo de persona:

los que trabajan, las que se preocupan de la salud familiar, los que tienen bebés o los adictos a las verduras de ApioPalta. Todas ellas se irán adaptando acorde a los productos propios de cada estación.



Receta de la semana: Humita en olla

INGREDIENTES

- 1/2 cebolla picada fina
- 3 cdas. Aceite
- 1 cdita. De ají de color
- 6 choclos picados
- 10 hojas de albahaca

PREPARACION

Saltee la cebolla con el aceite y el ají de color. Licue los choclos con la albahaca en la jiguera o procesadora. Luego se mezcla esa pasta con la cebolla frita y se aliña a gusto con sal, pimienta y ají.

Se cocina a fuego suave, revolviendo constantemente para que no se pegue al fondo, hasta que queda una consistencia suave y cremosa.

Si la desea menos espesa, puede agregar un poco de agua a la mezcla mientras se cocina.

Sirva sola, acompañada de tomates o como acompañamiento para



Pedidos: Lunes y martes en www.apiofaltachile.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

| | | |
|----------------|---------|----------|
| Ciruelas | Kilo | \$ 800 |
| Frambuesas | 300 grs | \$ 2.500 |
| Puré de Lúcumá | 250 grs | \$ 1.250 |

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

Servicio Apio Palta

(Armado y despacho a domicilio)
\$ 3.000

Se aplica a todos los envíos