

Leichtes Sommer-Essen mit Zutaten von Aligro

Wellness – seit den 60-er Jahren ein Ausdruck für ein gesamtheitliches Gesundheitskonzept. Im alltäglichen Gebrauch wird der Begriff häufig mit passiver Entspannung gleichgesetzt, er erzeugt

Bilder von entspannten Ferien. Wellness bedeutet aber auch bewusste Ernährung und einen ganzheitlichen Umgang mit Lebensmitteln – willkommen bei Aligro!

Wer es noch nicht bemerkt hat: Je länger desto stärker weht ein Duft von Ferien durch die Schweiz. Die Sonne haben wir häufig selber, aber ein wenig andere Luft tut immer gut. Geniessen wir doch für einmal die Ferien in einem anderen Landesteil unserer schönen Schweiz. Und dort lassen wir uns mit leichten Gerichten und gesundem Essen aus der Mittelmeerregion verwöhnen – was will man bei den hohen Temperaturen anderes? Die Küche der südlichen Länder wie Italien, Griechenland, Spanien des Balkan und der Türkei hat sehr viel Gutes zu bieten.

Mittelmeerküche

Die Mittelmeerküche ist in der Schweiz und weltweit bekannt für ihre leichten und bekömmlichen Gerichte. Frischer Fisch, Oliven, Tomaten, Schafskäse – beim Gedanken an diese Zutaten läuft uns das Wasser im Mund zusammen. Wer aber (noch) keine Ferien hat, muss darauf dennoch nicht verzichten und kann in seinem Betrieb – mit vielen Zutaten von Aligro – auch mediterrane Speisen auf-tischen. In der Gemüseabteilung hat man die Qual der Wahl, die vielen Frischeangebote machen es einem schwer. Und auch die Vielzahl an Früchten – sowohl einheimische, als auch exotische – erlaubt es dem Gastgeber, immer wieder frische und abwechslungsreiche Dessertkreationen zusammenzustellen.

Grosses Fischangebot

Zu den leichten Gerichten leistet auch das



Fischangebot in allen Aligro-Märkten, welches ständig ausgebaut wird, seinen Beitrag. Im Angebot sind je nach Markt Fische aus Frankreich, Island, Norwegen, Italien und aus weiteren Ländern. Die drei Fischlieferanten von Aligro haben ihren Sitz in Pratteln (Schweiz), Frankreich und in Italien. Und nicht nur für die Mitarbeitenden von Aligro, sondern auch für die Lieferanten gilt: Immer gute, frische Ware sorgt für zufriedene Kunden. Die Zahlen zeigen, dass das noch relativ neue grosse Fischangebot in der Deutschschweiz immer mehr zufriedene Kunden findet. Falls Sie es noch nicht kennen: Kommen Sie vorbei, unsere fachkundigen Mitarbeitenden beraten Sie gerne und erläutern Ihnen unser breites Food-Sortiment.

Auch für Getränke ist gesorgt

Leichte und gesunde Küche, man sieht es deutlich, ist nicht nur im Süden bekömmlich,

sondern auch bei uns. In der Wellnessküche stehen frische Zutaten mit wichtigen Inhaltsstoffen, ein leichter frischer Geschmack und der bewusste Umgang mit Lebensmitteln im Vordergrund. Ein grosses Angebot dazu findet man wie erwähnt in den Lebensmittelabteilungen bei Aligro. Aber auch das Trinken darf nicht zu kurz kommen: Mit einem grossen Angebot an alkoholfreien und kalorienarmen, aber auch alkoholischen Getränken wird der Genuss perfekt. Und so sorgt die Wellnessküche, im Zusammenspiel mit ausreichend Bewegung, für Vitalität und Wohlbefinden.

Mittelmeerküche im August

Wer im Verlauf des Sommers noch stärker von der mediterranen Küche profitieren möchte: In der Woche ab dem 9. August bietet Aligro eine Woche lang ein noch grösseres Angebot an Artikeln für die Mittelmeerküche zu speziellen Preisen.

14 Mal Aligro in der Schweiz: Vierzehn Aligro-Standorte in der Schweiz – vierzehn Mal ein grosses Angebot. Sie finden bei uns über 30'000 Artikel unter einem Dach und profitieren zudem jede Woche von mehr als 2000 Aktionen. Es lohnt sich. Kommen Sie doch für weitere Ideen einfach bei uns vorbei! Unsere Märkte finden Sie in Gossau SG, Frauenfeld, Sargans, Rapperswil-Jona, Brüttisellen, Bern, Emmen, Spreitenbach, Pratteln, Schlieren, Chavannes, Genf, Matran und Sion.

ALIGRO
Frische. Qualität. Inspiration.

Jede Woche mehr als 2000 Aktionen

www.aligro.ch