





## PRESENTAZIONE AZIENDALE

MiaTerra è il progetto di vita di Natale Castellano. Nato e cresciuto in Puglia, ne rispetta le tradizioni e la terra condotta in regime biologico certificato: nei suoi campi, ereditati dal padre, splendide coltivazioni di olivi, vigneti ed ortaggi.

MiaTerra è l'evoluzione naturale del suo lavoro che oggi, finalmente, completa la filiera produttiva e ridisegna il profilo dell'agricoltore, oggi moderno imprenditore. Con passione e forte motivazione Natale Castellano prosegue il percorso iniziato anni fa dal padre Gerardo, un percorso fatto di lavoro e di amore per una terra unica come la Puglia: la MiaTerra, appunto.

## COMPANY PRESENTATION

MiaTerra is the life's project of Castellano Natale. Born and grow up in Puglia, he has a great respect for the traditions and for the land directed by an organic and certified system .

Into his fields, inherited from his father, splendid olive groves, vineyards and vegetables.

MiaTerra is the natural development of his work that, nowadays, completes the productive power of the soil by defining a new profile of the modern farmer.

With passion and a strong motivation Castellano Natale carry on the way started some years ago by his father Gerard, a fact of hard work and love for a unique land as Puglia: MiaTerra exactly.

# MIATERRA È LA MIA TERRA

La terra che dà frutti, anno dopo anno, sotto il sole di Puglia.

La mia terra è bio, come il sole sopra di me, come l'aria che respiro.

La mia terra è forte e sana come i frutti che produce e ogni anno sono uva, olive, pomodori e ortaggi.

MIATERRA nasce per conservare e condividere il meglio della terra di Puglia: vino olio e conserve biologiche per nutrirsi di piacere in un mondo buono e pulito. Questa è la mia terra...



FSC® N002959 • [www.fsc.org](http://www.fsc.org)



# MIATERRA

## LEGUMI BIOLOGICI PUGLIESI

### ORGANIC APULIAN LEGUMES



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	306 kcal 1293 kJ
Grassi	4,9 g
Saturi	2,1 g
Monoinsaturi	1,5 g
Polinsaturi	1,4 g
Carboidrati	46,2 g
Zuccheri	0,85 g
Fibre	7,10 g
Proteine	23,7 g
Sale	1,32 g
Sodio	0,31 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	306 kcal 1293 kJ
Fat	4,9 g
Saturated fat	2,1 g
Monoinsaturated fat	1,5 g
Polinsaturated	1,4 g
Carbohydrate	46,2 g
Sugars	0,85 g
Fiber	7,10 g
Protein	23,7 g
Salt	1,32 g
Sodium	0,31 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## LENTICCHIE ROSSE PICCOLE

Nella cucina pugliese non possono mancare i nostri legumi!

Nella mia terra ceci, fave bianche, lenticchie rosse piccole e ceci neri sono biologici, come tutto quello che facciamo.

Lessali in acqua sale, così naturali come sono. Poi saltali un attimo in padella assieme ai nostri cicatelli e condiscili con un filo di olio crudo...

E la dieta mediterranea è servita!

**Formati:** 700 g, 5 kg, 25 kg

## SMALL RED LENTILS

In the Apulien cuisine we could never do without our legumes!

At Mia Terra, chickpeas, white beans, small red lentils and black chickpeas are organic, as is everything else we cultivate and produce.

Cook them in salted water, as natural as they are. Then saute them shortly in a pan together with our "Cicatelli" and season with some olive oil...the Mediterranean diet is served!

**Format:** 700 g, 5 kg, 25 kg

# MIATERRA

## LEGUMI BIOLOGICI PUGLIESI

### ORGANIC APULIAN LEGUMES



#### Tabella Nutrizionale

valori per 100 g di prodotto

Calorie	346 kcal 1454 kj
Grassi	4,9 g
Saturi	2,1 g
Monoinsaturi	1,5 g
Polinsaturi	1,4 g
Carboidrati	45,1 g
Zuccheri	0,85 g
Fibre	18,7 g
Proteine	16,6 g
Sale	1,32 g
Sodio	0,31 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

#### Nutrition Facts

Amount per serving size 100 g

Calories	346 kcal 1454 kj
Fat	4,9 g
Saturated fat	2,1 g
Monounsaturated fat	1,5 g
Polyunsaturated	1,4 g
Carbohydrate	45,1 g
Sugars	0,85 g
Fiber	18,7 g
Protein	16,6 g
Salt	1,32 g
Sodium	0,31 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## CECI

Nella cucina pugliese non possono mancare i nostri legumi!

Nella mia terra ceci, fave bianche, lenticchie rosse piccole e ceci neri sono biologici, come tutto quello che facciamo.

Lessali in acqua sale, così naturali come sono. Poi saltali un attimo in padella assieme ai nostri cicatelli e condiscili con un filo di olio crudo...

E la dieta mediterranea è servita!

**Formati:** 700 g, 5 kg, 25 kg.

## CHICKPEAS

In the Apulien cuisine we could never do without our legumes!

At Mia Terra, chickpeas, white beans, small red lentils and black chickpeas are organic, as is everything else we cultivate and produce.

Cook them in salted water, as natural as they are. Then saute them shortly in a pan together with our "Cicatelli" and season with some olive oil...the Mediterranean diet is served!

**Format:** 700 g, 5 kg, 25 kg.

# MIATERRA

## LEGUMI BIOLOGICI PUGLIESI

### ORGANIC APULIAN LEGUMES



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	376 kcal 1585 kj
Grassi	4,9 g
Saturi	2,1 g
Monoinsaturi	1,5 g
Polinsaturi	1,4 g
Carboidrati	54,3 g
Zuccheri	0,85 g
Fibre	18,7 g
Proteine	13,8 g
Sale	1,32 g
Sodio	0,31 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	376 kcal 1585 kj
Fat	4,9 g
Saturated fat	2,1 g
Monounsaturated fat	1,5 g
Polyunsaturated	1,4 g
Carbohydrate	54,3 g
Sugars	0,85 g
Fiber	18,7 g
Protein	13,8 g
Salt	1,32 g
Sodium	0,31 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## CECI NERI

Nella cucina pugliese non possono mancare i nostri legumi!

Nella mia terra ceci, fave bianche, lenticchie rosse piccole e ceci neri sono biologici, come tutto quello che facciamo.

Lessali in acqua sale, così naturali come sono. Poi saltali un attimo in padella assieme ai nostri cicatelli e condiscili con un filo di olio crudo...

E la dieta mediterranea è servita!

**Formati:** 700 g, 5 kg, 25 kg.

## BLACK CHICKPEAS

In the Apulien cuisine we could never do without our legumes!

At Mia Terra, chickpeas, white beans, small red lentils and black chickpeas are organic, as is everything else we cultivate and produce.

Cook them in salted water, as natural as they are. Then saute them shortly in a pan together with our "Cicatelli" and season with some olive oil...the Mediterranean diet is served!

**Format:** 700 g, 5 kg, 25 kg.

# MIA TERRA

## LEGUMI BIOLOGICI PUGLIESI

### ORGANIC APULIAN LEGUMES



#### Tabella Nutrizionale valori per 100 g di prodotto

Calorie	355 kcal 1505 kj
Grassi	4,9 g
Saturi	2,1 g
Monoinsaturi	1,5 g
Polinsaturi	1,4 g
Carboidrati	54,8 g
Zuccheri	0,85 g
Fibre	3,7 g
Proteine	27,2 g
Sale	1,32 g
Sodio	0,31 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

#### Nutrition Facts

Amount per serving size 100 g

Calories	355 kcal 1505 kj
Fat	4,9 g
Saturated fat	2,1 g
Monoinsaturated fat	1,5 g
Polinsaturated	1,4 g
Carbohydrate	54,8 g
Sugars	0,85 g
Fiber	3,7 g
Protein	27,2 g
Salt	1,32 g
Sodium	0,31 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## FAVE BIANCHE SGUSCIATE

Nella cucina pugliese non possono mancare i nostri legumi!

Nella mia terra ceci, fave bianche, lenticchie rosse piccole e ceci neri sono biologici, come tutto quello che facciamo.

Lessali in acqua sale, così naturali come sono. Poi saltali un attimo in padella assieme ai nostri cicatelli e condiscili con un filo di olio crudo...

E la dieta mediterranea è servita!

**Formati:** 700 g, 5 kg, 25 kg.

## WHITE BEANS SHELLED

In the Apulien cuisine we could never do without our legumes!

At Mia Terra, chickpeas, white beans, small red lentils and black chickpeas are organic, as is everything else we cultivate and produce.

Cook them in salted water, as natural as they are. Then saute them shortly in a pan together with our "Cicatelli" and season with some olive oil...the Mediterranean diet is served!

**Format:** 700 g, 5 kg, 25 kg.

# MIA TERRA

## VINCOTTO BIOLOGICO PUGLIESE

ORGANIC APULIAN  
COOKED GRAPE



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	83 kcal 347 kJ
Grassi	4,9 g
Saturi	2,1 g
Monoinsaturi	1,5 g
Polinsaturi	1,4 g
Carboidrati	2,7 g
Zuccheri	0,85 g
Fibre	0 g
Proteine	0,1 g
Sale	1,32 g
Potassio	0,31 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	83 kcal 347 kJ
Fat	4,9 g
Saturated fat	2,1 g
Monoinsaturated fat	1,5 g
Polinsaturated	1,4 g
Carbohydrate	2,7 g
Sugars	0,85 g
Fiber	0 g
Protein	0,1 g
Salt	1,32 g
Sodium	0,31 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

### VINO COTTO DI UVA

Prodotto tipico pugliese che non può mancare sulle nostre tavole durante le Feste di Natale. Lo mettiamo a condimento dei nostri dolci...buoni da leccarsi i baffi!

Fatto come una volta, il primo mosto delle nostre uve biologiche viene messo sul fuoco che lentamente, dopo almeno 6 ore, lo riduce fino a diventare quasi uno sciroppo con cui condire dolci e non solo...

**Formati:** 250 ml.

### COOKED GRAPE MUST

Cooked grape must is a typical Apulian product that can not be neglected nor missed out on our tables during the Christmas holidays. We put it to seasoning our desserts... good to lick your mustache!

Made as it once was, the first cider of our organic grapes is put on the fire that slowly, after at least 6 hours, reduces it until it becomes almost a syrup with which to refine cakes, desserts, sweets and not only...

**Format:** 250 ml.

# MIA TERRA

## CONSERVE BIOLOGICHE PUGLIESI / SOTTOLI

ORGANIC APULIAN  
PRESERVES / PICKLES



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	82,4 kcal 344,4 kJ
Proteine	2,07 g
Carboidrati	6,67 g
Zuccheri	0,63 g
Grassi	4,51 g
Saturi	0,63 g
Sale	<2 g
Sodio	<0,8 g
Fibre	3,43 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	82,4 kcal 344,4 kJ
Protein	2,07 g
Carbohydrate	6,67 g
Sugars	0,63 g
Fat	4,51 g
Saturated fat	0,63 g
Salt	<2 g
Sodium	<0,8 g
Fiber	3,43 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

### CARCIOFI GRIGLIATI

Boccioli di carciofo, freschi e croccanti, passati alla brace e conservati in olio extravergine di oliva. Nel Tavoliere delle Puglie il carciofo cresce poco distante dal mare, in terre di sabbia e ciotoli. Del mare vicino conserva sapidità naturale che mitiga l'amaro. Ottimo di contorno al classico agnello, compagno di brace, o per cena su pane pugliese, da intingere poi nell'olio che resta. Potresti utilizzarlo da solo o assieme a qualunque altra portata. Se ti piace il carciofo non resterai deluso.

**Formati:** 314 ml, 1700 ml (olio di semi di girasole).

### GRILLED ARTICHOKE

Buds of artichokes, fresh and crisp, barbecued and preserved in extra virgin olive oil.

In Tavoliere of Puglia the artichokes grow near the sea, in lands of sand and pebbles.

From the sea it preserves natural flavour that tempers the bitters.

Excellent side dish with the lamb, grilled companion, or at dinner on apulian bread, to dip in remained oil. If you like artichokes, you can just enjoy them plain or along with any course. They'll never disappoint you.

**Format:** 314 ml, 1700 ml (sunflower oil).

# MIA TERRA

## CONSERVE BIOLOGICHE PUGLIESI / SOTTOLI

ORGANIC APULIAN  
PRESERVES / PICKLES



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	333,1 kcal 1392 kj
Proteine	8,73 g
Carboidrati	46,9 g
Zuccheri	19,17 g
Grassi	6,3 g
Saturi	0,93 g
Sale	<2 g
Sodio	<0,8 g
Fibre	27,3 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	333,1 kcal 1392,5 kj
Protein	8,73 g
Carbohydrate	46,9 g
Sugars	19,17 g
Fat	6,3 g
Saturated fat	0,93 g
Salt	<2 g
Sodium	<0,8 g
Fiber	27,3 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

### MELANZANE GRIGLIATE

Non c'è Puglia senza melanzana! È conserva tipica delle nostre case, riposta nei vasetti colmi di olio extravergine di oliva, sempre pronta per accompagnare una fetta di buon pane pugliese. E' cena, è aperitivo o contorno ideale : la condiamo con poco aglio ed aceto, per permettere a chi lo desidera di aggiungerci una punta di peperoncino, per dare calore e rispettare la tradizione. Ottima come contorno o antipasto. Si abbina facilmente a qualsiasi secondo piatto di carne, pesce o formaggi, anche stagionati.

**Formati:** 314 ml, 1700 ml (olio di semi di girasole).

### GRILLED AUBERGINES

There is no Puglia without aubergine! It's a typical preserve of our homes, kept in jars filled with olive oil, always ready to accompany a slice of good apulian bread.

It's dinner, aperitif or ideal side dishes: we flavour it with a little garlic and vinegar, with the respect of the tradition. Excellent as a side dish or appetizer. They really taste good along with any second course of meat, fish, fresh and seasoned cheese.

**Format:** 314 ml, 1700 ml (sunflower oil).

# MIA TERRA

## CONSERVE BIOLOGICHE PUGLIESI / SOTTOLI

ORGANIC APULIAN  
PRESERVES / PICKLES



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	185,7 kcal 777,3 kJ
Proteine	2,64 g
Carboidrati	11,23 g
Zuccheri	11,23 g
Grassi	14,39 g
Saturi	2,08 g
Sale	1,3 g
Sodio	0,52 g
Fibre	0,37 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	185,7 kcal 777,3 kJ
Protein	2,64 g
Carbohydrate	11,23 g
Sugars	11,23 g
Fat	14,39 g
Saturated fat	2,08 g
Salt	1,3 g
Sodium	0,52 g
Fiber	0,37 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

### PEPERONCINO RIPIENO DI FORMAGGIO CREMOSO

Eccovi un matrimonio riuscitissimo: croccanti peperoncini ripieni di formaggio bio! Raccolti e lavorati dal fresco, i peperoncini piccanti vengono svuotati dai semi e riempiti di morbido formaggio. La differenza di consistenza e l'abbinamento inconsueto, stuzzicano il palato e li rendono protagonisti di un ricco antipasto o di un aperitivo in compagnia. Buoni anche con del pane pugliese per uno spuntino veloce. La giusta combine tra l'untuoso ed il succulento del formaggio vaccino ed il leggermente piccante del peperoncino, fà sì che ci sia una perfetta fusione di sapori. Da servire anche solo, non tradisce le aspettative.

**Formati:** 314 ml, 1700 ml (olio di semi di girasole).

### HOT PEPPERS STUFFED WITH CHEESE

Here is a very successful food match: crunchy peppers stuffed with organic cheese! Collected and processed from fresh, the hot peppers are emptied from the seeds and filled with soft cheese. The difference in texture and the unusual combination whet the palate and makes them players in a rich appetizer or a drink. Good with the bread of Puglia for a quick snack. The right mix between the oily and succulent cow's milk cheese and the slightly spicy chili peppers ensures a perfect blend of flavors. With or without filling, they never disappoint.

**Format:** 314 ml, 1700 ml (sunflower oil).

# MIA TERRA

## CONSERVE BIOLOGICHE PUGLIESI / SOTTOLI

ORGANIC APULIAN  
PRESERVES / PICKLES



### Tabella Nutrizionale valori per 100 g di prodotto

Calorie	120,9 kcal 505,4 kJ
Proteine	3,07 g
Carboidrati	13,57 g
Zuccheri	9,17 g
Grassi	15,11 g
Saturi	0,71 g
Sale	1 g
Sodio	0,4 g
Fibre	4,18 g

Assunzioni di riferimento giornaliere  
di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

### Nutrition Facts

Amount per serving size 100 g

Calories	120,9 kcal 505,4 kJ
Protein	3,07 g
Carbohydrate	13,57 g
Sugars	9,17 g
Fat	15,11 g
Saturated fat	0,71 g
Salt	1 g
Sodium	0,4 g
Fiber	4,18 g

Percent daily values are based on adult  
calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## POMODORI DEMI-SEC IN OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA

Una variante gustosa al tradizionale pomodoro secco. Il demi-sec è morbido, succulento e ricco di sapore, condito con olio extravergine di oliva e poco origano. Provatelo così com'è o conditeci le orecchiette saltandole in padella con uno spicchio d'aglio. Con i capperi e le acciughe è perfetto per un bruschetta al sapore di Puglia. Lo potresti utilizzare anche come antipasto o per condirci una pasta fredda. Perfetto in aggiunta alle orecchiette con cime di rapa, da saltare in padella, tutto assieme, prima di servire.

**Formati:** 314 ml, 1700 ml (olio di semi di girasole).

## DEMI-SEC TOMATO IN EXTRA VIRGIN OLIVE OIL

A tasty variation to traditional sundried tomatoes. The demi-sec is soft, succulent and full of flavor, seasoned with olive oil and a little oregano. Try as it is or with orecchiette pasta and a garlic clove. With capers and anchovies is perfect bruschetta for a taste of Puglia. You can use them as a starter as well as a dressing for cold pasta. Excellent to stir fry with orecchiette pasta and broccoli rabe before serving.

**Format:** 314 ml, 1700 ml (sunflower oil).

# MIA TERRA

## CONSERVE BIOLOGICHE PUGLIESI / OLIVE

ORGANIC APULIAN  
PRESERVES / OLIVES



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	118 kcal 495 kj
Proteine	1,2 g
Carboidrati	1 g
Zuccheri	0 g
Grassi	12,6 g
Saturi	1,8 g
Sale	1 g
Sodio	1,30 g
Fibre	2,4 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kj - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	118 kcal 495 kj
Protein	1,2 g
Carbohydrate	1 g
Sugars	0 g
Fat	12,6 g
Saturated fat	1,8 g
Salt	1 g
Sodium	1,30 g
Fiber	2,4 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kj / 2000 kcal)

### OLIVE “BELLA DI CERIGNOLA” IN SALAMOIA

Bella di Cerignola, ch  olive pi  bella non c' . E neanche pi  buona. Croccante e saporita, gira le tavole del mondo, richiesta e desiderata da tutti come ogni "bella" che si rispetti. La raccogliamo agli inizi dell'autunno e subito la immergiamo in acqua e sale marino, proveniente dalle vicine Saline di Margherita di Savoia. Non serve altro a chi   naturalmente "Bella di Cerignola". Ottima come antipasto, o aperitivo. La potresti accompagnare con un nostro scaldatello o un pezzo di parmigiano reggiano.

**Formati:** 314 ml, 1700 ml, 3100 ml, 5 kg, 10 kg.

### OLIVES “BELLA DI CERIGNOLA” IN BRINE

Bella di Cerignola, there is no better olive. And even more good. Crispy and tasty, you can find it on the best tables of the world, required and desired by all as every "good" worthy of respect. We collect it in autumn and soon we immerse it in water and salt from the nearby Margherita di Savoia saltworks. Nothing else to those who are naturally "Bella di Cerignola". Beautiful as an appetizer or aperitif. Enjoy these olives along with our scaldatelli or with a piece of Parmesan cheese.

**Format:** 314 ml, 1700 ml, 3100 ml, 5 kg, 10 kg.

# MIA TERRA

## CONSERVE BIOLOGICHE PUGLIESI / OLIVE

ORGANIC APULIAN  
PRESERVES / OLIVES



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	118 kcal 495 kj
Proteine	1,2 g
Carboidrati	1 g
Zuccheri	0 g
Grassi	12,6 g
Saturi	1,8 g
Sale	1 g
Sodio	1,30 g
Fibre	2,4 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kj - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	118 kcal 495 kj
Protein	1,2 g
Carbohydrate	1 g
Sugars	0 g
Fat	12,6 g
Saturated fat	1,8 g
Salt	1 g
Sodium	1,30 g
Fiber	2,4 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kj / 2000 kcal)

### OLIVE “BELLA DI CERIGNOLA” IN SALAMOIA AL NATURALE

Ottima come antipasto o aperitivo, ma che per rendere più saporite insalate di pasta o spigole od orate al cartoccio. Le olive in questa confezione sono lavorate al naturale, lasciate a maturare per più di cinque mesi solo in acqua e sale. La caratteristica che così si ottiene è un aspetto leggermente aggrinzito, ma un sapore amarognolo davvero interessante..., è il caso di dire “Brutta...ma buona” ?

**Formati:** 314 ml.

### NATURAL OLIVES “BELLA DI CERIGNOLA” IN BRINE

Great as an appetizer or aperitif, these olives are particularly good to flavor pasta salads, sea bass and sea bream baked in foil. Marinated for over five months in brine, they ripen to become slightly wrinkled with a really interesting bitter taste..., it's appropriate to say “Ugly but good...”?

**Format:** 314 ml.

# MIA TERRA

## CONSERVE BIOLOGICHE PUGLIESI / OLIVE

ORGANIC APULIAN  
PRESERVES / OLIVES



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	118 kcal 495 kJ
Proteine	1,2 g
Carboidrati	1 g
Zuccheri	0 g
Grassi	12,6 g
Saturi	1,8 g
Sale	1 g
Sodio	1,30 g
Fibre	2,4 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	118 kcal 495 kJ
Protein	1,2 g
Carbohydrate	1 g
Sugars	0 g
Fat	12,6 g
Saturated fat	1,8 g
Salt	1 g
Sodium	1,30 g
Fiber	2,4 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

### OLIVE “BELLA DI CERIGNOLA” IN SALAMOIA DENOCCIOLATE

Bella di Cerignola, ché oliva più bella non c'è. E neanche più buona. Croccante e saporita, gira le tavole del mondo, richiesta e desiderata da tutti come ogni "bella" che si rispetti. La raccogliamo agli inizi dell'autunno e subito la immergiamo in acqua e sale marino, proveniente dalle vicine Saline di Margherita di Savoia. Non serve altro a chi è naturalmente "Bella di Cerignola". Ottima come antipasto o aperitivo, ma anche per rendere più saporite insalate di pasta o spigole od orate al cartoccio

**Formati:** 314 ml, 1700 ml, 3100 ml, 5 kg, 10 kg.

### PITTED OLIVES “BELLA DI CERIGNOLA” IN BRINE

Bella di Cerignola, there is no better olive. And even more good. Crispy and tasty, you can find it on the best tables of the world, required and desired by all as every "good" worthy of respect. We collect it in autumn and soon we immerse it in water and salt from the nearby Margherita di Savoia saltworks. Nothing else to those who are naturally "Bella di Cerignola". Excellent as an appetizer or aperitif, but also to make pasta salads or sea bass or baked sea bream more tasty.

**Format:** 314 ml, 1700 ml, 3100 ml, 5 kg, 10 kg.

# MIA TERRA

## CONSERVE BIOLOGICHE PUGLIESI / OLIVE

ORGANIC APULIAN  
PRESERVES / OLIVES



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	301 kcal 1259 kJ
Proteine	2,4 g
Carboidrati	6,7 g
Zuccheri	0 g
Grassi	29,6 g
Saturi	4,2 g
Sale	1 g
Sodio	0,24 g
Fibre	2,6 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	301 kcal 1259 kJ
Protein	2,4 g
Carbohydrate	6,7 g
Sugars	0 g
Fat	29,6 g
Saturated fat	4,2 g
Salt	1 g
Sodium	0,24 g
Fiber	2,6 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

### OLIVE “PERANZANA” IN SALAMOIA

Peranzana, vulgarizzazione del nome Provenzale, che sta per designare il paese di origine di questa oliva, la Provenza appunto, e poi trapiantata nel sub-appennino dauno. Viene raccolta a fine novembre perchè nasce come oliva da olio, ma poi una volta immersa in acqua e sale marino, proveniente dalle vicine Saline di Margherita di Savoia, assume un caratteristico sapore amarognolo, davvero amabile. Ottima come antipasto o come aperitivo. La potresti utilizzare per insaporire insalate, anche di pasta, o per condire carni o pesce da mettere in padella.

**Formati:** 314 ml, 1700 ml, 3100 ml, 5 kg, 10 kg.

### OLIVES “PERANZANA” IN BRINE

Peranzana, vulgarization of the Provençal name, that is to designate the country of origin of this oil, Provence precisely, and then transplanted into the sub - Apennines Dauno. It is harvested in late November because it comes as olive oil, but then once immersed in water and sea salt, from the nearby Saline of Margherita di Savoia, assumes a characteristic bitter taste, really lovable. Excellent as an appetizer or as an aperitif. You can use it to flavor salads, even pasta, or to flavor meat or fish to put in the pan.

**Format:** 314 ml, 1700 ml, 3100 ml, 5 kg, 10 kg.

# MIA TERRA

## CONSERVE BIOLOGICHE PUGLIESI / OLIVE

ORGANIC APULIAN  
PRESERVES / OLIVES



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	1091 kcal 265 kj
Proteine	1,8 g
Carboidrati	0,9 g
Zuccheri	0,9 g
Grassi	27 g
Saturi	5,7 g
Sale	8,3 g
Sodio	8,3 g
Fibre	4,3 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	1091 kcal 265 kj
Protein	1,8 g
Carbohydrate	0,9 g
Sugars	0,9 g
Fat	27 g
Saturated fat	5,7 g
Salt	8,3 g
Sodium	8,3 g
Fiber	4,3 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

### OLIVE “LECCINO” SOTTOSALE

La varietà “Leccino” nasce come oliva da olio ma tramite un antico metodo di conservazione, sottosale appunto, diventa eccellente anche come oliva da mensa.

L'utilizzo è quello classico, come aperitivo o antipasto, ottimo anche come contorno per carni e formaggi.

**Formati:** 314 ml.

### “LECCINO” BLACK OLIVES IN SALT

The cultivar of the Leccino olives borns as olive to make olive oil but trough an ancient method of conservation, just under salt, becomes excellent also to eat.

The traditional way to use them is as appetizers or hors d'oeuvre, but also as side-dish with meat and cheese.

**Format:** 314 ml.

# MIA TERRA

## CONSERVE BIOLOGICHE PUGLIESI / PASSATA DI POMODORO

ORGANIC APULIAN  
PRESERVES / TOMATO  
SOUCE



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	26 kcal 109 kj
Proteine	1,3 g
Carboidrati	4 g
Zuccheri	4 g
Grassi	0,2 g
Saturi	0 g
Sale	0 g
Sodio	200 g
Fibre	1,5 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kj - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	26 kcal 109 kj
Protein	1,3 g
Carbohydrate	4 g
Sugars	4 g
Fat	0,2 g
Saturated fat	0 g
Salt	0 g
Sodium	200 g
Fiber	1,5 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kj / 2000 kcal)

### PASSATA DI POMODORO

Raccolto di primo mattino, viene immediatamente passato per preservare intatti sapore e profumo. Nato nel Tavoliere delle Puglie, il nostro pomodoro è bio, come tutto quello che facciamo. Conservato al naturale, puoi gustarlo crudo sulla pasta, con un'aggiunta d'olio extravergine d'oliva: ritroverai il sapore della passata che un tempo si faceva "in casa". Perfetto per cuocere ragù di carne, belli, densi e corposi. Dolce il pomodoro, maturo al punto giusto sotto il sole d'Agosto.

**Formati:** 700 g.

### TOMATO SAUCE

Tomato is fresh, ripe at the right point under the August's sun. Picked up early in the morning, it is immediately washed to preserve its flavour and aroma. Picked up in our land, our tomato is organic like everything we do. Preserved in a genuine way, you can taste it raw on the pasta with an addition of extra virgin olive oil: you will find the flavour of the past. Excellent to make good, thick and hearty meat sauce (ragù). Obtained from sweet tomatoes ripened to perfection under the August sun.

**Format:** 700 g.

# MIA TERRA

## CONSERVE BIOLOGICHE PUGLIESI / PASSATA DI POMODORO

ORGANIC APULIAN  
PRESERVES / TOMATO  
SOUCE



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	118 kcal 493,71 kJ
Grassi	0,2 g
di cui grassi saturi	0,0 g
Carboidrati	5,1 g
di cui zuccheri	4,0 g
Fibre	1,1 g
Proteine	1,4 g
Sale	0,4 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	118 kcal 493,71 kJ
Fat	0,2 g
Saturated fat	0,0 g
Carbohydrate	5,1 g
Sugars	4,0 g
Fiber	1,1 g
Protein	1,4 g
Salt	0,4 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

### POMODORINO “DATTERINO” IN SALSIA

Pomodori e passata di pomodori italiani “Datterino” provenienti da agricoltura biologica. I pomodori sono coltivati senza acqua. La lavorazione avviene subito dopo il raccolto, per mantenere intatto sapore e freschezza del pomodoro maturo.

L'utilizzo è quello classico, come salsa per condire la pasta. Ottima anche senza ulteriore cottura, per gustare al meglio la freschezza del pomodoro.

**Formati:** 580 g.

### TOMATO “DATTERINO” IN TOMATO PUREE

Tomatoes and Purée of Italian organic tomatoes “Datterino”. Tomatoes are grown without water. The tomato working process starts soon after their picking up in order to keep the ripe tomato flavor unchanged and fresh.

The traditional way to use it is as a sauce to dress pasta. It is excellent without further cooking in order to taste the freshness of the tomatoes.

**Format:** 580 g.

# MIA TERRA

## CONSERVE BIOLOGICHE PUGLIESI / PASSATA DI POMODORO

ORGANIC APULIAN  
PRESERVES / TOMATO  
SOUCE



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	30 kcal 128 kJ
Proteine	1,8 g
Carboidrati	4,1 g
Zuccheri	4,1 g
Grassi	0,5 g
Grassi saturi	0 g
Sale	0,58 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	30 kcal 128 kJ
Protein	1,8 g
Carbohydrate	4,1 g
Sugars	4,1 g
Fat	0,5 g
Saturated fat	0 g
Salt	0,58 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## PASSATA DI POMODORO GIALLO

Passata di pomodori italiani gialli provenienti da agricoltura biologica. Questa tipologia di pomodoro viene coltivata nella nostra azienda in campo aperto da aprile a maggio. La raccolta avviene rigorosamente a mano nei mesi di luglio e agosto. I pomodori vengono lavorati freschi e artigianalmente: scottati, passati, invasati con l'aggiunta di sale delle saline di Margherita di Savoia.

La passata di pomodoro giallo è un prodotto unico nel suo genere, perfetto per le tue ricette fantasiose ma non troppo cariche di sapori. Abbinala anche a del buon pesce fresco.

**Formati:** 440 g.

## YELLOW TOMATO PURÉE

Purée of yellow Italian tomatoes from organic farming. This type of tomato is grown on our farm in the open field from April to May. Harvesting takes place strictly by hand in the months of July and August. The tomatoes are processed fresh and handcrafted: blanched, pureed, put in jars with the addition of salt from the Margherita di Savoia salt pans.

The yellow tomato puree is a unique product of its kind, perfect for your imaginative recipes but not too full of flavors. Combine it also with good fresh fish.

**Format:** 440 g.

# MIATERRA

PRODOTTI  
BIOLOGICI  
PUGLIESI  
DA FORNO  
/ FOCACCE E  
PANZEROTTI

ORGANIC APULIAN  
BACKED GOOD /  
FOCACCIA AND  
PANZEROTTO



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	274 kcal 1146 kJ
Grassi	10,1 g
di cui grassi saturi	5,1 g
di cui grassi monoinsaturi	4 g
di cui grassi polinsaturi	1,1 g
Carboidrati	31,9 g
di cui zuccheri	4,2 g
Fibre	1,8 g
Proteine	14,1 g
Sale	1,32 g
Potassio	0,31 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	274 kcal 1146 kJ
Fat	10,1 g
Saturated fat	5,1 g
Monounsaturated fat	4 g
Polinsaturated fat	1,1 g
Carbohydrate	31,9 g
Sugars	4,2 g
Fiber	1,8 g
Protein	14,1 g
Salt	1,32 g
Sodium	0,31 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## FOCACCIA PROSCIUTTO CRUDO E MOZZARELLA DI BUFALA

Anche le nostre focacce ed il panzerotto al forno sono i tesori che la mia terra sforna ogni giorno. E' la Puglia più buona, fatta di farina, mozzarella, parmigiano, quella del calore e dei profumi del forno che riempiono ogni giorno della tua vita. Per una serata in compagnia di amici, o anche per uno spuntino rapido e gustoso.

**Formati:** 150 g.

## FOCACCIA STUFFED WITH PROSCIUTTO AND MOZZARELLA BUFALO

Even our focaccias and the panzerotto baked are the treasures that my land produces every day. It's the best Puglia, made of flour, mozzarella, parmesan, the warmth and fragrance of the oven that fill every day of your life. For an evening with friends, or even for a quick and tasty snack.

**Format:** 150 g.

# MIATERRA

## PRODOTTI BIOLOGICI PUGLIESI DA FORNO / FOCACCE E PANZEROTTI

ORGANIC APULIAN  
BACKED GOOD /  
FOCACCIA AND  
PANZEROTTO



<b>Tabella Nutrizionale</b>	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	339 kcal 1418 kj
Grassi	17,54 g
di cui grassi saturi	7,124 g
di cui grassi monoinsaturi	6,692 g
di cui grassi polinsaturi	2,659 g
Carboidrati	25,75 g
di cui zuccheri	4,85 g
Fibre	1,8 g
Proteine	18,76 g
Sale	1,32 g
Potassio	0,31 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

<b>Nutrition Facts</b>	
Amount per serving size 100 g	
Calories	339 kcal 1418 kj
Fat	17,54 g
Saturated fat	7,124 g
Monounsaturated fat	6,692 g
Polinsaturated fat	2,659 g
Carbohydrate	25,75 g
Sugars	4,85 g
Fiber	1,8 g
Protein	18,76 g
Salt	1,32 g
Sodium	0,31 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

### FOCACCIA MORTADELLA E PARMIGIANO REGGIANO

Anche le nostre focacce ed il panzerotto al forno sono i tesori che la mia terra sforna ogni giorno. E' la Puglia più buona, fatta di farina, mozzarella, parmigiano, quella del calore e dei profumi del forno che riempiono ogni giorno della tua vita. Per una serata in compagnia di amici, o anche per uno spuntino rapido e gustoso.

**Formati:** 150 g.

### FOCACCIA STUFFED WITH MORTADELLA AND PARMESAN CHEES

Even our focaccias and the panzerotto baked are the treasures that my land produces every day. It's the best Puglia, made of flour, mozzarella, parmesan, the warmth and fragrance of the oven that fill every day of your life. For an evening with friends, or even for a quick and tasty snack.

**Format:** 150 g.

MIATERRA

PRODOTTI  
BIOLOGICI  
PUGLIESI  
DA FORNO  
/ FOCACCE E  
PANZEROTTI

ORGANIC APULIAN  
BACKED GOOD /  
FOCACCIA AND  
PANZEROTTO



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	319 kcal 1218 kj
Grassi	14,54 g
di cui grassi saturi	6,124 g
di cui grassi monoinsaturi	5,692 g
di cui grassi polinsaturi	1,659 g
Carboidrati	24,75 g
di cui zuccheri	3,85 g
Fibre	1,8 g
Proteine	17,76 g
Sale	1,32 g
Potassio	0,31 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	319 kcal 1218 kj
Fat	14,54 g
Saturated fat	6,124 g
Monoinsaturated fat	5,692 g
Polinsaturated fat	1,659 g
Carbohydrate	24,75 g
Sugars	3,85 g
Fiber	1,8 g
Protein	17,76 g
Salt	1,32 g
Sodium	0,31 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## FOCACCIA MOZZARELLA E POMODORO

Anche le nostre focacce ed il panzerotto al forno sono i tesori che la mia terra sforna ogni giorno. E' la Puglia più buona, fatta di farina, mozzarella, parmigiano, quella del calore e dei profumi del forno che riempiono ogni giorno della tua vita. Per una serata in compagnia di amici, o anche per uno spuntino rapido e gustoso.

**Formati:** 150 g.

## FOCACCIA STUFFED WITH TOMATO AND MOZZARELLA

Even our focaccias and the panzerotto baked are the treasures that my land produces every day. It's the best Puglia, made of flour, mozzarella, parmesan, the warmth and fragrance of the oven that fill every day of your life. For an evening with friends, or even for a quick and tasty snack.

**Format:** 150 g.

MIATERRA

PRODOTTI  
BIOLOGICI  
PUGLIESI  
DA FORNO  
/ FOCACCE E  
PANZEROTTI

ORGANIC APULIAN  
BACKED GOOD /  
FOCACCIA AND  
PANZEROTTO



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	291 kcal 1218 kj
Grassi	11,475 g
di cui grassi saturi	6,124 g
di cui grassi monoinsaturi	2,692 g
di cui grassi polinsaturi	2,659 g
Carboidrati	30,9 g
di cui zuccheri	4,85 g
Fibre	1,8 g
Proteine	8,2 g
Sale	1,32 g
Potassio	0,31 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	291 kcal 1218 kj
Fat	11,475 g
Saturated fat	6,124 g
Monounsaturated fat	2,692 g
Polinsaturated fat	2,659 g
Carbohydrate	30,9 g
Sugars	4,85 g
Fiber	1,8 g
Protein	8,2 g
Salt	1,32 g
Sodium	0,31 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## PANZEROTTO RIPIENO DI POMODORO E MOZZARELLA

Anche le nostre focacce ed il panzerotto al forno sono i tesori che la mia terra sforna ogni giorno. E' la Puglia più buona, fatta di farina, mozzarella, parmigiano, quella del calore e dei profumi del forno che riempiono ogni giorno della tua vita. Per una serata in compagnia di amici, o anche per uno spuntino rapido e gustoso.

**Formati:** 120 g.

## PANZEROTTO STUFFED WITH TOMATO AND MOZZARELLA

Even our focaccias and the panzerotto baked are the treasures that my land produces every day. It's the best Puglia, made of flour, mozzarella, parmesan, the warmth and fragrance of the oven that fill every day of your life. For an evening with friends, or even for a quick and tasty snack.

**Format:** 120 g.

# MIA TERRA

PRODOTTI  
BIOLOGICI  
PUGLIESI  
DA FORNO /  
SCALDATELLI

ORGANIC APULIAN  
BACKED GOOD /  
SCALDATELLI



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	415 kcal 1736 kJ
Proteine	9,2 g
Carboidrati	65,8 g
Zuccheri	0,24 g
Grassi	12,3 g
Saturi	1,6 g
Sale	0 g
Sodio	0,07 g
Fibre	3,4 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	415 kcal 1736 kJ
Protein	9,2 g
Carbohydrate	65,8 g
Sugars	0,24 g
Fat	12,3 g
Saturated fat	1,6 g
Salt	0 g
Sodium	0,07 g
Fiber	3,4 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## SCALDATELLI AL FARRO

Scaldatelli, friselle, biscotti e mostaccioli sono i tesori che la mia terra sforna ogni giorno. Inizia la giornata a colazione con i golosi biscotti, continua a pranzo mangiando una saporita frisella e concludi la serata con i biscottini in pasta di mandorle o un tenero mostacciolo. E' la Puglia più buona, fatta di farina, zucchero e mandorle, quella del calore e dei profumi del forno che riempiono ogni ora della tua vita. E poi vogliamo parlare del farro e delle sue qualità...

**Formati:** 250 g, 5 kg.

## SPELT "SCALDATELLI"

Scaldatelli, friselle, biscuits and mostaccioli are the treasures that my land produces daily. Start the day at breakfast with delicious cookies, still eating a tasty lunchfrisella and close the evening with cookies in a sweet almond paste or mostaccioli. That's the Apulian taste, made of flour, sugar and almonds, the heat of oven and smells that fill every hour of your life. The qualities of the spelt speak for themselves...

**Format:** 250 g, 5 kg.

# MIATERRA

PRODOTTI  
BIOLOGICI  
PUGLIESI  
DA FORNO /  
SCALDATELLI

ORGANIC APULIAN  
BACKED GOOD /  
SCALDATELLI



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	415 kcal 1736 kJ
Proteine	9,2 g
Carboidrati	65,8 g
Zuccheri	0,24 g
Grassi	12,3 g
Saturi	1,6 g
Sale	0 g
Sodio	0,07 g
Fibre	3,4 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	415 kcal 1736 kJ
Protein	9,2 g
Carbohydrate	65,8 g
Sugars	0,24 g
Fat	12,3 g
Saturated fat	1,6 g
Salt	0 g
Sodium	0,07 g
Fiber	3,4 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## SCALDATELLI AL PEPERONCINO

Scaldatelli, friselle, biscotti e mostaccioli sono i tesori che la mia terra sforna ogni giorno. Inizia la giornata a colazione con i golosi biscotti, continua a pranzo mangiando una saporita frisella e concludi la serata con i biscottini in pasta di mandorle o un tenero mostacciolo. E' la Puglia più buona, fatta di farina, zucchero e mandorle, quella del calore e dei profumi del forno che riempiono ogni ora della tua vita.

**Formati:** 50 g, 250 g, 5 kg.

## HOT PEPPER "SCALDATELLI"

Scaldatelli, friselle, biscuits and mostaccioli are the treasures that my land produces daily. Start the day at breakfast with delicious cookies, still eating a tasty lunchfrisella and close the evening with cookies in a sweet almond paste or mostaccioli. That's the Apulian taste, made of flour, sugar and almonds, the heat of oven and smells that fill every hour of your life.

**Format:** 50 g, 250 g, 5 kg.

# MIA TERRA

PRODOTTI  
BIOLOGICI  
PUGLIESI  
DA FORNO /  
SCALDATELLI

ORGANIC APULIAN  
BACKED GOOD /  
SCALDATELLI



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	415 kcal 1736 kj
Proteine	9,2 g
Carboidrati	65,8 g
Zuccheri	0,24 g
Grassi	12,3 g
Saturi	1,6 g
Sale	0 g
Sodio	0,07 g
Fibre	3,4 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	415 kcal 1736 kj
Protein	9,2 g
Carbohydrate	65,8 g
Sugars	0,24 g
Fat	12,3 g
Saturated fat	1,6 g
Salt	0 g
Sodium	0,07 g
Fiber	3,4 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## SCALDATELLI AL ROSMARINO

Scaldatelli, friselle, biscotti e mostaccioli sono i tesori che la mia terra sforna ogni giorno. Inizia la giornata a colazione con i golosi biscotti, continua a pranzo mangiando una saporita frisella e concludi la serata con i biscottini in pasta di mandorle o un tenero mostacciolo. E' la Puglia più buona, fatta di farina, zucchero e mandorle, quella del calore e dei profumi del forno che riempiono ogni ora della tua vita.

**Formati:** 50 g, 250 g, 5 kg.

## ROSEMARY "SCALDATELLI"

Scaldatelli, friselle, biscuits and mostaccioli are the treasures that my land produces daily. Start the day at breakfast with delicious cookies, still eating a tasty lunchfrisella and close the evening with cookies in a sweet almond paste or mostaccioli. That's the Apulian taste, made of flour, sugar and almonds, the heat of oven and smells that fill every hour of your life.

**Format:** 50 g, 250 g, 5 kg.

# MIA TERRA

PRODOTTI  
BIOLOGICI  
PUGLIESI  
DA FORNO /  
SCALDATELLI

ORGANIC APULIAN  
BACKED GOOD /  
SCALDATELLI



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	415 kcal 1736 kj
Proteine	9,2 g
Carboidrati	65,8 g
Zuccheri	0,24 g
Grassi	12,3 g
Saturi	1,6 g
Sale	0 g
Sodio	0,07 g
Fibre	3,4 g
Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)	

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	415 kcal 1736 kj
Protein	9,2 g
Carbohydrate	65,8 g
Sugars	0,24 g
Fat	12,3 g
Saturated fat	1,6 g
Salt	0 g
Sodium	0,07 g
Fiber	3,4 g
Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)	

## SCALDATELLI AL SEME DI FINOCCHIO

Scaldatelli, friselle, biscotti e mostaccioli sono i tesori che la mia terra sforna ogni giorno. Inizia la giornata a colazione con i golosi biscotti, continua a pranzo mangiando una saporita frisella e concludi la serata con i biscottini in pasta di mandorle o un tenero mostacciolo. E' la Puglia più buona, fatta di farina, zucchero e mandorle, quella del calore e dei profumi del forno che riempiono ogni ora della tua vita. Ottimi come accompagnamento di qualunque tipo di salume, oliva, formaggio e sottolio. Potresti utilizzarli anche in sostituzione del pane, addirittura sbriciolati e messi in una tazza di latte, ma solo questo tipo, con il seme di finocchio, le altre spezie non legano... decisamente.

**Formati:** 250 g, 5 kg.

## “SCALDATELLI” FENNEL SEED

Scaldatelli, friselle, biscuits and mostaccioli are the treasures that my land produces daily. Start the day at breakfast with delicious cookies, still eating a tasty lunchfrisella and close the evening with cookies in a sweet almond paste or mostaccioli. That's the Apulian taste, made of flour, sugar and almonds, the heat of oven and smells that fill every hour of your life. Excellent as an accompaniment to any type of salami, olive, cheese and oil. You could also use them as a substitute for bread, even crumbled and put in a cup of milk, but only this type, with the fennel seed, the other spices do not bind... decisively.

**Format:** 250 g, 5 kg.

# MIA TERRA

PRODOTTI  
BIOLOGICI  
PUGLIESI  
DA FORNO /  
SCALDATELLI

ORGANIC APULIAN  
BACKED GOOD /  
SCALDATELLI



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	415 kcal 1736 kJ
Proteine	9,2 g
Carboidrati	65,8 g
Zuccheri	0,24 g
Grassi	12,3 g
Saturi	1,6 g
Sale	0 g
Sodio	0,07 g
Fibre	3,4 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	415 kcal 1736 kJ
Protein	9,2 g
Carbohydrate	65,8 g
Sugars	0,24 g
Fat	12,3 g
Saturated fat	1,6 g
Salt	0 g
Sodium	0,07 g
Fiber	3,4 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## SCALDATELLI ALLA CIPOLLA

Scaldatelli, friselle, biscotti e mostaccioli sono i tesori che la mia terra sforna ogni giorno. Inizia la giornata a colazione con i golosi biscotti, continua a pranzo mangiando una saporita frisella e concludi la serata con i biscottini in pasta di mandorle o un tenero mostacciolo. E' la Puglia più buona, fatta di farina, zucchero e mandorle, quella del calore e dei profumi del forno che riempiono ogni ora della tua vita. Per gli amanti della cipolla, uno scaldatello che accompagnerà tutti i vostri antipasti e spuntini.

**Formati:** 250 g, 5 kg.

## ONION "SCALDATELLI"

Scaldatelli, friselle, biscuits and mostaccioli are the treasures that my land produces daily. Start the day at breakfast with delicious cookies, still eating a tasty lunchfrisella and close the evening with cookies in a sweet almond paste or mostaccioli. That's the Apulian taste, made of flour, sugar and almonds, the heat of oven and smells that fill every hour of your life. Onion lovers can enjoy them as a snack or an appetizer.

**Format:** 250 g, 5 kg.

# MIA TERRA

PRODOTTI  
BIOLOGICI  
PUGLIESI  
DA FORNO  
/ FRISELLE

ORGANIC APULIAN  
BACKED GOOD  
/ FRISELLE



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	356 kcal 1490 kj
Proteine	13,2 g
Carboidrati	71,8 g
Zuccheri	0,74 g
Grassi	1,8 g
Saturi	0,2 g
Sale	0 g
Sodio	0,24 g
Fibre	12 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	356 kcal 1490 kj
Protein	13,2 g
Carbohydrate	71,8 g
Sugars	0,74 g
Fat	1,8 g
Saturated fat	0,2 g
Salt	0 g
Sodium	0,24 g
Fiber	12 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## FRISELLE AL FARRO

Scaldatelli, friselle, biscotti e mostaccioli sono i tesori che la mia terra sforna ogni giorno. Inizia la giornata a colazione con i golosi biscotti, continua a pranzo mangiando una saporita frisella e concludi la serata con i biscottini in pasta di mandorle o un tenero mostacciolo. E' la Puglia più buona, fatta di farina, zucchero e mandorle, quella del calore e dei profumi del forno che riempiono ogni ora della tua vita. Fatte in un pratico formato per essere mangiate più comodamente, rispetto alle tipiche tonde, ma sempre della stessa fragranza e consistenza.

**Formati:** 100 g, 250 g.

## SPELT "FRISELLE"

Scaldatelli, friselle, biscuits and mostaccioli are the treasures that my land produces daily. Start the day at breakfast with delicious cookies, still eating a tasty lunchfrisella and close the evening with cookies in a sweet almond paste or mostaccioli. That's the Apulian taste, made of flour, sugar and almonds, the heat of oven and smells that fill every hour of your life. With the traditional fragrance and texture of the round ones, our friselle are just too easy to eat due to their more practical shape.

**Format:** 100 g, 250 g.

# MIA TERRA

PRODOTTI  
BIOLOGICI  
PUGLIESI  
DA FORNO  
/ FRISELLE

ORGANIC APULIAN  
BACKED GOOD  
/ FRISELLE



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	340 kcal 1423 kj
Proteine	11,3 g
Carboidrati	72,3 g
Zuccheri	0,74 g
Grassi	1,7 g
Grassi Saturi	0,3 g
Sale	0 g
Sodio	0,24 g
Fibre	10 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	340 kcal 1423 kj
Protein	11,3 g
Carbohydrate	72,3 g
Sugars	0,74 g
Fat	1,7 g
Saturated fat	0,3 g
Salt	0 g
Sodium	0,24 g
Fiber	10 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## FRISELLE

Scaldatelli, friselle, biscotti e mostaccioli sono i tesori che la mia terra sforna ogni giorno. Inizia la giornata a colazione con i golosi biscotti, continua a pranzo mangiando una saporita frisella e concludi la serata con i biscottini in pasta di mandorle o un tenero mostacciolo. E' la Puglia più buona, fatta di farina, zucchero e mandorle, quella del calore e dei profumi del forno che riempiono ogni ora della tua vita. Fatte in un pratico formato per essere mangiate più comodamente, rispetto alle tipiche tonde, ma sempre della stessa fragranza e consistenza.

**Formati:** 100 g, 250 g.

## “FRISELLE”

Scaldatelli, friselle, biscuits and mostaccioli are the treasures that my land produces daily. Start the day at breakfast with delicious cookies, still eating a tasty lunchfrisella and close the evening with cookies in a sweet almond paste or mostaccioli. That's the Apulian taste, made of flour, sugar and almonds, the heat of oven and smells that fill every hour of your life. With the traditional fragrance and texture of the round ones, our friselle are just too easy to eat due to their more practical shape.

**Format:** 100 g, 250 g.

# MIA TERRA

PRODOTTI  
BIOLOGICI  
PUGLIESI  
DA FORNO  
/ BISCOTTI

ORGANIC APULIAN  
BACKED GOOD  
/ BISCUITS



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	502 kcal 2100 kJ
Proteine	7,1 g
Carboidrati	63,5 g
Zuccheri	15,7 g
Grassi	25,3 g
Grassi Saturi	5,9 g
Sale	0 g
Sodio	0,45g
Fibre	2 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	502 kcal 2100 kJ
Protein	7,1 g
Carbohydrate	63,5 g
Sugars	15,7 g
Fat	25,3 g
Saturated fat	5,9 g
Salt	0 g
Sodium	0,45 g
Fiber	2 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## BISCOTTI DA LATTE TIPO KRUMIRI AL FARRO

Scaldatelli, friselle, biscotti e mostaccioli sono i tesori che la mia terra sforna ogni giorno. Inizia la giornata a colazione con i golosi biscotti, continua a pranzo mangiando una saporita frisella e concludi la serata con i biscottini in pasta di mandorle o un tenero mostacciolo. E' la Puglia più buona, fatta di farina, zucchero e mandorle, quella del calore e dei profumi del forno che riempiono ogni ora della tua vita.

**Formati:** 250 g.

## KRUMIRI NATURAL SPELT MILK BISCRUITS

Scaldatelli, friselle, biscuits and mostaccioli are the treasures that my land produces daily. Start the day at breakfast with delicious cookies, still eating a tasty lunchfrisella and close the evening with cookies in a sweet almond paste or mostaccioli. That's the Apulian taste, made of flour, sugar and almonds, the heat of oven and smells that fill every hour of your life.

**Format:** 250 g.

# MIA TERRA

PRODOTTI  
BIOLOGICI  
PUGLIESI  
DA FORNO  
/ BISCOTTI

ORGANIC APULIAN  
BACKED GOOD  
/ BISCUITS



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	502 kcal 2100 kj
Proteine	6,1 g
Carboidrati	64,5 g
Zuccheri	15,8 g
Grassi	24,1 g
Grassi Saturi	6,1 g
Sale	0 g
Sodio	0,45g
Fibre	1,8 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kj - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	502 kcal 2100 kj
Protein	6,1 g
Carbohydrate	64,5 g
Sugars	15,8 g
Fat	24,1 g
Saturated fat	6,1 g
Salt	0 g
Sodium	0,45 g
Fiber	1,8 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kj / 2000 kcal)

## BISCOTTI DA LATTE TIPO KRUMIRI

Scaldatelli, friselle, biscotti e mostaccioli sono i tesori che la mia terra sforna ogni giorno. Inizia la giornata a colazione con i golosi biscotti, continua a pranzo mangiando una saporita frisella e concludi la serata con i biscottini in pasta di mandorle o un tenero mostacciolo. E' la Puglia più buona, fatta di farina, zucchero e mandorle, quella del calore e dei profumi del forno che riempiono ogni ora della tua vita.

**Formati:** 250 g.

## KRUMIRI NATURAL MILK BISCUITS

Scaldatelli, friselle, biscuits and mostaccioli are the treasures that my land produces daily. Start the day at breakfast with delicious cookies, still eating a tasty lunchfrisella and close the evening with cookies in a sweet almond paste or mostaccioli. That's the Apulian taste, made of flour, sugar and almonds, the heat of oven and smells that fill every hour of your life.

**Format:** 250 g.

# MIA TERRA

PRODOTTI  
BIOLOGICI  
PUGLIESI  
DA FORNO  
/ BISCOTTI

ORGANIC APULIAN  
BACKED GOOD  
/ BISCUITS



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	291 kcal 1218 kj
Proteine	8,20 g
Carboidrati	30,9 g
Zuccheri	4,85 g
Grassi	11,475 g
di cui grassi saturi	6,124 g
di cui grassi monoinsaturi	2,692 g
di cui grassi polinsaturi	2,659 g
Sale	1,32 g
Sodio	0,31 g
Potassio	1,8 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	291 kcal 1218 kj
Protein	8,20 g
Carbohydrate	30,9 g
Sugars	4,85 g
Fat	11,475 g
Saturated fat	6,124 g
Monounsaturated fat	2,692 g
Polysaturated fat	2,659 g
Salt	1,32 g
Sodium	0,31 g
Fiber	1,8 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## PIZZA A SETTE SFOGLIE

Scaldatelli, friselle, biscotti e mostaccioli sono i tesori che la mia terra sforna ogni giorno. Inizia la giornata a colazione con i golosi biscotti, continua a pranzo mangiando una saporita frisella e concludi la serata con i biscottini in pasta di mandorle o un tenero mostacciolo. E' la Puglia più buona, fatta di farina, zucchero e mandorle, quella del calore e dei profumi del forno che riempiono ogni ora della tua vita.

**Formati:** 120 g.

## SEVEN LAYER CAKE

Scaldatelli, friselle, biscuits and mostaccioli are the treasures that my land produces daily. Start the day at breakfast with delicious cookies, still eating a tasty lunchfrisella and close the evening with cookies in a sweet almond paste or mostaccioli. That's the Apulian taste, made of flour, sugar and almonds, the heat of oven and smells that fill every hour of your life.

**Format:** 120 g.

# MIA TERRA

## OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA BIOLOGICO PUGLIESE

ORGANIC APULIAN  
EXTRA VIRGIN  
OLIVE OIL



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	824 kcal 3389 kJ
Proteine	8,73 g
Carboidrati	0 g
Grassi	91,60 g
Saturi	13,80 g
Monoinsaturi	68,5 g
Polinsaturi	9,30 g
Fibre	0 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	824 kcal 3389 kJ
Protein	8,73 g
Carbohydrate	0 g
Fat	91,60 g
Saturated	13,80 g
Monounsaturated	68,5 g
Polysaturated	9,30 g
Fiber	0 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA

Pensi olio e pensi alla Puglia, alle distese di olivi confinate nei muretti a secco, col mare accanto. L'extravergine da noi è più che alimento : è il paesaggio che porti negli occhi. Il nostro olio è fatto con la varietà Coratina, la più ricca in assoluto in polifenoli antiossidanti : a loro è dovuto il sapore leggermente piccante che arricchisce a crudo minestre e legumi. Il gusto è deciso, il profumo netto : lo ricorderai a lungo, come una cosa buona, come la Puglia. Date le caratteristiche organolettiche ed i bassi perossidi, potresti utilizzarlo nei modi più svariati, anche per frittture di pesce "leggerissime". Indicato per condirci insalate o da mettere a crudo su "pesce azzurro".

**Formati:** 250 ml.

## EXTRA VIRGIN OLIVE OIL

Think of oil and think of Puglia, the expanses of olive trees confined by dry stone walls, near the sea. The extra oil by us is more than food: it is the image you have in your eyes. Our oil is produced with the Coratina variety, the richest in antioxidants polyphenols: they are due to the slightly spicy flavour that enriches in a raw way soups and pulses. The taste is firm, clean the scent: you will remember for long, as a good thing, such as Puglia. Suitable for dressing salads as well as cooked "oily fish".

**Format:** 250 ml.

# MIA TERRA

## OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA BIOLOGICO PUGLIESE

ORGANIC APULIAN  
EXTRA VIRGIN  
OLIVE OIL



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	824 kcal 3389 kj
Proteine	8,7 g
Carboidrati	0 g
Grassi	91,6 g
Saturi	13,8 g
Monoinsaturi	68,5 g
Polinsaturi	9,3 g
Fibre	0 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	824 kcal 3389 kj
Protein	8,7 g
Carbohydrate	0 g
Fat	91,6 g
Saturated	13,8 g
Monounsaturated	68,5 g
Polysaturated	9,3 g
Fiber	0 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA

Pensioloepensi alla Puglia, alle distese di ulivi confinate nei muretti a secco, col mare accanto. L'extravergine da noi è più che alimento: è il paesaggio che porti negli occhi. Il nostro olio è fatto con la varietà Coratina, la più ricca in assoluto in polifenoli antiossidanti: a loro è dovuto il sapore leggermente piccante che arricchisce a crudo minestre e legumi. Il gusto è deciso, il profumo netto: lo ricorderai a lungo, come una cosa buona, come la Puglia. Date le caratteristiche organolettiche ed i bassi perossidi, potresti utilizzarlo nei modi più svariati, anche per frittura di pesce "leggerissime". Ottimo come condimento a crudo, ma potresti tranquillamente utilizzarlo anche in cucina.

**Formati:** 750 ml.

## EXTRA VIRGIN OLIVE OIL

Think of oil and think of Puglia, the expanses of olive trees confined by dry stone walls, near the sea. The extra oil by us is more than food: it is the image you have in your eyes. Our oil is produced with the Coratina variety, the richest in antioxidants polyphenols: they are due to the slightly spicy flavour that enriches in a raw way soups and pulses. The taste is firm, clean the scent: you will remember for long, as a good thing, such as Puglia. Excellent as a dressing and for cooking.

**Format:** 750 ml.

# MIA TERRA

## OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA BIOLOGICO PUGLIESE

ORGANIC APULIAN  
EXTRA VIRGIN  
OLIVE OIL



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	824 kcal 3389 kJ
Proteine	8,73 g
Carboidrati	0 g
Zuccheri	0 g
Grassi	91,60 g
Saturi	13,80 g
Monosaturi	68,5 g
Polinsaturi	<9,30 g
Fibre	0 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	824 kcal 3389 kJ
Protein	8,73 g
Carbohydrate	0 g
Sugars	0 g
Fat	91,60 g
Saturated	13,80 g
Monounsaturated	68,5 g
Polysaturated	<9,30 g
Fiber	0 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA

Pensi olio e pensi alla Puglia, alle distese di olivi confinate nei muretti a secco, col mare accanto. L'extravergine da noi è più che alimento : è il paesaggio che porti negli occhi. Il nostro olio è fatto con la varietà Coratina, la più ricca in assoluto in polifenoli antiossidanti : a loro è dovuto il sapore leggermente piccante che arricchisce a crudo minestre e legumi. Il gusto è deciso, il profumo netto : lo ricorderai a lungo, come una cosa buona, come la Puglia. Date le caratteristiche organolettiche ed i bassi perossidi, potresti utilizzarlo nei modi più svariati, anche per frittore di pesce "leggerissime".

**Formati:** 3 L, 5 L.

## EXTRA VIRGIN OLIVE OIL

Think of oil and think of Puglia, the expanses of olive trees confined by dry stone walls, near the sea. The extra oil by us is more than food: it is the image you have in your eyes. Our oil is produced with the Coratina variety, the richest in antioxidants polyphenols: they are due to the slightly spicy flavour that enriches in a raw way soups and pulses. The taste is firm, clean the scent : you will remember for long, as a good thing, such as Puglia. With its organoleptic properties and low concentration of peroxide, this EVO is versatile. Excellent for making "very light" fried fish.

**Format:** 3 L, 5 L.

# MIA TERRA

## PASTA E FARINE BIOLOGICHE PUGLIESI / PASTA

ORGANIC APULIAN  
PASTA AND FLOURS  
/ PASTA



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	337 kcal 1447 kJ
Proteine	12,5 g
Carboidrati	67,2 g
Zuccheri	0 g
Grassi	2 g
Saturi	0,5 g
Sale	0 g
Sodio	0 g
Fibre	6 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	337 kcal 1447 kJ
Protein	12,5 g
Carbohydrate	67,2 g
Sugars	0 g
Fat	2 g
Saturated fat	0,5 g
Salt	0 g
Sodium	0 g
Fiber	6 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## CAVATELLI “SENATORE CAPPELLI”

La pasta migliore si fa solo col grano duro di Puglia. Per le nostre orecchiette, cavatelli e cicatelli, usiamo solo la varietà Senatore Cappelli, macinata a pietra. La pasta ricca di amido, tiene perfettamente la cottura e trattiene il condimento. Assaggiatela con un filo d'olio o conditela con la nostra passata per riscoprire il vero sapore del grano. Famosi i cavatelli con la rucola, inzuppati in un sugo fresco, fatto con la nostra passata di pomodoro, bella densa. Il tempo di cottura necessario è di 11 minuti.

**Formati:** 500 g.

## HANDMADE PASTA CAVATELLI “SENATORE CAPPELLI”

The best pasta is made only with durum wheat of Puglia. For our orecchiette, cavatelli and cicatelli, we use only the “Senatore Cappelli” breed, stone-ground. The pasta, rich in starch, it keeps perfectly cooked and holds the sauce. Taste it with a olive oil and season with our tomato sauce to discover the true flavor of wheat. This pasta is perfect for making the traditional and popular, “Cavatelli e Rucola” dish. Boil for 11 minutes, and prepare with our thick and hearty tomato passata (purée).

**Format:** 500 g.

# MIATERRA

## PASTA E FARINE BIOLOGICHE PUGLIESI / PASTA

ORGANIC APULIAN  
PASTA AND FLOURS  
/ PASTA



<b>Tabella Nutrizionale</b>	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	337 kcal 1447 kj
Proteine	12,5 g
Carboidrati	67,2 g
Zuccheri	0 g
Grassi	2 g
Saturi	0,5 g
Sale	0 g
Sodio	0 g
Fibre	6 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

<b>Nutrition Facts</b>	
Amount per serving size 100 g	
Calories	337 kcal 1447 kj
Protein	12,5 g
Carbohydrate	67,2 g
Sugars	0 g
Fat	2 g
Saturated fat	0,5 g
Salt	0 g
Sodium	0 g
Fiber	6 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

### CICATELLI “SENATORE CAPPELLI”

La pasta migliore si fa solo col grano duro di Puglia. Per le nostre orecchiette, cavatelli e cicatelli, usiamo solo la varietà Senatore Cappelli, macinata a pietra. La pasta ricca di amido, tiene perfettamente la cottura e trattiene il condimento. Assaggiatela con un filo d'olio o conditela con la nostra passata per riscoprire il vero sapore del grano. Dalle nostre parti siamo soliti accompagnarli a legumi, magari con un filo d'olio extravergine crudo sopra. Il tempo di cottura necessario è di 11 minuti.

**Formati:** 500 g.

### HANDMADE PASTA CICATELLI “SENATORE CAPPELLI”

The best pasta is made only with durum wheat of Puglia. For our orecchiette, cavatelli and cicatelli, we use only the “Senatore Cappelli” breed, stone-ground. The pasta, rich in starch, it keeps perfectly cooked and holds the sauce. Taste it with a olive oil and season with our tomato sauce to discover the true flavor of wheat. In Apulia, we love to eat this pasta with legumes and a drizzle of our extra virgin olive oil above. Cooking time: 11 minutes.

**Format:** 500 g.

# MIA TERRA

## PASTA E FARINE BIOLOGICHE PUGLIESI / PASTA

ORGANIC APULIAN  
PASTA AND FLOURS  
/ PASTA



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	337 kcal 1447 kJ
Proteine	12,5 g
Carboidrati	67,2 g
Zuccheri	0 g
Grassi	2 g
Saturi	0,5 g
Sale	0 g
Sodio	0 g
Fibre	6 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	337 kcal 1447 kJ
Protein	12,5 g
Carbohydrate	67,2 g
Sugars	0 g
Fat	2 g
Saturated fat	0,5 g
Salt	0 g
Sodium	0 g
Fiber	6 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## ORECCHIETTE “SENATORE CAPPELLI”

La pasta migliore si fa solo col grano duro di Puglia. Per le nostre orecchiette, cavatelli e cicatelli, usiamo solo la varietà Senatore Cappelli, macinata a pietra. La pasta ricca di amido, tiene perfettamente la cottura e trattiene il condimento. Assaggiatela con un filo d'olio o conditela con la nostra passata per riscoprire il vero sapore del grano. Potresti unirle a delle cime di rapa, leggermente stufate, o delle altre verdure, come le cime o i broccoli, anche al naturale, ossia nell'acqua che bolle metti prima la verdura lavata e selezionata, dopo 10 minuti circa aggiungi le orecchiette, poi le scoli e ci aggiungi un po' del nostro olio extra-vergine di oliva...e buon appetito!

**Formati:** 500 g.

## HANDMADE PASTA ORECCHIETTE “SENATORE CAPPELLI”

The best pasta is made only with durum wheat of Puglia. For our orecchiette, cavatelli and cicatelli, we use only the “Senatore Cappelli” breed, stone-ground. The pasta, rich in starch, it keeps perfectly cooked and holds the sauce. Taste it with a olive oil and season with our tomato sauce to discover the true flavor of wheat. An excellent pasta to prepare with slightly stewed broccoli rabe, or broccoli and turnip greens. Boil your selected, raw vegetables for 10 minutes and then add your orecchiette pasta. Drain and drizzle with our extra virgin olive oil and enjoy!

**Format:** 500 g.

# MIATERRA

## PASTA E FARINE BIOLOGICHE PUGLIESI / FARINE

ORGANIC APULIAN  
PASTA AND FLOURS  
/ FLOURS



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	344 kcal 1460 kj
Proteine	13,6 g
Carboidrati	68,8 g
Zuccheri	0 g
Grassi	1 g
Grassi saturi	0,1 g
Sale	0 g
Sodio	0,001 g
Fibre	4,3 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	344 kcal 1460 kj
Protein	13,6 g
Carbohydrate	68,8 g
Sugars	0 g
Fat	1 g
Saturated fat	0,1 g
Salt	0 g
Sodium	0,001 g
Fiber	4 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

### FARINA TIPO I “GENTILROSSO”

I campi di grano dorato accolgono chi arriva d'estate in Puglia. E' un benvenuto festoso come una tavola imbandita che profuma di pasta e di pane. Le nostre farine provengono da antiche varietà selezionate nel tempo come il Gentilrosso o il grano duro Senatore Cappelli. Coltivati con metodo biologico, i chicchi vengono macinati a pietra, per preservarne le naturali proprietà nutrienti. Dal colore brunoastore, rende un impasto ideale per focacce e pasta fatta in casa a cui potresti aggiungere verdure leggermente stufate.

**Formati:** 1 kg, 5 kg, 25 kg.

### FLOUR TYPE I “GENTILROSSO”

The fields of golden wheat welcome those coming summer in Apulia. It is a joyous welcome as a table that scent of of pasta and bread. Our meals come from ancient breed selected over times as the Gentil Rosso or Senatore Cappelli durum wheat. Organically grown, the beans are stone-crushed, to preserve the natural nourishing properties. This brownish-colored flour is suitable for baking cakes or making homemade pasta to enjoy with slightly stewed vegetables.

**Format:** 1 kg, 5 kg, 25 kg.

# MIATERRA

## PASTA E FARINE BIOLOGICHE PUGLIESI / FARINE

ORGANIC APULIAN  
PASTA AND FLOURS  
/ FLOURS



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	341 kcal 1448 kj
Proteine	9,6 g
Carboidrati	73,3 g
Zuccheri	0 g
Grassi	1 g
Grassi saturi	0,1 g
Sale	0 g
Sodio	0,001 g
Fibre	0,8 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	341 kcal 1448 kj
Protein	9,6 g
Carbohydrate	73,3 g
Sugars	0 g
Fat	1 g
Saturated fat	0,1 g
Salt	0 g
Sodium	0,001 g
Fiber	0,8 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## SEMOLA INTEGRALE “SENATORE CAPPELLI”

I campi di grano dorato accolgono chi arriva d'estate in Puglia. E' un benvenuto festoso come una tavola imbandita che profuma di pasta e di pane. Le nostre farine provengono da antiche varietà selezionate nel tempo come il Gentilrosso o il grano duro Senatore Cappelli. Coltivati con metodo biologico, i chicchi vengono macinati a pietra, per preservarne le naturali proprietà nutrienti. Ottima per farci pasta o pane, ma sembrerà strano, anche dolci, famoso il plumcake con scorza d'arancia, fatto con semola integrale “Senatore Cappelli”. La ricetta è quella del classico plumcake, ma basta aggiungere un po' più d'acqua e lasciarla lievitare un'ora in più.

**Formati:** 1 kg, 5 kg, 25 kg.

## WHOLE GRAIN DURUM WHEAT SEMOLINA “SENATORE CAPPELLI”

The fields of golden wheat welcome those coming summer in Apulia. It is a joyous welcome as a table that scent of of pasta and bread. Our meals come from ancient breed selected over times as the Gentil Rosso or Senatore Cappelli durum wheat. Organically grown, the beans are stone-crushed, to preserve the natural nourishing properties. Excellent for making homemade pasta, bread and even pastries, such as the popular plum cake with orange zest, made with durum whole wheat flour “Senatore Cappelli” don't forget to modify the traditional plum cake recipe by adding more water to the dough and allowing it to rise for an additional hour! It is worth the wait.

**Format:** 1 kg, 5 kg, 25 kg.

# MIATERRA

## PASTA E FARINE BIOLOGICHE PUGLIESI / FARINE

ORGANIC APULIAN  
PASTA AND FLOURS  
/ FLOURS



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	341 kcal 1448 kj
Proteine	9,6 g
Carboidrati	73,3 g
Zuccheri	0 g
Grassi	1 g
Grassi saturi	0,1 g
Sale	0 g
Sodio	0,001 g
Fibre	0,8 g
Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)	

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	341 kcal 1448 kj
Protein	9,6 g
Carbohydrate	73,3 g
Sugars	0 g
Fat	1 g
Saturated fat	0,1 g
Salt	0 g
Sodium	0,001 g
Fiber	0,8 g
Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)	

## SEMOLA RIMACINATA “SENATORE CAPPELLI”

I campi di grano dorato accolgono chi arriva d'estate in Puglia. E' un benvenuto festoso come una tavola imbandita che profuma di pasta e di pane. Le nostre farine provengono da antiche varietà selezionate nel tempo come il Gentilrosso o il grano duro Senatore Cappelli. Coltivati con metodo biologico, i chicchi vengono macinati a pietra, per preservarne le naturali proprietà nutrienti. Ottima per farci pasta o anche dolci

**Formati:** 1 kg, 5 kg, 25 kg.

## DURUM WHEAT SEMOLINA “SENATORE CAPPELLI”

The fields of golden wheat welcome those coming summer in Apulia. It is a joyous welcome as a table that scent of of pasta and bread. Our meals come from ancient breed selected over times as the Gentil Rosso or Senatore Cappelli durum wheat. Organically grown, the beans are stone-crushed, to preserve the natural nourishing properties. A beautiful foundation for making pasta or pastries.

**Format:** 1 kg, 5 kg, 25 kg.

# MIA TERRA

## PASTA E FARINE BIOLOGICHE PUGLIESI / FARINE

ORGANIC APULIAN  
PASTA AND FLOURS  
/ FLOURS



<b>Tabella Nutrizionale</b>	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	338 kcal 1400 kj
Proteine	14,57 g
Carboidrati	70,19 g
Zuccheri	6,82 g
Grassi	2,43 g
Monounsaturi	0,445 g
Polinsaturi	0 g
Fibra alimentare	10,7 g
Sodio	0 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

<b>Nutrition Facts</b>	
Amount per serving size 100 g	
Calories	338 kcal  1400 kj
Protein	14,57g
Carbohydrate	70,19 g
Sugars	6,82 g
Fat	2,43 g
Monounsaturated fat	0,445 g
Polinsaturated fat	0 g
Fiber	10,7 g
Sodium	0 g

Percent daily values ar based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## FARINA DI FARRO

I campi di grano dorato accolgono chi arriva d'estate in Puglia. E' un benvenuto festoso come una tavola imbandita che profuma di pasta e di pane. Le nostre farine provengono da antiche varietà selezionate nel tempo come il Gentilrosso o il grano duro Senatore Cappelli. Coltivati con metodo biologico, i chicchi vengono macinati a pietra, per preservarne le naturali proprietà nutrienti.

**Formati:** 1 kg, 5 kg, 25 kg.

## SPELT FLOUR

The fields of golden wheat welcome those coming summer in Apulia. It is a joyous welcome as a table that scent of of pasta and bread. Our meals come from ancient breed selected over times as the Gentil Rosso or Senatore Cappelli durum wheat. Organically grown, the beans are stone-crushed, to preserve the natural nourishing properties.

**Format:** 1 kg, 5 kg, 25 kg.

# MIATERRA

## PIATTI PRONTI BIOLOGICI PUGLIESI

### ORGANIC APULIAN READY MEALS



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	126 kcal 529 kj
Grassi	4,9 g
di cui grassi Saturi	2,1 g
di cui grassi Monoinsaturi	1,5 g
di cui grassi Polinsaturi	1,4 g
Carboidrati	17,31 g
di cui zuccheri	0,85 g
Fibre	1,8 g
Proteine	4,41 g
Sale	1,32 g
Sodio	0,31 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	126 kcal 529 kj
Fat	4,9 g
Saturated fat	2,1 g
Monounsaturated fat	1,5 g
Polinsaturated fat	1,4 g
Carbohydrate	17,31 g
Sugars	0,85 g
Fiber	1,8 g
Protein	4,41 g
Salt	1,32 g
Sodium	0,31 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## CICATELLI E FAGIOLI

Il sole della Puglia, la sua terra e la sua acqua fanno crescere e maturare frutti unici.

Le verdure hanno un sapore diverso, tipico, che difficilmente troverai da altre parti; i legumi ed il nostro olio sono i caratteri salienti della nostra dieta mediterranea.

Il mondo ormai ce la invidia.

Da noi si mangia così, tutti i giorni!

Nei suoi campi puoi trovare anche il grano duro Senatore Cappelli Antico per nascita ma attualissimo per le sue innumerevoli e salutari applicazioni.

Così abbiamo creato i nostri piatti pronti, i fagioli con i cicatelli e le fave bianche con la cicoria.

Se non le provi con un goccio di olio crudo sopra, non puoi sapere cosa sono.

**Formati:** 150 g, 250 g, 1 Kg.

## CICATELLI AND ORGANIC BEANS

The sun, the fields and the water of Apulia let unique fruits grow and mature.

The vegetables have a different flavor, typically for this region, which you can hardly find somewhere else; the legume and our oil are the top of our Mediterranean kitchen!

The entire world envies us therefore! On the fields of Apulia you can also find hard wheat „Senatore Cappelli“. It is an ancient wheat but very popular because of its numerous and healthy applications.

So we have created our finished dishes, the beans with Cicatelli and white beans with cicoria.

If you don't try them with raw olive oil, no way you understand what they are!

**Format:** 150 g, 250 g, 1 Kg.

# MIATERRA

PIATTI  
PRONTI  
BIOLOGICI  
PUGLIESI

ORGANIC APULIAN  
READY MEALS



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	179 kcal 751 kJ
Grassi	6,54 g
di cui grassi Saturi	4,14 g
di cui grassi Monoinsaturi	1,5 g
di cui grassi Polinsaturi	1 g
Carboidrati	37,75 g
di cui zuccheri	6,85 g
Fibre	1,8 g
Proteine	8,76 g
Sale	1,32 g
Potassio	0,31 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	179 kcal 751 kJ
Fat	6,54 g
Saturated fat	4,14 g
Monounsaturated fat	1,5 g
Polinsaturated fat	1 g
Carbohydrate	37,75 g
Sugars	6,85 g
Fiber	1,8 g
Protein	8,76 g
Salt	1,32 g
Sodium	0,31 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## ORECCHIETTE E CIME DI RAPA

Il sole della Puglia, la sua terra e la sua acqua fanno crescere e maturare frutti unici.

Le verdure hanno un sapore diverso, tipico, che difficilmente troverai da altre parti; i legumi ed il nostro olio sono i caratteri salienti della nostra dieta mediterranea.

Il mondo ormai ce la invidia.

Da noi si mangia così, tutti i giorni!

Nei suoi campi puoi trovare anche il grano duro Senatore Cappelli Antico per nascita ma attualissimo per le sue innumerevoli e salutari applicazioni.

Così abbiamo creato i nostri piatti pronti, i fagioli con i cicatelli e le fave bianche con la cicoria.

Se non le provi con un goccio di olio crudo sopra, non puoi sapere cosa sono.

**Formati:** 150 g, 250 g, 1 Kg.

## ORECCHIETTE AND TURNIP GREENS

The sun, the fields and the water of Apulia let unique fruits grow and mature.

The vegetables have a different flavor, typically for this region, which you can hardly find somewhere else; the legume and our oil are the top of our Mediterranean kitchen!

The entire world envies us therefore! On the fields of Apulia you can also find hard wheat „Senatore Cappelli“. It is an ancient wheat but very popular because of its numerous and healthy applications.

So we have created our finished dishes, the beans with Cicatelli and white beans with cicoria.

If you don't try them with raw olive oil, no way you understand what they are!

**Format:** 150 g, 250 g, 1 Kg.

# MIATERRA

PIATTI  
PRONTI  
BIOLOGICI  
PUGLIESI

ORGANIC APULIAN  
READY MEALS



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	162 kcal 679 kJ
Grassi	5,07 g
di cui grassi Saturi	3,07 g
di cui grassi Monoinsaturi	1 g
di cui grassi Polinsaturi	1 g
Carboidrati	12,97 g
di cui zuccheri	4,85 g
Fibre	1,08 g
Proteine	6,18 g
Sale	1 g
Sodio	0,29 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	162 kcal 679 kJ
Fat	5,07 g
Saturated fat	3,07 g
Monounsaturated fat	1 g
Polinsaturated fat	1 g
Carbohydrate	12,97 g
Sugars	4,85 g
Fiber	1,08 g
Protein	6,18 g
Salt	1 g
Sodium	0,29 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## FAVE BIANCHE E CICORIE

Il sole della Puglia, la sua terra e la sua acqua fanno crescere e maturare frutti unici.

Le verdure hanno un sapore diverso, tipico, che difficilmente troverai da altre parti; i legumi ed il nostro olio sono i caratteri salienti della nostra dieta mediterranea.

Il mondo ormai ce la invidia.

Da noi si mangia così, tutti i giorni!

Nei suoi campi puoi trovare anche il grano duro Senatore Cappelli Antico per nascita ma attualissimo per le sue innumerevoli e salutari applicazioni.

Così abbiamo creato i nostri piatti pronti, i fagioli con i cicatelli e le fave bianche con la cicoria.

Se non le provi con un goccio di olio crudo sopra, non puoi sapere cosa sono.

**Formati:** 150 g, 250 g, 1 Kg.

## WHITE BEANS AND CHICORY

The sun, the fields and the water of Apulia let unique fruits grow and mature.

The vegetables have a different flavor, typically for this region, which you can hardly find somewhere else; the legume and our oil are the top of our Mediterranean kitchen!

The entire world envies us therefore!

On the fields of Apulia you can also find hard wheat „Senatore Cappelli“. It is an ancient wheat but very popular because of its numerous and healthy applications.

So we have created our finished dishes, the beans with Cicatelli and white beans with chicoria.

If you don't try them with raw olive oil, no way you understand what they are!

**Format:** 150 g, 250 g, 1 Kg.

# MIATERRA

## VINO BIOLOGICO PUGLIESE

ORGANIC APULIAN  
WINE



### VINO BIANCO “FIANO 100%”

Vino bianco di Puglia da vitigno Fiano. Fresco, profumato e piacevole, è l'ideale compagno di sere d'estate in riva al mare. Tipico della nostra terra, il Fiano è frutto da bere e vino da gustare. Nel bicchiere, ha colore giallo e limpido come il sole: abbinalo sui primi piatti della nostra tradizione e, perché no, bevilo anche come aperitivo. Si esprime al meglio su pesci e crostacei delicati. Da servire a + 8/10°.

**Formati:** 750 ml.

### WHITE WINE FIANO 100%

White wine from Apulian Fiano grape. Fresh, fragrant and nice, is the perfect friend for summer evenings by the sea. Typical of our land, Fiano is fruit to drink and wine to enjoy. In the glass, yellow in color and clear as the sun: match it on the first course of our tradition and why not, drink it as an aperitif. This beautiful white wine pairs perfectly with fish and delicate shellfish. Serving temperature: 8-10 degrees Celsius.

**Format:** 750 ml.

# MIATERRA

VINO  
BIOLOGICO  
PUGLIESE

ORGANIC APULIAN  
WINE



## VINO ROSSO “NERO DI TROIA 100%”

MioNero è vino puro come notte, schietto come il sole, buono come la terra da cui nasce. È Nero di Troia, il vitigno Dauno per eccellenza. Color rubino acceso di intenso profumo che varia dalla confettura di lampone al cioccolato fondente, con note di caffè seguite da tabacco dolce. Di grande struttura, offre al palato tannini setosi in grande equilibrio con una giusta freschezza. Potresti tranquillamente abbinarlo con formaggi a pasta dura e braci di agnello o di manzo. Da servire a + 18 °.

**Formati:** 750 ml.

## BLACK WINE NERO DI TROIA 100%

MioNero is a wine pure like the night, sincere like the sun, as good as the land from which it arises . Nero di Troia is a native species of wine Dauno for excellence. Switched ruby colour of intense perfume ranging from raspberry jam to dark chocolate, with notes of coffee followed by sweet tobacco. Tantalize your palate with the silky tannins and balanced freshness of this structured wine. Enjoy with hard cheese, or barbecued lamb or beef. Serving temperature: 18 degrees Celsius.

**Format:** 750 ml.

# MIA TERRA

## SUCCHI DI FRUTTA BIOLOGICI PUGLIESI

### ORGANIC APULIAN JUICE



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	56 kcal 235 kJ
Grassi	0,1 g
di cui grassi saturi	0 g
Carboidrati	12,5 g
di cui zuccheri	12,5 g
Fibre	3,1 g
Proteine	0,6 g
Sale	0 g
Sodio	0 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	56 kcal 235 kJ
Fat	0,1 g
Saturated fat	0 g
Carbohydrate	12,5 g
Sugars	12,5 g
Fiber	3,1 g
Protein	0,6 g
Salt	0 g
Sodium	0 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## POLPA E SUCCO DI PESCA

Dopo la pioggia ed il freddo dell'inverno sono i primi frutti ad arrivare dalla mia terra. Arrivano assieme, dalla primavera prendono i colori. Il glicine ed il rosa dei loro fiori danno un tocco incredibile ai campi che vestendosi preannunciano il loro arrivo. Ogni giorno puoi seguire il loro accrescimento e con l'intensificarsi del primo caldo estivo inizia il conto alla rovescia della raccolta. Il rosa dei fiori lascia il campo all'arancio ed al rosso delle albicocche e delle pesche. Pronte per essere assaporate appena raccolte o spremute nei nostri succhi, così ricchi e polposi.

**Formati:** 250 ml.

## JUICE AND CHOPPED OF PEACHE

After the rain and the cold of the winter, the first fruits are growing again on my land. They come together and take their colors from the spring. Violet and rose give an amazing touch to the fields that, this way, announce their arrival. You can observe them growing every day and with the intensification of the first summer heat, the countdown for the harvest starts. Pink flowers make space for orange and red, the colors of the apricots and peaches. Ready to savor freshly picked or squeezed in our juices, so rich and fleshy.

**Format:** 250 ml.

# MIA TERRA

## SUCCHI DI FRUTTA BIOLOGICI PUGLIESI

### ORGANIC APULIAN JUICE



Tabella Nutrizionale	
valori per 100 g di prodotto	
Calorie	69 kcal 295 kJ
Grassi	0,1 g
di cui grassi saturi	0 g
Carboidrati	16,5 g
di cui zuccheri	16,5 g
Fibre	3 g
Proteine	0,6 g
Sale	0 g
Sodio	0 g

Assunzioni di riferimento giornaliere di un adulto medio (8400 kJ - 2000 kcal)

Nutrition Facts	
Amount per serving size 100 g	
Calories	69 kcal 295 kJ
Fat	0,1 g
Saturated fat	0 g
Carbohydrate	16,5 g
Sugars	6,5 g
Fiber	3 g
Protein	0,6 g
Salt	0 g
Sodium	0 g

Percent daily values are based on adult calorie diet (8400 kJ / 2000 kcal)

## POLPA E SUCCO DI ALBICOCCA

Dopo la pioggia ed il freddo dell'inverno sono i primi frutti ad arrivare dalla mia terra. Arrivano assieme, dalla primavera prendono i colori. Il glicine ed il rosa dei loro fiori danno un tocco incredibile ai campi che vestendosi preannunciano il loro arrivo. Ogni giorno puoi seguire il loro accrescimento e con l'intensificarsi del primo caldo estivo inizia il conto alla rovescia della raccolta. Il rosa dei fiori lascia il campo all'arancio ed al rosso delle albicocche e delle pesche. Pronte per essere assaporate appena raccolte o spremute nei nostri succhi, così ricchi e polposi.

**Formati:** 250 ml.

## JUICE AND CHOPPED OF APRICOT

After the rain and the cold of the winter, the first fruits are growing again on my land. They come together and take their colors from the spring. Violet and rose give an amazing touch to the fields that, this way, announce their arrival. You can observe them growing every day and with the intensification of the first summer heat, the countdown for the harvest starts. Pink flowers make space for orange and red, the colors of the apricots and peaches. Ready to savor freshly picked or squeezed in our juices, so rich and fleshy.

**Format:** 250 ml.

## VERDURE FRESCHE

FRESH  
VEGETABLES



### CAVOLFIORE

Pensi alla Puglia, alle distese di olivi confinate nei muretti a secco, col mare accanto.

Nel Tavoliere delle Puglie le nostre verdure crescono poco distanti dal mare, in terre di sabbia e ciotoli. Del mare vicino conservano la sapidità naturale che mitiga l'amaro.

Nate nella mia terra, le nostre verdure sono bio, come tutto quello che facciamo.

Il sole della Puglia, la sua terra e la sua acqua fanno crescere e maturare frutti unici.

Le nostre verdure hanno un sapore diverso, tipico, che difficilmente troverai da altre parti.

Gli ordini pervenuti il giovedì saranno evasi il lunedì successivo per una questione di freschezza dei prodotti.

**Formati:** 3 kg, 6 kg.

### CAULIFLOWERS

Think of Puglia, the expanses of olive trees confined by dry stone walls, near the sea.

In Tavoliere of Puglia our vegetables grows near the sea, in lands of sand and pebbles.

From the sea they preserve natural flavour that tempers the bitters.

Picked up in my land, our vegetables iare organic like everything we do.

The sun, the fields and the water of Apulia let unique fruits grow and mature.

Our vegetables have a different flavor, typically for this region, which you can hardly find somewhere else.

Orders received on Thursday will be sent on the following Monday for a fresh product question.

**Format:** 3 kg, 6 kg.

# MIATERRA

## VERDURE FRESCHE

FRESH  
VEGETABLES



### CICORIE

Pensi alla Puglia, alle distese di olivi confinate nei muretti a secco, col mare accanto.

Nel Tavoliere delle Puglie le nostre verdure crescono poco distanti dal mare, in terre di sabbia e ciotoli. Del mare vicino conservano la sapidità naturale che mitiga l'amaro.

Nate nella mia terra, le nostre verdure sono bio, come tutto quello che facciamo.

Il sole della Puglia, la sua terra e la sua acqua fanno crescere e maturare frutti unici.

Le nostre verdure hanno un sapore diverso, tipico, che difficilmente troverai da altre parti.

Gli ordini pervenuti il giovedì saranno evasi il lunedì successivo per una questione di freschezza dei prodotti.

**Formati:** 3 kg, 6 kg.

### CHICORY

Think of Puglia, the expanses of olive trees confined by dry stone walls, near the sea.

In Tavoliere of Puglia our vegetables grows near the sea, in lands of sand and pebbles.

From the sea they preserve natural flavour that tempers the bitters.

Picked up in my land, our vegetables iare organic like everything we do.

The sun, the fields and the water of Apulia let unique fruits grow and mature.

Our vegetables have a different flavor, typically for this region, which you can hardly find somewhere else.

Orders received on Thursday will be sent on the following Monday for a fresh product question.

**Format:** 3 kg, 6 kg.

## VERDURE FRESCHE

FRESH  
VEGETABLES



### CARCIOFI

Pensi alla Puglia, alle distese di olivi confinate nei muretti a secco, col mare accanto.

Nel Tavoliere delle Puglie le nostre verdure crescono poco distanti dal mare, in terre di sabbia e ciotoli. Del mare vicino conservano la sapidità naturale che mitiga l'amaro.

Nate nella mia terra, le nostre verdure sono bio, come tutto quello che facciamo.

Il sole della Puglia, la sua terra e la sua acqua fanno crescere e maturare frutti unici.

Le nostre verdure hanno un sapore diverso, tipico, che difficilmente troverai da altre parti.

Gli ordini pervenuti il giovedì saranno evasi il lunedì successivo per una questione di freschezza dei prodotti.

**Formati:** 3 kg, 6 kg.

### ARTICHOKES

Think of Puglia, the expanses of olive trees confined by dry stone walls, near the sea.

In Tavoliere of Puglia our vegetables grows near the sea, in lands of sand and pebbles.

From the sea they preserve natural flavour that tempers the bitters.

Picked up in my land, our vegetables iare organic like everything we do.

The sun, the fields and the water of Apulia let unique fruits grow and mature.

Our vegetables have a different flavor, typically for this region, which you can hardly find somewhere else.

Orders received on Thursday will be sent on the following Monday for a fresh product question.

**Format:** 3 kg, 6 kg.

VERDURE  
FRESCHEFRESH  
VEGETABLES**MELANZANE**

Pensi alla Puglia, alle distese di olivi confinate nei muretti a secco, col mare accanto.

Nel Tavoliere delle Puglie le nostre verdure crescono poco distanti dal mare, in terre di sabbia e ciotoli. Del mare vicino conservano la sapidità naturale che mitiga l'amaro.

Nate nella mia terra, le nostre verdure sono bio, come tutto quello che facciamo.

Il sole della Puglia, la sua terra e la sua acqua fanno crescere e maturare frutti unici.

Le nostre verdure hanno un sapore diverso, tipico, che difficilmente troverai da altre parti.

Gli ordini pervenuti il giovedì saranno evasi il lunedì successivo per una questione di freschezza dei prodotti.

**Formati:** 3 kg, 6 kg.

**AUBERGINES**

Think of Puglia, the expanses of olive trees confined by dry stone walls, near the sea.

In Tavoliere of Puglia our vegetables grows near the sea, in lands of sand and pebbles.

From the sea they preserve natural flavour that tempers the bitters.

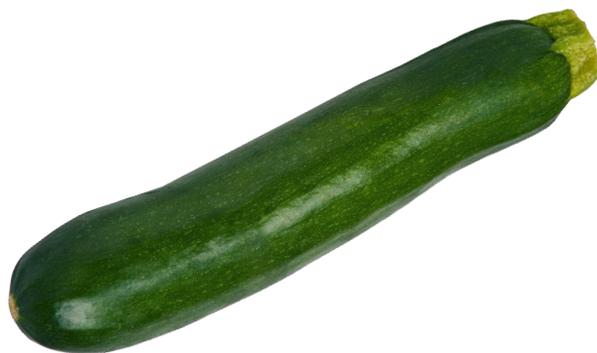
Picked up in my land, our vegetables iare organic like everything we do.

The sun, the fields and the water of Apulia let unique fruits grow and mature.

Our vegetables have a different flavor, typically for this region, which you can hardly find somewhere else.

Orders received on Thursday will be sent on the following Monday for a fresh product question.

**Format:** 3 kg, 6 kg.



## ZUCCHINE

Pensi alla Puglia, alle distese di olivi confinate nei muretti a secco, col mare accanto.

Nel Tavoliere delle Puglie le nostre verdure crescono poco distanti dal mare, in terre di sabbia e ciotoli. Del mare vicino conservano la sapidità naturale che mitiga l'amaro.

Nate nella mia terra, le nostre verdure sono bio, come tutto quello che facciamo.

Il sole della Puglia, la sua terra e la sua acqua fanno crescere e maturare frutti unici.

Le nostre verdure hanno un sapore diverso, tipico, che difficilmente troverai da altre parti.

Gli ordini pervenuti il giovedì saranno evasi il lunedì successivo per una questione di freschezza dei prodotti.

**Formati:** 3 kg, 6 kg.

## ZUCCHINI

Think of Puglia, the expanses of olive trees confined by dry stone walls, near the sea.

In Tavoliere of Puglia our vegetables grows near the sea, in lands of sand and pebbles.

From the sea they preserve natural flavour that tempers the bitters.

Picked up in my land, our vegetables iare organic like everything we do.

The sun, the fields and the water of Apulia let unique fruits grow and mature.

Our vegetables have a different flavor, typically for this region, which you can hardly find somewhere else.

Orders received on Thursday will be sent on the following Monday for a fresh product question.

**Format:** 3 kg, 6 kg.

## VERDURE FRESCHE

FRESH  
VEGETABLES



### CIME DI RAPA

Pensi alla Puglia, alle distese di olivi confinate nei muretti a secco, col mare accanto.

Nel Tavoliere delle Puglie le nostre verdure crescono poco distanti dal mare, in terre di sabbia e ciotoli. Del mare vicino conservano la sapidità naturale che mitiga l'amaro.

Nate nella mia terra, le nostre verdure sono bio, come tutto quello che facciamo.

Il sole della Puglia, la sua terra e la sua acqua fanno crescere e maturare frutti unici.

Le nostre verdure hanno un sapore diverso, tipico, che difficilmente troverai da altre parti.

Gli ordini pervenuti il giovedì saranno evasi il lunedì successivo per una questione di freschezza dei prodotti.

**Formati:** 3 kg, 6 kg.

### TURMIP GREENS

Think of Puglia, the expanses of olive trees confined by dry stone walls, near the sea.

In Tavoliere of Puglia our vegetables grows near the sea, in lands of sand and pebbles.

From the sea they preserve natural flavour that tempers the bitters.

Picked up in my land, our vegetables iare organic like everything we do.

The sun, the fields and the water of Apulia let unique fruits grow and mature.

Our vegetables have a different flavor, typically for this region, which you can hardly find somewhere else.

Orders received on Thursday will be sent on the following Monday for a fresh product question.

**Format:** 3 kg, 6 kg.

# MIATERRA

## VERDURE FRESCHE

FRESH  
VEGETABLES



### VERDURE MISTE

Pensi alla Puglia, alle distese di olivi confinate nei muretti a secco, col mare accanto.

Nel Tavoliere delle Puglie le nostre verdure crescono poco distanti dal mare, in terre di sabbia e ciotoli. Del mare vicino conservano la sapidità naturale che mitiga l'amaro.

Nate nella mia terra, le nostre verdure sono bio, come tutto quello che facciamo.

Il sole della Puglia, la sua terra e la sua acqua fanno crescere e maturare frutti unici.

Le nostre verdure hanno un sapore diverso, tipico, che difficilmente troverai da altre parti.

Gli ordini pervenuti il giovedì saranno evasi il lunedì successivo per una questione di freschezza dei prodotti.

**Formati:** 3 kg, 6 kg.

### MIXED VEGETABLES

Think of Puglia, the expanses of olive trees confined by dry stone walls, near the sea.

In Tavoliere of Puglia our vegetables grows near the sea, in lands of sand and pebbles.

From the sea they preserve natural flavour that tempers the bitters.

Picked up in my land, our vegetables iare organic like everything we do.

The sun, the fields and the water of Apulia let unique fruits grow and mature.

Our vegetables have a different flavor, typically for this region, which you can hardly find somewhere else.

Orders received on Thursday will be sent on the following Monday for a fresh product question.

**Format:** 3 kg, 6 kg.



**CAGER s.r.l. unipersonale**

Via San Ferdinando di Puglia, 19

71042 CERIGNOLA (FG)

+39 0885 411220

[info@miaterra.it](mailto:info@miaterra.it)

P.IVA / C.F. IT03514350713

