

Solo dall'orto prodotti:  
SANI, BUONI E POCO COSTOSI



*Piante da orto controllate e garantite*



### Salute & Benessere

Coltivare un orto, rimuovere le erbacce, annaffiare le insalate fresche o semplicemente guardare i pomodori che maturano, equivalgono a 20 minuti di palestra al giorno! E' una attività fisica che si svolge all'aria aperta e a contatto con la natura e che permette di rilassarsi ed eliminare lo stress. In breve, l'orto è la salute. Oramai lo sanno proprio tutti, gli ortaggi sono la nostra principale fonte di vitamine e ci forniscono anche i minerali essenziali per il corretto funzionamento del nostro corpo. Le verdure, estremamente povere di grassi e calorie, sono un capitale di salute per tutta la famiglia.

### Gusto & Sapore

La raccolta al momento giusto: è questo il vero segreto degli ortaggi di alta qualità. Tutti gli ortaggi perdono buona parte della loro vitamine subito, in poche ore dopo la raccolta. Solo nell'orto si sceglie quando raccogliere le verdure e quando consumarla. La soddisfazione di coltivare i propri ortaggi, il piacere dei sapori ritrovati ed il gusto incomparabile delle verdure appena colte.

*Raccolti gustosi e saporiti in tutte le stagioni, risparmio, benessere e salute a portata di mano.*

### Natura & Ambiente

L'orto è passione per la natura, è sfida al tempo, alle proprie risorse, alla propria fantasia, è soddisfazione nel momento in cui si vedono crescere le coltivazioni e si raccoglie il frutto meritato delle proprie fatiche. L'orto non è solo un luogo di produzione di ortaggi sani, freschi e saporiti, ma è anche una finestra aperta sulla natura e i suoi preziosi insegnamenti. Impariamo ad osservare la natura, a seguire l'evoluzione delle piante, a conoscere il terreno e le varietà per coltivare al meglio il nostro orto familiare.

*L'orto insegna a vivere con più serenità, a vivere il gusto dell'attesa e a rallentare i nostri ritmi.*

### Risparmio & Tendenza

Sono sufficienti 20 metri quadri di terreno per coltivare un orto che doni verdure fresche durante tutto l'arco dell'anno! Nei supermercati un chilo di pomodori a cuore di bue costa circa 3 euro. Con 3 euro si acquistano 3/6 piante da orto che arriveranno a produrre dai 20 ai 40 kg. di pomodoro al costo medio di 10 centesimi al chilogrammo! Un significativo risparmio nel bilancio domestico. Oggi si raccoglie verdura fresca a km zero portando risparmio e qualità sulla nostra tavola.

*Coltivare un pezzetto di terra e vedere crescere i prodotti da noi stessi coltivati dona vigore allo spirito e ripaga... a tavola!*



Azienda Agricola Ortomio  
Tel. 0543.799097 - Fax 0543.799193  
www.ortomio.it - info@ortomio.it