

Veneto

21 FEBBRAIO 2020

Polenta Pasticciata



Ingredienti: polenta (acqua naturale, farina di mais, Olio di oliva extravergine, Sale), sugo al ragù di carni bianchi (pomodoro passata, carne di pollo per spezzatino e ragù, tacchino medaglione, sedano, olio di oliva extravergine, cipolle, carote, farina di frumento tipo 00, sale, erbe aromatiche)

La polenta rappresenta un piatto antico in uso già tra i Sumeri ed in Mesopotamia, dove veniva però preparata con miglio e segale, gli antichi greci invece utilizzavano la farina d'orzo. A seconda delle materie prime disponibili ne esistono infinite varianti sia in Africa che in Asia, ma quella tradizionale italiana è a base di farina di mais. Questa pietanza per secoli ha costituito l'alimento di base della cucina povera, preparata in diverse modalità. In questa versione la polenta pasticciata è affiancata da un sugo al ragù di carni bianche.

Formaggio Grana da tavola

Ingredienti: formaggio grana (latte, sale, caglio, lisozima: proteina dell'uovo)

Il formaggio Grana è un formaggio a pasta dura e granulosa ottenuto dalla caseificazione del latte bovino. Prodotto a partire dal Medioevo, venne chiamato "grana" in virtù della sua pasta punteggiata di granelli bianchi, ovvero piccoli cristalli di calcio residui del latte trasformato. E' un prodotto caseario tipicamente italiano, in particolare della Pianura Padana, esportato in tutto il mondo.



Bieta al tegame

Ingredienti: bieta costa surgelata, cipolle, olio di oliva extravergine, sale, erbe aromatiche

La bietola è una pianta erbacea con foglie grandi e di colore verde brillante. E' una verdura molto valida dal punto di vista nutrizionale in quanto contiene vitamine, fibre, acido folico e Sali minerali.



Cappuccio julienne

Ingredienti: cappuccio, olio di oliva extravergine, sale

Il cavolo cappuccio ha la caratteristica di avere le foglie esterne lisce, concave e serrate, chiuse su loro stesse a formare una palla compatta detta "testa" o "cappuccio"

Frutta Fresca

Ingredienti: frutta fresca di stagione



BUON APPETITO!!