



1/4 persone

36

IL RICETTARIO / PRIMI PIATTI

INGREDIENTI

Stracchino all'antica delle valli orobiche	1 PAX g 87.5	4 PAX g 350
Radicchio	g 62.5	g 250
Cipolla	g 23	g 92
Olio Evo	g 1	g 4
Sale iodato	g 1	g 4
Noci	g 20	g 80
PASTA ALL'UOVO		
Farina 00	g 60	g 240
Uova intere	g 36	g 144
Tuorli d'uovo	g 4	g 16
Olio Evo	g 1	g 4
Sale iodato	g 1	g 4



Tagliatelle con stracchino all'antica delle valli orobiche con radicchio e noci

Greta (In-Presa – Carate Brianza)

PROCEDIMENTO

Per prima cosa preparare la pasta fresca disponendo la farina a fontana e versarci al centro le uova e i tuorli con l'olio e il sale. Sbattere con una forchetta e poi impastare a mano. Avvolgere con pellicola per alimenti e lasciare in frigorifero a riposare.

In una padella, far imbiondire con un filo di olio evo la cipolla tritata. Mantenere la fiamma bassa per non farla bruciare.

Unire il radicchio lavato e tagliato a striscioline, un pizzico di sale. Far saltare 5 minuti a fiamma sostenuta giusto il tempo di far appassire il radicchio. Se necessario aggiungere qualche cucchiaino di acqua.

Riprendere l'impasto e fare le tagliatelle. Cuocere poi la pasta in abbondante acqua salata scolandola due minuti prima del tempo di cottura e tenendo da parte un bicchiere di acqua di cottura.

Versare la pasta nella padella col radicchio e la cipolla e finire di cuocere aggiungendo l'acqua tenuta da parte un po' per volta.

Quando il liquido della padella si sarà quasi del tutto asciugato spegnere la fiamma e unire lo stracchino tagliato a pezzetti e le noci tritate grossolanamente.

Amalgamare gli ingredienti e servire.

MODALITÀ DI COTTURA

Bollire e saltare.

FATTORI NUTRITIVI

Proteine	16,99 %
Lipidi	59,55 %
Glicidi	23,42 %

ALLERGENI

Frutta a guscio, latte e derivati, uova e derivati, glutine.

VALORE ENERGETICO

650 Kcal/PORZIONE

Il piatto presenta un valore calorico importante, ma può essere considerato un piatto unico. Può essere inserito in un pasto abbinandolo ad una porzione di verdura.

Il piatto presenta un contenuto di colesterolo circa 200 mg. Presenta, inoltre, una quantità importante di Vitamina A e Omega-6.

INFORMAZIONI SPECIFICHE A SOSTEGNO DELLA PREVENZIONE DI PATOLOGIE CARDIOVASCOLARI

Gli elementi protettivi sono l'OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA ricco di acido oleico, un grasso monoinsaturo e di vitamina E; le NOCI ricche di acidi grassi mono e polinsaturi (omega 3 -omega 6), vitamine del gruppo B, vitamina E e minerali come calcio, ferro e magnesio; il RADICCHIO ricco di fibra, vitamina A e C e potassio.

COSTI

1 PAX = 3 EURO 4 PAX = 12 EURO

TERRITORIO DI PROVENIENZA

Lombardia.
Stracchino all'antica delle valli orobiche: P.A.T. - Presidio Slow Food.

STAGIONALITÀ

Invernale.

