

GUSTO

così



**comieco**  
Consorzio Nazionale Recupero e Riciclo  
degli Imballaggi a base Cellulosica



Slow Food® Italia



**comieco**  
Consorzio Nazionale Recupero e Riciclo  
degli Imballaggi a base Cellulosica

Rifiuti zero. Sarebbe proprio un bel mondo. Dove ogni risorsa viene utilizzata fino in fondo, senza sprechi.

È un'ambizione a cui dobbiamo tendere ogni giorno, imparando i gesti appropriati, le tecniche giuste. E magari provando a farci raccontare dagli anziani quei principi fondamentali di una economia domestica fatta di rispetto, di cura, di attenzione.

Un calendario appeso in cucina ha il compito di ricordarci le ricorrenze, i compleanni, le feste, le scadenze, gli impegni.

Questo calendario ne ha uno di più: quello di farci riflettere sul modo in cui mangiamo, su quante opportunità ci danno - attraverso un po' di creatività e fantasia - gli ingredienti che, troppo spesso, utilizziamo solo parzialmente. E così abbiamo chiesto ad alcuni fra i più qualificati esponenti della ristorazione in Italia di aiutarci a trasmettere un messaggio delicato e importante: senza sprecare nulla si può mangiare meglio.

Noi di Comieco, che garantiamo il riciclo di carta e cartone in ogni angolo d'Italia, abbiamo fatto della raccolta differenziata e del riutilizzo una missione e sappiamo che i terreni inesplorati sono molti.

Quello della grande cucina è uno dei più sensibili, perché si toccano le corde di emozioni importanti: quelle del gusto e della salute, del rapporto equilibrato con la terra che produce i cibi di cui ci nutriamo e con le stagioni che scandiscono l'anno. Mangiare bene, sano, senza sprechi, nel rispetto del luogo in cui troviamo e delle produzioni che quella terra ci offre.

Per questo è nato Gusto Così, una inedita presentazione di ricette d'autore, raccolte in sei menù ispirati alla filosofia del riciclo e dell'utilizzo ottimale delle risorse.

Riutilizzare gli avanzi di cibo, valorizzare ingredienti che di solito vengono sottoutilizzati o scartati, armonizzare la gestione di una cucina per tendere alla minore produzione possibile di rifiuti e scarti alimentari, tenere conto della stagionalità dei prodotti e della loro impronta ecologica privilegiando i prodotti locali.

Questi i principi che hanno ispirato gli chef di fama internazionale che hanno contribuito con la loro maestria alla creazione di questo ricettario amico del gusto, della qualità e delle risorse ambientali - Franca Checchi, Riccardo De Pra', Rocco Iannone, Davide Oldani, Antonella Ricci, Aldo Trabalza - e il gruppo di lavoro che ha coordinato il progetto, composto da Marianna Corte, Maurizio Baruffi e Stefano Cardini.

A loro vanno i nostri ringraziamenti.

Buon 2009. E buon appetito!

**Carlo Montalbetti**  
Direttore Generale Comieco



**Slow Food® Italia**

La cucina degli avanzi non nasce solo da una ragione economica. Riuso, in casa, del cibo avanzato; amministrazione in un ristorante dei commestibili a disposizione, cotti e stracotti. Nell'economia, c'è l'idea di razionare gli alimenti, e di consumarli totalmente, di costruire nuovi oggetti nutritivi tali da renderne irriconoscibili gli ingredienti. Differire il consumo al giorno seguente, riservare una parte della carne a un secondo pasto, è un modo per conservarla e somministrarla oculatamente. Il fattore tempo è decisivo in questa operazione che pianifica un calendario e reinventa texture, colori e sapori. Avanzo non è solo un materiale residuo, ma il segno di una durata e di un recupero.

Non c'è atto culinario che non porti in sé l'idea di una offerta appetitosa, e la cucina degli avanzi, ne è una, con una peculiarità. Se in un piatto, oltre gli ingredienti, c'è la formula della sua preparazione, questa parte di esso, calcolo dei tagli e dei tempi, studio delle forme e dei colori, resta il segreto del cuoco. Che si tratti di una fetta di manzo o di un risotto, poco importa. Ma se, in una seconda fase, i resti di carne fredda triturati servono a un sugo con pomodoro ovvero i grumoli di riso vengono impastati, spianati e saltati in padella, allora siamo di fronte a un secondo piatto, tanto più appetitoso quanto meno ricorda quello da cui deriva.

La cucina degli avanzi è legittimata dal presupposto che il riuso venga cancellato dalla messa a punto di un nuovo oggetto alimentare. Si tratta di un processo di trasformazione continua in cui ogni tappa prelude a un nuovo assaggio. Il riso cotto con il brodo, poi freddo e molliccio, quindi caldo e croccante, prima bianco o giallo, infine bruno, appare nella sua triplice espressione di un cibo che muta natura, evolve, cancellando le fasi della sua evoluzione.

Il segreto della cucina dei resti è di negare la sua natura residuale. Come se essi non esistessero, il cuoco serve un risotto al salto di cui l'ospite potrebbe domandarsi se era mai stato un risotto o perché non era stato consumato, ma non lo fa e si contenta di intaccare la crosticina con la forchetta. Esito ottimale dell'operazione: non solo l'avanzo è sparito ma ha generato un nuovo alimento. Paradossalmente, questa arte dell'economia porta alla negazione dell'economia.

Chi pensasse a una mistificazione avrebbe torto, ovvero la mistificazione potrebbe consistere solo in un espediente di tipo linguistico. Vendere per appena cotto un cibo riscaldato più volte, ovvero servire un sugo di carne precisando ingredienti ipotetici e tempi fasulli, sono inganni verbali sottoposti alla verifica dell'assaggio. A cose fatte, i resti non esistono o meglio sopravvivono nell'immaginazione di chi ne sospetta l'esistenza e se li attende ovunque, in una pensione in tempo di vacanze, o a casa propria, quando il giorno prima si è lessato un pezzo di manzo.

Ed è proprio così, la cucina degli avanzi non esiste, è semplicemente cucina.

**Alberto Capatti**  
 Rettore Università degli Studi di Scienze Gastronomiche



## Davide Oldani

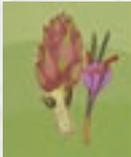
### D'O - La tradizione in cucina

via Magenta 18  
fraz. San Pietro all'Olmo,  
Cornaredo, Milano  
tel. 02.9362209

Davide Oldani, quarantenne milanese, è uno chef sottratto per caso (e per un ginocchio) al calcio professionistico. Per fortuna di chi può apprezzare la sua cucina.

I suoi maestri sono stati Gualtiero Marchesi, Alberto Roux, Alain Ducasse. Nel 2003 ha aperto il D'O, sintesi perfetta fra tradizione e innovazione.

Nella sua biografia, "Cuoco andata e ritorno", edita dal Touring Club, spiega che per riuscire in cucina occorre tenacia, rispetto, organizzazione e soprattutto tanto amore.



## Franca Checchi

### Romano

via Mazzini 120  
Viareggio, Lucca  
tel. 0584.31382

Franca Checchi, viareggina, ha iniziato a lavorare in cucina a 16 anni con il marito, Romano. Insieme hanno aperto il ristorante di famiglia che da più di 40 anni rappresenta un pilastro dell'alta cucina di mare in Italia.

È autodidatta, ma riconosce che deve molto a chi le ha trasmesso l'amore per la cucina, sua mamma Giustina.



## Aldo Trabalza

### Sora Lella

via Ponte Quattro Capi  
Roma  
tel. 06.6861601

Aldo Trabalza, romano de Roma, è da quasi mezzo secolo patron del suo ristorante nel cuore di Roma, sull'isola Tiberina.

Autodidatta, 72 anni, ha da poco ceduto il timone ai suoi 4 figli. Punto di riferimento della cucina tradizionale della capitale.

Appassionato di poesia si è recentemente dedicato alla scrittura della sua autobiografia ricca di aneddoti, ricette e spunti gustosi.



## Antonella Ricci

### Al fornello da Ricci

Contrada Montevicoli  
Ceglie Messapica, Brindisi  
tel. 0831.377104

Antonella Ricci, quarantenne, si è laureata in scienze economiche e bancarie, ma ha scelto di seguire la passione di famiglia. Il ristorante dei Ricci, nato giusto un anno prima di lei, la vede protagonista insieme alla sorella, la sommelier Rossella Ricci, e al marito Vinod Sookar, anche lui chef (con lei nella foto).

Ha frequentato la scuola di un maestro come Paul Bocuse, a Lione.

Vinod Sookar viene dalle Isole Mauritius, ha 36 anni e da dieci vive in Italia. Il suo maestro è Nizam Peerou, mauriziano anche lui.



## Rocco Iannone

### Pappacarbone

via Rosario Senatore 30  
Cava de' Tirreni, Salerno  
tel. 089.466441

Rocco Iannone, 31 anni, è stato allievo di Alain Ducasse a Montecarlo.

Vulcanico sostenitore del made in Italy in cucina, dopo aver lavorato al San Domenico di Imola da 3 anni è chef patron del Pappacarbone di Cava de' Tirreni.

Stella nascente della nuova cucina italiana, con la sua professionalità e il suo entusiasmo contribuisce alle fortune della sua regione, la Campania, che oggi sta vivendo un vero e proprio Rinascimento gastronomico.



## Riccardo De Prà

### Dolada

via Dolada 21  
loc. Plois, Pieve d'Alpago, Belluno  
tel. 0437.479141

Riccardo De Prà, 34 anni, quinta generazione di un'antica famiglia di albergatori e ristoratori. Lavora nelle cucine dei migliori ristoranti italiani ed europei dall'età di 15 anni. Nel 2000, in Giappone, è stato allievo del maestro Hiroisha Koyama.

Ha studiato le caratteristiche chimico-fisiche degli alimenti, sperimentando nuove tecniche culinarie sulla base degli insegnamenti di Ferran Adrià. Contadino e allevatore, crede che per cucinare bene bisogna conoscere la terra e lavorarla e che la ricerca di buone materie prime sia indispensabile per emozionare con il cibo.

foto Moscheni





**gennaio**

**febbraio**

Da**vide Oldani**

D'O - La tradizione in cucina, Cornaredo (MI)

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
29	30	31	01 CAPODANNO	02	03	04
05	06 EPIFANIA	07	08	09	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	01
02	03	04	05	06	07	08
09	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	01
02	03	04	05	06	07	08

### ANTIPASTO

Barigoule di carciofi con salsa di zafferano e gorgonzola cremoso

### PRIMO

Buccia di cedro, pistacchio, semola e riso

### SECONDO

Piedino di maiale, uova di seppia e salsa Albert

### DESSERT

Macedonia di scorzonera, finocchio, carciofo, pera, mela, pompelmo e gelato di topinambur

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

#### BARIGOULE DI CARCIOFI

8 carciofi  
500 ml d'acqua  
100 g di zucchero  
20 g di sale  
100 ml di aceto di vino bianco  
10 grani di pepe nero  
½ limone

#### GORGONZOLA CREMOSO

½ litro di latte  
80 g di parmigiano reggiano grattugiato  
120 g di gorgonzola dolce

#### SALSA DI ZAFFERANO

200 ml di panna  
1 g di zafferano  
5 g di maizena diluita

#### SALSA DI CARCIOFO

scarti dei carciofi  
1 bicchiere di vino bianco  
5 g di maizena diluita

#### COSA SERVE

una gelatiera

### PREPARAZIONE

#### BARIGOULE

Pulite bene i carciofi dalla buccia esterna e dalla barba interna, torniteli e tagliateli in quattro. Tenete da parte gli scarti, eliminando solo le foglie esterne più dure. Nel frattempo preparate la marinatura unendo tra loro l'acqua, lo zucchero, il sale, l'aceto, i grani di pepe nero e il succo di mezzo limone. Quindi cuocete i carciofi mondati per 5 minuti nella marinatura. A cottura ultimata, lasciateli raffreddare in pentola.

#### GORGONZOLA CREMOSO

Portate a ebollizione il latte, togliete dal fuoco e aggiungete il parmigiano e il gorgonzola, frullate bene e passate al colino fine. Trasferite la crema nella vasca della gelatiera e preparate così un gelato morbido al gorgonzola. Riponete il gelato in frigorifero.

#### SALSA DI ZAFFERANO

Togliete i carciofi dalla marinatura che farete ridurre della metà proseguendo la cottura. Tenete da parte 50 ml della riduzione, quindi aggiungetevi la panna e lo zafferano e sobbollite per 2 minuti. Alla fine, per rendere la salsa fluida, aggiungete la maizena diluita in poca acqua tiepida.

#### SALSA DI CARCIOFO

Saltate in padella con un filo di olio gli scarti dei carciofi tagliati a pezzetti. Bagnate con una spruzzata di vino bianco. Aggiungete 3 dl di acqua e cuocete 15 minuti. Fate ridurre la salsa fino a ottenerne la metà; aggiungete la maizena diluita e stemperate con un cucchiaino di legno. Al momento di servire emulsionate la salsa con un filo d'olio.

#### PRESENTAZIONE DEL PIATTO

Versate la salsa di zafferano in un piatto fondo, adagiate i carciofi cotti e terminate con il gorgonzola cremoso e la salsa di carciofi.



Slow Food® Italia



comieco  
Consorzio Nazionale Recupero e Riciclo  
degli Imballaggi a base Cellulosica



marzo

aprile

Aldo Trabalza  
Sora Lella, Roma

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
23	24	25	26	27	28	01
02	03	04	05	06	07	08
09	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	01	02	03	04	05
06	07	08	09	10	11	12 PASQUA
13 LUNEDÌ DELL'ANGELO	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25 LIBERAZIONE	26
27	28	29	30	01	02	03

#### ANTIPASTO

Pancotto alla romana

#### PRIMO

Minestra casareccia

#### SECONDO

Frittata recuperata con contorno di frittelle di foglia

#### DESSERT

Budino di crema "economica" e pane

#### INGREDIENTI PER 6 PERSONE

2 carote di media grandezza  
 2 cipolle bianche  
 2 coste di sedano  
 ½ chilo di pomodori freschi o in barattolo  
 10-15 gambi di carciofo  
 qualche torsolo di broccolo o cavolfiore  
 2 calotte di finocchi con la barbetta  
 un ciuffo di basilico tritato  
 un ciuffo di prezzemolo tritato  
 250 g di pasta mista tritata spezzettata  
 parmigiano reggiano grattugiato  
 olio extra vergine di oliva  
 sale e pepe q.b.

#### PREPARAZIONE

Private della parte fibrosa i gambi dei carciofi, fatelo anche con i torsoli dei broccoli e con le calotte dei finocchi. Tagliateli grossolanamente e lessateli al dente in acqua salata con una costa di sedano, una carota, una piccola cipolla, tutti precedentemente puliti, e un pomodoro frantumato.  
 Proseguite la cottura fino a ottenere un brodo vegetale leggero.  
 Preparate un sugo rosolando insieme al pomodoro un trito di sedano, carota, cipolla, basilico, prezzemolo e un pizzico di sale e di pepe.  
 Dopo 4-5 minuti che il pomodoro è in cottura, unite i gambi di carciofo, i torsoli di broccolo e gli scarti del finocchio sgocciolati, infine la barbetta dei finocchi tenendo da parte il brodo vegetale e ultimate la cottura.  
 Tra i diversi formati di pasta che avete in casa, cercando tra le confezioni già iniziate, mettete insieme 50-60 g di spaghetti, un pugno di penne, un nido di fettuccine o trenette, o ancora reginelle, cannolicchi ecc.  
 Mettete tutta la pasta secca in un canovaccio e con le mani o con un peso (un barattolo di pomodoro), pestate grossolanamente.  
 Ora aggiungete il brodo vegetale al sugo di pomodoro e quando bolle buttate la pasta.  
 A cottura ultimata, completate con formaggio e olio a crudo.

  
 Slow Food® Italia

 **comieco**  
 Consorzio Nazionale Recupero e Riciclo  
 degli Imballaggi a base Cellulosica



**maggio**

**giugno**

**Rocco Iannone**  
Pappacarbone, Cava de' Tirreni (SA)

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
27	28	29	30	01 FESTA DEL LAVORO	02	03
04	05	06	07	08	09	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31
01	02 FESTA DELLA REPUBBLICA	03	04	05	06	07
08	09	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	01	02	03	04	05

#### ANTIPASTO

Gambi di carciofo gratinato con pane di riserva e cotenna di maiale sotto sale

#### PRIMO

Zuppa di baccelli di piselli con pelle di triglie arrostita

#### SECONDO

Polpette di buccia di melanzana viola con scorza di formaggio e acqua di pomodoro

#### DESSERT

Biscotti di ritagli di frolla con scorza di agrumi della Costiera caramellati

#### INGREDIENTI PER 6 PERSONE

250 g di baccelli di piselli  
1 litro di brodo di scarti di verdure  
sale  
olio di oliva  
la pelle di 20 triglie rosse  
1 cipollotto novello  
la polpa di ½ limone

#### PREPARAZIONE

Riducete i baccelli dei piselli a piccoli pezzi e fateli rosolare con il cipollotto novello e l'olio di oliva.

Bagnate con il brodo vegetale e lasciate cuocere per una quarantina di minuti.

Frullate una parte dei baccelli con il loro brodo.

Unite alla crema di piselli ottenuta l'altra parte di brodo completa di baccelli non frullati.

Aggiustate di sale.

Pulite le triglie tenendo da parte la pelle che cuocerete tra due fogli di carta da forno, in padella profumata con la polpa del limone.

#### PRESENTAZIONE DEL PIATTO

Servite in piatti fondi, con la pelle delle triglie adagiata sulla zuppa.



Slow Food® Italia



comieco  
Consorzio Nazionale Recupero e Riciclo  
degli Imballaggi a base Cellulosica



**luglio**

**agosto**

**Franca Checchi**  
Romano, Viareggio (LU)

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
29	30	01	02	03	04	05
06	07	08	09	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	01	02
03	04	05	06	07	08	09
10	11	12	13	14	15 FERRAGOSTO	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	01	02	03	04	05	06

#### ANTIPASTO

Fegatini di nasello con crostini di pane raffermo

#### PRIMO

Bavettine con le uova di triglia

#### SECONDO

Pappa al pomodoro con testa e trippa di pescatrice

#### DESSERT

Salame al cioccolato

#### INGREDIENTI PER 6 PERSONE

##### BRODO DI PESCE

la testa intera della pescatrice e la sua lisca

1 cipolla bianca tonda fresca

1 pomodoro maturo

2 carote

2 coste di sedano con alcune foglie

30 g di olio extra vergine di oliva

2 litri di acqua

peperoncino

sale e pepe

##### PAPPA AL POMODORO

1 kg di pomodori maturi

½ kg di mollica di pane raffermo

150 g di olio extra vergine di oliva

un litro e mezzo di brodo di pesce

peperoncino

1 spicchio di aglio

10 foglie di basilico

1 cipolla bianca tonda

sale e pepe

##### TRIPPA DI PESCATRICE

la trippa della pescatrice

olio extra vergine di oliva

aglio

peperoncino

sale e pepe

#### PREPARAZIONE

##### BRODO DI PESCE

Pulite e sfilettate la pescatrice, lavate la testa e la lisca da ogni impurità, quindi sistemate tutto il pesce in un tegame, lasciando però da parte la trippa. Aggiungete al pesce la cipolla intera, 2 coste di sedano, 2 carote, il pomodoro, l'olio extra vergine di oliva, quindi aggiustate di sale e pepe. Ricoprite con acqua fredda, mettete il recipiente sul fuoco e fate bollire lentamente per circa un'ora.

Alla fine, togliete la testa, spolpandola della "carne commestibile" che terrete da parte al caldo.

Passate attraverso un colino fitto il brodo, facendolo cadere in un recipiente pulito. Usate questo brodo per preparare la pappa al pomodoro.

##### PAPPA AL POMODORO

Scottate in acqua bollente i pomodori maturi, pelateli, privateli dei semi e tagliateli minutamente. Versate in un capace tegame l'olio extra vergine di oliva, l'aglio intero (che verrà poi tolto), il basilico, la cipolla tagliata finemente e un peperoncino.

Rosolate, aggiungendo i pomodori, per circa 15 minuti a fuoco moderato, aggiustando di sale e pepe. Unite la mollica di pane spezzettata e il brodo di pesce; quindi coprite e proseguite per circa 25-30 minuti la cottura, fino a ottenere una "pappa". Mescolate continuamente la crema con un mestolo di legno.

##### TRIPPA DI PESCATRICE

Lavate bene la trippa del pesce in acqua corrente, tagliatela a fettine sottili quindi mettetela in acqua salata in ebollizione per circa 20 minuti. Fatela raffreddare nella propria acqua.

Al momento di servire, saltate la trippa in padella con un filo di olio extra vergine di oliva, un piccolo spicchio di aglio e un pezzettino di peperoncino.

##### PRESENTAZIONE DEL PIATTO

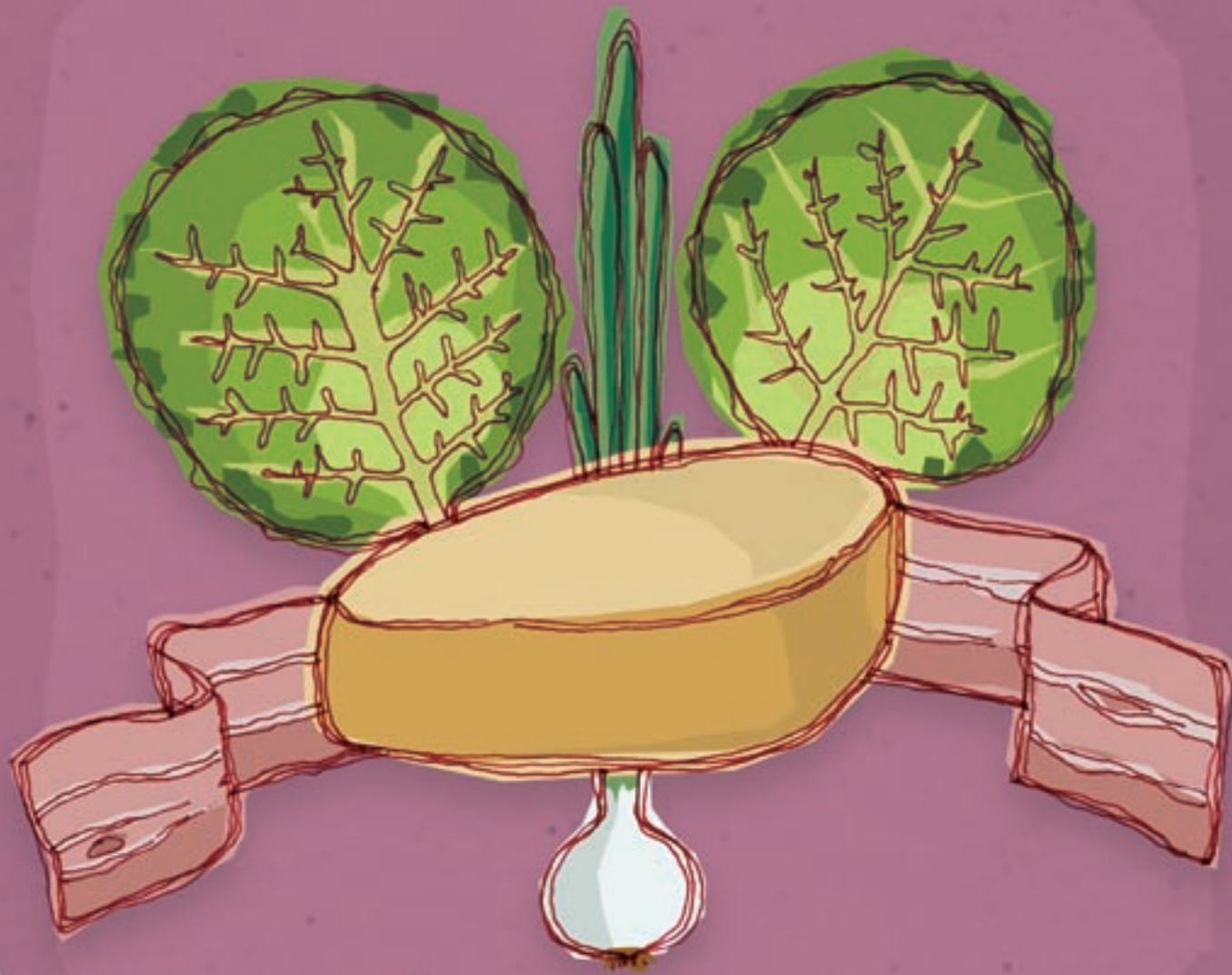
Servite la pappa al pomodoro in singole scodelle, sistemate sopra la polpa della testa e la trippa saltata in padella ben asciutta. Irrorate con un filo di olio extra vergine di oliva.



Slow Food® Italia



comieco  
Consorzio Nazionale Recupero e Riciclo  
degli Imballaggi a base Cellulosica



**settembre**

**ottobre**

**Antonella Ricci**  
Al fornello da Ricci, Ceglie Messapica (BR)

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
31	01	02	03	04	05	06
07	08	09	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	01	02	03	04
05	06	07	08	09	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	01
02	03	04	05	06	07	08

#### ANTIPASTO

Crema di cuore di cavolo bianco e crostini di pelle di pollo al timo

#### PRIMO

Pasta spezzata (spizzaturi) in zuppa di cicerchia al profumo di olio extra vergine novello

#### SECONDO

Filettino di maialino in camicia di foglie di verza, frullato di coste e salsa "al fornello" affumicata

#### DESSERT

Tazza trasparente d'ananas e ritagli di pan di Spagna alla crema morbida gratinata allo zucchero di canna equosolidale

#### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

##### LA CARNE

4 filetti di maiale spessi circa 5 centimetri  
8 foglie di verza privati della costa centrale  
4 fette di pancetta semistagionata  
10 g di sale aromatizzato alle erbe mediterranee  
10 g di olio extra vergine d'oliva Brindisi DoP

##### LA SALSA DI COSTE

150 g di patate lesse setacciate  
5 semi di finocchio selvatico  
8 coste di verza e 2 foglie intere  
10 g di cipollotto fresco  
5 g di aglio tritato  
15 g di olio extra vergine d'oliva  
100 g di brodo vegetale sale e pepe

##### LA FINITURA

15 g di riduzione di mosto cotto di primitivo  
la buccia di 2 patate lavate e lasciate in acqua e ghiaccio per 20 min  
olio extra vergine per friggere

#### PREPARAZIONE

##### LA CARNE

Arrotolate la pancetta intorno al perimetro dei 4 filettini. Scaldate l'olio in una padella e rosolate i filettini dai due lati e intorno, toglieteli dal fuoco e lasciateli sgocciolare su carta assorbente. Salateli con sale aromatico e avvolgeteli con quattro foglie di verza precedentemente sbollentate, passateli in acqua e ghiaccio e infine asciugateli con un canovaccio. Trasferite i fagottini così ottenuti in una teglia e cuoceteli in forno a 180° per circa 8/10 minuti.

##### LA SALSA

Stufate il cipollotto e l'aglio nell'olio, aggiungete la verza lessa e passata in acqua e ghiaccio, unite la patata setacciata, di cui avrete tenuto da parte la buccia; completate il brodo vegetale con i semi di finocchio, sale e pepe e cuocete per 15 minuti a fuoco moderato. Frullate la salsa, setacciatela.

##### FINITURA

Friggete le bucce di patate in olio 1 minuto prima di comporre il piatto.

##### PRESENTAZIONE DEL PIATTO

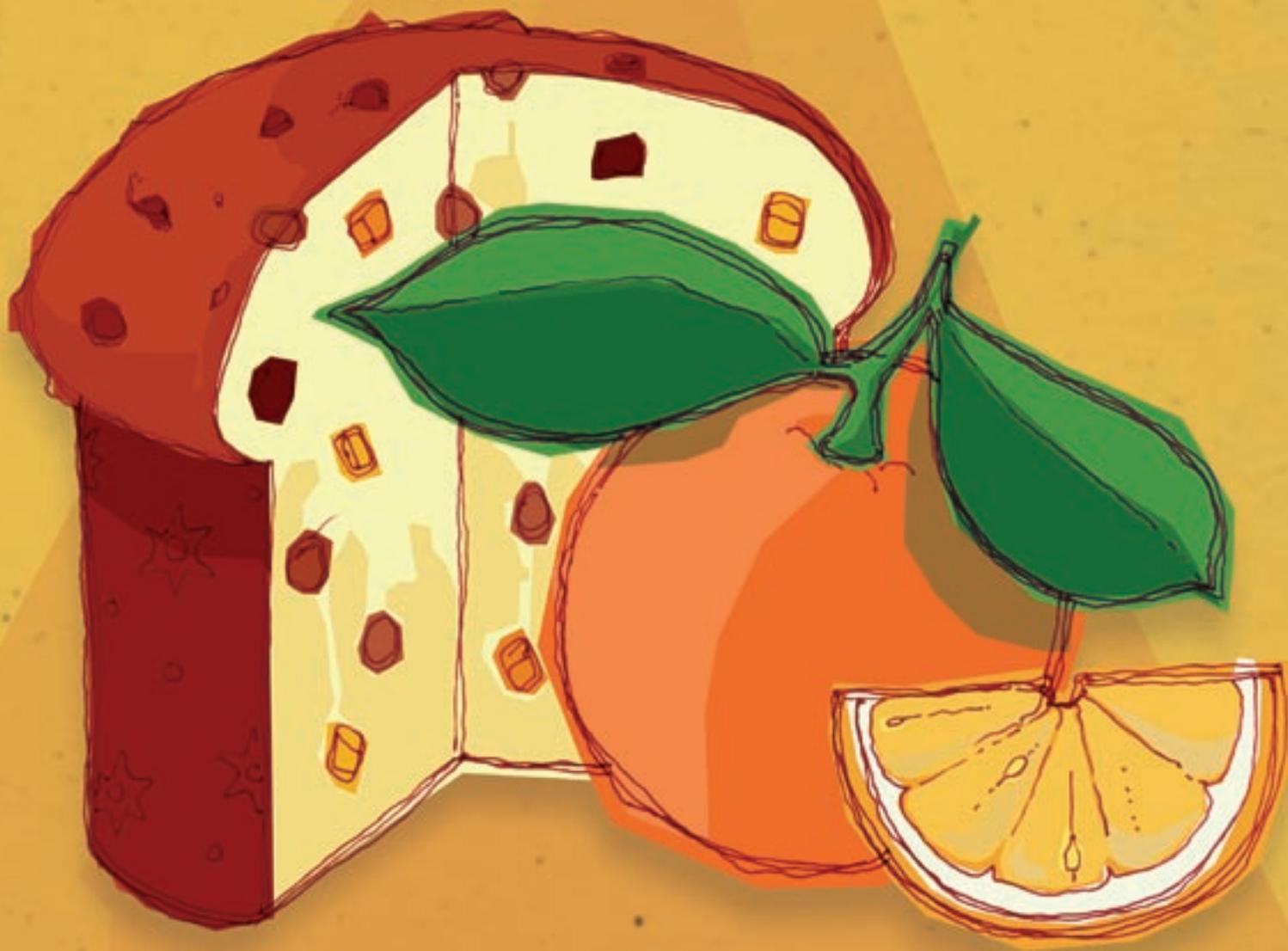
Sistemate il filetto nel piatto con la salsa di coste e la buccia di patate frita. Servite con una riduzione di mosto cotto e un ciuffo di finocchio selvatico fresco.



Slow Food® Italia



**comieco**  
Consorzio Nazionale Recupero e Riciclo  
degli Imballaggi a base Cellulosica



**novembre**

**dicembre**

Riccardo De Prà  
Dolada, Pieve d'Alpago (BL)

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
26	27	28	29	30	31	01 OGNISSANTI
02	03	04	05	06	07	08
09	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	01	02	03	04	05	06
07	08 IMMACOLATA CONCEZIONE	09	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25 NATALE	26 S. STEFANO	27
28	29	30	31	01	02	03

#### ANTIPASTO

Buccia di patate in tempura all'origano con maionese al tartufo nero

#### PRIMO

Gnocchi con rigaglie e semi di zucca

#### SECONDO

Polpettine di maiale al curry e radicchio di Treviso croccante

#### DESSERT

Sformatini di panettone e salsa alle arance

#### INGREDIENTI PER 8 PERSONE

##### SFORMATINI

1 uovo intero più 1 tuorlo  
100 g di panettone raffermo a pezzetti  
350 ml di latte scremato  
100 g di zucchero  
30 g di liquore fior d'agno  
50 g di uvetta sultanina  
buccia d'arancia grattugiata  
15 g di burro  
burro per ungere gli stampi e zucchero per spolverarli

##### SALSA

8-10 arance  
500 ml d'acqua  
500 g di zucchero  
10 g di gelatina in fogli

#### PREPARAZIONE

##### SFORMATINI

Ammollate l'uvetta nell'acqua per 20 minuti. Portate a bollore il latte, aggiungete lo zucchero e versate il tutto in una terrina dove avrete sistemato il panettone spezzettato.

Asciugate bene l'uvetta sultanina e infarinatela leggermente, scuotendo se necessario l'eccesso di farina, quindi aggiungetela al composto.

Quando il composto si sarà raffreddato, setacciate e aggiungete il resto degli ingredienti escluso il burro. Amalgamate bene.

Imburrate gli stampi e spolverizzateli con lo zucchero, quindi versatevi il composto fino a 3/4 di altezza.

Ricoprite con il burro a fiocchetti e infornate a 160° per i primi 20 minuti, dopodiché aumentate la temperatura del forno fino a 180° e cuocete per altri 10 minuti.

##### LA SALSA

Pelate le arance con un pelapatate. Tagliate trasversalmente la buccia ricavando dei sottili bastoncini, quindi sbianchite 3 volte in acqua bollente. Spremete le arance e, in un tegame largo, riducete di un terzo il succo dopo averlo filtrato.

Ammollate la gelatina in acqua fredda, portate a ebollizione acqua e zucchero, togliete dal fuoco e aggiungete tutti gli ingredienti.

##### PRESENTAZIONE DEL PIATTO

Togliete lo sformatino dal forno, quindi lasciatelo intiepidire.

Servite a porzione in ciascun piatto accompagnando con salsa alle arance.



Slow Food® Italia



comieco  
Consorzio Nazionale Recupero e Riciclo  
degli Imballaggi a base Cellulosica

# NON SCARTARE. RICICLA!

## CONSIGLI PER LA RACCOLTA DIFFERENZIATA DI CARTA, CARTONE E CARTONCINO.

La cucina è per vocazione il cuore della casa dove la famiglia si riunisce, dove si cucina e si mangia; ma è anche il luogo dove al ritorno dalla spesa si dividono gli imballaggi dai prodotti che abbiamo acquistato.

Per questo oltre a offrirvi le prelibate ricette degli Chef che avete appena sfogliato, noi di Comieco desideriamo suggerirvi alcuni semplici accorgimenti per una buona ed efficace raccolta differenziata di carta, cartone e cartoncino.

**1.** Riponi carta, cartone e cartoncino negli appositi contenitori: blu, bianchi o di altro colore, l'importante è che ci sia scritto ben chiaro 'CARTA E CARTONE'.

**2.** Rompi le confezioni più grandi e non lasciarle fuori dai contenitori. Faciliterai il lavoro degli operatori di raccolta.

**3.** Gli imballaggi in carta e cartone sono spesso realizzati con materiali diversi: fai una corretta selezione, togliendo etichette adesive, punti metallici e altri materiali come la plastica.

**4.** Materiali con residui di cibo (ad es. la confezione sporca di pizza) non vanno nel contenitore di carta, cartone e cartoncino, ma nell'indifferenziato. Usare materiali puliti vuol dire maggiore qualità del prodotto finale.

**5.** I cartoni per bevande possono essere riciclati. Basta svuotarli, sciacquarli, appiattirli e metterli nell'apposito contenitore per la raccolta differenziata. Per sapere come funziona nel tuo Comune visita il sito [www.tiriciclo.it](http://www.tiriciclo.it)

**6.** Aiutaci a educare i giovani spiegando i benefici della raccolta differenziata.

### Comieco

#### Sede

Via Pompeo Litta, 5  
20122 Milano  
Tel. 02-55024.1  
Fax 02-54050240

#### Uffici di Roma

Via Tomacelli, 132  
00186 Roma  
Tel. 06-681030.1  
Fax 06-68392021

#### Ufficio Sud

c/o ElleGi Service S.r.l.  
Via delle Fratte, 5  
84080 Pellezzano (SA)  
Tel. 089-566836  
Fax 089-568240

### Credits

*Ideazione e coordinamento*  
Marianna Corte e  
Maurizio Baruffi

*Progetto grafico*  
*e illustrazioni*  
Stefano Cardini

stampato su carta riciclata



**comieco**

Consorzio Nazionale Recupero e Riciclo  
degli Imballaggi a base Cellulosica



Slow Food® Italia