

**ISTITUTO PROFESSIONALE STATALE PER I SERVIZI  
ALBERGHIERI E DELLA RISTORAZIONE "Dante ZAPPA"**

Via Manzoni, 4 - 23032 - BORMIO - Tel. 0342-904452 - Fax 0342-904133  
e-mail: [ipssarzappabormio@legalmail.it](mailto:ipssarzappabormio@legalmail.it)  
sito: [www.alberghierabormio.it](http://www.alberghierabormio.it)

**CONCORSO  
"AGROALIMENTARE"**

**ANNO SCOLASTICO 2012 - 2013**

## SOGGETTI COINVOLTI

Referente concorso e docente di cucina	Prof. GHILOTTI Roberto
Docente di Sala	Prof. MINNICINO Salvatore
Cuoco	DE CAMPO Alessandro classe 3^ Enogastronomia
Cuoco	CANTONI Martina classe 3^ Enogastronomia
Cuoco	GASPERI Davide classe 3^ Enogastronomia
Cameriere	PICCAGNONI Laura classe 3^ Sala e vendite
Cameriere	CECINI Doriana classe 3^ Sala e vendite
Sommelier	PEDRANA Graziana classe 3^ Sala e vendite
Con la partecipazione del docente: Tognoli Maria Pia	

**WEB:** [www.alberghierabormio.it](http://www.alberghierabormio.it)

**LINK:** [www.alberghierabormio/attività/menueconcorsi](http://www.alberghierabormio/attività/menueconcorsi)

## OBIETTIVI

- Valorizzare i prodotti tipici del territorio della Provincia di Sondrio
- Implementare la didattica laboratoriale
- Sviluppare la creatività in ambito culinario
- Favorire la crescita professionale degli studenti

## MOTIVAZIONE SCELTA INGREDIENTI E INTERPRETAZIONE GASTRONOMICA

Per la realizzazione delle seguenti proposte culinarie, gli studenti coinvolti hanno utilizzato prodotti caratteristici del territorio della Provincia di Sondrio rivisitando ricette antiche, attualizzandole, senza tuttavia modificarne gli antichi sapori.

Nella preparazione dell'antipasto si è cercato di far risaltare il sapore delicato della **bresaola**, valorizzato con una preparazione semplice e leggera ma resa gustosa dalla presenza delle citronette ai lamponi. La bresaola prodotto altamente proteico e povero di grassi viene servito con delle cips di mele liofilizzate ed una caponatina di zucchine il tutto condito con la salsa ai lamponi ed accompagnato dall'insalata di tarassaco (Il tarassaco ha proprietà amaro-toniche e digestive, stimola, inoltre, le secrezioni di tutte le ghiandole dell'apparato gastroenterico (saliva, succhi gastrici, pancreatici, intestinali) e la muscolatura dell'apparato digerente producendo un'azione lassativa secondaria).

Per l'elaborazione del primo piatto sono stati scelti i seguenti prodotti tipici Valtellinesi: la **farina di mais** che ha un buon apporto calorico e proteico senza fornire glutine, il **formaggio Bitto** D.O.P. semigrasso a pasta dura, la camomilla (Con i fiori di camomilla si preparano infusi notoriamente adoperati per le loro virtù blandamente sedative. In realtà la pianta non ha principi attivi ipnoinducenti, come la maggior parte delle erbe officinali che si usano contro l'insonnia, ma al contrario, ha principalmente proprietà antispasmodiche, come la melissa, cioè produce un rilassamento muscolare, per la presenza nel suo fitocomplesso dei flavonoidi (eupatuletina, quercimetrina) e delle cumarine. Queste combinazioni di principi attivi rendono la camomilla un ottimo miorilassante, utile in caso di crampi intestinali, cattiva digestione, sindrome dell'intestino irritabile, spasmi muscolari e dolori mestruali, ma anche in caso di tensione nervosa e stress, perché provoca una sensazione di piacevole rilassamento con effetto calmante sul nervosismo e l'ansia). Il piatto è ben bilanciato dando il giusto apporto di principi nutritivi e risulta essere un'unione perfetta di sapori delicati.

Il secondo piatto, il carré di maialino da latte, è stato esaltato dal sapore deciso delle erbe aromatiche ed in particolar modo del timo selvatico (il timo è una delle erbe più note e utilizzate a scopo alimentare, le foglie sono piccole lineari verde scuro, i fiori piccole corolle di color rosa e porpora e compaiono da maggio a settembre, Il timo oltre alle sue caratteristiche aromatiche, che favoriscono il passare del mal di testa, prolunga la conservazione dei cibi grazie anche alle sue proprietà antisettiche. Ha inoltre proprietà digestive, depurative, carminative, balsamiche, tonico-stimolanti e viene usato per gargarismi nelle infezioni del cavo orale) usate da sempre per insaporire carni, pesci e verdure. Per il contorno sono stati proposti gli **asparagi** saltati in padella con il burro e le **patate** trasformate in uno sformato.

Il dessert è stato ideato per riassaporare il gusto della **taneda** (Pianta perenne dal forte odore canforato e' tra le achillee la più ricercata ed apprezzata per le sue proprietà amaro - aromatiche e medicinali, possiede proprietà aromatiche, aperitive, digestive, leggermente diuretiche.).

L'abbinamento con la **crem broule** è stato fatto appositamente per conciliare il sapore leggermente amarognolo della taneda con la dolcezza del dessert in sé. Infine per la guarnizione sono stati usati i **lamponi, ribes, more e fragole** a indicare la rivalutazione dei piccoli frutti di bosco avvenuta in questi ultimi anni.

Il prodotto da forno il panone con i fichi molto utilizzata soprattutto in bassa valle, è una tipica ricetta valtellinese ricca di ingredienti molto calorici e reperibili sul territorio, di facile realizzazione e cottura ma molto gustosa.

# MENU

Tartare di bresaola e zucchine, cips di mele liofilizzate con insalatina di tarassaco e citronette ai lamponi



Gnocchi di polenta gialla con burro alla camomilla e scaglia di Bitto



Carré di maialino da latte al miele e timo selvatico con tortino di patate e asparagi



La taneda da mangiare e da bere con insalatina di frutti di bosco

Il panone valtellinese

## Tartare di bresaola e zucchine, cips di mele liofilizzate con insalatina di tarassaco e citronette ai lamponi

### **INGREDIENTI**

- 600 g di bresaola
- 400 g di zucchine
- 200 g di tarassaco
- 10 ml di olio d'oliva
- Il succo di ½ limone
- 30 g di lamponi
- Cips di mele
- Sale e pepe

### **PROCEDIMENTO**

Pulire e tagliare le zucchine a cubetti, passarle in padella con un filo d'olio sale e pepe per 3 minuti. Preparare le cips liofilizzando in forno le fette di mele tagliate fini. Tagliare la bresaola a cubetti e condire con la citronette ai lamponi.

Comporre il piatto mettendo sul fondo le cips di mele, con una coppa pasta posizionare le zucchine e sopra la bresaola. Guarnire con il tarassaco e finire di condire con la citronette ai lamponi.

## Gnocchi di polenta gialla con burro alla camomilla e scaglia di Bitto

### **INGREDIENTI**

- 800g di polenta gialla fredda;
- 400g di farina bianca"00";
- 2 uova;
- 100g di grana padano;
- 10g di camomilla;
- 50g di burro;
- 100g di scaglie di bitto;
- Sale e pepe

### **PROCEDIMENTO**

Passare al tritacarne la polenta, aggiungere amalgamando il parmigiano, le uova, la farina il sale e il pepe.

Impastare fino a rendere il tutto omogeneo.

Ricavare gli gnocchi e cuocere in acqua bollente salata.

Scolare appena vengono a galla, condire con il burro alla camomilla e le scaglie di bitto.

## Carré di maialino da latte al miele e timo selvatico con tortino di patate e asparagi

### **INGREDIENTI**

- 2 kg di carré di maialino
- 100 g di mirepoix
- 50 g di miele
- 1 kg di patate
- 20 g di cipolla
- 30 g di pancetta
- 20 asparagi
- 10 g di burro
- 1 dl olio d'oliva
- Sale, pepe, timo, maggiorana, salvia e rosmarino QB.

### **PROCEDIMENTO**

Salare e pepare il carré, pennellarlo con il miele mischiato alle erbe aromatiche tritate. Mettere il carré sotto vuoto e cuocerlo a bassa densità di calore per 5 ore. Togliere dal sacchetto e rosolare in padella dalla parte della cotenna. Con gli scarti della pulitura e la mirepoix ottenere la salsa d'accompagnamento aggiungendo alla fine una piccola quantità di miele ed erbe aromatiche. Cuocere le patate con la buccia, pelarle e tagliarle a julienne grossa. Insaporire con sale, pepe, la pancetta e la cipolla tagliate a cubetti e rosolate in padella. Formare i tortini e passare in forno a 180° sino a gratinatura. Pulire e cuocere gli asparagi a vapore, passarli in padella con il burro, sale e pepe. Tagliare a porzione il carré. Comporre il piatto finendo con la salsa.

## La taneda da mangiare e da bere con insalatina di frutti di bosco

### **INGREDIENTI**

- 150 g di latte
- 170 g di tuorli
- 150 g di zucchero
- 550 g di panna
- 100 g di zucchero di canna
- 700 g di frutti di bosco
- Succo di 1 limone
- Foglie di menta
- 1 baccello di vaniglia
- 1 dl di taneda liquore
- Infuso di taneda

## **PROCEDIMENTO**

Portare ad ebollizione il latte con la vaniglia. Lavorare i tuorli con lo zucchero ed aggiungere la panna e poi il latte vanigliato mescolando, aggiungere la taneda. Filtrare il composto e versarlo nelle cocotte, cuocere in forno a vapore a 83° per 43 minuti. Togliere dal forno e raffreddare, guarnire con la menta ed i frutti di bosco marinati con lo zucchero a velo e il succo di limone. Cospargere le crem broulè con lo zucchero di canna e fiammeggiare con il cannello. Accompagnare il dessert con un infuso di taneda leggermente zuccherato.

## **Il panone valtellinese**

### **INGREDIENTI**

- 125g di uvetta;
- 125g di fichi secchi tritati;
- 125g di noci;
- 15g di miele;
- 1 uovo;
- 70g di zucchero;
- 200g di farina bianca"00";
- 50g di farina di grano saraceno fine;
- 125 g di litro di latte;
- 50g di burro morbido;
- 1 bustine di lievito;
- Pizzico di sale

### **PROCEDIMENTO**

Unire tutti gli ingredienti tranne il miele in una bacinella e lavorarli fino ad ottenere un impasto omogeneo.

Formare dei filoncini, pennellarli con il miele e spolverare con poco zucchero.

Cuocere in forno a 170° per 30/40 minuti.

# I vini

DREI ES METODO CLASSICO  
**CASA VINICOLA FAY**  
**S. GIACOMO DI TEGLIO**

<u>UVE</u>	<u>COLORE</u>	<u>PROFUMO</u>	<u>SAPORE</u>
Cuvée di uve: Nebbiolo, Pinot nero, Chardonnay	Giallo paglierino	Profumo intenso	Rotondo e persistente

VALTELLINA SUPERIORE **TERRAZZI ALTI SASSELLA**  
**AZIENDA AGRICOLA SIRO BUZZETTI 2010**  
**CASTIONE ANDEVENNO**

<u>UVE</u>	<u>COLORE</u>	<u>PROFUMO</u>	<u>SAPORE</u>
100 % Nebbiolo	Rosso granato vivo con riflessi rubini.	Al naso si ritrova una gradevolissima florealità che ricorda la rosa, l'iris, il giaggiolo, si apre poi ad una bella vena fruttata di ciliegia e lampone, humus, leggera liquirizia, una fresca mineralità e una finissima sfumatura di cacao.	Grande equilibrio, il tannino è levigato e per nulla aggressivo; la freschezza è salda, stimolante e giovane.

VALTELLINA SUPERIORE **DIRUPI**  
**S.A. DIRUPI s.s. 2010**  
**PONTE IN VALTELLINA**

<u>UVE</u>	<u>COLORE</u>	<u>PROFUMO</u>	<u>SAPORE</u>
100% Nebbiolo	Rosso rubino con qualche riflesso violaceo.	Si evidenziano sentori riconducibili al floreale come la violetta e una delicata presenza di frutti rossi.	Grande eleganza ed equilibrio; perfetta linearità tra gli aromi riscontrati al naso.



## Lista degli ingredienti

- 600 g di bresaola
- 400 g di zucchine
- 200 g di tarassaco
- 10 ml di olio d'oliva
- Il succo di ½ limone
- 30 g di lamponi
- Cips di mele
- Sale e pepe
- 800g di polenta gialla fredda;
- 400g di farina bianca"00";
- 2 uova;
- 100g di grana padano;
- 10g di camomilla;
- 50g di burro;
- 100g di scaglie di bitto;
- 2 kg di carré di maialino
- 100 g di mirepoix
- 150 g di miele
- 1 kg di patate
- 20 g di cipolla
- 30 g di pancetta
- 20 asparagi
- 10 g di burro
- 1 dl olio d'oliva
- Timo, maggiorana, salvia e rosmarino QB.
- 150 g di latte
- 170 g di tuorli
- 150 g di zucchero
- 550 g di panna
- 100 g di zucchero di canna
- 700 g di frutti di bosco
- Succo di 1 limone
- Foglie di menta
- 1 baccello di vaniglia
- 1 dl di taneda liquore
- Infuso di taneda
- 125g di uvetta;
- 125g di fichi secchi tritati;
- 125g di noci;
- 15g di miele;
- 1 uovo;
- 70g di zucchero;
- 200g di farina bianca"00";
- 50g di farina di grano saraceno fine;
- 125 g di litro di latte;
- 50g di burro morbido;
- 1 bustine di lievito;
- Pizzico di sale

## Calcolo nutrizionale

	<b>Protidi (g)</b>	<b>Lipidi (g)</b>	<b>Glucidi (g)</b>	<b>Kcal</b>
<b>Antipasto</b>	<b>20</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>123</b>
<b>Primo</b>	<b>15</b>	<b>13</b>	<b>63</b>	<b>446</b>
<b>Secondo</b>	<b>29</b>	<b>10</b>	<b>22</b>	<b>321</b>
<b>Dessert</b>	<b>5</b>	<b>25</b>	<b>22</b>	<b>332</b>
<b>Prod. Forno</b>	<b>6</b>	<b>15</b>	<b>46</b>	<b>330</b>
<b>TOTALE</b>	<b>75</b>	<b>66</b>	<b>157</b>	<b>1552</b>