



XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria

FEDERAZIONE ITALIANA CUOCHI

UNIONE REGIONALE CUOCHI CALABRIA

ASSOCIAZIONE PROVINCIALE CUOCHI CATANZARESI

Calabria

Cultura

Gastronomica

Mediterranea



XIX Concorso Regionale

"Legumi, carni ovine e caprine nella tradizione Calabrese."

Rivisitazione nella tradizione.

*Istituto Professionale di Stato per i Servizi Commerciali,
dell'Enogastronomia e Ospitalità Alberghiera
"Luigi Einaudi" Lamezia Terme - CZ*

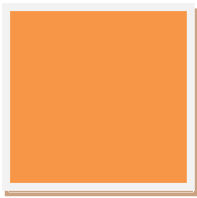


24 Gennaio 2018



Lamezia Terme 24 gennaio 2018





Calabria

Cultura

Gastronomica

Mediterranea

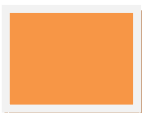


VIVA VIVA LA CUCINA

“Non c'è mamma che non ami la cucina con passione,

per suo figlio piccolino, soprattutto cose buone;

E tu, cuoco, che t'adopri, per i tuoi ospiti vari tanto impegno e professione, risultati straordinari.”



Filippo Galati
Presidente A.P.C. Catanzaro





XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria

L'UNIONE REGIONALE CUOCHI CALABRIA

L' U.R.C.C. (Unione Regionale Cuochi Calabria) nasce nel 1997 e, come tutte le altre unioni regionali Italiane, è parte integrante della Federazione Italiana Cuochi.

L' U.R.C.C. raggruppa le Associazioni provinciali di: Catanzaro, Cosenza, Crotone, Reggio Calabria, San Giovanni in Fiore e Vibo Valentia. L'associazione di S. Giovanni in Fiore, così come altre associazioni sparse in Italia, pur non essendo provincia, è affiliata alla Federcuochi, perché è stata la prima associazione cuochi a nascere in Calabria, quando la federcuochi non aveva ancora questo tipo di conformazione. L' U.R.C.C. consta circa 1500 soci tra professionisti ed allievi delle scuole alberghiere, sia statali sia regionali, distribuite su tutto il territorio regionale.

L' U.R.C.C. non ha scopo di lucro e, oltre all'attività associativa, si occupa prevalentemente di manifestazioni sociali e culturali.

SI PREFIGGE I SEGUENTI SCOPI

- Raccogliere e unificare i cuochi e gli allievi delle scuole della regione per educarli ad uno spirito unitario di categoria.
- Approfondire le conoscenze tecniche nel settore di cucina ed alberghiero quale premessa di una qualificazione professionale adeguata.
- Evidenziare mediante manifestazioni, concorsi, e pubblicazioni, l'attività meritoria dei cuochi, la loro professionalità ed il loro spirito d'iniziativa, che contribuisce in maniera fondamentale alla diffusione della cultura gastronomica e dei prodotti turistici calabresi.
- Contribuire alla formazione dei giovani cuochi istituendo corsi di aggiornamento delle varie tecniche di preparazione professionali.

IL CONCORSO GASTRONOMICO REGIONALE Calabria Cultura Gastronomica Mediterranea

" Legumi, carni ovine e caprine nella tradizione Calabrese. Rivisitazione nella tradizione "

Il concorso regionale: Calabria Cultura Gastronomica Mediterranea, è ormai giunto alla sua XIX edizione. Esso viene organizzato ogni anno dalle varie associazioni provinciali, in nome e per conto dell'U.R.C.C.. Il concorso è destinato agli allievi degli istituti alberghieri statali e regionali della Calabria. L'Unione Regionale Cuochi Calabria, con la presente iniziativa intende promuovere la conoscenza e la valorizzazione della propria tradizione gastronomica tra tutti gli studenti dei corsi di cucina degli istituti alberghieri e dei C.F.P.

In particolare si vuole:

- Riscoprire e valorizzare la cultura gastronomica del passato con le sue semplici e genuine preparazioni;
- Far conoscere ai giovani d'oggi alcuni aspetti degli usi e dei costumi di una storia lontana o recente, che è sempre più apprezzata e ricercata anche dal turista evoluto;
- Motivare il giovane allievo ad acquisire una sempre maggior consapevolezza che la cucina diventa arte ancor più nobile, quando alla manualità si aggiunge la passione e la capacità di saper promuovere il prodotto gastronomico anche sotto l'aspetto antropologico.

Ringrazio tutti per la partecipazione, Cordialmente

Francesco Corapi
(Presidente U. R. C. Calabria)





XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria



INTESTAZIONE SCUOLA PARTECIPANTE

ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE POLO DI CUTRO
IPSSAR LE CASTELLA

DIRIGENTE SCOLASTICO

Dott.ssa MARIA ANTONIETTA CREA

DOCENTE ACCOMPAGNATORE

Prof. FRANCESCO MARINARO

ALUNNI CONCORRENTI

BORDA CARMINE

MINNELLI JUSY

NOME DEL PIATTO

ITALIANO:

*Costoletta di agnello
alla Crotonese*

DIALETTO:

Tiana Calabresi





XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria

Costoletta di agnello alla Crotonese

| INGREDIENTI | Q.TÀ | PROCEDIMENTO: TECNICHE E FASI DI LAVORAZIONE |
|----------------------------------|--------|---|
| AGNELLO | KG 1,2 | <p>AGNELLO E CARCIOFI: tagliare e disossare il carré d'agnello, successivamente battere i pezzi di carne necessari per creare le singole porzioni.</p> <p>Pulire e tagliare i carciofi a spicchi. Un pezzo alla volta unirli alla fettina di agnello utilizzando uno stuzzicadenti. Aromatizzare il pane grattugiato con pecorino crotonese, prezzemolo, sale, impanare il tutto e friggere.</p> <p>COULIS DI PISELLI: far appassire i piselli con olio e cipolla, aggiustare di sale ed a cottura terminata frullare il tutto.</p> <p>CIUFFI DI PATATE: mettere a bollire le patate, pelarle, schiacciarle ed insaporirle con pecorino crotonese, pepe rosso macinato e sale. Mettere il composto ottenuto in una sac a poche, per una guarnizione pulita ed elegante.</p> <p>PATATE CHIPS: lavare e tagliare le patate. Friggerle in olio ben caldo fino alla loro completa doratura.</p> <p>COMPOSIZIONE DEL PIATTO: disporre in alto del piatto il coulis di piselli, adagiare l'agnello al centro senza dimenticare di levare lo stuzzicadenti utilizzato precedentemente, nella parte inferiore del piatto formare due ciuffetti di patate dove andranno inserite le patate chips. Spolverare con peperoncino rosso macinato.</p> |
| CARCIOFI | N. 4 | |
| PATATE SILANE | KG 1,2 | |
| PISELLI | GR 500 | |
| CIPOLLA ROSSA DI TROPEA | N. 1 | |
| PREZZEMOLO | GR 50 | |
| PANE GRATTUGIATO (PANE DI CUTRO) | GR 500 | |
| ACQUA NATURALE | LT 4 | |
| OLIO EVO | LT 2 | |
| SALE | QB | |
| PEPE ROSSO MACINATO PICCANTE | QB | |
| PECORINO CROTONESE | GR 120 | |
| UOVA INTERE | N. 6 | |
| LIMONI | N. 3 | |

ASPETTI STORICO E CULTURALI

La tiana di agnello è un piatto tradizionale di Catanzaro a base di agnello, carciofi, patate e piselli, che era solito consumare nel periodo pasquale.

Questo piatto rimanda ai significati culturali del cibo, l'intima connessione tra cibo e territorio e perciò tra cibo e tradizioni.

La ricetta tipica calabrese prende il nome dal contenitore, un tegame da forno in cui veniva e viene tuttora cotto questo piatto.

MOTIVAZIONE RELATIVA ALL'ABBINAMENTO DEL VINO

JACHELLO – Cantine Russo & Longo

Costolette d'agnello alla crotonese è un piatto sapido, croccante e dai sentori penetranti e persistenti. Per il vino ci siamo rivolti a un rosso calabrese a base gaglioppo, greco nero e sangiovese delle Cantine Russo&Longo di Strongoli, molto profumato e con un lungo finale che ben contrasta la dolcezza di base delle carni ovine. Un rosso fresco e sapido, di buon corredo tannico che soddisfa l'accostamento alla frittura essendo capace di ripulire il palato senza sovrastare il sapore dell'agnello.





XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria



ATTREZZATURE USATE

| | | |
|--------------------|------------------------------|----------------------------|
| 1 TRINCIANTI | 7 MIXER AD IMMERSIONE | 13 POSATE |
| 2 PENTOLE | 8 PELAPATATE | 14 PIATTI |
| 3 PADELLE | 9 SCHIACCIAPATATE | 15 CARAFFE |
| 4 TAGLIERI | 10 MESTOLI | 16 SAC A POCHE E BECCUCCIO |
| 5 BATTICARNE | 11 SCHIUMAROLA | 17 STUZZICADENTI |
| 6 CONTENITORI VARI | 12 RAGNO | 18 CAMPANA |
| 19 PINZA PER CARNE | 20 GUANTI IN LATTICE MONOUSO | 21 SANIFICANTE |
| 22 SPUGNE | | |

VALORI CALORICI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

| Ingredienti | Quantità | Protidi | Lipidi | Glucidi | Kcal |
|--------------------|----------|----------|----------|----------|-------|
| AGNELLO | GR 100 | GR 20,0 | GR 8,8 | 0 | 159 |
| PATATE | GR 40 | GR 0,84 | GR 0,4 | GR 7,16 | 34 |
| PISELLI | GR 30 | GR 1,65 | GR 0,18 | GR 1,95 | 15,6 |
| CARCIOFI | GR 40 | GR 1,08 | GR 0,08 | GR 1,0 | 8,8 |
| PECORINO CROTONESE | GR 20 | GR 5,16 | GR 6,4 | GR 0,04 | 78,4 |
| | | | | | |
| | | | | | |
| Totale | GR 230 | GR 28,73 | GR 15,86 | GR 10,15 | 295,8 |

TRADUZIONE IN LINGUA INGLESE

Lamb chop at crotonese

INGREDIENT - Lamb KG 1,2-Artichokes N. 4-Potato silane KG 1,2-Peas GR 500-Red TROPEA Onion N. 1-Parsley GR 50-Breadcrumbs (CUTRO bread) GR 500-natural water LT 4-Oil EVO LT 2-Salt,Spicy Ground red pepper QB-Cheese (Pecorino Crotonese) GR 120-Whole eggs N. 6-Lemons N. 3

LAMB AND ARTICHOKE: Cut and bone the rack of lamb, than beat the pieces of meat needed to create the individual portions.

Clean and cut the artichokes. One piece at a time, add a toothpick to the slice of lamb. Aromatize the breadcrumbs with pecorino crotonese cheese, parsley, salt, crumb and fry everything.

COULIS OF PEAS: let the peas dry with oil and onion, salt and when cooked, mix everything.

POTATO FLOWERS: boil the potatoes, peel them, mash them with pecorino crotonese cheese, red pepper and salt. Put the mixture made in a sac a poche, for a clean and elegant garnish.

POTATOES CHIPS: wash and cut potatoes. Fry them in hot oil until they are completely browned.

PLATE COMPOSITION: place the coulis of peas at the top of the dish, lay the lamb in the center without forgetting to remove the toothpick previously used, in the lower part of the dish form two tufts of potatoes where the potato chips will be inserted. Sprinkle with red pepper.



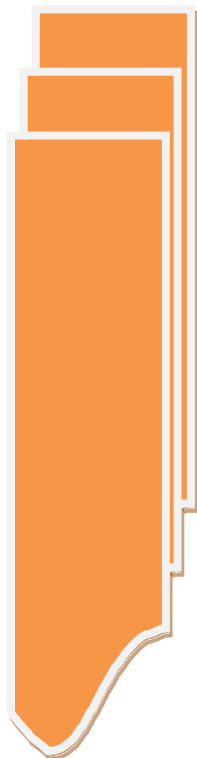


XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria



INTESTAZIONE SCUOLA PARTECIPANTE

ISTITUTO DI ISTRUZIONE SECONDARIA SUPERIORE
IPSSOA e LICEO CLASSICO - PRAIA A MARE - (CS)



DIRIGENTE SCOLASTICO

Prof.ssa PATRIZIA D'AMICO

DOCENTE ACCOMPAGNATORE

Prof. FRANCESCO FELICE

ALUNNI CONCORRENTI

ELENA MARIA GLORIA

BRUNO YLENIA

NOME DEL PIATTO

ITALIANO:

*Tartufo di lombo
d'agnello al cuore di caprino
tenero e profumo di cedro
in "cialda" di farina di mais
e crema di fagioli neri*

DIALETTO:

*(Purpetta di
carne d'aino e formaggiu
frisku cu fasuli passati)*





Tartufo di lombo d'agnello al cuore di caprino tenero e profumo di cedro in "cialda" di farina di mais e crema di fagioli neri

| INGREDIENTI | Q.TÀ | PROCEDIMENTO: TECNICHE E FASI DI LAVORAZIONE |
|---|--------|--|
| CARNE DI LOMBO D'AGNELLO BEN FROLLATA | KG 1,2 | <p>Fasi preliminari Predisporre sul tavolo di lavoro la mise en place di base:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Preparare la brunoise di elementi aromatici (sedano carote i cipolle); <input type="checkbox"/> Parare e tagliare la carne a pezzi di circa 30/40 g. cadauno; <input type="checkbox"/> Sbucciare le patate e tagliarle a pezzi; <input type="checkbox"/> Preparare la crema di fagioli neri (precedentemente cotti) e tenerla a bagnomaria; <input type="checkbox"/> Preparare un comune brodo vegetale; <input type="checkbox"/> Preparare le cialde con la farina di mais e il pecorino grattugiato; <input type="checkbox"/> Grattugiare il pane di mais. <p>Fase di cottura del tartufo (purpette di carne)</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Far appassire leggermente in olio d'oliva la brunoise di elementi aromatici unitamente al lauro e all'origano, aggiungere la carne precedentemente spolverata con un po di farina, lasciarla rosolare per alcuni minuti a fuoco moderato, salarla, peparla e bagnarla con il vino rosso, quando il vino è quasi evaporato completamente, aggiungere il brodo vegetale e le patate. A cottura completa togliere il recipiente dal fuoco, verificare che il liquido di cottura si sia completamente asciugato e tritare il tutto con disco fine. Incorporare al composto: il pane di mais, le uova, il pecorino e un ciuffetto di prezzemolo tritato, infine aromatizzare con la scorza di cedro fresco grattugiata. <p>Fase di finitura</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Ungere di olio gli appositi stampi emisferici, cospargerli leggermente di farina di mais e riempirli con il composto sopra descritto, nella parte centrale cioè "al cuore del tartufo" aggiungere mezzo cucchiaino di formaggio caprino. Infornare gli stampi a 150/160°C per circa 12/15 minuti, toglierli dal forno, porli nelle cialde di mais e servirli ben caldi direttamente "al piatto". Ricoprire la superficie dei tartufi con la crema di fagioli neri. Facoltativamente, guarnire con falde di peperoni |
| BRUNOISE DI ELEMENTI AROMATICI (CIPOLLA ROSSA, SEDANO E CAROTE) | GR 300 | |
| FARINA DI MAIS PER CIALDE | GR 200 | |
| PANE DI MAIS GRATTUGIATO | GR 200 | |
| PATATE SILANE | GR 300 | |
| FAGIOLI NERI G | GR 300 | |
| VINO ROSSO | GR 150 | |
| FORMAGGIO CAPRINO FRESCO | GR 180 | |
| FORMAGGIO PECORINO STAGIONATO "TIPICO CROTONESE" | GR 150 | |
| PEPERONE SECCO | N 6 | |
| FOGLIE ALLORO | N 1 | |
| UOVA INTERE | N 2 | |
| UOVA INTERE | N. 6 | |
| OLIO EVO | QB | |
| BRODO VEGETALE | QB | |
| BUCCIA CEDRO FRESCO | QB | |





ASPETTI STORICO E CULTURALI

La pietanza trae le sue origini dal tradizionale "stufato di carne con patate e cipolle" piatto tipico calabrese che si preparava e si prepara tuttora in alcuni paesi del comprensorio dell'alto tirreno cosentino, soprattutto nella zona, denominata "RIVIERA dei CEDRI, infatti la presenza (fra gli ingredienti) della scorza di cedro caratterizza in modo particolare questo piatto. La ricetta è stata rivisitata, modificata parzialmente soprattutto per quanto riguarda le tecniche di cottura e presentata in una versione più consona alla cucina di oggi sia per il valore nutrizionale e sia per migliorare l'aspetto visivo. Agli ingredienti d'uso tradizionale a detta pietanza sono stati aggiunti la scorza di cedro, il formaggio caprino fresco, la crema di fagioli neri e la cialda di farina di mais.

MOTIVAZIONE RELATIVA ALL'ABBINAMENTO DEL VINO

VINO TELESIO ROSSO - CANTINE SPADAFORA

Scheda tecnica

- ✓ **Classificazione:** terre di Cosenza D.O.P. – Sottozona Donnici;
- ✓ **Bottiglie prodotte:** 5.000;
- ✓ **Territorio:** Donnici è un paesino situato a sud di Cosenza che identifica una più ampia zona collinare compresa tra i 400 ed i 600 mt di altezza s.l.m., delimitata dai fiumi Crati e Savuto, terra storicamente vocata alla coltivazione della vite.
- ✓ **Vitigni:** tipici della zona, quali il magliocco dolce, il greco nero e la malvasia;
- ✓ **Vinificazione:** pressatura soffice e lungo contatto con le bucce;
- ✓ **Fermentazione:** in acciaio con temperature controllate;
- ✓ **Affinamento:** prima in acciaio per circa 6 mesi, poi in barrique di rovere per altri 12 mesi, infine sei mesi in bottiglia, in modo da ammorbidire eventuali spigolosità;
- ✓ **Gradazione alcolica:** 13,5%;

Caratteristiche organolettiche del vino rosso TELESIO

- ✓ **Colore:** rosso rubino carico tendente al granato, a seguito della naturale e necessaria evoluzione in bottiglia;
- ✓ **Profumo:** intenso e persistente di frutti di bosco a bacca rossa, sentori speziati di tabacco e di vaniglia;
- ✓ **Sapore:** vellutato, corposo, di grande personalità, morbido, giustamente tannico, in bocca è fine, elegante ed armonioso.

Abbinamenti gastronomici

Vino da meditazione, eccellente l'abbinamento con carni cucinate in casseruola, tipo stufato o brasato di bovino adulto o cinghiale; ottimo l'abbinamento con il pecorino crotonese stagionato, inoltre, si presta per servirlo con pietanze a base di carni ovine e caprine piuttosto speziate. Il lungo invecchiamento necessita di adeguata ossigenazione, servire a temperatura di cantina.

Motivazione relativa all'abbinamento del vino

Perché la pietanza è una sorta di rivisitazione dello stufato di bovino adulto o stracotto di cinghiale o comunque di altre specialità sempre a base di carni, ovine, caprine, suine o bovine cotte prevalentemente in "umido" ed in alcuni casi abbinati con la polenta. Ma soprattutto perché la ricetta è anche caratterizzata dal formaggio pecorino Crotonese e dal caprino, inoltre, perché è un rosso del nostro territorio e non eccessivamente costoso.





XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria

| VALORI CALORICI NUTRIZIONALI PER PORZIONE | | | | | | | | | | |
|---|-------|-------|-------|-----------|-------|----------|--------|-----------|-------|-----------|
| INGREDIENTI | P. L. | P.E.% | P. N. | Prot./100 | Prot. | Lip./100 | Lipidi | Gluc./100 | Gluc. | Kcal./100 |
| Lmbo agnello | 1200 | 100 | 1200 | 20,0 | 240 | 8,8 | 106 | 0 | 0 | 159 |
| Sedano | 100 | 100 | 100 | 2,3 | 2 | 0,2 | 0 | 2,4 | 2 | 20 |
| Carota | 100 | 100 | 100 | 1,1 | 1 | 0,2 | 0 | 7,6 | 8 | 35 |
| Cipolla rossa | 100 | 100 | 100 | 1,0 | 1 | 0,1 | 0 | 5,7 | 6 | 26 |
| Farina di mais | 200 | 100 | 200 | 8,7 | 17 | 2,7 | 5 | 80,8 | 162 | 362 |
| Pane mais grat | 200 | 100 | 200 | 8,7 | 17 | 2,7 | 5 | 80,8 | 162 | 362 |
| Patate silane | 300 | 100 | 300 | 2,1 | 6 | 1,0 | 3 | 17,9 | 54 | 85 |
| Fagioli neri | 300 | 100 | 300 | 25,0 | 75 | 1,6 | 5 | 59 | 177 | 341 |
| Caprino | 180 | 100 | 180 | 11,9 | 21 | 14,3 | 26 | 0,5 | 1 | 178 |
| Pecorino | 150 | 100 | 150 | 25,8 | 39 | 32,0 | 48 | 0,2 | 0 | 392 |
| Uova intere | 122 | 87 | 106 | 12,4 | 13 | 8,7 | 9 | 0 | 0 | 128 |
| Vino rosso | 150 | | | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|--------------------|--------------------|----------------|-------------|----------------|-----------------|---------------|----------------|
| | Qu.tà | Kcal/1g | Kcal | Totale | 434 | 208 | 571 |
| Proteine g. | 72 | 4 | 288 | Totale | PROTEINE | LIPIDI | GLUCIDI |
| Lipidi g. | 35 | 9 | 315 | a porz. | 72 | 35 | 95 |
| Glucidi g. | 95 | 3,75 | 356 | | | | |
| | KCAL TOTALI | | 959 | | | | |





TRADUZIONE IN LINGUA INGLESE

Lamb loin truffle in the heart of soft goat cheese and cedar scent in "waffle" of corn flour and black bean cream.

INGREDIENT - (for six people)

Roasted loin of lamb kg. 1,200, Brunoise of aromatic elements (red onion, celery and carrots) g. 300, Corn flour for waffles g. 200, Grated corn bread g. 200, Silane potatoes g. 300, Black beans g. 300, Red wine gr 150, Fresh goat cheese gr 180, "Crotone" aged pecorino cheese gr 150, Dried sweet pepper n. 6, Bay leaves n. 1, Whole eggs n. 2, Extra virgin olive oil q.b. ,Vegetable broth q. b. , Fresh cedar peel q. b., A sprig of mountain oregano - chopped parsley q. b., Salt and pepper q.b.

PROCEDURE:

Preliminary steps

Set up the basic mise en place on the work table:

- Prepare the brunoise of aromatic elements (celery carrots, onions);
- Parry and cut the meat into pieces of about 30/40 g. each;
- Peel the potatoes and cut them into pieces;
- Prepare the cream of black beans (previously cooked) and keep it in a bain-marie;
- Prepare a common vegetable stock;
- Prepare the waffles with corn flour and grated pecorino cheese;
- Grate corn bread.

Truffle cooking phase (meat purpette)

- Lightly brown the aromatic elements brunoise in olive oil together with the laurel and the oregano, add the meat previously dusted with a little flour, let it brown for a few minutes over medium heat, add salt, pepper and pour it with the wine red, when the wine is almost completely evaporated, add the vegetable stock and the potatoes. When cooked, remove the container from the heat, check that the cooking liquid has completely dried and chop everything with a fine disc.
- Add to the mixture: the corn bread, the eggs, the pecorino cheese and a sprig of chopped parsley, then add the grated fresh citron peel.

Finishing phase

- Oil the special semi-spherical molds, sprinkle them slightly with corn flour and fill them with the mixture described above, in the central part that is "at the heart of the truffle" add half a tablespoon of goat's cheese. Bake the molds at 150/160 ° C for about 12/15 minutes, remove from the oven, place them in the corn wafers and serve them hot directly "to the plate". Cover the surface of the truffles with the black bean cream. Optionally, garnish with layers of "cruski" peppers and fresh julienne peel.

Note

If desired, this dish looking like a truffle-ice cream can be served on onion sauce with red wine, cream of white cannellini or in spring season on cream of fresh broad bean.



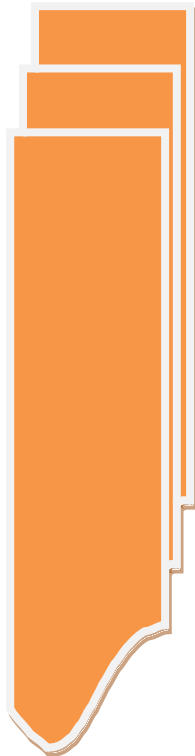


XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria



INTESTAZIONE SCUOLA PARTECIPANTE

ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE LEONARDO DA VINCI
IP SSEOA SAN GIOVANNI IN FIORE (CS)



DIRIGENTE SCOLASTICO

Prof. GIOVANNI TANO

DOCENTE ACCOMPAGNATORE

Prof. FRANCESCO MAZZOTTA

ALUNNI CONCORRENTI

CHIARELLO ALESSIA

MARRA GIOVANNI

NOME DEL PIATTO

ITALIANO:

*Finger di agnello
su purea di piselli
alla menta.*

DIALETTO:

*“Agniallu alla
gagumilla e pisilli ”*





Finger di agnello su purea di piselli alla menta.

| INGREDIENTI | QUANTITA' |
|----------------------|-----------|
| Costine di agnello | 600 g |
| Pangrattato | 100 g |
| Camomilla | 20 g |
| Piselli | 150 g |
| Carote | 30 g |
| Cipolle | 20 g |
| Menta | 5 g |
| Patate | 100 g |
| Vino rosso "Dattilo" | 100 g |
| Zucchero | 5 g |
| Aceto | 10 g |
| Amido di mais | 10 g |
| Burro | 20 g |
| Sale | 70 g |
| Pepe | 5 g |
| Origano | 5 g |
| Fiori eduli | 16 g |

PROCEDIMENTO: TECNICHE E FASI DI LAVORAZIONE

Ricavare dal carré le costolette di circa 2 cm, salare e passare nella panatura fatta precedentemente con pangrattato e camomilla in polvere.

Cuocere in padella con un filo di olio extra vergine d'oliva a fiamma medio-alta 1 minuto per lato circa fino a raggiungere una panatura croccante e una cottura al cuore di 54°C.

Per la purea, cuocere i piselli in acqua salata per circa 5 minuti, scolare e passarli in padella insieme ad un soffritto fatto con olio extra vergine d'oliva, carote e cipolle precedentemente tritati.

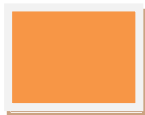
Frullare il tutto con l'aiuto di un mixer ad immersione aggiungendo la menta fresca tritata.

Aggiustare di sale e pepe. Sbucciare le patate e ricavare delle perle con l'apposito scavino, sbollentare in acqua salata per 7 minuti e passarle in padella con una noce di burro e dell'origano.

Per la riduzione al vino rosso far restringere il vino in una padella a fuoco alto portandolo a bollore, aggiungere lo zucchero, l'aceto e l'amido di mais sciolto in acqua. Mescolare fino al raggiungimento della densità voluta.

Servire la carne calda sulla purea di piselli guarnendola con le perle di patate, la riduzione al vino rosso e fiori eduli.





ASPETTI STORICO E CULTURALI

Il piatto che l' I.I.S. "L.da Vinci" ha pensato di proporre rispecchia e rispetta quelli che sono gli aspetti storico e culturali della nostra tradizione. Si tratta di costolette di agnello con panatura alla camomilla su purea di piselli alla menta accompagnati infine con perle di patate e fiori eduli. Il consumo della carne di agnello è nella tradizione calabrese legato al periodo delle festività pasquali . Esso rappresenta un piatto tipico della civiltà contadina per cui rispecchia in pieno quella che è la cucina calabrese, ovvero una cucina povera legata molto al territorio e alle ricorrenze religiose. Per esaltare il sapore dell'agnello lo abbiamo accostato alla camomilla, pianta erbacea appartenente alla famiglia delle Asteraceae. Si tratta di una delle piante universalmente più conosciuta e utilizzata nella tradizione curativa e salutistica occidentale. Molteplici sono le sue proprietà tra cui l'effetto calmante e rilassante. Abbiamo completato il piatto con una purea di piselli alla menta, legume conosciuto e utilizzato sin dall'antichità, una coltivazione che viene mandata avanti ancora oggi. Non poteva non mancare infine la patate della Sila IGP ,la quale è iscritta nell'albo dei prodotti di montagna. La sua caratteristica organolettica principale è la percentuale di amido superiore a tutte le altre varietà di patate conosciute e questo rende il tubero più nutriente e saporito. In questo piatto abbiamo voluto esaltare quelli che sono i prodotti tradizionali che la nostra terra ci offre. Non abbiamo voluto tralasciare però quello che era lo scopo della giornata, ovvero la rivisitazione della tradizione. L'originalità del piatto sta nel suo consumo, mettiamo da parte forchetta e coltello e apriamoci alla cucina moderna utilizzando la tecnica del finger food.

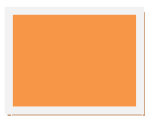
MOTIVAZIONE RELATIVA ALL'ABBINAMENTO DEL VINO

"Grayasusi Etichetta Argento" Cantine Ceraudo - KR

Il vino con il quale suggeriamo di accompagnare questo secondo piatto, è il rosato per eccellenza della cantina Ceraudo. Si tratta del Grayasusi etichetta argento. Rosa corallo il colore. Il naso è impostato su rimandi ai piccoli frutti rossi maturi e confettura, come lamponi, ciliegie e fragole, poi arricchiti da toni speziati e leggermente balsamici. Al palato si incontrano tutt'insieme freschezza, sapidità e morbidezza. Lunga la persistenza.

ATTREZZATURE USATE

| | | |
|-----------------------|-----------------------|-------------|
| 1.Padelle 4 | 7.Scavino 1 | 13.Setaccio |
| 2.Vassoi in acciaio 2 | 8.Mixer ad immersione | 14 |
| 3.Tagliere 1 | 9.Pentole 2 | 15 |
| 4.Ciotole 5 | 10.Pinze | 16 |
| 5. Trinciante 2 | 11.Cucchiari | 17 |
| 6.Spelucchino 2 | 12.Mestoli | 18 |





XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria



| VALORI CALORICI NUTRIZIONALI PER PORZIONE | | | | | |
|---|---------------|-----------------|-----------------|----------------|-----------------|
| Ingredienti | Quantità | Protidi | Lipidi | Glucidi | Kcal |
| Costine di agnello | 600 g | 172.2 g | 25.2 g | / | 918 |
| Pangrattato | 100 g | 10.1 g | 2.1 g | 77.8 g | 351 |
| Camomilla | 20 g | / | / | 0.04 g | 0.2 |
| Piselli | 150 g | 14.5 g | 1.0 g | 17.2 g | 136.5 |
| Carote | 30 g | 0.78 g | 0.15 g | 5.49 g | 25.2 |
| Cipolle | 20 g | 0.82 g | 0.08 g | 5.72 g | 21.8 |
| Patate | 100 g | 5.2 g | 1.5 g | 24.3 g | 125 |
| Zucchero | 5 g | / | / | 5.22 g | 19.6 |
| Burro | 20 g | 0.16 g | 16.6 g | 0.22 g | 151.6 |
| Vino rosso | 100 g | 0.07 g | 0.62 g | 2.61 g | 85 |
| Olio extra vergine d'oliva | 100 g | / | 99.9 g | / | 899 |
| | | | | | |
| Totali | 1245 g | 203.83 g | 147.15 g | 139.6 g | 2732.9 g |

TRADUZIONE IN LINGUA INGLESE

| Finger of lamb on pea puree mint flavoured |
|---|
| Cut 2 cm thick lamb chops, season with salt and coat with breadcrumbs mixed with powder Chamomile; cook in a pan with little extra virgin olive oil on a medium heat one minute per side till the bread coating becomes crisp (cooking at the heart of approximately 54 degrees). |
| To prepare the purée : boil the peas in salted water for about 5 minutes, drain and cook in a pan with a mirepoix of carrot and onion finely chopped; blend the mixture (with an immersion blender) adding the fresh mint, season with salt and pepper to taste. To prepare the potatoes: peel the potatoes and form some “pearls” with a corer, boil in salted water for about seven minutes then stir fry in a pan with some butter and a pinch of oregano. For the red wine sauce: pour the wine in a pan on high flame and bring it to the boil, stir in the sugar, the vinegar and the corn starch melted in water , stir until thick. Serve hot arranging the chops on the peas purée, garnish with the potatoes, the red wine sauce and edible flowers. |
| |





XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria



INTESTAZIONE SCUOLA PARTECIPANTE

ISTITUTO PROFESSIONALE DI STATO SERVIZI PER
L'ENOGASTRONOMIA E L'OSPITALITÀ ALBERGHIERA
I.I.S. "G. RENDA" - POLISTENA (RC)



DIRIGENTE SCOLASTICO

Prof. GIUSEPPE ANTONIO LOPRETE

DOCENTE ACCOMPAGNATORE

Prof. ANTONINO GATTO

ALUNNI CONCORRENTI

CANNATÀ GERARDO
D'AGOSTINO WALTER

NOME DEL PIATTO

ITALIANO:

*Rilievo di arco d'agnello
e capretto sul fondo di
purea di patata, cucchiaio
di legumi fagioli con cicoriotta
di campo salsa alla birra e
aroma
di peperoncino e finocchio.*

DIALETTO:

Agnejju e caprettu nostranu.





XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria

Rilievo di arco d'agnello e capretto sul fondo di purea di patata, cucchiaino di legumi fagioli con cicorietta di campo salsa alla birra e aroma di peperoncino e finocchio

| Ingredienti | Q.tà | PROCEDIMENTO: TECNICHE E FASI DI LAVORAZIONE |
|---------------|--------|--|
| PATATE | 200 GR | <p>Cuocere i fagioli in acqua abbondante con l'aggiunta di aromi, sedano, pomodorini, cipolla.</p> <p>Cuocerli fino al termine della cottura e colarli.</p> <p>A parte bollire le patate nostrane (Aspromontane) e dopo cotte colarle e passarle a purea.</p> <p>Le cicoriette lavarle e sbollentarle in acqua calda salata e trifolarli con aglio, fagioli e patate</p> <p>Passare tutto al setaccio e formare delle cucchiainate di composto.</p> <p>Procediamo per la pulitura delle costolette di agnello fino a lasciare l'osso nudo,</p> <p>Lo stesso per il capretto formando in questo caso dei filetti alti 2 cm.</p> <p>Ambi due le carni verranno passate in un intingolo e piastrate creando una cottura ben cotta.</p> <p>Successivamente preparare delle scorze di limone a striscioline, completare il piatto con la salsa del fondo della birra adagiare la crema di patate sotto il filetto e aggiungere ad arco la costoletta di agnello, posare il cucchiaino di purea di fagioli verde e contornare con quadrettini di peperoni e finocchietto</p> |
| BIRRA | 2 DL | |
| FAGIOLI | 350 GR | |
| AGNELLO | 800 GR | |
| CAPRETTO | 950 GR | |
| PEPERONCINO | 50 GR | |
| FINOCCHIO | 120 GR | |
| VINO ROSSO | 2 DL | |
| SALE | Q.B. | |
| PEPE NERO | Q.B. | |
| ROSMARINO | Q.B. | |
| ORIGANO | Q.B. | |
| CIPOLLA | 200 GR | |
| AGLIO | 5 GR | |
| SEDANO | 120 GR | |
| POMODORINI | 200 GR | |
| LIMONI | 2 | |
| OLIO DI OLIVA | 0,2 L | |

ASPETTI STORICO E CULTURALI

Piatto tipico di rivisitazione delle antiche tradizioni contadine delle zone collinari pre-aspromontane dove costituisce certamente l'elemento centrale di un menù locale. Dal punto di vista nutrizionale possiede caratteristiche spiccatamente energetiche e plastiche date sia dal contenuto in carboidrati complessi che di proteine ad alto e medio valore biologico ma con un bassissimo apporto della componente lipidica di origine animale, quindi di buona digeribilità. E' strutturato, sotto l'aspetto dell'appetibilità, della lavorazione a setaccio e delle componenti aromatiche, per essere idoneo anche nell'utilizzo in diete di mantenimento e per la terza età. Costituisce anche un piatto che rispetta le componenti ambientali e, se somministrato in aree a forte tipicizzazione degli ingredienti, può rappresentare anche un esempio di filiera corta.





MOTIVAZIONE RELATIVA ALL'ABBINAMENTO DEL VINO

Castrum Vetus igt Locride Cantine Feudo Gagliardi.

Al fine di motivare l'opportuno abbinamento di un vino al piatto proposto si rende necessario evidenziare che il piatto si presenta alquanto complesso, aromatico e con una accentuata nota speziata, la grassezza del piatto è ben evidente come anche la tendenza dolce della cipolla di Tropea, del fondo alla birra e della purea di patate. Al fine di creare una piacevole sensazione complessiva si abbina al piatto un vino schietto, di carattere e territoriale, caratteristiche che troviamo scelto, un IGT Locride, di un intenso colore rosso rubino, al naso piacevole e persistente con sentori di frutta rossa ed un delicato speziato, si tratta di un vino fresco ed al contempo caldo, morbido e con una buona persistenza gusto-olfattiva contraddistinto da un'ottimale tannicità.

ATTREZZATURE USATE

| | | |
|---------------|---------------|----|
| 1 Pentole | 7 Pinzetta | 13 |
| 2 Schiumarola | 8 Vassoi | 14 |
| 3 Teglie | 9 Piatti | 15 |
| 4 Passino | 10 Frullatore | 16 |
| 5 Mestolo | 11 | 17 |
| 6 Coltello | 12 | 18 |

VALORI CALORICI NUTRIZIONALI (gr)

| Ingredienti | Quantità | Protidi | Lipidi | Glucidi | Kcal |
|----------------------------|------------|--------------|-------------|-------------|------------|
| Patate | 200 | 4,2 | 2 | 35,80 | 143,2 |
| Fagioli | 350 | 27,65 | 2,45 | 59,5 | 238 |
| Agnello | 800 | 160 | 70,4 | 0 | 633,6 |
| Capretto | 950 | 182,5 | 47,5 | 0 | 427,5 |
| Finocchio | 120 | 4,2 | 0 | 3,48 | 13,92 |
| Totali PER PORZIONE | 250 | 125,7 | 10,2 | 32,8 | 307 |

TRADUZIONE IN LINGUA INGLESE

Relief of lamb bow and kid on the bottom of potato puree, spoon of beans legumes with cicorietta of field beer sauce and aroma of chili and fennel

- Cook the beans in abundant water with the addition of aromas, celery, tomatoes, onion
Cook them until the end of cooking and drain them. Apart from boiling homegrown potatoes (Aspromontane). And then cooked them and pass them to puree.
The chicory wash them and blanch them in warm salted water and stir them with garlic and beans and potatoes pass everything through a sieve and form some spoonfuls of mixture.
We proceed to clean the lamb chops until leaving the bare bone, the same for the kid forming in this case the 2 cm high fillets. Ambi two the meat will be passed in a sauce and plated.
Creating a well cooked cooking. Then prepare some lemon seeds.
In strips, complete the dish with the sauce of the bottom of the beer and put the potato cream on top. Under the fillet and add the lamb chop into a bow, place the spoon of bean puree
Green and garnish with small squares of peppers and fennel.





XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria



INTESTAZIONE SCUOLA PARTECIPANTE

ISTITUTO PROFESSIONALE DI STATO SERVIZI
PER L'ENOGASTRONOMIA E L'OSPITALITÀ
ALBERGHIERA SOVERATO (CZ)



DIRIGENTE SCOLASTICO

Prof. GIUSEPPE FIORESTA

DOCENTE ACCOMPAGNATORE

Prof. ANTONIO S. ROMEO

ALUNNI CONCORRENTI

CAVALLARO CHIARA

CITRINITI SARA

NOME DEL PIATTO

ITALIANO:

- *Lombatina di agnello con
erbette, crema di fagioli e
guanciale croccante* -

DIALETTO:

- *Vrasciola d'agneju,
pracadiri, fagiola curtalisi
e vuccularu arrustutu*

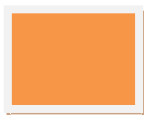




XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria

Lombatina di agnello con erbe di campo su passatina di fagioli di Cortale al croccante di guanciaie e finocchietto selvatico.

| Ingredienti | Q.tà | PROCEDIMENTO: TECNICHE E FASI DI LAVORAZIONE |
|------------------------|----------|--|
| Carrè agnello lattante | 1kg | 1) Disossare il carrè d'agnello;spezzare in più parti le singole costate. |
| Lardo silano | 200g | 2) Soffriggere le costole con olio,aglio,cipollotto fresco e rosmarino. Sfumare con il vino bianco e aggiungere acqua calda poco per volta. Mettere la salsa in forno per circa 50 minuti a 180°. |
| Cicoria selvatica | 300g | 3) Mettere i fagioli a bollire e farli cuocere finchè non diventano morbidi. |
| Erbe aromatiche | q.b. | 4) Prendere la carne precedentemente separata dalle ossa ed aprirla a libro. Insaporirla con un trito di aglio,alloro,salvia,rosmarino e pane raffermo. |
| Fagioli | 400g | 5) Pulire la cicoria,sbollentarla per qualche minuto,scolarla e trasferirla in una pentola con acqua e ghiaccio;farla soffriggere con un filo d'olio e un po' di aglio,aggiungendo un po' d'acqua di cottura. |
| Pane raffermo | 300g | 6) Adagiare la cicoria sulla carne ed arrotolarla su se stessa. |
| Farina di mais | 50g | 7) Frullare i fagioli dopo aver aggiunto un filo d'olio e un po' di formaggio e lasciarli da parte a bagnomaria. |
| Olio E.V.O | 230g | 8) Ricoprire la carne arrotolata con fette di lardo di colonnata e legarla con lo spago. Farla cuocere in una padella antiaderente con rosmarino,pepe e sale per qualche minuto,quindi trasferirla in una pirofila insieme alla salsa e cuocere ancora in forno per 25-30 minuti a 180°. |
| Finocchietto selvatico | 1 ciuffo | 9) Mettere la carne in abbattitore per 10 minuti. |
| Sale e pepe | q.b. | 10) Liberare la salsa dagli ossi ed addensarla sul fuoco aggiungendo due cucchiaini di farina di mais sciolti nell'acqua. |
| Caciocavallo silano | 200g | 11) Ultimate tutte le preparazioni passare all'impiattamento. |
| Vino bianco secco | 1 dl | |
| Guanciaie calabrese | 70gr | |
| | | |





XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria

ASPETTI STORICO E CULTURALI

Cicoria e fagioli sono per un calabrese un piatto povero della tradizione, un piatto spesso unico, che richiama alla memoria il profumo delle piccole tavole in cui si mangiava in tanti. La carne era un "lusso" che ci si concedeva raramente, per lo più in occasione delle feste "comandate". Non c'era Pasqua senza agnello e, il più delle volte, non c'era agnello senza accompagnamento di cicorie e fagioli. Rivisitare in chiave moderna questo ricordo significa ripresentare l'eco di una tradizione che continua a farsi sentire, attualizzata dal profumo della contemporaneità (i fagioli diventano una crema e la cicoria una farcia) ma sempre legata a prodotti (d'agnello) ed usanze identitarie in cui la Calabria aspra, passionale e contadina si riconosce e si sente "a casa".

MOTIVAZIONE RELATIVA ALL'ABBINAMENTO DEL VINO

Duca Sanfelice, Doc Cirò, Cantine Librandi - Ottenuto da uve raccolte da vecchie viti ad alberello, provenienti principalmente dalla vigna *Duca Sanfelice* che dà il nome al vino stesso, rappresenta il vino della tradizione cirotana nella nostra interpretazione. –

Denominazione: **Cirò Classico Superiore Riserva DOC** -

Vitigni: **Gaglioppo 100%** -

Alcol: **13.5%** - Formato: **0.75l** -

Consumo ideale: **2016/2020** -

Temperatura di servizio: **16/18 °C** –

Abbinamenti: **primi di terra, secondi di terra** -

Momento per degustarlo: **cena tra amici** -

Giudizio di Tannico: **9/10** -

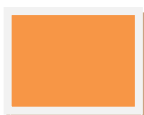
Tipologia: **Rosso**.

Note di degustazione - Rosso rubino scuro, al naso esprime bei toni fruttati e speziati. Un profilo olfattivo intenso, impreziosito da richiami di liquirizia, che apre ad un assaggio pieno, vellutato, sostenuto da una certa freschezza ed una buona acidità. Lungo e armonico, chiude su belle note di tabacco e di ciliegia.

Abbinamenti - A tutto pasto, predilige arrostiti di carni rosse, cacciagione, selvaggina, brasati. Ottimo su formaggi stagionati.

ATTREZZATURE USATE

| | | |
|-----------------------|---------------------|--------------------------|
| 1 pentole | 8 setaccio di crini | 15 carta forno |
| 2 padelle | 9 colino cinese | 16 pellicola trasparente |
| 3 taglieri | 10 scolapasta | 17 batticarne |
| 4 mannaia | 11 frullatore | 18 vassoi |
| 5 coltelli vari | 12 zuppiera | 19 pirofila |
| 6 cucchiaino di legno | 13 mestolo | |
| 7 schiumarola | 14 spago | |





XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria

VALORI CALORICI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

| Ingredienti | Quantità | Protidi | Lipidi | Glucidi | Kcal |
|---------------|-------------|--------------|---------------|--------------|---------------|
| Carrè | 1000g | 204 | 27 | 0 | 1060 |
| Fagioli | 400g | 118 | 10 | 237,5 | 1164 |
| Olio | 230g | 0 | 229,77 | 0 | 2067,7 |
| Cicoria | 300g | 4,2 | 0,6 | 2,1 | 30 |
| Lardo | 200g | 0 | 198 | 0 | 1782 |
| Pane | 300g | 26,7 | 1,8 | 179,1 | 795 |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| Totali | 2430 | 352,9 | 467,17 | 418,7 | 6898,7 |

TRADUZIONE IN LINGUA INGLESE

| |
|---|
| The first step is to bone the rack of lamb, then using the cleaver break the individual ribs into several parts. Put them in a pan with oil, garlic, fresh spring onion and rosemary. Blend with white wine and add hot water little by little. Once reduced put the sauce in the oven for about 50 minutes at 180 degrees. In the meantime, boil the beans and cook them until they become soft. Take the meat previously separated from the bones and unfold it. Season with a mixture of garlic, bay leaf, sage, rosemary and stale bread. Clean the chicory, blanch it for a few minutes, drain it and transfer it to a pot with cold water. Then fry it with a little oil and a little garlic. Adding a little cooking water. Once ready lay the chicory on the meat, which will be rolled up. When the beans are ready, whisk them with the immersion blender, after adding a little oil and some cheese and leave them aside in a bain-marie. Cover the rolled meat, with slices of lardo colonnata and tie it with string. Cook it in a non-stick pan with rosemary, pepper and salt for a few minutes, then transfer it to a baking dish with the sauce and bake again for 25-30 minutes, at 180 degrees. Once ready, put the meat in the blast chiller for 10 minutes. Remove the bones from the sauce and transfer it into a saucepan. To thicken the sauce add two tablespoons of corn flour dissolved in the water and allow to shrink on the fire. Once all the preparations have been completed, arrange everything on a plate and it is ready to be served. |
| |
| |
| |





XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria



INTESTAZIONE SCUOLA PARTECIPANTE

I.I.S. CLASSICA-SCIENTIFICA - PROFESSIONALE
ISTITUTO PROFESSIONALE DI STATO SERVIZI
PER L'ENOGASTRONOMIA E L'OSPITALITÀ
ALBERGHIERA TROPEA (VV)



DIRIGENTE SCOLASTICO

Prof. NICOLANTONIO CUTULI

DOCENTE ACCOMPAGNATORE

Prof. COSTANTINO LO IACONO

ALUNNI CONCORRENTI

CAPUTO FEDERICO

NERGAS MIHAELA GABRIELA

NOME DEL PIATTO

ITALIANO:

- Rotolino di carrè di agnello ai sapori tradizionali con giardinetto di legumi e ortaggi in forma all'agro dolce con salsa al vino rosso, frutti di bosco e cialda piccante..

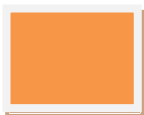
DIALETTO:

- Agneju sapuritu i navota, cu verdura i ntallortu, cu sarza i vinu russu duci-amaru, frutti du voscu e nacatula chi jetta focu..



Rotolino di carrè di agnello ai sapori tradizionali con giardinetto di legumi e ortaggi in





XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria

forma all'agro dolce con salsa al vino rosso, frutti di bosco e cialda piccante..

INGREDIENTI

| Rotolino di agnello ingredienti: | Giardinetto di verdure in forma : | Riduzione di vino rosso: | Per la decorazione: |
|---|-----------------------------------|---------------------------|--------------------------|
| Carrè di agnello gr 800 | Cannellini bianchi cotti gr 200 | Vino rosso gr 180 | Pecorino gr 150 |
| Broccoli sbianchiti gr 40 | Olio e.v.o . ml 50 | zucchero gr 30 | Peperoncino fr. Gr 10 |
| Pancetta di coppa gr 60 | Cipollotto gr 180 | Amido di mais gr 6 | Broccoli gr 30 |
| Olive nere al forno gr 30 | Concassè di pomodoro gr 40 | Mirtilli neri, more gr 60 | Cipollotti gr 60 |
| Cicoria selvatica gr 40 | Demi glace agnello gr 80 | | Pomodorini n 6 |
| Trito di ginepro, pepe verde, aglio gr 10 | Sale fino gr 15 | | Pecorino grattug . gr 80 |
| Mirepoix gr 300 | Zucchero gr 40 | | Peperoncino fr. Gr 10 |
| Olio e.v.o . ml 80 | Aceto di vino bianco dl 1 | | Zucchero gr 10 |
| Vino bianco dl 1 | | | Aceto bianco gr 20 |
| Per 4 crepe | | | Sale gr 2 |
| Farina gr 60 | | | |
| Latte ml 150 | | | |
| Uovo gr 60 | | | |
| Nduja gr 15 | | | |

PROCEDIMENTO: TECNICHE E FASI DI LAVORAZIONE

Per le crepe: In una terrina montare le uova, aggiungere il latte a filo, la farina, la nduja, leggermente ammorbidita a bagnomaria ottenendo così una pastella liscia ed omogenea.

Versare una parte della pastella in un padellino antiaderente, cuocere per ogni lato per il tempo necessario aiutandovi con una spatola.

1) Dopo aver disossato il carrè, pareggiarlo e appiattirlo. Aromatizzare con il trito di erbe, il sale . Fatto ciò adagiare delle fettine di pancetta, le crepe aromatizzate con nduja, la polpa di agnello lavorata con cicoria e olive .

Chiudere il carrè formando un rotolo, legarlo, e adagiarlo in una teglia con olio evo, la mirepoix, le ossa. Infornare per circa 45 minuti a 180 gr.

Avendo cura di sfumare o aggiungere del brodo se la preparazione lo richiedesse .

2)In un padellino far appassire il cipollotto a julienne con un po' di olio bagnare con l'aceto, aggiungere lo zucchero, i cannellini, la concassè, i broccoletti sbianchiti, il sale, lasciar cuocere per qualche minuto, a fiamma bassa.

3 In un padellino mettere l'amido e diluire con il vino rosso aggiungere, lo zucchero , i mirtilli, il sale , lasciar cuocere per 10 minuti a fiamma bassa, fino a dare la giusta consistenza alla salsa .

4) Per la decorazione sbianchire le verdure separatamente , passarle in padella condite, con l'aggiunta di aceto zucchero e sale.

Per la cialda di pecorino, distribuire in un coppa pasta il formaggio grattugiato, il peperoncino frantumato cuocere in microonde per un minuto, ricavare la forma voluta.

Composizione del piatto Per il dressaggio disporre sul fondo del piatto un cucchiaino di salsa, adagiare sopra una rotolino di agnello, a fianco con l'aiuto di una formina realizzare un giardinetto di verdure , decorare a fantasia con il resto degli ingredienti citati.

ATTREZZATURE USATE

| | | |
|---------------------|------------------------|-----------------------------|
| 1 Forno misto | 5 Padelle antiaderente | 9 Polsonetto |
| 2 Forno Microonde | 6 Formelle | 10 Chinoix |
| 3 Teglia Gastronorm | 7 Coltello da busche | 11 Frullatore ad immersione |
| 4 Tagliere | 8 Trinciante | |





ASPETTI STORICO E CULTURALI

Nella cucina calabrese, sia l'agnello che il capretto sono i piatti di carne più tradizionali e rappresentativi. Fin dall'antichità l'allevamento dei caprini è stato legato a quello degli ovini ed ha rappresentato da sempre una risorsa dei sistemi agro-silvo-pastorali del territorio. L'allevamento caprino (insieme a quello ovino) negli anni '80 diventa protagonista dell'attività produttiva italiana e calabrese in particolare. **Il consumo della carne di capretto è, nella tradizione calabrese, legato al periodo delle festività pasquali.** Il capretto rappresenta un piatto tipico della civiltà contadina. Le frattaglie e le interiora dei capretti lattanti si utilizzano per la preparazione del "suffritto e caprettu" (soffritto di capretto), i capretti interi venivano arrostiti alla brace. Famosa è anche la "Stijjholata", pietanza in cui i budelli di capretto vengono avvolti attorno ad un rametto di origano e cotti nel sugo di pomodoro.

In questa ricetta andremo ad illustrare la realizzazione di un piatto semplice ma dal gusto e dal profumo tipicamente mediterraneo, utilizzando l'agnello, legumi ortaggi tipici del nostro territorio, una riduzione di vino con frutti di bosco a bacca rossa, che danno una nota di freschezza e di dolcezza. Salsa di vino rosso che naturalmente sostituisce il mosto cotto bevanda ormai rara e preziosa, benefica e terapeutica, che porta con sé una tradizione altrettanto millenaria. *U vinu cuattu*, conosciuto sin dai tempi degli antichi Romani, fu citato in diversi testi di Apicio e Columella, i primi scrittori di arte culinaria. Usato per insaporire i piatti a base di carne e pesce, costituiva inoltre, allungato con acqua e con l'aggiunta di sciroppo di fichi, mela cotogna o carrube, un'ottima bevanda energetica e ricostituente. *U vinu cuattu* un tempo era molto usato in Calabria anche quasi come un farmaco, si dava agli ammalati e si massaggiava sulle gambe dei bambini per rinforzarle. Si usava per preparare ottimi decotti contro i malanni di stagione, ma, indispensabile nelle preparazioni di dolci come i *turdilli*, la *pitta 'nchiusa* e (la nutella di un tempo), il *sanguinazzu*. D'inverno poi, all'arrivo della prima neve, *u vinu cuattu* era il protagonista assoluto nella preparazione della deliziosa *scirubbeta*, il primo gelato della storia, il quale non è altro che neve e *vinu cuattu*.

MOTIVAZIONE RELATIVA ALL'ABBINAMENTO DEL VINO

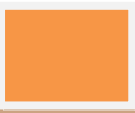
Con questo tipo di preparazione il vino da abbinare scelto è il: **G B Rosso della Cantina Odoardi** - Un grande vino morbido ed avvolgente prodotto con un blend di uve autoctone: *Gaglioppo; Magliocco, Greco nero e Nerello Cappuccio*.

- Uve provenienti da vigneti di proprietà posti su altitudini differenti dal livello del mare fino a seicento metri con terreni creto-ghiaioso argilloso-calcareo e calcareo sciolto. - Il vino ha colore rosso rubino denso. - Al naso è vinoso con piacevoli note fruttate di prugna matura, frutti di bosco e note speziate di caffè e vaniglia e liquirizia. - Al palato è pieno, caldo e con buona struttura. I tannini sono morbidi ed il finale è lungo. - Matura in barrique per 12 mesi.

- "GB" Rosso **Odoardi** è considerato tra i **100 vini migliori D'Italia** (secondo Wine Spectator)

VALORI CALORICI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

| TITOLO RICETTA: | | Rotolino di carrè (GIARDINO DI VERDURE IN FORMA) | | | | | | PER N° | 6 | PERSONE | | | |
|---|--------------------------|--|--------|--------------------|------------|----------|----------|-----------|-----------|--------------|---------------------|---------|--|
| N° | Ingredienti | Q.tità lorda g | P.E. % | Q.tità netta edule | Proteine g | | Lipidi g | | Glucidi g | | Energia | Kcal | |
| 1 | Cannellini bianchi cotti | 200 | 100,0 | 200,00 | 25,80 | 51,60 | 32,00 | 64,00 | 0,20 | 0,40 | 392,00 | 784,00 | |
| 2 | Olio evo | 10 | 100,0 | 10,00 | 0,00 | 0,00 | 99,90 | 9,99 | 0,00 | 0,00 | 899,00 | 89,90 | |
| 3 | Pomodorini | 40 | 100,0 | 40,00 | 1,10 | 0,44 | 0,20 | 0,08 | 3,00 | 1,20 | 17,00 | 6,80 | |
| 4 | Zucchero | 40 | 100,0 | 40,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 104,50 | 41,80 | 392,00 | 156,80 | |
| 5 | Aceto bianco | 10 | 100,0 | 10,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 12,00 | 1,20 | |
| 6 | Cipolloti | 180 | 83,0 | 149,40 | 1,00 | 1,49 | 0,10 | 0,15 | 5,70 | 8,51 | 26,00 | 38,80 | |
| 7 | Sale qb | | | | | | | | | | | | |
| TOTALI | | 480 | | 449,40 | | 53,53 | | 74,22 | | 51,91 | | 1077,50 | |
| Fattori di conversione | | | | | x 4 | | x 9 | | x 3,75 | | Totale calorie kcal | | |
| | | | | | 214,12 | | 667,98 | | 194,66 | | 1076,76 | | |
| Valore nutrizionale di una singola porzione | | | | 74,9 g | | | | | | | | | |
| | | | | Proteine g | | Lipidi g | | Glucidi g | | Calorie kcal | | | |
| | | | | 8,92 | | 12,37 | | 8,65 | | 179,58 | | | |





XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria

| TITOLO RICETTA: | | Rotolino di carrè + crepe | | | | | PER N° | | 6 | | PERSONE | |
|---|---------------------|---------------------------|--------|----------------------|------------|----------|-----------|--------|--------------|-------|---------------------|---------|
| N° | Ingredienti | Quantità lorda g | P.E. % | Quantità netta edule | Proteine g | | Lipidi g | | Glucidi g | | Energia Kcal | |
| 1 | Carrè di agnello | 800 | 100,0 | 800,00 | 20,00 | 160,00 | 8,80 | 70,40 | 0,00 | 0,00 | 159,00 | 1272,00 |
| 2 | broccoli sbianchiti | 40 | 51,0 | 20,40 | 3,00 | 0,60 | 0,40 | 0,08 | 3,10 | 0,63 | 27,00 | 5,50 |
| 3 | pancetta di coppa | 60 | 100,0 | 60,00 | 21,70 | 13,02 | 25,30 | 15,18 | 0,00 | 0,00 | 337,00 | 202,20 |
| 4 | Olive nere al forno | 30 | 74,0 | 22,20 | 1,60 | 0,35 | 25,10 | 5,57 | 0,80 | 0,17 | 235,00 | 52,10 |
| 5 | Cicoria selvatica | 40 | 80,0 | 32,00 | 1,40 | 0,44 | 0,20 | 0,06 | 0,70 | 0,22 | 10,00 | 3,20 |
| 6 | uovo | 60 | 87,0 | 52,20 | 12,40 | 6,47 | 8,70 | 4,50 | tr | tr | 128,00 | 66,80 |
| 7 | Sedano | 100 | 80,0 | 80,00 | 2,30 | 1,84 | 0,20 | 0,16 | 2,40 | 1,92 | 20,00 | 16,00 |
| 8 | Carote | 100 | 95,0 | 95,00 | 1,10 | 1,04 | 0,20 | 0,19 | 7,60 | 7,22 | 35,00 | 33,25 |
| 9 | Cipolle | 100 | 83,0 | 83,00 | 1,00 | 0,83 | 0,10 | 0,08 | 5,70 | 4,73 | 26,00 | 21,50 |
| 10 | Olio evo | 80 | 100,0 | 80,00 | 0,00 | 0,00 | 99,90 | 79,92 | 0,00 | 0,00 | 899,00 | 719,20 |
| 11 | nduja | 15 | 100,0 | 15,00 | 27,30 | 4,09 | 28,50 | 4,27 | 1,10 | 0,16 | 370,00 | 55,50 |
| 12 | Farina | 60 | 100,0 | 60,00 | 11,00 | 6,60 | 0,70 | 0,42 | 77,30 | 46,38 | 340,00 | 204,00 |
| 13 | latte | 150 | 100,0 | 150,00 | 3,50 | 5,25 | 1,50 | 2,25 | 5,00 | 7,50 | 46,00 | 69,00 |
| TOTALI | | 1636 | | 1549,80 | | 200,53 | | 183,08 | | 68,93 | | 2720,25 |
| Fattori di conversione | | | | | x 4 | | x 9 | | x 3,75 | | Totale calorie kcal | |
| Valore nutrizionale di una singola porzione | | | | | 258,3 g | | | | | | | 2708,32 |
| | | | | | Proteine g | Lipidi g | Glucidi g | | Calorie kcal | | | |
| | | | | | 33,42 | 30,51 | 11,48 | | 453,37 | | | |

| TITOLO RICETTA: | | Rotolino di carrè (RIDUZIONE * DECORAZIONE DI VINO) | | | | | PER N° | | 6 | | PERSONE | |
|--|-----------------|---|--------|--------------------|------------|----------|-----------|-------|--------------|-------|---------------------|---------|
| N° | Ingredienti | Q.tità lorda g | P.E. % | Q.tità netta edule | Proteine g | | Lipidi g | | Glucidi g | | Energia Kcal | |
| 1 | Pecorino | 150 | 100,0 | 150,00 | 25,80 | 38,70 | 32,00 | 48,00 | 0,20 | 0,30 | 392,00 | 588,00 |
| 2 | Broccoli | 30 | 51,0 | 15,30 | 3,00 | 0,45 | 0,40 | 0,06 | 3,10 | 0,47 | 27,00 | 4,13 |
| 3 | Peperoncino | 10 | 89,0 | 8,90 | 1,80 | 0,16 | 0,50 | 0,04 | 3,80 | 0,83 | 26,00 | 2,31 |
| 4 | Pomodori | 30 | 100,0 | 30,00 | 1,10 | 0,33 | 0,20 | 0,06 | 3,00 | 0,90 | 17,00 | 5,10 |
| 5 | Pecorino gratt | 80 | 100,0 | 80,00 | 25,80 | 20,64 | 32,00 | 25,60 | 0,20 | 0,16 | 392,00 | 313,60 |
| 6 | Zucchero | 40 | 100,0 | 40,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 104,50 | 41,60 | 392,00 | 156,80 |
| 7 | Aceto bianco | 20 | 100,0 | 20,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 12,00 | 2,40 |
| 8 | Vino rosso | 180 | 100,0 | 180,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 75,00 | 135,00 |
| 9 | Cipolle | 60 | 83,0 | 49,80 | 1,00 | 0,49 | 0,10 | 0,05 | 5,70 | 2,83 | 26,00 | 12,94 |
| 10 | Amido di mais | 6 | 100,0 | 6,00 | 0,30 | 0,02 | tr | tr | 86,80 | 5,20 | 327,00 | 19,62 |
| 11 | Frutti di bosco | 60 | 100,0 | 60,00 | 0,90 | 0,54 | 0,20 | 0,12 | 5,10 | 3,06 | 22,00 | 13,20 |
| 12 | Sale qb | | | | | | | | | | | |
| 13 | | | | | | | | | | | | |
| TOTALI | | 666 | | 640,00 | | 61,33 | | 73,93 | | 54,85 | | 1253,10 |
| Fattori di conversione | | | | | x 4 | | x 9 | | x 3,75 | | Totale calorie kcal | |
| Valore nutriz. di una singola porzione | | | | | 106,6 g | | | | | | | 1116,37 |
| | | | | | Proteine g | Lipidi g | Glucidi g | | Calorie kcal | | | |
| | | | | | 10,22 | 12,32 | 9,14 | | 208,85 | | | |

TRADUZIONE IN LINGUA INGLESE

Roll of Lamb's loin with traditional flavors with a small garden of legumes and vegetables in the form of the sweet agro with red wine sauce, berries and spicy waffle..

For the cracks: In a mixing bowl, fit the eggs, add the milk flush, the flour, the nduja, slightly softened in a bain-Marie, thus obtaining a smooth and homogeneous batter.

Pour a part of the batter into a non-stick pan, cook for each side for as long as necessary, helping with a spatula.

1) after boning the yoke, equalize and flatten it. Aromatize with the chopped herbs, salt. After this, arrange the slices of bacon, the crepes flavored with Nduja, the pulp of Lamb worked with chicory and olives. Close the yoke forming a roll, tie it, and lay it in a pan with EVO oil, the mirepoix, the bones. Bake for about 45 minutes at 180 Gr.

Taking care to soften or add broth if the preparation requires it.

2) In A small pan make the julienne onion with a little oil, wet with the vinegar, add the sugar, the cannelloni, the Concasse, the broccoli blanch, the salt, leave to cook for a few minutes, in low flame.

3 In A frying pan put the starch and dilute with the red wine Add, the sugar, the blueberries, the salt, let cook for 10 minutes with low flame, until to give the right consistency to the sauce.

4) for the decoration sbianchire the vegetables separately, pass them in the seasoned frying pan, with the addition of sugar vinegar and salt.

For the pecorino wafer, spread the grated cheese in a cup, the chopped chilli cook in the microwave for a minute, and obtain the desired shape.



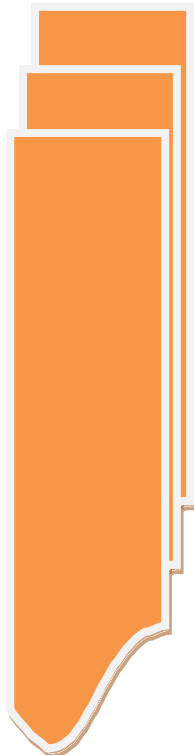


XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria



INTESTAZIONE SCUOLA PARTECIPANTE

IIS-IPSA-ITI - ISTITUTO PROFESSIONALE DI STATO
SERVIZI PER L'ENOGASTRONOMIA
E L'OSPITALITÀ ALBERGHIERA –
“EZIO ALETTI” - TREBISACCE



DIRIGENTE SCOLASTICO

Dott.ssa. MARILENA VIGGIANO

DOCENTE ACCOMPAGNATORE

Prof. DOMENICO GUARINO

ALUNNI CONCORRENTI

MARRAZZO MATTEO

AURELIO ERSILIA

NOME DEL PIATTO

Italiano:

- Agnello e piselli

Tra antichi

e nuovi sapori

Dialecto:

- *Tiella d'aino*

e pisidd





Agnello e piselli tra antichi e nuovi sapori

| Ingredienti | Q.tà | Procedimento: tecniche e fasi di lavorazione |
|----------------------------|-------|---|
| Carrè di agnello disossato | g 600 | <p>Disossare interamente il carré di agnello, tagliarlo a fette spesse e farlo marinare nel frigo con sale, pepe, aglio ed erbe aromatiche per 24 ore.</p> <p>Sbucciare e tagliare le patate a tocchetti. Pulire e affettare molto finemente la cipolla. In una casseruola mettere la cipolla, i piselli e le patate. Aggiustare di sale e far cuocere per circa venti minuti. A cottura ultimata, prelevare le verdure e trasferirle nel bicchiere di un frullatore ad immersione. Passare, infine, la crema ottenuta al setaccio per togliere eventuali grumi. Preparare un cartoccio con le fette di agnello marinate, aggiungere la crema di piselli ed il latte di pecora. Chiudere il cartoccio e cuocere a vapore per un'ora a 120°.</p> <p>Terminata la cottura, togliere l'agnello dal cartoccio e con il liquido di cottura preparare una salsa.</p> <p>In un pentolino mettere, quindi, il liquido insieme ad un cucchiaino di farina di riso e filtrare il tutto.</p> <p>In una padella mettere un filo d'olio EVO e scottare le fette di agnello da ambo le parti.</p> <p>Mondare la lattuga Lollo Rossa e condire con buccia di mandarino grattugiato. Mettere la crema di piselli al centro di un piatto; posizionare sopra le fette di agnello scottate; adagiare, quindi, la lattuga sulle fette di agnello e, a fianco, mettere la salsa preparata precedentemente.</p> <p>Servire.</p> |
| Spicchi d'aglio | n. 02 | |
| Rametti di timo | n. 03 | |
| Rametti di rosmarino | n. 03 | |
| Bacche di ginepro | n. 10 | |
| Pepe nero | q.b | |
| Sale | q.b | |
| Olio EVO | dl 1 | |
| Latte di pecora | dl 2 | |
| Piselli di Amendolara | g 350 | |
| Cipolla di Tropea | n.01 | |
| Patate | g 150 | |
| Mandarino Plana di Sibari | n. 03 | |
| Lattuga tipo "Lollo" rossa | n. 01 | |
| Farina di riso | g 25 | |

ASPETTI STORICO E CULTURALI

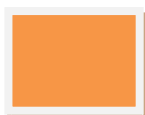
Nella cucina calabrese, l'agnello rappresenta uno dei piatti di carne più tradizionali e rappresentativi.

Questo è un piatto semplice, rivisitato, dal gusto e dal profumo tipicamente mediterraneo. In passato, questa pietanza, era esclusivamente preparata nelle occasioni di festa come la Pasqua.

L'agnello, carne pregiata, abbinata ai piselli o alle patate, oggi si consuma più abitualmente che in passato, in quanto capace d'interrompere la "monotonia" alimentare, caratterizzata da una vera e propria standardizzazione e omologazione dei sapori.

La particolarità di questa ricetta è la cottura dell'agnello nel latte di pecora, tramandata da madre in figlia, da nonna a nipote nell'Alto Ionio cosentino.

E' una ricetta adatta anche a chi ha problemi di **celiachia**.





MOTIVAZIONE RELATIVA ALL'ABBINAMENTO DEL VINO

Il sapore dolce e intenso dell'agnello è stemperato dalla cottura nel latte. Abbiamo scelto, quindi, un vino rosso di corpo, non troppo tannico, come il “*Magliocco*” *Igp* della Cantina “*Ferrocinto*”, fruttato e rotondo ma, con una freschezza vivace che mantiene l'abbinamento intrigante.

ATTREZZATURE USATE

| | | |
|------------------------|---------------------|--------------------|
| 1 FORNO A VAPORE | 4 MINIPIMER | 7 COLTELLO BOUCHER |
| 2 PADELLA ANTIADERENTE | 5 CHINOISE | 8 COLTELLO VERDURA |
| 3 PENTOLINO | 6 PICCOLE BACINELLE | 9 TEGLIA CON FORI |

VALORI CALORICI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

| Ingredienti | Quantità | Protidi | Lipidi | Glucidi | Kcal |
|------------------|----------|---------|--------|---------|--------|
| Carrè di agnello | g 100 | 20 | 8,8 | 0 | 159 |
| Olio evo | g 6,67 | 0 | 16,65 | 0 | 149,83 |
| Latte di pecora | g 33,33 | 1,77 | 2,3 | 1,73 | 34,33 |
| Piselli | g 58,33 | 3,17 | 0,175 | 7,47 | 42 |
| Cipolla | g 8,33 | 0,083 | 0,0083 | 0,475 | 2,16 |
| Patate | g 25 | 0,525 | 0,25 | 4,475 | 21,25 |
| Lattuga | g 8,33 | 1,38 | 0,033 | 0,183 | 1,58 |
| Farina di riso | g 4,16 | 0,25 | 0,0059 | 0,005 | 1,525 |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| Totale | | | | | 411,67 |

TRADUZIONE IN LINGUA INGLESE

Name of the dish: Lamb and peas between ancient and new flavors
Ingredients for 6 people: Boned lamb loin g600, Garlic cloves n.02, Sprigs of thyme n.03, Sprigs of rosemary n.3, Juniper berries n.10, black pepper q.s, salt q.s, Extra virgin olive oil dl 1, Sheep's milk dl2, Peas of Amendolara g350, Tropea onion n.1, Potatoes g150, Sibari tangerine n.3, Lettuce type "Lollo" red n.1, Rice flour g25.

Procedure: techniques and processing phases

Bone the rack of lamb completely, cut into thick slices and marinate in the fridge with salt, pepper, garlic and herbs for 24 hours.

Peel and cut the potatoes into chunks. Clean and slice the onion very finely. In a saucepan put the onion, peas and potatoes. Season with salt and cook for about twenty minutes. When cooked, remove the vegetables and transfer them to the glass of an immersion blender. Finally, pass the cream obtained through a sieve to remove any lumps. Prepare a baguette with marinated lamb slices, add the cream of peas and sheep's milk. Close the bag and steam for an hour at 120 °.

After cooking, remove the lamb from the foil and prepare the sauce with the cooking liquid. In a saucepan, then put the liquid together with a spoonful of rice flour and filter everything.

In a pan put a little oil EVO and burn the slices of lamb on both sides.

Peel the Lollo Rossa lettuce and season with grated mandarin peel. Put the pea cream in the middle of a plate; place the scalded lamb slices on top; then put the lettuce on the slices of lamb and, next to it, put the sauce previously prepared.



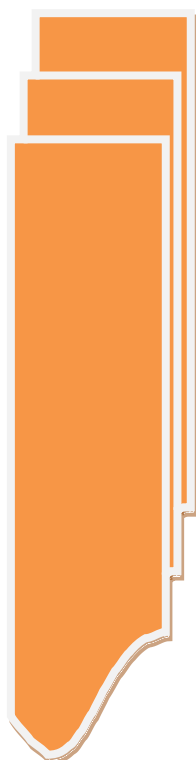


XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria



INTESTAZIONE SCUOLA PARTECIPANTE

ISTITUTO PROFESSIONALE DI STATO "SAN FRANCESCO"
SERVIZI PER L'ENOGASTRONOMIA E L'OSPITALITÀ
ALBERGHIERA - PAOLA (CS)



DIRIGENTE SCOLASTICO

Dott.ssa. ELENA CUPELLO

DOCENTE ACCOMPAGNATORE

Prof. MASSIMO DE SIMONE

ALUNNI CONCORRENTI

DE SIMONE CHIARA
CARNEVALE FABIANO

NOME DEL PIATTO

ITALIANO:

- *Agnello del "Colone"*

DIALETTO:

- *Pecuriallu du turraru*





Agnello del “Colone”

| Ingredienti | Q.tà | PROCEDIMENTO: TECNICHE E FASI DI LAVORAZIONE |
|---------------------------------|--------|--|
| Costolette d’agnello | 90gr | <p>Mettere a bagno i fagioli e i ceci per 24 h. Cuocere i fagioli in una pentola con uno spicchio d’aglio e olio, ridurli in crema e fare lo stesso con i ceci.</p> <p>Porzionare le costolette, condirle con olio EVO, sale, alloro e rosmarino</p> <p>scottarle sulla piastra, metterle sottovuoto e cuocerle in forno a convezione a 58° C per un’ora circa.</p> <p>Tagliare le patate a cubi, sbianchirle e cuocerle nel forno a 200° C per 35 minuti condite con sale e olio.</p> <p>Tagliare le cipolle a julienne e brasarle in una casseruola con il miele e la colla di pesce.</p> <p>Far ridurre il vino rosso insieme allo zucchero in un pentolino.</p> <p>Lessare i broccoletti, ripassarli in padella con olio, aglio ed un peperoncino ed il sale.</p> <p>Tagliare i peperoni a listarelle e cuocerli in padella con olio e sale ed aggiungere l’aceto.</p> <p>Comporre il piatto: formare delle quenelle con la cipolla rossa, le creme di fagioli e ceci a mo di virgola e gocce di riduzione di vino, posizionare una composizione di peperoni, patate e broccoletti e sistemare la costoletta d’agnello al centro del piatto.</p> |
| Fagioli borlotti secchi | 15gr | |
| Ceci secchi | 15gr | |
| Patate silane | 30gr | |
| Cipolla rossa IGP | 20gr | |
| Miele di castagno | 10 gr | |
| Olio EVO | 2 gr | |
| Scavigna (vino rosso) | 0,1cc | |
| Peperoncino fresco | Qb | |
| Buste sottovuoto | n.1 | |
| Rosmarino | Qb | |
| Alloro | Qb | |
| Aceto di vino bianco | 0,1 gr | |
| Colla di pesce | 0,1 gr | |
| Sale | 1 gr | |
| Peperoni (verdi, rossi, gialli) | 20 gr | |
| Broccoletti | 30 gr | |

ASPETTI STORICO E CULTURALI

Il piatto che vi proponiamo è la rivisitazione della tradizione contadina, infatti, gli ingredienti della preparazione sono molto semplici. Vogliamo riprendere gli antichi sapori stilizzando un piatto delle nostre nonne che lo preparavano per gli uomini che lavoravano nei campi e che non tornavano per il pranzo e che dovevano consumare un pasto molto veloce all’ombra di un albero o da qualsiasi altra parte, divenne una vera e propria trazione che li vedeva fermarsi per “ammorsare” cioè dare un morso, consumando prodotti della nostra terra sapientemente cucinati per poi riprendere il lavoro nei campi, semplice ma nello stesso tempo nutriente. La natura ci offre da sempre alimenti così nutrienti e preziosi, ricchi di molteplici antiossidanti, vitamine e molti altri. Possiamo quindi affermare che essendo l’unico pasto sostanzioso della giornata è dunque molto calorico e ricco di grassi insaturi, che comprende tutte le ricchezze di una buona cucina mediterranea.





XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria

MOTIVAZIONE RELATIVA ALL'ABBINAMENTO DEL VINO

Vino abbinato: "Odoardi Savuto DOC Rosso"

questo vino è composto del 45% di Gglioppo, del 25% Aglianico , del 20% Magliocco Canino, 5% Greco Nero e 5% Nerello Capuccio, è prodotto presso "Cantine Odoardi" ad un' altitudine di 250 metri sul livello del mare si presenta di un colore rosso rubino intenso con un profumo floreale e fruttato che ricorda la prugna matura, le ciliegie e le more, il sapore è pieno, caldo e con ritorni del frutto percepito al naso; ha una gradazione alcolica di 13% Vol.

E' un vino di grande personalità e di intenso sapore da abbinare a molti tipi di carne tra cui l'agnello ed opportuno per tutte le occasioni.

ATTREZZATURE USATE

| | | | | | |
|---------|------------|----------|-----------|------------------|----------|
| Pentole | Pelapatate | Coltelli | Forchette | Teglia gastronom | Torcione |
| Padelle | Minipimer | forno | Cucchiari | Scolapasta | Vassoi |
| Mestoli | Tagliere | Spatole | Bacinelle | Schiumarole | Piatti |

VALORI CALORICI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

| Ingredienti | Quantità | Protidi | Lipidi | Glucidi | Kcal |
|-------------|----------|---------|--------|---------|--------|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| Totale | | | | | 411,67 |

TRADUZIONE IN LINGUA INGLESE

Lamb of the "Colonie"

Soak the beans and chickpeas for 24 h. Cook the beans in a pot with a clove of garlic and oil, reduce to cream and do the same with the chickpeas.

Slice the ribs, season with EVO Oil, salt, laurel and rosemary

Blanch them on the soleplate, vacuum them and cook in a convection oven at 58 °c for about an hour.

Cut the potatoes into cubes, sbianchirle and cook in the oven at 200 °c for 35 minutes seasoned with salt and oil.

Cut the onions to joulienne and braze them in a casserole with honey and fish glue.

Reduce the red wine together with the sugar in a saucepan.

Boil the broccoli, stir in a pan with oil, garlic and a chilli and salt.

Cut the peppers to strips and cook them in a pan with oil and salt and add the vinegar.

Compose the dish: form some quenelle with the red onion, the bean and chickpea creams with a comma and drops of wine reduction, place a composition of peppers, potatoes and broccoli and arrange the lamb chops in the center of the dish.





INTESTAZIONE SCUOLA PARTECIPANTE
ISTITUTO PROFESSIONALE DI STATO SERVIZI
PER L'ENOGASTRONOMIA E L'OSPITALITÀ
ALBERGHIERA "E. GAGLIARDI" VIBO VALENTIA



DIRIGENTE SCOLASTICO

Prof. CARLO PUGLIESE

DOCENTE ACCOMPAGNATORE

Prof.ssa SANTINA LA GAMBA

ALUNNI CONCORRENTI

BRANCATI VINCENZO

SEMINARA MICHEL

NOME DEL PIATTO

Italiano:

- Carrè di agnello
in crosta di semi di
papavero su crema
di piselli con
geometria di ortaggi

Dialetto:

- Tiana Catanzares
e piatto rivisitato





Carrè di agnello in crosta di semi di papavero su crema di piselli con geometria di ortaggi

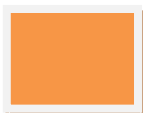
| Ingredienti | Q.tà | Procedimento: tecniche e fasi di lavorazione |
|------------------|--------|---|
| Carrè di agnello | 1,5 kg | Sbianchire i piselli e ridurli in purea. Realizzare le geometrie di ortaggi: le carote e formare dei rettangoli, le patate formando un triangolo, sbollentarli e lucidare le carote in olio evo e le patate in forno. Sbollentare i carciofi e panarli con il pane aromatizzato, panare il carrè con i semi di papavero e cuocere in forno a 150° grado finché il cuore non arrivi a 65° gradi. |
| Piselli | 500 gr | |
| Carote | 400 gr | |
| Patate | 400 gr | |
| Funghi porcini | 200 gr | |
| Carciofi | 500 gr | |
| Semi di papavero | 300 gr | |
| Olio E.V.O | 300 gr | |
| Pane grattugiato | 100 gr | |
| Pecorino | 20 gr | |
| Aglione | 10 gr | |
| Pepe nero, sale | | |
| Fiori eduli | | |
| Prezzemolo | | |

ASPETTI STORICO E CULTURALI

L'agnello in Tiana Catanzarese è un piatto tipico della tradizione calabrese, in particolare del capoluogo di regione. Il suo nome deriva dal caratteristico tegame in terracotta: “La Tiana “ Il piatto è composto da carrè di agnello, Patate, Piselli, carciofi; viene preparato durante il periodo pasquale.

MOTIVAZIONE RELATIVA ALL'ABBINAMENTO DEL VINO

Al piatto è stato abbinato un Cirò rosato delle cantine Baroni Capoano. La giusta freschezza (8-10°) Si Sposa Perfettamente Con I Sapori Decisi e delicati del piatto in questione, creando una perfetta armonia tra il bouquet fresco di frutti di bosco del vino con i sapori degli aromi della carne.





XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria



ATTREZZATURE USATE

| | | |
|-------------|----------------|-----------------------|
| 1 tricianti | 7 spatola | 13 Mestoli in legno |
| 2 padelle | 8 bibberon | 14 Mestoli |
| 3 mixer | 9 pirofile | 15 mandolino |
| 4 pentole | 10 taglieri | 16 bicchieri da mixer |
| 5 pennello | 11 coppa pasta | 17 vassoio |
| 6 setaccio | 12 schiumerola | 18 |

VALORI CALORICI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

| Ingredienti | Quantità | Protidi | Lipidi | Glucidi | Kcal |
|------------------------|----------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Carrè di agnello | 120 gr | 34,44 | 5,04 | / | 183,6 |
| Piselli surgelati | 40 gr | 2,16 | 0,12 | 2,56 | 19,2 |
| Semi di papavero | 20 gr | / | / | / | / |
| Funghi porci surgelati | 40 gr | 2, 11 | 0,38 | 0,54 | 14,13 |
| Carote | 50 gr | 1,3 | 0 , 25 | 9,15 | 42 |
| Patate | 80 gr | 2, 32 | 3, 6 | 20,56 | 118,4 |
| Carciofi | 30 gr | 3, 03 | 0, 21 | 2,79 | 24,6 |
| Pane grattugiato | 20 gr | 2,02 | 0,42 | 15,56 | 70,2 |
| Olio evo | 50 gr | / | 39,96 | / | 359,6 |
| Pecorino di Monteporo | 10 gr | 2,58 | 3,2 | 0,02 | 39,2 |
| | | | | | |
| | | | | | |
| Totali | | 49,96 | 53,18 | 51,18 | 770,93 |

TRADUZIONE IN LINGUA INGLESE

Rack of Lamb in a poppy seeds crust on a cream of peas with a geometry of vegetables.

Ingredients (for 6 people): Rack of Lamb 1,5 kg - Peas 500 gr - Carrots 400 gr - Potatoes 400 gr - Ceps 200 gr - Artichokes 500 gr - Onion 30 gr - Parsley 30 gr - Poppy seeds 300 gr - Olive oil 300 gr - Breadcrumbs 100 gr - Pecorino cheese 20 g - Garlic to taste - Rosemary to taste - Sage to taste - Bay leaf to taste - Salt and pepper to taste

Preparation:

- Cut the vegetables (potatoes, carrots and artichokes) into geometric shapes and blanch.
- Blanch the peas and purée them, adding Salt and pepper. Add the onion, which has been previously browned .
- Finely chop the ceps and purée them.
- Stuff the artichokes with the breadcrumbs and chopped herbs.
- Brush the rack of Lamb, previously browned with aromatic herbs and garlic, with the purée of ceps and sprinkle with the poppy seeds.
- In a baking pan cook the potatoes and artichokes in the oven at 150°C.
- Glaze the carrots in a pan with olive oil.
- Roast the rack of Lamb in the oven at 150°C until the centre of the meat reaches 65°C.
- Serve on a cream of peas and decorate with the geometry of vegetables and edible wild flowers





XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria



ESTAIONE SCUOLA PARTECIPANTE
ISTITUTO PROFESSIONALE DI STATO
SERVIZI PER L'ENOGASTRONOMIA
E L'OSPITALITA ALBERGHIERA
"P. MANCINI" - COSENZA



DIRIGENTE SCOLASTICO

Prof.ssa. GRAZIELLA CAMMALLERI

DOCENTE ACCOMPAGNATORE

Prof. PIERFRANCESCO ANTONUCCIO

ALUNNI CONCORRENTI

FALSETTA FEDERICA

VILLELLA MATTEO

NOME DEL PIATTO

Italiano:

Lombo di agnello in farcia di suino nero alle mandorle, salsa al moscato di Saracena, polenta con cicoria, sfera di ceci croccante, cime di rape al peperoncino, petali di cipolla di Tropea, corallo allo zafferano, su pennellata di rapa rossa

Dialetto:

Aunu e carni i puorcu cu vinu duciu, frascatula e amarelli, vruacculi i rapa cu pipi e cipulla i Tropja





PROCEDIMENTO: TECNICHE E FASI DI LAVORAZIONE

Ingredienti: Lombo di agnello disossato 420gr- Timo e Rosmarino q.b.- Olio gr 30.- Sale q.b.- **Per la farcia:** Carne di maiale 180 gr- Mandorle granella 60 gr- Albume d'uovo 1- Mollica di pane 50gr- Panna cucina 30gr- Prezzemolo q.b. - Sale e Pepe nero - **Per il brodo vegetale:** Acqua 500ml- Cipolla di Tropea 1- Costa di sedano 1- Carote 2- Gambi di prezzemolo q.b. **Per le polpette di ceci:** Ceci in scatola 120gr- Mollica di pane 60 gr- Tuorlo d'uovo gr 40- Uova intere 2- Formaggio pecorino grattugiato gr 10- Sale e Pepe nero q.b. - **Per le cime di rapa:** Cime di rapa 250gr- Aglio spicchio 1- Olio evo gr 50- Sale e Peperoncino q.b. - **Per la crema di rape rosse:** Rape rosse gr 150- Cipolla di Tropea gr 20- Olio evo gr 20- Sale q.b. - **Per la salsa al moscato:** Vino moscato ml 100- Sedano gr 50- Carote gr 100- Cipolla rossa di Tropea gr 100- Chiodi di garofano q.b.- Alloro foglia 1 - Sale q.b.- Amido di mais gr 20- Frattaglie d'agnello gr 300 - Sale e Pepe nero q.b. - **Per la polenta:** Farina di mais gialla gr 150- Acqua ml 300- Sale q.b.- Cicoria gr 100- **Per il corallo:** Brodo vegetale 70gr- Amido di mais 30gr - Olio e.v.o. 25gr - Sale q.b.- Zafferano bustina n°1

Procedimento: Parare la carne, salare e pepare e cospargere con un battuto di erbe aromatiche. Ricoprire il lombo con la farcia e le mandorle tritate sopra, chiudere nella pellicola per alimenti per cottura, cuocere in forno al vapore a 90° e portare a 65° al cuore, servendosi di una sonda.

Per la farcia: Preparare la farcia con la carne di maiale finemente tritata, l'albume, la mollica di pane, panna da cucina, mandorle tritate, vino moscato, prezzemolo tritato, rosmarino, timo sale e pepe nero; fino ad ottenere un impasto omogeneo.

Per il brodo vegetale: Preparare ½ lt di brodo vegetale come di consueto.

Per le polpette di ceci: Preparare le polpette di ceci, tritando finemente i ceci e impastarli con la mollica di pane, il tuorlo d'uovo, il formaggio grattugiato, prezzemolo tritato, sale e pepe. Formare le polpette, panare con uova e mollica di pane e friggere.

Per le cime di rapa: In una padella scaldare l'olio extravergine d'oliva, uno spicchio d'aglio e un po' di peperoncino saltare le cime di rapa precedentemente sbollentate. In una padella far rosolare il controfiletto per pochi secondi.

Per la crema di rape rosse: Tagliare a dadini la rapa rossa, rosolare con un fondo di olio e cipolla e coprire a filo con il brodo vegetale, aggiustare di sale e lasciar cuocere, una volta cotta frullare con il mixer ad immersione per ottenere una crema di giusta densità.

Per la salsa al moscato: Preparare la riduzione al moscato, portando ad ebollizione con foglie di alloro e chiodi di garofano, far ridurre fino ad un quarto, a parte far rosolare le ossa dell'agnello, il sedano, carote e cipolla a dadini, sfumare con il moscato, far evaporare, allungare con il brodo vegetale far cuocere e ridurre fino a metà del composto. Filtrare ed unire alla riduzione di moscato, far ridurre ulteriormente, eventualmente legare con amido di mais fino ad ottenere una salsa liscia, aggiustare di sale e filtrare.

Per la polenta: Per la polenta, portare ad ebollizione l'acqua in un pentolino, versare man mano la polenta, continuare a girare finché si addensa, aggiustare di sale, completare di cottura, unire la cicoria già cotta e versare su di una teglia, far raffreddare e coprire con lo stampo prescelto.

Per il corallo: Preparare il composto con tutti gli ingredienti e versare in padella antiaderente, far cuocere, e mettere da parte.

Assemblaggio del piatto: Tagliare il lombo ricavando dei piccoli cilindri di gr 40 cadauno, spennellare il piatto con la crema di rape rosse, posizionare i cilindri d'agnello distanziandoli l'uno dall'altro; adagiare la polenta con le polpette di ceci sopra, le cime di rapa, i petali di cipolla, salsare la carne e posizionare il corallo.





XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria



ASPETTI STORICO E CULTURALI

“L’AGNELLO DEL BUON RICORDO”

L’elemento principale del piatto che presentiamo è l’agnello, per noi cristiani indica Gesù Crocifisso e quindi vittima innocente che simboleggia l’innocenza, l’umiltà e la purezza.

Umile, selvaggia e povera è stata anche la nostra terra che ha messo a dura prova tante specie animali. Chi ce l’ha fatta ne è uscito più forte di prima!

Tra questi c’è sicuramente il “suino nero” che in passato ha rischiato anche l’estinzione. Oggi, grazie alla sua capacità di adattamento ad ambienti e pascoli estremamente poveri, ci fornisce l’eccellente qualità della sua carne, pregiatissima e molto ricercata.

Le origini di questa razza sono incerte, forse discende dai maiali neri iberici quale ricordo della dominazione spagnola nella nostra terra. Una seconda ipotesi fa derivare il “Nero di Calabria” dal ceppo pugliese, molto diffuso nel regno di Napoli da molti secoli, che, a sua volta, derivava dal Nero casertano.

Per molti secoli il suino Nero in Calabria è stata la principale fonte di carne e condimenti per il sostentamento delle famiglie.

Nella preparazione abbiamo scelto di dare gusto alla ricetta con il “Moscato di Saracena” vero e proprio vino rinascimentale, infatti sin dal XVI secolo il prelibato nettare calabrese veniva imbarcato a Scalea per approdare alla mensa di Papa Pio IV, sulla cui tavola non poteva mancare.

Dopo un lungo periodo di oblio questo nettare è stato riscoperto da alcuni piccoli produttori che, riuniti in un’associazione si sono posti come obiettivo quello di promuovere il Moscato locale e ottenere la denominazione di origine con la deroga della bollitura. Grazie all’impegno di alcuni produttori locali, sostenuti anche dalla Fondazione Slow Food, ne stanno promuovendo la produzione e stanno facendo guadagnare al Moscato della provincia di Cosenza numerosi riconoscimenti anche su scala internazionale.

Il Moscato di Saracena sfoggia un invitante color ambra lucente ed un profumo intenso, note aromatiche ed eleganti sentori.

Vogliamo chiudere la descrizione della pietanza con la “Treccia rossa di Tropea” forma della lavorazione della “Cipolla di Tropea IGP” che vanta la denominazione IGP fin dal 2008, apprezzata in tutto il mondo, è diventata un vero e proprio “gioiello” della nostra terra e della dieta mediterranea, oltre che un prodotto di grande rilievo economico diffuso soprattutto lungo la costa tirrenica che va da Amantea a Capo Vaticano.

Diverse fonti storiche e bibliografiche attribuiscono l’introduzione della cipolla nel bacino mediterraneo ed in Calabria prima ai Fenici e dopo ai Greci diffondendosi in quel tratto di costa.

La Cipolla Rossa di Tropea IGP si contraddistingue per delle proprietà organolettiche uniche, è composta da varie tuniche concentriche carnose di colorito bianco, famosa nel mondo per il suo profumo e per la sua leggerezza, si distingue dalle altre varietà per la sua dolcezza, il sapore è leggero e raffinato.

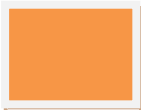
La cipolla rossa di Tropea è ricca di qualità benefiche che la rendono preziosa per la nostra salute.

Abbiamo realizzato questo piatto modellando i sapori con materie prime fedeli alla tradizione, con l’utilizzo di prodotti tipici del territorio calabrese, con i quali reinventare e innovare il gusto.





XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria



MOTIVAZIONE RELATIVA ALL'ABBINAMENTO DEL VINO

Vino: QUARTO - Cantina: Colacino

Alla vista si presenta con un bel colore giallo dorato abbastanza consistente, ai profumi si esprime con uno spettro aromatico molto ampio che vede danzare in sintonia fiori freschi e frutta; al gusto si dimostra piacevole persistente seduce il palato con la morbidezza ed una invitante e fresca nota acida, che lo rendono un bianco sicuro di sé.

L'abbinamento al piatto è stata fatto in base alla leggera complessità e gusto del piatto, e l'equilibrio del vino soprattutto per la sua morbidezza, freschezza che riesce a pulire bene la bocca, e anche per i suoi profumi - È ottimo servito ad una temperatura inferiore a 08°-10°

Contenuto alcolico 12,5 gradi alcolici - Zona di produzione: Marzi (CS) - Uvaggio: Pecorello 60%, Malvasia 40%; - Bottiglia: 75 cl; - Classificazione: Indicazione Geografica Tipica Calabria; Altitudine: 450 m s.l.m. - Vendemmia: fine settembre - Uvaggio: Magliocco Canino in purezza

VALORI CALORICI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

| Ingredienti | Quantità | Protidi | Lipidi | Glucidi | Kcal |
|-----------------------|----------|--------------|--------------|-------------|---------------|
| Sale | q.b. | Tr | Tr | Tr | Tr |
| Aglio | q.b. | Tr | Tr | Tr | Tr |
| Timo | q.b. | Tr | Tr | Tr | Tr |
| Rosmarino | q.b. | Tr | Tr | Tr | Tr |
| Agnello | 70gr | 24,98 | 9,94 | 0 | 189 |
| Cime di rapa | 35gr | 1,47 | 0,14 | 1,08 | 11,2 |
| Carne di maiale | 30gr | 6,39 | 2,4 | 0 | 47,1 |
| Rape rosse | 5gr | 0,05 | Tr | 0,2 | 0,95 |
| Cicoria | 60gr | 0,84 | 0,12 | 0,42 | 6 |
| Mollica di pane | 20gr | 1,8 | 0,38 | 11,4 | 53,8 |
| Panna | 5gr | 0,11 | 1,75 | 0,17 | 16,8 |
| Brandy | 3gr | Tr | 0 | Tr | 6,9 |
| Prezzemolo | 10gr | 0,37 | 0,06 | Tr | 2 |
| Mandorle | 10gr | 2,2 | 5,53 | 0,46 | 60,3 |
| Farina di mais gialla | 50gr | 4,35 | 1,35 | 40,4 | 181 |
| Ceci | 20gr | 1,34 | 0,46 | 2,78 | 83,4 |
| Uova intere | 20gr | Tr | 1,74 | 2,48 | 25,6 |
| Parmigiano | 3gr | Tr | 1,40 | 1,77 | 19,35 |
| Olio di girasole | 3gr | 0 | 2,99 | 0 | 26,97 |
| Passito | 20ml | 6,22 | 0 | Tr | 62,8 |
| Amido di mais | 15gr | 13,65 | 0,01 | 0,04 | 57,15 |
| Sedano | q.b. | Tr | Tr | Tr | Tr |
| Carote | q.b. | Tr | Tr | Tr | Tr |
| Cipolla | 25gr | 1,02 | 0,1 | 5,9 | 27,25 |
| Zafferano | tr | Tr | tr | tr | tr |
| Totali | / | 64,79 | 28,37 | 67,1 | 877,57 |





ATTREZZATURE USATE

| | | |
|---------------------------|-----------------------|-------------------------|
| 1 Padelle antiaderenti | 9 taglieri | 17 frusta |
| 2 pentolini | 10 spelucchini | 18 forchette |
| 3 padella per crepes | 11 trincianti | 19 cucchiai |
| 4 contenitori di plastica | 12 mestolini | 20 chinoix |
| 5 bacinelle in acciaio | 13 palette di legno | 21 schiumarola |
| 6 squeeze | 14 pennelli | 22 sac a poche |
| 7 forbici | 15 mixer a immersione | 23 bicchiere dosatore |
| 8 raschietta in acciaio | 16 pinza | 24 bilancia elettronica |

TRADUZIONE (della ricetta) IN LINGUA INGLESE

Ingredients for six persons: Lamb loin 420gr - Thyme to taste - Rosemary to taste - For the turnip taps - Turnip - taps 210gr - Garlic 1 clove - Oil to taste - Salt to taste

For the red turnips: Red turnips 30gr - Oil to taste - Water to taste

For the stuffing: Pork meat 180gr - Chicory 20gr - Breadcrumbs 50gr - Cream 30gr - Egg whites 1 - Almonds 60gr - Parsley to taste - Salt to taste - Black pepper to taste

For the polenta: Corn flour 180gr - Water 500ml - Salt to taste –

For the chickpeas balls: Chickpeas 120gr - Breadcrumbs 60gr - Egg yolk 1 - Eggs 2 - Cheese 10gr - Salt to taste - Black pepper to taste - Sunflower oil oil 500ml

For the passito sauce: “Sauce demiglaçe” – Passito - Salt

Method: - Bone the lamb meat and make the filletts. Season with salt, black pepper and herbs.

Prepare the filling, kneading finely chopped pork, egg white, breadcrumbs, cream, almonds, brandy, previously blanched chicory, chopped parsley, salt, black pepper until a homogeneous mixture is obtained. Cover the fillet with the filling, close tightly in the film and bake in a steam oven at 58°C at the meat core, with the help of a probe. Then prepare the chickpeas balls, mixing together the chickpeas (blanched and mashed in the vegetable mill), boiled and chopped chicory, breadcrumbs, egg yolk, grated cheese, salt and pepper. Shape the mixture in small balls, coat with egg and breadcrumbs, and fry in sunflower oil. For the polenta, bring the water to a boil in a saucepan, pour the corn flour gradually and continue to stir until it thickens; add salt, to taste, and remove from the heat. Butter some moulds and fill them with polenta; put in the fridge for about 10 minutes, then coat with egg and breadcrumbs, and fry. Cut the red turnips and brown in extra virgin olive oil; cover with the water. Season with salt and cook for about 5 minutes. When cooked, mash the turnips using an immersion blender in order to obtain a sauce to be brushed on the dish, as a decoration, before plating the recipe.





XIX Concorso Enogastronomico - URC Calabria



ESTAZIONE SCUOLA PARTECIPANTE

(fuori concorso)

ISTITUTO PROFESSIONALE DI STATO PER I
SERVIZI ALBERGHIERI E RISTORATIVI
"LUIGI EINAUDI" - LAMEZIA TERME



DIRIGENTE SCOLASTICO

Prof.ssa ROSANNA COSTANTINO

DOCENTE ACCOMPAGNATORE

Prof. PIETRO NOTARO

ALUNNI CONCORRENTI

MURACA LUDOVICA

SCALISE KEVIN

NOME DEL PIATTO

*L'agnello e la sua
evoluzione con patate,
fave e germogli di fave*

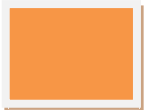




L'agnello e la sua evoluzione con patate, fave e germogli di fave

| Ingredienti | Q.tà | Procedimento: tecniche e fasi di lavorazione |
|--|---------|--|
| Per le sfere | | Per la sfera: Disossate la spalla d'agnello, salate, pepate e rosolate in una padella con un filo di olio e il timo fresco per 2-3 minuti. Spegnete, lasciate raffreddare e formate delle sfere. Mondate i carciofi, affettateli a spicchi e cuoceteli a lungo in un tegame di ferro con 2 cucchiaini di olio, rosmarino, aglio tritato e menta. Riduceteli in poltiglia e passateli al setaccio per ottenere una purea, con una sac-à-poche, disponetene poi un abbondante strato sopra le sfere e metteteli in abbattitore in negativo per mezz'ora. Quando saranno ben fredde, passateli prima nella farina, poi nell'uovo e poi nel pan carrè reso fine, lasciateli a temperatura ambiente per quaranta minuti. Intanto frullate i tarallucci con il mosto, per ottenere una consistenza mielosa, aggiungete un cucchiaino di acqua. Friggete le sfere di agnello in una padella con abbondante olio di arachidi ben caldo. |
| Spalla d'agnello | 300 gr | |
| Carciofi | 1 kg | |
| Rosmarino | 5 gr | |
| Timo fresco | 5 gr | |
| Menta fresca | 5 gr | |
| Olio e.v.o. | dl 2 | |
| Uovo | n°1 | |
| Pan carrè | 50 gr | |
| Farina 00 | 30 gr | |
| Olio di arachidi | dl 5 | |
| Sale e pepe | q.b. | |
| Per il Carrè | | |
| Carrè d'agnello | 400 gr | |
| Mandorle pelate | 60 gr | |
| Rosmarino | 5 gr | |
| Menta fresca | 5 gr | |
| Timo fresco | 5 gr | |
| Olio e.v.o. | dl. 1,5 | |
| Sale e pepe | q.b. | |
| Per il sandwich d'agnello | | Per il carrè panato: Ripulire le costole, staccando la pellicina sull'osso; da ogni carrè ricavate 4 pezzi: salateli, pepateli e rosolateli con un filo di olio fino a che si formi una leggera crosta. Tritate le mandorle e frullatele con le erbe aromatiche; con la panura ottenuta impanate l'agnello. Infornate poi a 180° per 8 minuti. |
| Carne macinata di spalla d'agnello | 120 gr | |
| Fette di pan brioche | n°4 | |
| Tuorlo | n°1 | |
| Semi di sesamo | 30 gr | |
| Sale e pepe | q.b. | |
| Per il tortino | | Per il sandwich d'agnello: tagliate il pane a fette spesse di 1 cm, con un coppapasta ricavate dei dischetti di 5cm di diametro. Bagnateli nel tuorlo d'uovo sbattuto, cospargeteli di semi di sesamo e tostateli in una padella ben calda, con un filo di olio. Salate e pepate la macinata, unite il timo e farcite i dischetti di pan brioche, sovrapponendoli a due a due. Infornate i sandwich a 170°C per 6 minuti. |
| Patate a pasta gialla pulite | 250 gr | |
| Fave fresche pulite | 250 gr | |
| Olio e.v.o. | dl. 1 | |
| Sale e pepe | q.b. | |
| Per la salsa di taralli calabresi | | Per il tortino: Lessare le patate e le fave. Schiacciarle separatamente con una forchetta, condirle e passarle in padella con un filo di olio, con degli stampi a cilindro comporre i tortini a strati alternati partendo dalle patate e passarli in forno a 180° per due minuti. |
| Taralli | 80 gr | |
| Acqua | q.b. | |
| Sale e pepe | q.b. | |
| Mosto cotto | q.b. | |
| Per la finitura | | Per la salsa di taralli calabresi: in un bicchiere da minipimer unire i taralli, il mosto cotto e l'acqua tiepida, aggiustare di sale e pepe. Frullare il tutto per ottenere la salsa. Per la finitura: Disporre in un piatto caldo la salsa, la sfera, il sandwich, il carrè con i granelli di sale Maldon ed in fine il tortino rifinito con i germogli di fave |
| Sale Maldon | q.b. | |
| Germogli di fave | q.b. | |





ASPETTI STORICO E CULTURALI

Nella cucina calabrese, l'agnello è un piatto di carne più tradizionale e rappresentativo. Questa regione, infatti, si è sempre dedicata quasi esclusivamente all'allevamento degli ovini e dei suini; ma mentre il maiale era impiegato prevalentemente per la maialatura e quindi per la preparazione di salsicce, soppressate, guanciale, strutto, capocollo, ecc. – per la realizzazione di secondi piatti a base di carne, l'agnello ed il capretto sono state per anni quasi le uniche materie prime impiegate.

I piatti a base di agnellosi preparano con l'ausilio di ingredienti tipici di questa generosa terra e proprio per questo è uno dei piatti tipici calabresi più famosi e apprezzati.

In passato, questa pietanza era esclusivamente preparata nelle occasioni di festa, come la Pasqua o il Natale, ma oggi si sa è festa tutto l'anno.

MOTIVAZIONE RELATIVA ALL'ABBINAMENTO DEL VINO

Il Cirò, sicuramente, è il vino calabrese più conosciuto in Italia e all'estero, ma non è più il solo prodotto a rappresentare l'intera regione nel settore enologico. Da qualche anno, infatti, è in aumento il livello qualitativo di molti vini, dovuto senza dubbio al cambiamento di mentalità e al lavoro dei tecnici specializzati delle aziende del settore.

I vini Nicotera Severisio sono prodotti con metodi antichi supportati dalla moderna tecnologia, nel rispetto delle caratteristiche delle uve autoctone. Quella del vino è una passione che accompagna da sempre la famiglia che, rivolgendosi a vinificatori esperti e qualificati, ha portato l'azienda in questi anni ad affermarsi come leader in Italia ed esempio tra le realtà del territorio lametino. Quella dei Nicotera Severisio è la storia di un'antica famiglia calabrese nota dal XV secolo che diede origine a personaggi di toga e d'armi. Protagonista a Lamezia Terme, è da sempre legata al lavoro agricolo e all'amore per la terra. Impegnata da quindici generazioni nella cura delle sue tenute, tramanda la cultura della produzione di vino e olio ai propri figli. Fu il Barone Ferdinando Nicotera a d avviare e gestire direttamente le attività dell'azienda di famiglia con scelte innovative, mantenendo sempre inalterato il rispetto per le tradizioni e per il territorio. Oggi l'azienda è diretta dai figli, che hanno raccolto la sfida lanciata dal loro papà, sono loro che continuano a portare avanti con passione e devozione la coltivazione di vitigni autoctoni e degli uliveti di proprietà della famiglia. La tenuta si estende per 130 ettari tra vigneti, uliveti, agrumeti ed erbe officinali: Stretto Veraldi, Carrà Cosentino, Contrada Carrà Fornace Cosentino e Umbri sono i nomi dei fondi su cui insistono gli olivi e i vigneti della famiglia Nicotera Severisio. Metodi antichi e moderna tecnologia si incontrano nella filiera, curata meticolosamente in ogni suo passo: la vendemmia, la vinificazione e l'imbottigliamento sono testimoni di un sempre vivo e indissolubile legame con la terra, aspra e dura, ma allo stesso tempo prodiga di frutti per chi sa amarla e rispettarla. Dal culto della terra e dall'incontro con la tradizione e la ricerca, nascono i vini Nicotera Severisio, dal carattere particolare e distintivo, espressione fedele del terroir del sud Italia. Il magliocco, il Merlot, il Greco Nero e il Calabrese, a bacca nera, decisi e corposi, danno vita a vini inebrianti all'olfatto e piacevoli al palato. Al piatto "L'agnello e la sua evoluzione" è stato abbinato "L'Araldo" Igt Calabria rosso prodotto dall'azienda Nicotera Severisio.

SCHEDA TECNICA: L'ARALDO IGT CALABRIA ROSSO "Nicotera Severisio"

UVE Magliocco, Greco Nero, Calabrese (100% Autoctone) - COLORE Rosso intenso - PROFUMO Vinoso, elegante, con sentori di frutta matura e confettura - SAPORE Caldo corposo ed armonico - TEMPERATURA DI SERVIZIO 18°C – 20 °C - ETA' OTTIMALE 1-2 anni – GRADAZIONE ALCOLICA 13





VALORI CALORICI NUTRIZIONALI PER PORZIONE

| Ingredienti | Quantità | Protidi | Lipidi | Glucidi | Kcal |
|-----------------|---------------|-------------------|---------------|----------|----------|
| Agnello intero | 800gr | 311 | 45 | - | 1650 |
| Carciofi | 400gr | 40,4 | 2,8 | 37,2 | 328 |
| Rosmarino | 10gr | 0,14 | 0,44 | 1,35 | 9,6 |
| Timo fresco | 10gr | 0,14 | 0,44 | 1,35 | 9,6 |
| Menta fresca | 10gr | 0,38 | 0,07 | 0,53 | 4,1 |
| Olio EVO | 50gr | 49,95 | - | - | 449,5 |
| Tuorli d'uovo | 50gr | 7,9 | 14,55 | tr | 162,5 |
| Pangrattato | 50gr | 5,05 | 2,1 | 38,9 | 175,5 |
| Farina | 30gr | 3,3 | 0,21 | 23,19 | 102 |
| Sale | Q.B. | - | - | - | - |
| Pepe | Q.B. | - | - | - | - |
| Mandorle pelate | 60gr | 55 | 138,25 | 11,5 | 1507,5 |
| Semi di sesamo | 20gr | 3,02 | 0,5 | 13,42 | 167,5 |
| Patate pulite | 250gr | 5,25 | 2,2 | 44,75 | 212,5 |
| Fave pulite | 250gr | 15,25 | 1,25 | 13,25 | 122,5 |
| Taralli | 250gr | 28,25 | 15 | 205,75 | 1020 |
| Mosto cotto | 30gr | Alcool 10,7 gr | | tr | 75 |
| Totali | 524,73 | 222,81 | 391,19 | - | - |

TRADUZIONE IN LINGUA INGLESE

For the meatball: Boneless the rack of lamb, salted, peppered and browned in a pan with a drizzle of oil and fresh thyme for 2-3 minutes. Turn off, let it cool and make 2 cm thick meat medallions. Peel the artichokes, slice them and cook them in an iron pan with 2 tablespoons of oil, rosemary, minced garlic and mint. Reduce the pulp and pass them through a sieve to obtain a puree. With a sac-à-poche, arrange then a generous layer over the medallions and place them in the freezer for a few hours. When they are well frozen, pass them first in the flour, then in the egg and then in the breadcrumbs: thawing in the refrigerator for 2 ° C for about 2 hours. Meanwhile, blend the mostaccioli with the must: to obtain a myeloma consistency, add 1 tablespoon of water. Fry the lamb medallions in a pan with plenty of hot peanut oil. For the breaded loaf: Clean the ribs, removing the skin on the bone; from each rack cut into 4 pieces: salt, pepper and brown with a little oil until a light crust is formed. Chop the almonds and blend them with the aromatic herbs; with the breaded panes obtained from the lamb. Bake at 180 degrees for 8 minutes. For the lamb sandwich: cut the bread into thick slices of 1 cm, with a pastry rings made from disks of 5cm in diameter. Wet them in beaten egg yolk, sprinkle with sesame seeds and toast them in a very hot pan, with 1 knob of butter. Salt and pepper the ground so much, add the fears and stuffed the disks of pan brioche, overlap them two by two. Bake the sandwich at 170 ° C for 6 minutes. For the pie: Boil the potatoes and the beans. Crush them separately with a fork, season them and with a pasta cup compose the alternating layers of patties starting from the potatoes. For the Calabrian sauce: Combine the taralli, cooked terracotta and warm water, season with salt and pepper. Blend everything to get the sauce. For the finish: Place the sauce, the meatball, the sandwich, the rack with the Maldon granules in a hot dish and finally the pie with the broad bean sprouts



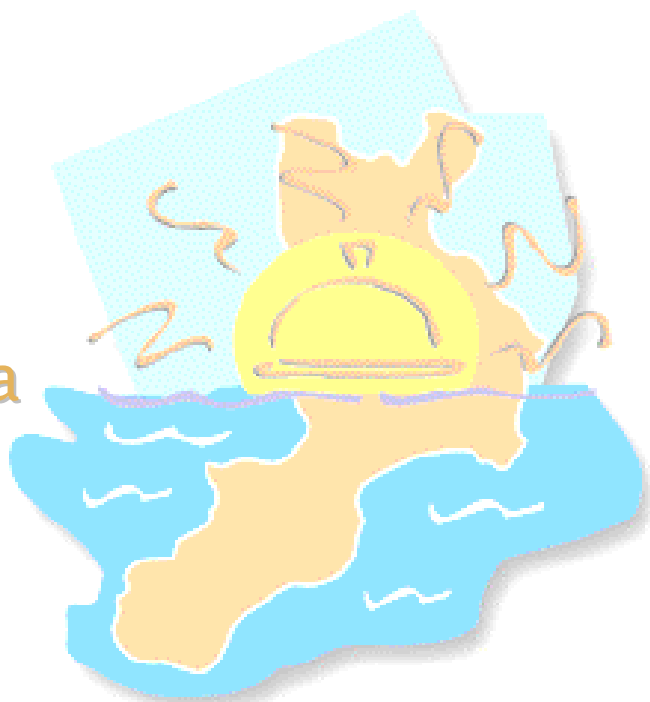


Calabria

Cultura

Gastronomica

Mediterranea



ALL'ALUNNO DELL'IPSSEOA

*Sogna la tua vita e vivi il tuo sogno,
il principio è "Se Vuoi Puoi"*

*non nasconderti dietro le scuse, sono quelle che
non ti fanno raggiungere i tuoi obiettivi (sogni)*

*Domenico Origlia
Segretario A.P.C. Catanzaro*





Un grazie a:

- IPSSEOA - Lamezia Terme*
- Cantine Lavorata - Roccella Ionica (RC)*
- Pastificio Cardamone*
- Riserva Mastrojanni - (carni e salumi di maialino nero di Calabria)*
- Azienda Agricola di Ruggiero Michele*
- “Lo Sceriffo del Campo” di Muraca Battista*
- Caseificio Corapi*
- “Officina del pane” di Molinaro Salvatore*

Calabria

Cultura

Gastronomica

Mediterranea



Arrivederci al 2019

