



Informazioni nutrizionali per persona		
Energia	kcal	465
	kJ	1945
Proteine	g	57
Lipidi	g	25
Carboidrati	g	5



1° Istituto Professionale di Stato  
per i Servizi Alberghieri e della  
Ristorazione I.P.S.S.A.R.  
"Alfredo Beltrame"  
Vittorio Veneto (TV)

Alunni:  
**Francesco Feletti, Tommaso Fracassi**

Docente Accompagnatore:  
**Prof. Giuseppe Ingleto**



#### Ingredienti:

**Per la suprema di pollo:** un petto di pollo (300 g, circa), 150 g. di zucca, 30 g. di Silene (Strigoli)\* sbollentato o saltato, 10 g. di scalogno, 5 g. di miele tartufato, un cucchiaino di olio d'oliva, sale e pepe q.b.

**Per la coscia di galletto con salsa al dragoncello:** 4 cosce di galletto (150 g. circa), 100 g. di rana pescatrice, 20 g. di dragoncello, 20 g. di fondo bruno di pollo, 10 g. di erbe miste (menta, dragoncello, erba cipollina, timo) 0,5 dl. di vino bianco, un foglio di carta da forno, un cucchiaino d'olio, sale e pepe q.b.

**Per la frivolezza di formaggio ubriaco con salsa di pere:** 200 g. di pere, 150 g. di parmigiano grattugiato, 120 g. di polpa di pollo, 40 g. di formaggio 'ubriaco', sale e pepe q.b.

**Per la finitura:** 100 g. di zucchero, 2 dl. di aceto balsamico.

\*pianta spontanea comune

**"Tris di sapori della marca, con suprema di pollo alle maglie di zucca, germogli di silene e miele tartufato, coscia di galletto con rana pescatrice su salsa al dragoncello e frivolezza di formaggio ubriaco con salsa di pere".**

#### Procedimento:

Ricavare dal petto di pollo delle sottili fettine. Tagliare la zucca a cubetti, saltarla in padella con lo scalogno tritato e un filo d'olio. Appena cotta aggiungere il silene, salare e pepare. Salare le fettine di pollo, disporvi di centro un cucchiaino di farcia ed arrotolarle. Poi avvolgerle con la pellicola trasparente e cuocere in forno a vapore per 15 minuti. Da ogni rotolino ricavare 6 fette tagliandolo obliquamente. Nel frattempo dissosare le coscette di pollo, eliminare anche la pelle, pulire la rana pescatrice e tagliarla a lamelle. Salare, pepare e condire il tutto con il trito di erbe aromatiche, la carta da forno. Rosolarle in padella, completando la

farcire le coscette ed avvolgerle con la cottura in forno a 180° per 12 minuti.

**Per la salsa:** fare ridurre il fondo ed aggiungere il vino bianco in precedenza portato ad ebollizione con le foglie di dragoncello.

**Per la frivolezza di formaggio ubriaco con salsa di pere:** disporre su un foglio di carta da forno uno strato di parmigiano; sciolgerlo in forno a microonde e piegarlo in modo da ottenere dei cilindri (sono necessarie 2 cialde per porzione). Avvolgere la farcia con pellicola trasparente e farvi un involtino, dopodiché arrotolare con carta alluminio e stringere molto bene, cuocere in acqua a circa 80° C per circa 12 minuti. Preparare la farcia con il formaggio sminuzzato, sciogliere il composto a bagnomaria in modo che risulti cremoso e riempire i cilindri. Tagliare le pere a cubetti e cuocere in padella mantenendole al dente.

**Per la salsa:** montare nel frullatore a bicchiere parte delle pere mantenendo alcuni pezzi.

**Per la finitura:** restringere l'aceto balsamico con 50 g. di zucchero in modo che risulti denso. Preparare dei capelli d'angelo con lo zucchero caramellato.

#### Presentazione:

Dividere il piatto con l'aceto balsamico in 3 parti e disporvi:

- 3 fettine della suprema di pollo a ventaglio con qualche filo di miele tartufato;
- 2 frivolezze ripiene sopra un letto di salsa di pere;
- 1 coscia di galletto con qualche goccia di salsa di dragoncello.

Vino abbinato:  
Cabernet Sauvignon.



Informazioni nutrizionali per persona	
Energia	kcal 730
	kJ 3045
Proteine	g 44
Lipidi	g 41
Carboidrati	g 38



2° Istituto D'Istruzione Superiore  
I.P.S.S.A.R. "A. Einstein"  
Loreto (AN)

Alluni:  
Roberto Giorgetti, Luca Savoretti

Docente Accompagnatore:  
Prof. Walter Borsini



## Fian di fegatelli

**Ingredienti:** 100 g. di fegatelli, 1,5 dl. di panna fresca, 12 g. di lamponi, un uovo (55/60 g.), 4 g. di parmigiano, erba cipollina q.b., sedano, 5/6 g. di carote, 12 g. di cipolla, 4 g. di succo di limone, 10 g. di Marsala, 8 g. di amido di mais, olio extra vergine d'oliva, sale e pepe q.b.

**Per la polenta:** 25 g. di farina di mais, olio extra vergine d'oliva per friggere, sale ed erba cipollina q.b.

**Procedimento:** Cuocere la polenta in acqua salata per circa 20 minuti. Raggiunta la giusta densità, versarla in un foglio di carta da forno, aggiungere un trito d'erba cipollina, coprire con un altro foglio di carta da forno e stendere sottile. Farla raffreddare, tagliarla a triangoli e friggerla in olio extra vergine d'oliva ben caldo. Preparare il fian passando in padella per circa dieci minuti i fegatelli con mirepoix d'ortaggi in olio extra vergine d'oliva. Frulare e passare al setaccio il tutto. Aggiungere il Marsala, il succo di limone, la panna, l'amido, il parmigiano e il tuorlo d'uovo. Aggiustare di sale e pepe. Versare il composto negli stampini e cuocere in forno a 135° per 15-20 minuti. Sfornare il fian e adagiarlo sul piatto alternato a strati con i lamponi e fili di erba cipollina.

## Mezzelune di ricotta

**Ingredienti:** Per la pasta: (per 40/50 g.) un uovo, 50 g. di farina di grano duro, 75 g. di farina di grano tenero, 2 g. di olio extra vergine d'oliva, sale. Per la farcia: (per 65 g.) 30 g. di patate, 30 g. di ricotta di pecora, 4 g. di tuorlo d'uovo, 2 g. di parmigiano, sale, pepe e noce moscata q.b.

**Per la salsa:** 35 g. di petto di pollo, 20 g. di cipolla dorata, 3 g. di olio extra vergine d'oliva.

**Per il fondo:** una carcassa di pollo, 70 g. di pomodoro ciliegino, 90 g. di sedano, carota e cipolla, erbe aromatiche (timo, maggiorana, alloro), acqua e sale q.b., un dl. di vino, 6/8 g. di farina.

**Per le guarnizioni:** 12 g. di porro, un pomodoro, 10 g. di amido di mais, olio extra vergine d'oliva per friggere, 2 g. di sale grosso, 2 g. di zucchero di canna, una buccia di arancia.

**Procedimento:** Per il fondo: in una casseruola far rosolare il sedano, la carota, la cipolla, il pomodoro, la carcassa di pollo e le erbe aromatiche. Sfornare con il vino, aggiungere la farina, l'acqua, salare e far bollire per circa un'ora. Preparare la pasta impastando le farine con le uova, l'olio extra vergine d'oliva e il sale. Lasciar riposare per qualche minuto e aggiungere la ricotta, il tuorlo d'uovo, il parmigiano, il sale, il pepe e la noce moscata. Farcire la pasta stesa e chiudere formandole mezzelune. Per la salsa: in una pentola antiaderente soffriggere la cipolla tagliata sottile e il petto di pollo a dadini nell'olio extra vergine d'oliva per pochi minuti. In modo che rimangano tenaci. Scottare in acqua bollente il pomodoro, scolarlo ed immergerlo in acqua e ghiaccio. Sbucciare, privarlo dei semi e tagliarlo in falde. Disporre queste ultime in una teglia da forno bucatata e condirle con olio extra vergine d'oliva, sale grosso, zucchero di canna, buccia di arancio ed infornare a 100° per circa 40 minuti. Lessare in acqua salata le mezzelune terminando la cottura in padella con il fondo; disporle sul piatto e coprire con la salsa. Decorare con il porro fritto.

## Coscia farcita

**Ingredienti:** 2 cosce di pollo (120/150 g.), 25 g. di carote, 26 g. di zucchine, 10 g. di spinaci, 25 g. di pecorino di fossa, 86 g. di petto di pollo e ritagli, 18 g. di tuorlo d'uovo, 30 g. di pan cerné, 30 g. di latte, 5 g. di olio extra vergine d'oliva, 80 g. di ceci, 12 spicchi di aglio, un rametto di rosmarino, acqua, sale e pepe q.b.

**Per il contorno:** 70 g. di funghi chiodini, 120 g. di cicoria o erba di campo, uno spicchio di aglio, 2 g. di olio extra vergine d'oliva, sale, pepe e peperoncino q.b.

**Procedimento:** Preparare un tortino con i ceci lessati e insaporiti con il soffritto di aglio, olio extra vergine d'oliva, rosmarino, sale e pepe. Dissicare le cosce avendo cura di lasciarle intere. Preparare la farcia passando al cutter il petto e i ritagli del pollo, il pane ammollato nel latte, l'uovo, un po' di pecorino di fossa, il sale e il pepe. Quando il composto sarà omogeneo aggiungere mescolando a mano gli ortaggi tagliati a dadini e precedentemente saltati in padella. Farcire le cosce, arrotolarle nella carta argentata e arrostiti al forno a 180° per circa 40-50 minuti. Cuocere il tortino al forno a bagnomaria per 10 minuti a 160°. Sfornarlo nel piatto e disporvi sopra le fette della coscia di pollo. Decorare con olio extra vergine d'oliva, gocce di sapa e scaglie di pecorino di fossa. Guarnire i contorni.

Grigliare i funghi chiodini con olio extra vergine d'oliva e sale; saltare in padella la cicoria o l'erba di campo precedentemente bollita con aglio, olio extra vergine d'oliva e peperoncino.

Vino abbinato: Offida "Pecorino".

