



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R478

Codice di vendita:

Agliata

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Liguria - **A base di** Aglio

Ingredienti per 1 lt.:

10	n.	Uova (tuorli)
100	g.	Aglio di Vessalico (Valle Arroscia)
	ml.	Olio extra vergine oliva taggiasco
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 5' a 10'



Costo materie prime al litro: 4,1 €

Prezzo di vendita: 15 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Frusta

Procedimento:

- Operazioni preliminari:
- Preparazione: Pesta l'aglio nel mortaio fino ad ottenere un composto omogeneo. A questo punto aggiungere un pizzico di sale, il tuorlo d'uovo e, con grande abilità nel lavorarlo insieme al tuorlo, l'olio "a filo" (cioè facendolo scendere lentamente dal beccuccio dell'oliera), fino ad ottenere una densità cremosa. La salsa dovrà risultare così "soda" da poter essere tagliata con un coltello. Un'altra versione della salsa d'aglio, ovviamente fuori dal territorio della Valle Arroscia, prevede l'utilizzo dell'aceto invece dell'olio. Gli ingredienti sono l'aglio, l'aceto, la mollica di pane, il vino bianco secco e il sale. Per la preparazione si mette nel mortaio l'aglio e la mollica di pane e si pesta. Si aggiunge il sale e si diluisce con aceto e vino. Il composto viene quindi fatto bollire per pochissimi minuti, prima di condire.
- La porzione fornisce: 644 kcal; 30 g. di proteine; 3 g. di glucidi; 56 g. di lipidi.



Agnolotti con burro, salvia e tartufo di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Piemonte - A base di Farinacei e carne

Ingredienti per 10 persone:

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'

	PER L'IMPASTO
600	g. Farina '00'
6	n. Uova
	Sale fino
	PER LA FARCIA
200	g. Polpa di manzo
200	g. Polpa di maiale
200	g. Petti di pollo
2	n. Uova
10	g. Rosmarino
100	g. Parmigiano Reggiano
150	g. Scarola
20	g. Aglio
50	ml. Olio extra vergine oliva
	Sale fino
	PER IL CONDIMENTO
150	g. Burro
50	g. Salvia
30	g. Tartufi bianchi di Alba



Costo materie prime a porzione: 7,89 €
Prezzo di vendita: 18 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Tirasfoglie
Tritacarne Rondeau Saltiere

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Per preparare la ricetta degli agnolotti bisogna prima di tutto preparare la tipica sfoglia: unire alla farina le uova ed un pizzico di sale e impastate per bene il tutto finché la pasta non risulti liscia e omogenea. Coprirla quindi con uno straccio umido e lasciarla riposare per almeno 30', poi rimpastarla e stenderla riducendola ad una sfoglia sottile.
- Preparazione: Nel frattempo preparare il ripieno: fare rosolare la carne tagliata a dadi per circa 10' insieme agli aromi e un pizzico di sale, quindi a cottura ultimata aggiungere la scarola, precedentemente lessata e strizzata (volendo si può utilizzare della borragine oppure degli spinaci). Passare il tutto al tritacarne e aggiungere le uova, un po' di parmigiano grattugiato e continuare ad amalgamare bene gli ingredienti. A questo punto, servendosi di una sac à poche, disporre il ripieno sulla sfoglia lasciando 4 cm di distanza tra un mucchietto di ripieno e l'altro, quindi richiudere la sfoglia schiacciandola intorno al ripieno con le dita. Tagliare quindi gli agnolotti, di forma quadrata con il lato di 2 cm, servendosi dell'apposita rotella da cucina. Preparare quindi il sughetto per condire gli agnolotti: fare sciogliere il burro con le foglie di salvia.
- Cottura: Fare cuocere gli agnolotti in abbondante acqua salata per 10 minuti, scolarli e condirli con il burro aromatizzato alla salvia.
- Finitura: Servire gli agnolotti ancora ben caldi con l'aggiunta del tartufo tagliato a lamelle con l'apposito utensile.
- La porzione fornisce: 453 kcal; 12 g. di proteine; 51 g. di glucidi; 22 g. di lipidi.



Apparecchio per crespelle di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di Cereali e uova**

Ingredienti per 1 lt.:

8	n.	Uova
1000	ml.	Latte intero
400	g.	Farina '00'
5	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: da 5' a 10'



Costo materie prime al litro: 2,24 €

Prezzo di vendita: 5 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Frusta Padellino per crespelle Metodi di cottura: saltare

Procedimento:

- Preparazione: Mescolare con la frusta farina e uova fino ad ottenere un composto omogeneo. Unire il latte, condire con il sale fino (poco zucchero a velo e un goccio di rhum per quelle dolci). Lasciar riposare mescolando di tanto in tanto.
- La porzione fornisce: 2556 kcal; 126 g. di proteine; 377 g. di glucidi; 56 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Basi di cucina

Scheda tecnica

ID: R29

Codice di vendita: 0351

Apparecchio per quiches

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di** Latticini e uova

Ingredienti per 2 lt.:

1000	ml.	Latte Parz. Scremato
6	n.	Uova
1	g.	Noce moscata
8	g.	Sale fino
3	g.	Pepe nero macinato
600	ml.	Panna fresca liquida

Tempo di preparazione:



Costo materie prime al litro: 1,94 €

Prezzo di vendita: 5 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Frusta

Procedimento:

- Preparazione: Mescolare tutti gli ingredienti con la frusta in un recipiente concavo.
- La porzione fornisce: 1495 kcal; 41 g. di proteine; 37 g. di glucidi; 134 g. di lipidi.



Baccalà alla vicentina di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - **Origine:** Veneto - **A base di** Pesce di mare

Ingredienti per 10 persone:

1300	g.	Stoccafisso bagnato
500	g.	Cipolle bianche
50	g.	Grana Padano
30	g.	Acciughe salate
400	ml.	Olio extra vergine oliva
700	ml.	Latte intero
50	g.	Prezzemolo
200	g.	Farina '00'
		Sale fino e pepe bianco

Tempo di preparazione: oltre 3h



Costo materie prime a porzione: 1,77 €

Prezzo di vendita: 12 €.

Attrezzature occorrenti: Tegame di terracotta

Metodi di cottura: in casseruola

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Scottare lo stoccafisso, per pochi minuti, in acqua in ebollizione per togliere la pelle, la lisca centrale e le spine. Tagliarlo a pezzi regolari di circa 8/10 cm. cad. Pelare le cipolle e tagliarle a Julienne. Lavare e diliscare le acciughe.
- Preparazione: Rosolare, in un capiente saltiere dai bordi alti, con poco olio extravergine di oliva, la cipolla. Aggiungere le acciughe tagliate a pezzetti e per ultimo, a fuoco spento, unire del prezzemolo tritato. Infarinare i pezzi di stoccafisso. Disporli uno accanto all'altro in un tegame di terracotta o di alluminio oppure in una pirofila. Ricoprirli con la metà del soffritto, quindi formare un altro strato di stoccafisso e infine terminare con il soffritto rimanente, il latte, il grana grattugiato, il sale e il pepe bianco. Unire l'olio extravergine di oliva fino a ricoprire tutti i pezzi, livellandoli. Cuocere a fuoco molto dolce per circa 3 ore, scuotendo ogni tanto il recipiente in senso rotatorio, senza mai mescolare. Fare riposare prima di servire. Il baccalà alla vicentina è ottimo anche dopo un riposo di 12-24 ore e può essere anche servito insieme a della polenta appena cotta oppure dei crostoni di polenta grigliati. Una variante alla cottura sul fornello è quella di far cuocere lo stoccafisso in forno moderato 160°/170° C. Inoltre un'altra variante è quella di rosolare lo stoccafisso, dopo averlo infarinato.
- La porzione fornisce: 471 kcal; 28 g. di proteine; 16 g. di glucidi; 33 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R442

Codice di vendita:

Baci di dama

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Piemonte - **A base di:** Pasticceria

Ingredienti per 1 kg.:

250	g.	Farina '00'
250	g.	Farina di nocciole
250	g.	Burro
250	g.	Zucchero
1	n.	Uova (tuorli)
2	n.	Vanillina bustine
300	g.	Cioccolato fondente Nero

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime al chilo: 5,68 €

Prezzo di vendita: 25 €.

Attrezzature occorrenti: Forno pasticc.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- **Preparazione:** In una terrina unire la farina di nocciole allo zucchero, al burro ammorbidito, al tuorlo d'uovo (facoltativo, serve per legare meglio il composto), quindi incorporare la farina. Ricavare dal composto dei rotolini di 3 cm di diametro, tagliarli a pezzettini formando delle palline.
- **Cottura:** Cuocerle in forno preriscaldato per 18'/20' a 160°C. Farle raffreddare e accoppiarle 2 a 2 stendendo nel mezzo uno strato sottile di cioccolato fuso.
- La porzione fornisce: 5510 kcal; 57 g. di proteine; 634 g. di glucidi; 303 g. di lipidi.



Bagna all'alchermes

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Internazionale - Origine: Italiana - A base di Zucchero

Ingredienti per 1 lt.:

- | | |
|----|--------------------------|
| 10 | dl. Sciroppo di zucchero |
| 2 | dl. Alchermens |

Tempo di preparazione: da 10' a 20'



Costo materie prime al litro: 1,44 €
Prezzo di vendita: 5 €.

Attrezzature occorrenti: Pentolino

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Preparazione: Preparare uno sciroppo di zucchero.
- Finitura: Quando lo sciroppo risulta freddo, aggiungere l'alchermens e miscelare. N.B. Il tutto deve essere eseguito a sciroppo freddo e LONTANO dai fornelli, per evitare il formarsi di una nube alcolica, la quale risulta essere infiammabile.
- La porzione fornisce: 415 kcal; 33 g. di proteine; 4 g. di glucidi; 29 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R808

Codice di vendita:

Bagna caöda

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Piemonte - **A base di:** Acciughe e Aglio

Ingredienti per 1 kg.:

300	g.	Acciughe salate
50	g.	Aglio
600	ml.	Olio extra vergine oliva
100	g.	Burro

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al chilo: 4,19 €

Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Tegame di terracotta

Metodi di cottura: sobbollire

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Privare le acciughe del sale di conservazione passandole sotto l'acqua fredda corrente, quindi diliscarle. Sbucciare l'aglio e affettarlo sottilmente.
- Preparazione:
- Cottura: In un tegame di coccio versare le acciughe e l'aglio, unire l'olio fino a coprirli, quindi fare cuocere per 30 minuti a fuoco dolce, mescolando di tanto in tanto: il condimento deve sobbollire e non friggere. Quando la bagna caöda è pronta unire il burro e mescolare.
- Finitura: Portare subito in tavola, mettendo il recipiente con la salsa, sopra un fornello acceso. Variante moderna: per rendere la bagna caöda più leggera è consigliabile sbollentare l'aglio nel latte e allungare la salsa con della panna fresca. La bagna caöda si consuma intingendovi vari tipi di verdure di stagione (specialmente cardi, cipolle cotte al forno, peperoni crudi o cotti, foglie di cavolo crude, topinambur, barbabietole e patate cotte a vapore e tante altre).
- La porzione fornisce: 6422 kcal; 41 g. di proteine; 19 g. di glucidi; 688 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R32939

Codice di vendita:

Bavarese bicolore (vaniglia e cioccolato) di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di Pasticceria**

Ingredienti per 10 persone:

200	ml.	Latte intero
600	ml.	Panna fresca liquida
3	n.	Uova (tuorli)
160	g.	Zucchero
1	n.	Vanillina bustine
8	g.	Colla di pesce
30	g.	Cacao Amaro
150	g.	Cioccolato fondente Nero

Tempo di preparazione: da 2h a 3h



Costo materie prime a porzione: 0,47 €

Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa Fornelli
Abbattitore

Procedimento:

- **Preparazione:** Bollire il latte e nel frattempo lavorare i tuorli con lo zucchero e la vaniglia in una bastardella a bagnomaria. Versare il latte bollente sul composto. Pastorizzare il composto a bagnomaria portandolo a 70 C° fino ad ottenere una crema inglese. Unire la colla di pesce ben strizzata e scioglierla. Filtrare, lasciar raffreddare e incorporare la panna semi- montata ben fredda, amalgamare delicatamente con la frusta compiendo un movimento rotatorio dal basso verso l'alto. Mettere immediatamente negli stampi. Lasciar raffreddare per almeno 4 ore in frigo oppure porre in abbattitore per accelerare il processo di raffreddamento.
- **Servizio:** Sformare su di un piatto la bavarese e guarnire a fantasia.
- La porzione fornisce: 295 kcal; 3 g. di proteine; 19 g. di glucidi; 24 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R34771

Codice di vendita:

Biancomangiare "Blanc Manger" ai frutti di bosco di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Valle d'Aosta - A base di Latticini

Ingredienti per 10 persone:

1500	ml.	Panna fresca liquida
150	g.	Zucchero
7	n.	Colla di pesce "foglio"
1	n.	Vaniglia baccelli
500	g.	Frutti di bosco freschi
20	ml.	Succo di limone
2	dl.	Sciroppo di zucchero

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime a porzione: 1,36 €

Prezzo di vendita: 7 €.

Attrezzature occorrenti: Rondeau

Procedimento:

- Preparazione: Portare a 65° la panna con lo zucchero e la vaniglia. Incorporare la colla di pesce ammorbidita e strizzata. Amalgamare bene il tutto, filtrare allo chinois e versare in stampini mono porzione. Abbatte in abbattitore e conservare in frigorifero. A parte frullare una parte dei frutti di bosco con poche gocce di succo di limone e sciroppo di zucchero.
- Finitura: Sformare il biancomangiare e guarnire con il coulis di frutti di bosco, frutti interi.
- La porzione fornisce: 120 kcal; 0 g. di proteine; 31 g. di glucidi; 0 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R34726

Codice di vendita: 51

Bonnet al caramello

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Piemonte - **A base di Pasticceria**

Ingredienti per 10 persone:

1000	ml.	Latte UHT
300	g.	Zucchero
120	g.	Amaretti o biscotti secchi
70	g.	Cacao Amaro
8	n.	Uova
50	ml.	Rhum Jamaica
		-PER IL CAMELLO
100	ml.	Acqua
250	g.	Zucchero

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,35 €

Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Forno statico Forno vapore
Testa di moro

Metodi di cottura: a bagnomaria a vapore

Procedimento:

- **Preparazione:** Sbattere le uova in una bacinella con lo zucchero, incorporare gli amaretti sbriciolati, il cacao, il rhum ed il latte. Preparare il caramello ponendo sul fuoco una testa di moro contenente l'acqua e lo zucchero, fino ad ottenere la salsa caramello. Versare prima il caramello negli stampi, e poi versare il composto fino a raggiungere quasi il bordo.
- **Cottura:** Cuocere a bagnomaria in forno a 150° per circa 60 minuti oppure sempre in forno, ma a vapore per circa 50 minuti.
- La porzione fornisce: 165 kcal; 6 g. di proteine; 29 g. di glucidi; 4 g. di lipidi.



Branzino al cartoccio di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - **Origine:** Mediterranea - **A base di** Pesce di mare

Ingredienti per 10 persone:

10	n.	Branzino fresco allevato Tg. 5/6
500	g.	Patate
100	g.	Olive nere piccole Taggiasche
50	g.	Pinoli
200	g.	Pomodori
50	g.	Aglio
50	g.	Prezzemolo
200	ml.	Olio extra vergine oliva
200	ml.	Vino bianco secco
10	g.	Fumetto di pesce liofilizzato
	ml.	Acqua
	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 6,47 €
Prezzo di vendita: 15 €.

Attrezzature occorrenti: Placca Saltiere Fornelli Forno Metodi di cottura: al forno convez.

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire il branzino. Pelare e tagliare le patate a rondelle. Pulire l'aglio e prezzemolo. Spellare i pomodori e tagliarli a Concassé. Pelare e tagliare le patate a rondelle.
- Preparazione: Saltare le patate in olio con aglio, prezzemolo, pinoli, olive e pomodoro concassé; bagnare con vino bianco e fumetto; disporre su un foglio di carta stagnola o pergamena. Adagiarvi sopra il branzino condito all'interno con aglio, prezzemolo, sale e pepe bianco. Avvolgere a cartoccio.
- Cottura: Cuocere in forno fino al rigonfiamento dell'involucro (dai 10 ai 30 minuti a seconda la taglia del pesce)
- La porzione fornisce: 251 kcal; 5 g. di proteine; 18 g. di glucidi; 18 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Piatti di pesce

Scheda tecnica

ID: R34774

Codice di vendita: 0135

Branzino al forno di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Mediterranea - A base di Pesce di mare

Ingredienti per 10 persone:

10	n.	Branzino fresco allevato Tg. 3,5/4
1000	g.	Patate
300	g.	Limoni
100	ml.	Vino bianco secco
200	ml.	Olio extra vergine oliva
100	g.	Finocchietto selvatico
150	g.	Prezzemolo riccio
100	g.	Rosmarino
100	g.	Aglio
		Sale fino e pepe bianco

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 6,98 €

Prezzo di vendita: 12 €.

Attrezzature occorrenti: Teglia gastronorm

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire, eviscerare e squamare i branzini.
- Preparazione: Nella pancia di ciascun branzino mettere un ciuffetto di finocchietto, un ramoscello di rosmarino, un paio di spicchi d'aglio, una fettina di limone, sale e pepe. Ungere una teglia con olio extravergine di oliva, sul fondo disporre alcune rondelle di patate spesse un centimetro, salare, pepare e versare a filo dell'altro olio extravergine di oliva. Sulle patate adagiare i branzini e su ognuno appoggiare una fetta di limone pelata a vivo e aghi di rosmarino.
- Cottura: Cuocere in forno caldo a 170° C. per 10 minuti, sfumare con il vino leggermente tiepido, alzare la temperatura a 190° C., cuocere per altri 15-20 minuti, spennellando i branzini con il loro sugo di cottura.
- Finitura: Ritirare, trasferire il tutto su piatto da portata. Ai lati adagiare due ciuffi di prezzemolo riccio, mentre alle due estremità spicchi di limone pelati al vivo.
- La porzione fornisce: 300 kcal; 3 g. di proteine; 23 g. di glucidi; 22 g. di lipidi.



Branzino alla griglia di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - **Origine:** Mediterranea - **A base di** Pesce di mare

Ingredienti per 10 persone:

10	n.	Branzino fresco allevato Tg. 5/6
200	ml.	Olio extra vergine oliva
50	g.	Aglio
50	g.	Prezzemolo
50	g.	Rosmarino
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime a porzione: 6,73 €
Prezzo di vendita: 12 €.

Attrezzature occorrenti: Griglia

Metodi di cottura: alla griglia

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire ed eviscerare il branzino, lasciando le squame che servono da protezione per la cottura.
- Preparazione: Preparare una semplice marinata con olio extravergine di oliva, aglio, prezzemolo, rosmarino e un pizzico di sale. Sistemare il branzino nella marinatura ricordandosi di girarlo almeno una volta. Sistemare un poco di rosmarino e lamelle di aglio anche nella pancia del branzino, salare.
- Cottura: Fare scaldare molto la piastra oppure la griglia. Non appena calda, disporre il pesce sulla piastra. Girare il branzino una sola volta, con molta delicatezza: il pesce si rompe facilmente. Se il branzino risultasse leggermente asciutto, pennellarlo con la marinata preparata in precedenza. Controllare che il branzino sia ben cotto tastando la carne vicino alla lisca nella parte più spessa: se è bianca e si stacca subito il pesce è ben cotto.
- La porzione fornisce: 202 kcal; 1 g. di proteine; 3 g. di glucidi; 21 g. di lipidi.



Brodo comune di carne di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Internazionale - **Origine:** Italiana - **A base di** Carne e verdure

Ingredienti per 10 lt.:

5000	g.	Ossa per brodo o fondo
2000	g.	Carne da brodo bovino adulto
400	g.	Carote
300	g.	Sedano
500	g.	Cipolle bionde
10	g.	Prezzemolo
40	g.	Sale fino
150	ml.	Acqua
4	n.	Alloro foglie
20	g.	Aglio

Tempo di preparazione: da 2h a 3h



Costo materie prime al litro: 1,91 €

Prezzo di vendita: 3 €.

Attrezzature occorrenti: Pentola

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire e mondare gli ortaggi. Lavare accuratamente le ossa e farle sbianchire in acqua.
- Cottura: Disporre tutti gli ingredienti in una pentola dai bordi alti, aggiungere l'acqua e portare ad ebollizione. Schiumare di tanto in tanto le impurità che affiorano in superficie. Cuocere a fuoco lento per circa 2 ore.
- La porzione fornisce: 249 kcal; 43 g. di proteine; 9 g. di glucidi; 5 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R25

Codice di vendita: 77

Brodo comune vegetale di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Internazionale - **Origine:** Liguria - **A base di Ortaggi**

Ingredienti per 2 lt.:

100	g.	Carote
50	g.	Sedano
100	g.	Cipolle bionde
20	g.	Prezzemolo
50	g.	Bietole
100	g.	Patate
30	ml.	Acqua
12	g.	Sale grosso

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime al litro: 0,19 €

Prezzo di vendita: 1 €.

Attrezzature occorrenti: Pentola

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire e mondare gli ortaggi.
- Cottura: Disporre tutti gli ingredienti in una pentola dai bordi alti, aggiungere l'acqua e portare ad ebollizione. Cuocere a fuoco lento per circa 2 ore.
- La porzione fornisce: 2245 kcal; 157 g. di proteine; 36 g. di glucidi; 170 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R821

Codice di vendita:

Bussolà vicentino di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Veneto - A base di Pasticceria

Ingredienti per 10 persone:

1000	g.	Farina '00'
200	g.	Burro
200	g.	Zucchero
2	n.	Lievito dolci bustine gr 16
12	n.	Uova
100	ml.	Grappa bianca Nardini
50	g.	Albume uovo
100	g.	Zucchero granella

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,56 €

Prezzo di vendita: 4 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Tortiera per ciambella

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Preparazione: Lavorare il burro con lo zucchero, unire le uova e farle amalgamare. A questo punto unire la farina, il lievito e un pizzico di sale; amalgamare il tutto. Aromatizzare l'impasto unendo la grappa. Continuare a lavorare il composto fino ad ottenere un impasto omogeneo. Assottigliare l'impasto e chiuderlo a ciambella, adagiarlo all'interno dello stampo (a ciambella), precedentemente imburrrato. Pennellare la superficie con albume semi-montato, distribuirvi sopra lo zucchero in granella.
- Cottura: Cuocere in forno caldo a 200°C, per circa 30/40 minuti.
- Servizio: Servirlo tiepido o freddo, tagliato a fette e con salsine di accompagnamento a piacere.
- La porzione fornisce: 683 kcal; 18 g. di proteine; 97 g. di glucidi; 24 g. di lipidi.



Canederli tirolesi di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - **Origine:** Trentino A.Adige - **A base di** Pane

Ingredienti per 10 persone:

500	g.	Pane bianco raffermo
300	g.	Speck
5	n.	Uova
150	g.	Salame
100	g.	Lardo
250	g.	Farina '0'
500	ml.	Latte intero
30	g.	Erba cipollina a mazzi
30	g.	Prezzemolo
		Brodo di carne
		Noce moscata
		Sale fino e pepe nero

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime a porzione: 0,77 €

Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa Saltiere
Bastardella Schiumarola

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- **Preparazione:** Sbattere le uova in una bastardella. Aggiungere il latte, il sale, il pepe e la noce moscata grattugiata. Unire il pane a cubetti e lasciare riposare per alcuni minuti mescolando di tanto in tanto per farlo ammorbidire. Aggiungere metà dello speck e il salame tagliati a piccola brunoise e metà dell'erba cipollina tritata, il prezzemolo tritato. Amalgamare e incorporare poco alla volta la farina (l'impasto non deve risultare troppo umido). Con le mani inumidite, ricavare dal composto i canederli (palline grandi come noci).
- **Cottura:** Tuffare i canederli un po' per volta nel brodo di carne in ebollizione e farli cuocere per circa 10 minuti.
- **Finitura:** Tagliare a piccola brunoise il lardo e a Julienne lo speck rimasto. Farli rosolare separatamente (nello stesso saltiere, prima il lardo e poi lo speck). Scolare i canederli dal brodo di cottura, con una schiumarola forata, e condirli con il lardo, lo speck, il resto dell'erba cipollina tritata e un pò del brodo di cottura, tanto da mantenerli umidi.
- La porzione fornisce: 124 kcal; 6 g. di proteine; 20 g. di glucidi; 3 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R464

Codice di vendita:

Canestrelli di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Liguria - A base di Pasticceria

Ingredienti per 1 kg.:

600	g.	Farina '00'
450	g.	Burro
200	g.	Zucchero
6	n.	Uova (tuorli)
1	n.	Scorza di limone (limoni)
100	g.	Zucchero a velo

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime al chilo: 3,37 €

Prezzo di vendita: 20 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Teglia gastronorm Metodi di cottura: al forno
Forno pastic.

Procedimento:

- Preparazione: Setacciare la farina e lo zucchero a velo e disporli a fontana sulla spianatoia. Mettere al centro il burro tagliato a pezzetti, la scorza di limone. Amalgamare il burro agli altri ingredienti con la punta delle dita, cercando di formare delle briciole, quindi unire i tuorli e impastare il tutto, velocemente, con le mani, fino ad ottenere una pasta morbida e compatta. Metterla in una pellicola e lasciarla in frigorifero per 30'. Scaldare il forno a 160°C. Prendere la pasta e, sulla spianatoia cosparsa di zucchero a velo, stenderla con il matterello in una sfoglia alta un centimetro. Ricavare i canestrelli utilizzando l'apposito stampo smerlato e adagiarli sulla placca del forno foderata di carta da forno.
- Cottura: Infornarli a 160°C per venti minuti, finché saranno appena dorati ai bordi, ma ancora pallidi. Togliarli dal forno e lasciarli raffreddare e indurire.
- Finitura: Disporli su un vassoio rettangolare e spolverare di zucchero a velo.
- La porzione fornisce: 715 kcal; 8 g. di proteine; 76 g. di glucidi; 41 g. di lipidi.



Cannelloni alla Nizzarda

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di Verdure**

Ingredienti per 10 persone:

5	dl.	Composto per crepes (per il padellino)
20	dl.	Salsa Besciamella
500	g.	Salsa pomodoro e basilico -PER LA FARCIA
1500	g.	Spinaci freschi
150	g.	Cipolle bianche
500	g.	Ricotta fresca classica
50	g.	Parmigiano Reggiano
3	n.	Uova
10	g.	Maggiorana a mazzi Noce moscata Sale fino -PER LA GRATINATURA
100	g.	Burro
50	g.	Parmigiano Reggiano

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime a porzione: 0,72 €
Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Abbattitore Rondeau Cass. bassa Saltiere Fornelli

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Mondare e lavare gli spinaci. Pelare e tagliare in Julienne le cipolle. Tritare la maggiorana.
- Preparazione: Preparare le crespelle. Preparare la salsa besciamella. Preparare la salsa di pomodoro. Preparare la farcia: Stufare in olio extravergine di oliva le cipolle e aggiungere gli spinaci; a cottura ultimata abbattere di temperatura. Tritare il tutto e disporre in una bastardella. Unire la ricotta, le uova, il parmigiano, la maggiorana trita e insaporire di noce moscata e sale. Con l'ausilio di un sac à poche farcire le crespelle ponendo al centro di esse un cordone di farcia. Avvolgere confezionando dei cannelloni. Disponli allineati in una pirofila precedentemente imburata e con, sul fondo, della salsa besciamella e salsa di pomodoro. Nappare con salsa besciamella e con la salsa di pomodoro, praticare dei cordoni trasversali. Cospargere di parmigiano e burro fuso.
- Finitura: Gratinare in forno caldo a 200°.
- La porzione fornisce: 322 kcal; 17 g. di proteine; 21 g. di glucidi; 24 g. di lipidi.



Cannelloni alla Portofino di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Italiana - A base di Verdure

Ingredienti per 10 persone:

5	dl. Composto per crepes (per il padellino)
20	dl. Salsa Besciamella
400	g. Pesto alla genovese
500	g. Fagiolini
500	g. Patate
300	g. Ricotta
200	g. Parmigiano Reggiano
200	g. Burro
	g. Sale fino

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime a porzione: 2,16 €
Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Cutter Rondeau Fornelli
Forno convez.

Metodi di cottura: bollire al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire il basilico, i fagiolini, pelare e tagliare le patate a fette piccole. Preparare un apparecchio per crespelle.
- Preparazione: Preparare le crespelle e pararle dandogli una forma quadrata. Preparare un buon pesto alla genovese. Preparare la salsa besciamella. Lessare le patate ed i fagiolini. Farcire le crespelle spalmando alla base la salsa al pesto, guarnire con fagiolini, patate e ricotta; nappare con poca salsa besciamella e cospargere di parmigiano. Richiudere arrotolando la crespella, ottenendo il cannellone. Disporre in pirofila imburrata, mascherare con salsa pesto, prima e besciamella, poi. Rifinire con il parmigiano e burro fuso.
- Cottura: Gratinare in forno alla temperatura di 190°/200° C. fino ad ottenere una bella doratura in superficie.
- La porzione fornisce: 554 kcal; 26 g. di proteine; 28 g. di glucidi; 38 g. di lipidi.



Capriolo con gnocchi di patate e confettura di mirtilli rossi

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Trentino A.Adige - A base di Cacciagione

Ingredienti per 10 persone:

Tempo di preparazione: 2 tempi

1500	g.	Capriolo polpa
100	g.	Lardo
100	g.	Cipolle bianche
200	g.	Farina '00'
1000	ml.	Vino da cucina rosso
200	ml.	Panna fresca liquida
30	g.	Ginepro
4	n.	Alloro foglie
30	g.	Rosmarino
		Sale fino e pepe nero
		PER GLI GNOCCHI
1200	g.	Patate
250	g.	Farina '00'
1	n.	Uova (tuorli)
30	g.	Grana Padano grattugiato
		Sale fino
		PER LA GUARNIZIONE
200	g.	Confettura mirtilli rossi
150	g.	Prezzemolo riccio



Costo materie prime a porzione: 2,46 €
Prezzo di vendita: 15 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Saltiere Rondeau Metodi di cottura: stufare
Schiumarola

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Tagliare la polpa del capriolo a pezzetti di circa 40 g cad. porli in una bastardella con il vino rosso, le erbe aromatiche e le spezie. Lasciare marinare per circa 12 ore. Tagliare a Julienne la cipolla e soffriggerla leggermente in poco olio extravergine di oliva. Preparare degli gnocchi di patate grandi come delle noci.
- Cottura: Togliere dal vino la carne e lasciarla scolare per qualche minuto. Infarinare i bocconcini di capriolo e rosolarli nel lardo in un capiente saltiere dai bordi alti. Aggiungere la cipolla e completare la rosolatura; salare e pepare, dopodiché sfumare con dell'altro vino rosso (non quello della marinatura, che nel frattempo è stato buttato via). Bagnare con del fondo bruno e far cuocere il capriolo; quando è giunto a cottura, toglierlo dal saltiere, conservarlo a parte in un altro contenitore e amalgamare il fondo di cottura con la panna fresca liquida. A parte lessare, in un rondeau, gli gnocchi in acqua salata in ebollizione e scolarli con una schiumarola a ragno.
- Finitura: Servire il capriolo con il fondo di cottura legato, accompagnato dagli gnocchi e dalla confettura di mirtilli rossi. Guarnire con un ciuffo di prezzemolo riccio.
- La porzione fornisce: 274 kcal; 6 g. di proteine; 38 g. di glucidi; 3 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Guarnizioni

Scheda tecnica

ID: R805

Codice di vendita:

Carciofi in tegame di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Liguria - **A base di Ortaggi**

Ingredienti per 10 persone:

20	n.	Carciofi liguri
50	g.	Burro
50	ml.	Olio extra vergine oliva taggiasco
50	g.	Aglio
50	g.	Prezzemolo
50	ml.	Latte intero
50	ml.	Vino bianco secco
		Sale fino
100	g.	Limoni

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime a porzione: 1,4€

Prezzo di vendita: 5€.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa Saltiere

Metodi di cottura: bollire saltare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Staccare ai carciofi le foglie scure e più dure, tagliare le spine, poi dividere i carciofi in quattro spicchi, levare il fieno interno e metterli in acqua fredda acidulata con il succo di limone. Tritare insieme l'aglio e il prezzemolo.
- Cottura: Lessare i carciofi in una casseruola bassa per qualche minuto, quindi scolarli con l'aiuto di un ragno. In un saltiere far soffriggere leggermente nell'olio e il burro il trito di aglio e prezzemolo; unire i carciofi e insaporire di sale. Sfumare con il vino bianco e dopo che quest'ultimo è evaporato bagnare con il latte. Portare a cottura lasciando i carciofi al dente.
- La porzione fornisce: 52 kcal; 1 g. di proteine; 3 g. di glucidi; 4 g. di lipidi.



Cassoeula di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - **Origine:** Lombardia - **A base di** Carne e verdure

Ingredienti per 10 persone:

2000	g.	Costine di maiale
500	g.	Cotenne di maiale
500	g.	Salamini Verzini
1500	g.	Verza
250	g.	Carote
200	g.	Cipolle bianche
200	g.	Sedano
150	g.	Lardo
30	g.	Concentrato di pomodoro
100	ml.	Vino bianco secco
		Sale fino e pepe bianco
100	g.	Burro

Tempo di preparazione: da 2h a 3h



Costo materie prime a porzione: 1,84 €

Prezzo di vendita: 12 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa Pentola Schiumarola

Metodi di cottura: in casseruola

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Sfogliare le verze, lavarle accuratamente e tagliarle a strisce grossolane. Pulire e lessare in acqua bollente le cotenne del maiale per circa 15-20 minuti, quindi tagliarle a pezzetti.
- Preparazione: In un saltiere rosolare nel burro le costine di maiale e i salamini virzini (bucherellandoli durante la rosolatura per farne fuoriuscire il grasso).
- Cottura: A parte rosolare in una casseruola la mirepoix di carote, sedano e cipolle con il lardo tagliato a piccoli dadini. Aggiungere le costine, i salamini verzini e le cotenne di maiale, non appena il tutto sarà insaporito, sfumare con il vino bianco, lasciare evaporare ed aggiungere il concentrato di pomodoro stemperato in poca acqua. Infine unire le verze, bagnare con poca acqua o brodo vegetale, correggere di sale e pepe e portare a cottura a fiamma dolce il tutto chiuso con coperchio.
- La porzione fornisce: 96 kcal; 0 g. di proteine; 3 g. di glucidi; 8 g. di lipidi.



Casumziei ampezzani di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - **Origine:** Veneto - **A base di:** Farinacei e verdure

Ingredienti per 10 persone:

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'

	PER LA PASTA
400	g. Farina '00'
200	g. Semola di grano duro
4	n. Uova
200	ml. Latte intero
	Sale fino
	PER IL RIPIENO
800	g. Barbabietole rosse precotte
100	g. Pane grattugiato
100	g. Ricotta fresca classica
30	g. Burro
3	n. Uova (tuorli)
	Sale fino e pepe bianco
	PER IL CONDIMENTO
150	g. Burro
100	g. Grana Padano
50	g. Semi di papavero



Costo materie prime a porzione: 1,12 €

Prezzo di vendita: 10 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Tirasfoglie
Coppapasta Saltiere Bastardella

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Amalgamare le due farine e versarle in planetaria, unire il sale, le uova, il latte tiepido (non tutto, se occorre) e impastare fino a ottenere una pasta consistente. Preparare un panetto e metterlo a riposare, coperto, per almeno 30 minuti.
- Preparazione: Affettare le barbabietole, disporle in una bastardella e con l'aiuto di un cucchiaio di legno renderle in poltiglia. Farle insaporire in un capiente saltiere dai bordi alti con del burro. Disporre il tutto nella stessa bastardella dove abbiamo ottenuto, in precedenza la poltiglia. Aggiungere la ricotta, i tuorli d'uovo, il pane grattugiato e insaporire di sale e pepe bianco; amalgamare per ottenere un composto di giusta consistenza. Stendere sottilmente la sfoglia e ricavare dei dischi, con un coppapasta circolare, da 8 cm. Utilizzando un sac à poche con bocchetta media liscia, mettere un po' di ripieno al centro di ognuno di essi, quindi piegarli a metà in modo da ottenere dei ravioli di forma semicircolare. Premere bene i bordi per evitare che il ripieno, cuocendo, fuoriesca.
- Cottura: Lessare i casumziei in abbondante acqua salata in ebollizione e quando saranno cotti al dente, scolarli con una schiumarola a ragno e saltarli in un capiente saltiere dai bordi alti con burro fuso, semi di papavero e grana grattugiato.
- La porzione fornisce: 472 kcal; 17 g. di proteine; 54 g. di glucidi; 21 g. di lipidi.



Ceci in zimino

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - Origine: Liguria - A base di Legumi

Ingredienti per 10 persone:

350	g.	Ceci secchi
450	g.	Bietole
250	g.	Cipolle
400	g.	Pomodori freschi maturi
200	ml.	Olio extra vergine oliva taggiasco
200	g.	Carote
200	g.	Sedano
10	g.	Funghi porcini secchi
10	g.	Salvia
10	g.	Rosmarino
20	g.	Aglio
500	g.	Pane per crostoni
150	g.	Pinoli
		Sale fino

Tempo di preparazione: 2 tempi



Costo materie prime a porzione: 0,91 €

Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Casseruola alta Rondeau
Fornelli

Metodi di cottura: bollire stufare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Ammollare il giorno precedente i ceci in acqua leggermente. Pulire le verdure. Mettere i funghi secchi a bagno in acqua calda in modo da idratarli.
- Preparazione: Lessare i ceci con odori, a cottura ultimata aggiustare di sale. Tagliare a fette il pane ottenendo dei crostoni e dorare in forno. Spellare i pomodori, eliminare i semi e tagliare a piccola concassé. Preparare una mirepoix tritando il sedano, la carota, la cipolla, l'aglio e i funghi secchi strizzati. Tagliare a striscioline le bietole.
- Cottura: Rosolare la mirepoix in olio extravergine di oliva, unire il pomodoro; aggiungere le bietole tagliate finemente, stufare lentamente fino a cottura.
- Finitura: Passare una parte di ceci lessati precedentemente con dell'acqua della propria cottura. Unire il tutto, con i restanti ceci, allo zimino (brodetto di bietole).
- Servizio: Servire in cocotte di porcellana o in fondina distribuendo sopra alcuni pinoli tostati e condire con un filo di olio extravergine di oliva a crudo, il tutto accompagnato da crostoni dorati a parte.
- La porzione fornisce: 317 kcal; 13 g. di proteine; 58 g. di glucidi; 26 g. di lipidi.



Cialde di meringa francese

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di:** Albume d'uovo e zucchero

Ingredienti per 1 kg.:

500	g.	Albume uovo
250	g.	Zucchero a velo
250	g.	Zucchero
10	ml.	Succo di limone

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime al chilo: 1,51 €
Prezzo di vendita: 20 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Frusta Sac à poche Bocchetta rigata Placca

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- **Preparazione:** Montare gli albumi miscelandoli con poco zucchero e poi aggiungerne altro gradualmente. Le chiare sono montate a neve ferma ed hanno la giusta consistenza quando la "meringata" tende a rimanere attaccata alla frusta (capovolgendo la ciotola il contenuto non dovrebbe cadere) Quando la meringa è pronta trasferirla in una sac à poche con la quale si potranno realizzare delle spirali. È importante che la teglia utilizzata sia ricoperta da carta da forno.
- **Cottura:** Cuocere le meringhe in un forno a 100° per almeno 1 ora e 30 minuti.
- **La porzione fornisce:** 1945 kcal; 0 g. di proteine; 498 g. di glucidi; 1 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Guarnizioni

Scheda tecnica

ID: R32829
Codice di vendita:

Cipolline borettane all'agrodolce

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - **Origine:** Emilia Romagna - **A base di** Verdure

Ingredienti per 10 persone:

1000	g.	Cipolline borettane
150	ml.	Olio di oliva
100	g.	Zucchero
100	ml.	Aceto Bianco
100	ml.	Vino bianco secco
30	g.	Prep. Knorr fondo bruno
30	g.	Concentrato per brodo
	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 0,37 €
Prezzo di vendita: 4 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa

Metodi di cottura: stufare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pelare le cipolline.
- Preparazione: In un rondeau o casseruola bassa, versare l'olio di oliva e lo zucchero. Lasciar caramellare senza girare, unire le cipolline, sfumare con l'aceto e il vino bianco. Salare e bagnare con brodo e fondo bruno fino a ricoprire il tutto.
- Cottura: Cuocere con coperchio fino ad ottenere la cottura completa delle cipolline e una salsa abbastanza cremosa.
- La porzione fornisce: 47 kcal; 0 g. di proteine; 11 g. di glucidi; 15 g. di lipidi.



Ciuffi di meringa all'italiana di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Italiana - **A base di** Albume d'uovo e zucchero

Ingredienti per 1 kg.:

320	g.	Albume uovo
250	ml.	Acqua naturale
650	g.	Zucchero

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime al chilo: 1,18 €
Prezzo di vendita: 20 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Frusta Sac à poche Bocchetta rigata Placca

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- **Preparazione:** In un pentolino, preparare uno sciroppo con lo zucchero semolato e l'acqua. È necessario che lo zucchero non caramelli per cui la temperatura della soluzione andrebbe mantenuta a 120° usando un termometro. Quando è pronto, lasciarlo intiepidire. Montare a neve ben ferma gli albumi d'uovo incorporando gradualmente lo sciroppo di zucchero (versarlo "a filo"). Terminato lo sciroppo continuare a montare la meringa fino ad ottenere un composto ben sodo e brillante. Quando la meringa è pronta trasferirla in una sac à poche con la quale si potranno realizzare dei ciuffetti. È importante che la teglia utilizzata sia ricoperta da carta da forno.
- **Cottura:** Cuocere le meringhe in un forno a 100° per almeno 1 ora e 30 minuti.
- **La porzione fornisce:** 2529 kcal; 0 g. di proteine; 647 g. di glucidi; 1 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R334

Codice di vendita:

Coeur Coulante con salsa all'arancio

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Innovativa - Origine: Francese - A base di Fondente nero

Ingredienti per 12 persone:

250	g.	Cioccolato fondente Nero
250	g.	Burro
150	g.	Zucchero
5	n.	Uova
75	g.	Farina '00'
1	n.	Lievito dolci bustine gr 16
4	dl.	Salsa all'arancio

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime a porzione: 0,3€

Prezzo di vendita: 6€.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Frusta Stampini U.G. 8/10 Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Imburrare abbondantemente gli stampini monodose in alluminio da cucina (usa e getta) e tenerli da parte.
- Preparazione: Tagliare a piccoli pezzi il cioccolato fondente, unire il burro e sciogliere completamente a bagnomaria (facendo molta attenzione che non entri neppure uno schizzo d'acqua nel cioccolato). Montare le uova con lo zucchero in modo che il composto risulti ben gonfio e chiaro. Unire il cioccolato fuso e ormai freddo, poco alla volta, alle uova. Solo alla fine unire la farina e il lievito mescolando con cura. Versare l'impasto negli stampini imburrati riempiendoli solo a metà. Trasferire gli stampini nel freezer (volendo è possibile prepararli anche giorni prima). Preparare la salsa all'arancio.
- Cottura: Infornare gli stampini appena tolti dal freezer, in forno caldo a 250° C per 8 - 9 minuti. Aprendo il dolcetto con il cucchiaino uscirà il ripieno caldo e semi liquido di cioccolato. Questi dolcetti possono essere preparati quando si ha tempo e conservati nel freezer, consentendo di preparare un dessert d'effetto in brevissimo tempo.
- Finitura: Servire con la salsa all'arancio
- La porzione fornisce: 304 kcal; 3 g. di proteine; 24 g. di glucidi; 22 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Basi di pasticceria

Scheda tecnica

ID: R381

Codice di vendita:

Composto per cialde di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Internazionale - Origine: Italiana - A base di Pasticceria

Ingredienti per 1 kg.:

250	g.	Zucchero a velo
250	g.	Albume uovo pastorizzato
250	g.	Burro
250	g.	Farina '00'
100	ml.	Panna fresca liquida

Tempo di preparazione: da 5' a 10'



Costo materie prime al chilo: 2,4 €

Prezzo di vendita: 10 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Frusta Cucchiaino di legno

Procedimento:

- Preparazione: In una bastardella ammorbidire il burro, incorporarvi l'albume, la farina, lo zucchero a velo e la panna, ottenendo un composto liscio.
- La porzione fornisce: 4247 kcal; 56 g. di proteine; 448 g. di glucidi; 248 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Basi di pasticceria

Scheda tecnica

ID: R34646
Codice di vendita:

Composto per meringa all'italiana di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - Origine: Italiana - A base di Albume d'uovo e zucchero

Ingredienti per 1 kg.:

320 g. Albume uovo
250 ml. Acqua naturale
650 g. Zucchero

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al chilo: 1,18 €
Prezzo di vendita: 10 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Frusta Sac à poche Bocchetta rigata Placca

Procedimento:

- **Preparazione:** In un pentolino, preparare uno sciroppo con lo zucchero semolato e l'acqua. È necessario che lo zucchero non caramelli per cui la temperatura della soluzione andrebbe mantenuta a 120° usando un termometro. Quando è pronto, lasciarlo intiepidire. Montare a neve ben ferma gli albumi d'uovo incorporando gradualmente lo sciroppo di zucchero (versarlo "a filo"). Terminato lo sciroppo continuare a montare la meringa fino ad ottenere un composto ben sodo e brillante. Volendo si può colorare la meringa con coloranti naturali a piacere. Quando la meringa è pronta trasferirla in una sac à poche con la quale si potranno realizzare ciuffetti, spirali o altre forme in funzione del dolce da preparare. È importante che la teglia utilizzata sia ricoperta da carta da forno.
- La porzione fornisce: 2529 kcal; 0 g. di proteine; 647 g. di glucidi; 1 g. di lipidi.



Composto per meringa francese

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - Origine: Francese - A base di Albume d'uovo e zucchero

Ingredienti per 1 kg.:

500	g.	Albume uovo
250	g.	Zucchero a velo
250	g.	Zucchero
10	ml.	Succo di limone

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al chilo: 1,51 €
Prezzo di vendita: 10 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Frusta Sac à poche Bocchetta rigata Placca

Procedimento:

- Preparazione: Montare gli albumi miscelandoli con poco zucchero e poi aggiungerne altro gradualmente. Le chiare sono montate a neve ferma ed hanno la giusta consistenza quando la "meringata" tende a rimanere attaccata alla frusta (capovolgendo la ciotola il contenuto non dovrebbe cadere). Volendo si può colorare la meringa con coloranti naturali a piacere. Quando la meringa è pronta trasferirla in una sac à poche con la quale si potranno realizzare ciuffetti, spirali o altre forme in funzione del dolce da preparare. È importante che la teglia utilizzata sia ricoperta da carta da forno.
- La porzione fornisce: 1945 kcal; 0 g. di proteine; 498 g. di glucidi; 1 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R614

Codice di vendita:

Concassé di pomodoro e basilico

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Pomodoro

Ingredienti per 1 kg.:

1200	g.	Pomodori freschi maturi
100	ml.	Olio extra vergine oliva
20	g.	Aglio
1	n.	Basilico a mazzi
	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: da 10' a 20'



Costo materie prime al chilo: 3,59 €

Prezzo di vendita: 5 €.

Attrezzature occorrenti: Saltiere

Metodi di cottura: saltare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Scottare i pomodori in acqua in ebollizione e freddarli in acqua e ghiaccio. Questo passaggio è necessario per poterli spellare. Spellare l'aglio e lavare le foglie del basilico.
- Preparazione: Tagliare per metà i pomodori e svuotarli dei semi, e continuare a tagliare ottenendo dei filetti prima e dei dadi successivamente della misura di circa 1 - 1,5 cm per lato. (Taglio concassé).
- Cottura: In un saltiere rosolare nell'olio gli spicchi d'aglio e versare la concassé di pomodoro, salare e saltare. Cuocere per pochi minuti e unire a fiamma spenta una chiffonade (a striscioline) di basilico.
- La porzione fornisce: 1154 kcal; 10 g. di proteine; 56 g. di glucidi; 104 g. di lipidi.



Coniglio alla ligure

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Liguria - **A base di Carne**

Ingredienti per 10 persone:

1200	g.	Coniglio con testa nazionale
150	ml.	Olio di oliva
30	g.	Aglio
30	g.	Rosmarino
150	ml.	Vino da cucina rosso
30	g.	Pomodori tondi a grappoli
1	n.	Alloro foglie
	dl.	Fondo bruno comune
	dl.	Brodo vegetale
50	g.	Olive nere piccole Taggiasche
50	g.	Pinoli
		Sale fino
		Pepe bianco

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,89 €

Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa Padella
Rondeau Fornelli

Metodi di cottura: in casseruola

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Per prima cosa tagliare in una decina di pezzi il coniglio. Lavare i fegatini passandoli nell'aceto.
- Preparazione: Infarinare i pezzi di coniglio e rosolarli in padella con olio di oliva, affinché emettano l'acqua contenuta nelle carni; questo procedimento serve per togliere il caratteristico odore di selvatico. Saltare in poco olio i fegatini e tritarli finemente.
- Cottura: Terminata questa operazione, mettere in un tegame di terracotta l'olio d'oliva, scaldarlo, e disporre il coniglio insieme alle foglie di alloro, al timo, e ad un trito finissimo di aglio e rosmarino, fino a quando avrà assunto un bel colorito dorato. Sfumare con il vino rosso e lasciare evaporare. Aggiungere adesso i pezzi di pomodoro a dadini, i fegatini tritati, i pinoli e le olive; bagnare con brodo vegetale e fondo bruno oppure fondo di coniglio ottenuto dalla cottura della testa e aromi. Ultimare la cottura a fuoco lento ed a pentola coperta, per circa 30 minuti, mescolando di tanto in tanto.
- La porzione fornisce: 53 kcal; 2 g. di proteine; 3 g. di glucidi; 18 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Piatti di carne

Scheda tecnica

ID: R807

Codice di vendita:

Costoletta di vitello alla valdostana di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Piemonte/Valle d'Aosta - **A base di** Carne

Ingredienti per 10 persone:

1800	g.	Costolette di vitello
250	g.	Fontina Aosta
300	g.	Burro chiarificato
300	g.	Farina '00'
5	n.	Uova
500	g.	Pane grattugiato
		Sale fino e pepe bianco

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime a porzione: 2,28 €

Prezzo di vendita: 12 €.

Attrezzature occorrenti: Padella

Metodi di cottura: friggere

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Con un coltello da carne molto affilato tagliare a metà le costolette, in senso orizzontale, lasciandole unite dalla parte dell'osso.
- Preparazione: Inserire la fontina nella "sacca" ricavata in ogni costoletta, richiudere i lembi aperti battendoli leggermente con il batticarne per farli aderire il più possibile. Spolverizzare la carne da ambo le parti con il sale il pepe bianco. Passare le costolette prima nella farina, poi nell'uovo sbattuto ed infine nel pan grattato.
- Cottura: Friggere in burro chiarificato.
- Finitura: A cottura e doratura ultimata, disporre le costolette su foglio di carta assorbente per meglio assorbire il grasso (burro chiarificato) in eccesso.
- La porzione fornisce: 330 kcal; 13 g. di proteine; 58 g. di glucidi; 4 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Guarnizioni

Scheda tecnica

ID: R833

Codice di vendita:

Crauti "sauerkraut"

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Trentino A.Adige - A base di Ortaggi

Ingredienti per 10 persone:

2000	g.	Cavolo Cappuccio bianco
200	g.	Pancetta
100	ml.	Olio extra vergine oliva
100	ml.	Aceto Bianco
100	ml.	Vino da cucina bianco secco
3	n.	Alloro foglie
10	g.	Ginepro
		Brodo di verdure
		Sale fino e pepe nero

Tempo di preparazione: da 2h a 3h



Costo materie prime a porzione: 0,4€

Prezzo di vendita: 3€.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa Cucchiaio di legno

Metodi di cottura: in casseruola

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire il cavolo e tagliarlo a strisciole sottili.
- Cottura: In una capiente casseruola scaldare l'olio extravergine di oliva e unirvi la cipolla trita e la pancetta tagliata in brunoise, mescolando spesso. Aggiungere il cavolo e successivamente spruzzare con il vino bianco e l'aceto, lasciar evaporare, unire le foglie dell'alloro e alcune bacche di ginepro; mescolare e coprire il tutto con il brodo tiepido. Lasciare cuocere a fiamma molto bassa per 2 ore circa, mescolando ogni tanto e aggiungendo brodo qualora fosse necessario, prima di spegnere, aggiustare di sale e di pepe.
- La porzione fornisce: 196 kcal; 8 g. di proteine; 6 g. di glucidi; 16 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Creme e salse di pasticceria

Scheda tecnica

ID: R386
Codice di vendita:

Crema Chantilly *di I.P.S.S.A. Marco Polo*

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di Pasticceria**

Ingredienti per 1,5 lt.:

10 dl. Crema pasticcera
500 ml. Panna fresca liquida

Tempo di preparazione: da 5' a 10'



Costo materie prime al litro: 2,44 €
Prezzo di vendita: 10 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Frusta

Procedimento:

- Preparazione: Aggiungere alla crema pasticcera la panna montata
- La porzione fornisce: 1309 kcal; 12 g. di proteine; 39 g. di glucidi; 125 g. di lipidi.



Crema ganache di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di Fondente nero**

Ingredienti per 1 kg.:

600 g. Copertura fondente
400 ml. Panna fresca liquida

Tempo di preparazione: da 10' a 20'



Costo materie prime al chilo: 5,2 €

Prezzo di vendita: 15 €.

Attrezzature occorrenti: Testa di moro Frusta

Metodi di cottura: nessuno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: La ganache è una delle preparazioni di base nel mondo della cioccolata e della pasticceria. La storia della ganache è curiosa, a partire dal nome: letteralmente infatti, 'ganache' in francese significa 'stupido'. Si dice infatti che la nascita di questa preparazione si debba ad un apprendista pasticciere che alla fine dell'800, per un banale errore, avrebbe rovesciato della panna bollente in una boule contenente del cioccolato fondente. Lo chef, dopo averlo insultato definendolo appunto 'ganache', cercò di rimediare all'errore, e per non buttare tutto quel prezioso materiale lavorò la panna e la cioccolata mescolandole bene, ed utilizzando la crema risultante come farcitura per dei dolci. Farcitura che ebbe subito un incredibile successo, e che si diffuse presto in pasticceria e cioccolaterie come una delle preparazioni di base più diffuse. La ganache si può utilizzare in una gran quantità di modi diversi: si può montare da fredda, creando una spuma golosa con cui farcire torte e choux, oppure si può utilizzare calda, senza montarla, come glassa al cioccolato per ricoprire torte, profiteroles o farcire crepes.
- Preparazione: Gli ingredienti per realizzare la ganache sono dunque cioccolato fondente e panna fresca, più o meno nelle stesse quantità in peso. Alcune varianti della ganache comprendono aromatizzazioni con cognac o rum, oppure con un po' di caffè. Se la ganache deve essere usata come glassa la proporzione potrà essere anche 3 a 2, ovvero 300 grammi di cioccolato per 200 grammi di panna, mentre per le farciture si potranno usare proporzioni diverse fino ad arrivare ad 1 a 1.
- Finitura:
- Servizio: Una crema molto semplice da utilizzare in modi diversi. Calda (e non montata) è una glassa al cioccolato perfetta per la decorazione di torte casalinghe e per la copertura di profiteroles. Fredda e montata è - invece - perfetta per farcire torte e choux. Unica precauzione: NON va conservata in frigo per evitarne un eccessivo indurimento. Nel caso ciò fosse necessario, i dolci farciti con questa crema vanno tenuti a temperatura ambiente per qualche ora prima del consumo. Può essere aromatizzata al caffè (con un po' di caffè amaro ben ristretto) o al proprio liquore preferito.
- La porzione fornisce: 1379 kcal; 8 g. di proteine; 11 g. di glucidi; 148 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Creme e salse di pasticceria

Scheda tecnica

ID: R235

Codice di vendita:

Crema inglese al caffè di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - Origine: Francese - A base di Pasticceria

Ingredienti per 1,5 lt.:

1000	ml.	Latte fresco pastorizzato intero
10	n.	Uova (tuorli)
400	g.	Zucchero
1	n.	Vaniglia baccelli
50	g.	Caffè 100% solub.

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al litro: 3,39 €

Prezzo di vendita: 7 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Testa di moro
Frusta Cucchiaio di legno

Metodi di cottura: a bagnomaria

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Incidere con un coltellino la bacca di vaniglia ed eliminare tutti i semini interni, poi inserirla nel latte versato all'interno di un pentolino dal fondo spesso.
- Cottura: Mettere sul fuoco molto basso e portare il latte vicino all'ebollizione, dopodiché estrarre la bacca. Intanto da parte, in una piccola bastardella, sbattere i tuorli delle uova e lo zucchero, arrivando ad avere un composto omogeneo. Unire il latte e mescolare con una frusta fino ad ottenere un composto liscio e omogeneo, versarvi il caffè solubile e discioglierlo. Versare il composto in una testa di moro capiente e porre a cuocere sul fuoco a fiamma bassa oppure a bagnomaria, stando attenti a non far bollire mai la crema (massimo 85°); girare con un cucchiaino di legno. Per capire se la crema è pronta basta immergere un cucchiaino, se estraendolo la crema gli rimarrà aderente come se fosse una velatura, allora è pronta.
- La porzione fornisce: 1540 kcal; 21 g. di proteine; 281 g. di glucidi; 39 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Creme e salse di pasticceria

Scheda tecnica

ID: R32850
Codice di vendita:

Crema inglese al cioccolato (con cacao)

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di** Latte

Ingredienti per 1,5 lt.:

1000	ml.	Latte fresco pastorizzato intero
10	n.	Uova (tuorli)
300	g.	Zucchero
70	g.	Cacao Amaro
1	n.	Vaniglia baccelli

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al litro: 2,39 €
Prezzo di vendita: 7 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Testa di moro
Frusta Cucchiaino di legno

Metodi di cottura: a bagnomaria

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Incidere con un coltellino la bacca di vaniglia ed eliminare tutti i semini interni, poi inserirla nel latte versato all'interno di un pentolino dal fondo spesso.
- Cottura: Mettere sul fuoco molto basso e portare il latte vicino all'ebollizione, dopodiché estrarre la bacca. Intanto da parte, in una piccola bastardella, sbattere i tuorli delle uova, il cacao amaro e lo zucchero, arrivando ad avere un composto omogeneo. Unire il latte e mescolare con una frusta fino ad ottenere un composto liscio e omogeneo. Versare il composto in una testa di moro capiente e porre a cuocere sul fuoco a fiamma bassa oppure a bagnomaria, stando attenti a non far bollire mai la crema (massimo 85°); girare con un cucchiaino di legno. Per capire se la crema è pronta basta immergere un cucchiaino, se estraendolo la crema gli rimarrà aderente come se fosse una velatura, allora è pronta.
- La porzione fornisce: 1314 kcal; 29 g. di proteine; 226 g. di glucidi; 44 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Creme e salse di pasticceria

Scheda tecnica

ID: R34637

Codice di vendita:

Crema inglese al cioccolato (con fondente) di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di** Latte

Ingredienti per 1,5 lt.:

1000	ml.	Latte fresco pastorizzato intero
10	n.	Uova (tuorli)
300	g.	Zucchero
150	g.	Cioccolato fondente Nero
1	n.	Vaniglia baccelli

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al litro: 2,67 €

Prezzo di vendita: 7 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Testa di moro
Frusta Cucchiaino di legno

Metodi di cottura: a bagnomaria

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Incidere con un coltellino la bacca di vaniglia ed eliminare tutti i semi interni, poi inserirla nel latte versato all'interno di un pentolino dal fondo spesso.
- Cottura: Mettere sul fuoco molto basso e portare il latte vicino all'ebollizione, dopodiché estrarre la bacca. Intanto da parte, in una piccola bastardella, sbattere i tuorli delle uova e lo zucchero, arrivando ad avere un composto omogeneo. Unire il latte e mescolare con una frusta fino ad ottenere un composto liscio e omogeneo. Versare il composto in una testa di moro capiente e porre a cuocere sul fuoco a fiamma bassa oppure a bagnomaria, stando attenti a non far bollire mai la crema (massimo 85°); girare con un cucchiaino di legno. Per capire se la crema è pronta basta immergere un cucchiaino, se estraendolo la crema gli rimarrà aderente come se fosse una velatura, allora è pronta. A questo punto unire il cioccolato fondente nero sminuzzato e farlo sciogliere bene con l'ausilio di una frusta.
- La porzione fornisce: 1208 kcal; 20 g. di proteine; 201 g. di glucidi; 37 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Creme e salse di pasticceria

Scheda tecnica

ID: R866

Codice di vendita:

Crema inglese al moscato

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Latte

Ingredienti per 1,5 lt.:

1000	ml.	Latte intero
10	n.	Uova (tuorli)
200	g.	Zucchero
80	g.	Maizena
250	ml.	Moscato secco

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al litro: 2,94 €

Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella

Metodi di cottura: cuocere sul fornello

Procedimento:

- Preparazione: Diluire in una bastardella l'amido di mais (maizena) con il moscato freddo, mescolando bene finché si saranno sciolti tutti i grumi; poi incorporare i tuorli continuando a mescolare. A parte in una pentola dalle giuste dimensioni scaldare il latte e sciogliervi lo zucchero; quindi versare a filo nel composto preparato, mescolando energicamente e facendo attenzione a non lasciar raggrumare i tuorli.
- Cottura: Trasferire il composto in una casseruola bassa e, a fiamma dolce, far addensare mescolando con una frusta. Togliere dal fuoco e lasciare intiepidire.
- La porzione fornisce: 948 kcal; 20 g. di proteine; 135 g. di glucidi; 37 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Creme e salse di pasticceria

Scheda tecnica

ID: R34638

Codice di vendita:

Crema inglese al thé

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di** Latte

Ingredienti per 1,5 lt.:

1000	ml.	Latte intero
10	n.	Uova (tuorli)
300	g.	Zucchero
1	n.	Vaniglia baccelli
2	n.	The nero TWN

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al litro: 2,23 €

Prezzo di vendita: 7 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Pentola Testa di moro Cucchiaio di legno Metodi di cottura: a bagnomaria

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Incidere con un coltellino la bacca di vaniglia ed eliminare tutti i semini interni, poi inserirla nel latte versato all'interno di un pentolino dal fondo spesso.
- Cottura: Mettere sul fuoco molto basso e portare il latte, con le bustine di thé, vicino all'ebollizione, dopodiché estrarre la bacca e le bustine. Intanto da parte, in una piccola bastardella, sbattere i tuorli delle uova e lo zucchero, arrivando ad avere un composto omogeneo. Unire il latte e mescolare con una frusta fino ad ottenere un composto liscio e omogeneo. Versare il composto in una testa di moro capiente e porre a cuocere sul fuoco a fiamma bassa oppure a bagnomaria, stando attenti a non far bollire mai la crema (massimo 85°); girare con un cucchiaino di legno. Per capire se la crema è pronta basta immergere un cucchiaino, se estraendolo la crema gli rimarrà aderente come se fosse una velatura, allora è pronta.
- La porzione fornisce: 1208 kcal; 20 g. di proteine; 201 g. di glucidi; 37 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Creme e salse di pasticceria

Scheda tecnica

ID: R692

Codice di vendita:

Crema inglese alla vaniglia

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di** Latte

Ingredienti per 1,5 lt.:

1000	ml.	Latte intero
10	n.	Uova (tuorli)
300	g.	Zucchero
1	n.	Vaniglia baccelli

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al litro: 2,07 €

Prezzo di vendita: 7 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Pentola Testa di moro Cucchiaio di legno **Metodi di cottura:** a bagnomaria

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Incidere con un coltellino la bacca di vaniglia ed eliminare tutti i semini interni, poi inserirla nel latte versato all'interno di un pentolino dal fondo spesso.
- Cottura: Mettere sul fuoco molto basso e portare il latte vicino all'ebollizione, dopodiché estrarre la bacca. Intanto da parte, in una piccola bastardella, sbattere i tuorli delle uova e lo zucchero, arrivando ad avere un composto omogeneo. Unire il latte e mescolare con una frusta fino ad ottenere un composto liscio e omogeneo. Versare il composto in una testa di moro capiente e porre a cuocere sul fuoco a fiamma bassa oppure a bagnomaria, stando attenti a non far bollire mai la crema (massimo 85°); girare con un cucchiaino di legno. Per capire se la crema è pronta basta immergere un cucchiaino, se estraendolo la crema gli rimarrà aderente come se fosse una velatura, allora è pronta.
- La porzione fornisce: 1208 kcal; 20 g. di proteine; 201 g. di glucidi; 37 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Creme - Minestre - Zuppe

Scheda tecnica

ID: R33025

Codice di vendita:

Crema Parmentier di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Francese - **A base di** Patate

Ingredienti per 10 persone:

1300	g.	Patate
200	g.	Porri
150	g.	Burro
150	ml.	Olio di oliva
300	ml.	Latte Parz. Scremato
250	g.	Pan carré
20	g.	Sale fino
5	g.	Pepe bianco
10	dl.	Brodo vegetale

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,33 €
Prezzo di vendita: 7 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. alta Placca Fornelli
Forno convez.

Metodi di cottura: bollire al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pelare le patate, tagliarle a pezzi Pulire i porri. Tagliare il pan carré a dadi, togliendo preventivamente la crosta.
- Preparazione: Imbiondire con olio di oliva e metà del burro il porro, unire le patate.
- Cottura: Far insaporire le patate e bagnare con brodo vegetale. Portare a cottura completa. Passare il tutto al passaverdure. Passare al forno (180°) i crostini di pan carré per dorarli, avendoli leggermente unti di olio di oliva.
- Finitura: Completare con latte, burro e correggere con sale e pepe.
- Servizio: Servire in zuppiera accompagnando con crostini di pane dorati.
- La porzione fornisce: 341 kcal; 7 g. di proteine; 49 g. di glucidi; 30 g. di lipidi.



Crema pasticcera di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - Origine: Francese - A base di Pasticceria

Ingredienti per 1,5 lt.:

10	dl. Latte fresco pastorizzato intero
250	g. Zucchero
8	n. Uova (tuorli)
120	g. Farina '00'
1	n. Vanillina bustine
100	g. Arance
80	g. Limoni
2	g. Cannella stecche

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime al litro: 1,94 €

Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Fornelli

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pesare gli ingredienti.
- Preparazione: Riscaldare il latte con vaniglia, cannella e scorze di arancia e limone. Montare con la frusta i tuorli e lo zucchero. Quando è ben spumoso incorporare la farina. Amalgamare il latte bollente filtrato dagli aromi e mettere in casseruola di acciaio con doppio fondo in rame o alluminio.
- Cottura: Portare ad ebollizione a calore moderato. Mescolare vigorosamente con la frusta per evitare la formazione di grumi. Quando la crema è omogenea e densa, proseguire la cottura per circa 30' mescolando senza sosta con una spatola per evitare che attacchi al fondo.
- La porzione fornisce: 1386 kcal; 27 g. di proteine; 253 g. di glucidi; 32 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Creme e salse di pasticceria

Scheda tecnica

ID: R34495

Codice di vendita: 0387

Crema pasticcera al cioccolato di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - Origine: Francese - A base di Pasticceria

Ingredienti per 1,5 lt.:

1000	ml.	Latte intero
250	g.	Zucchero
8	n.	Uova (tuorli)
120	g.	Farina '00'
1	n.	Vanillina bustine
100	g.	Arance
80	g.	Limoni
2	g.	Cannella stecche
200	g.	Cioccolato fondente Nero

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 0,42 €

Prezzo di vendita: 5 €.

Attrezzature occorrenti: Fornelli

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pesare gli ingredienti.
- Preparazione: Riscaldare il latte con vaniglia, cannella e scorze di arancia e limone. Montare con la frusta i tuorli e lo zucchero. Quando è ben spumoso incorporare la farina. Amalgamare il latte bollente filtrato dagli aromi e mettere in casseruola di acciaio con doppio fondo in rame o alluminio.
- Cottura: Portare ad ebollizione a calore moderato. Mescolare vigorosamente con la frusta per evitare la formazione di grumi. Quando la crema è omogenea e densa, proseguire la cottura per circa 30' mescolando senza sosta con una spatola per evitare che attacchi al fondo. In ultimo aggiungere il cioccolato fondente tagliato a scaglie, amalgamarlo con la frusta in modo che si sciolga bene.
- La porzione fornisce: 212 kcal; 4 g. di proteine; 39 g. di glucidi; 5 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Creme e salse di pasticceria

Scheda tecnica

ID: R746

Codice di vendita:

Crema zabaione di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - Origine: Piemonte - A base di Uova

Ingredienti per 1 lt.:

16	n. Uova (tuorli)
320	g. Zucchero
400	ml. Marsala dolce

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al litro: 3,07 €

Prezzo di vendita: 10 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Frusta
Bagnomaria

Metodi di cottura: a bagnomaria

Procedimento:

- Preparazione: Prendere le uova e separare i tuorli dagli albumi. Mettere i tuorli e lo zucchero in una bastardella o testa di moro (che dovrà poi essere posta a bagnomaria), e sbattere con una frusta fino a che non si forma una crema gonfia, spumosa, liscia e quasi bianca. Unire a poco a poco il Marsala dolce, sempre sbattendo per fare assorbire bene il liquido, e quando tutti gli ingredienti saranno ben amalgamati, immergere la bastardella a bagnomaria in un'altra pentola più grande che la contenga, riempita per 1/3 di acqua bollente. Il fuoco deve essere molto basso e l'acqua non deve mai bollire, ma piuttosto deve mantenere un lieve fremito. Mescolare con la frusta, finché non si vedrà la crema gonfiarsi, addensarsi e diventare vellutata; a questo punto, togliere lo zabaione dal fuoco e servirlo immediatamente in coppette di vetro. Se invece si vuole gustarlo freddo bisognerà mescolarlo di tanto in tanto fino a raffreddamento avvenuto, per evitare che il marsala non si separi dalla crema depositandosi sul fondo.
- La porzione fornisce: 3088 kcal; 48 g. di proteine; 436 g. di glucidi; 89 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R32992

Codice di vendita:

Creme caramel di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - **Origine:** Italiana - **A base di** Latticini

Ingredienti per 12 persone:

1000	ml.	Latte UHT
6	n.	Uova
4	n.	Uova (tuorli)
300	g.	Zucchero
3	n.	Vanillina bustine
20	n.	Scorza di limone (limoni) -PER IL CAMELLO
250	g.	Zucchero
100	ml.	Acqua

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,65 €

Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Pentola Chinois Fornelli
Forno statico Abbattitore

Metodi di cottura: a bagnomaria

Procedimento:

- **Preparazione:** In una bastardella sbattere le uova con lo zucchero e la vanillina. A parte bollire il latte con la scorza del limone. Filtrare il latte con il colino e unirlo al composto di uova e zucchero; diluire bene il tutto. Per il caramello: a parte in un pentolino bollire lo zucchero con l'acqua fino a far prendere un colore d'orato. Versare sul fondo degli appositi stampini una parte del caramello, ultimare versando il composto di latte, uova e zucchero.
- **Cottura:** Mettere gli stampini a bagnomaria dentro una placca e cuocere in forno statico caldo a 180° per circa 40/45 minuti.
- **Finitura:** Abbattere i crem caramel e conservare in frigo fino al loro utilizzo. Quando il crem caramel viene sformato sul piatto, la salsa al caramello la troviamo in superficie al dolce.
- La porzione fornisce: 136 kcal; 4 g. di proteine; 21 g. di glucidi; 4 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R708

Codice di vendita:

Crostata al cioccolato di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Pasta frolla

Ingredienti per 10 persone:

700	g.	Pasta frolla
		PER LA FARCIA
1000	ml.	Latte fresco pastorizzato intero
200	g.	Cioccolato fondente Nero
100	g.	Farina '00'
100	g.	Zucchero
		PER LA DECORAZIONE
50	g.	Zucchero a velo

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,4€

Prezzo di vendita: 5€.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Mattarello Testa di moro Tortiera circolare Forno pasticc. Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare la pasta frolla. Tagliare a scaglie il cioccolato fondente.
- Preparazione: In una testa di moro o casseruola bassa mescolare la farina e lo zucchero, aggiungere poco alla volta il latte senza fare grumi ed infine il cioccolato a scaglie. Disporre sul fuoco a fiamma dolce continuando a rimestare, quando inizia una leggera ebollizione, togliere dalla fiamma. Aggiungere a questo punto una noce di burro. Imburrare ed infarinare una tortiera. Stendere la pasta frolla lasciando da parte una piccola parte di pasta per la griglia in superficie. Versare la mousse e guarnire con le strisce.
- Cottura: Infornare per 25/30 minuti in forno caldo a 180 gradi.
- Finitura: Una volta fredda, sformare e spolverare di zucchero a velo.
- La porzione fornisce: 142 kcal; 2 g. di proteine; 28 g. di glucidi; 3 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R32824

Codice di vendita:

Crostata con marmellata di albicocca

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - **Origine:** Italiana - **A base di:** Pasticceria

Ingredienti per 10 persone:

1500	g.	Pasta frolla
400	g.	Marmellata albicocca gr 400
50	g.	Zucchero a velo

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,52 €

Prezzo di vendita: 5 €.

Attrezzature occorrenti: Tirasfoglie Forno statico

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare la pasta frolla (con la farina 00, il burro o margarina frolla, lo zucchero, le uova e gli aromi)
- Preparazione: Stendere la pasta e foderare una tortiera imburata ed infarinata. Praticare dei buchini alla base della pasta, e cospargere di confettura, stendendola con un tarocco. Disporre in superficie delle striscioline di frolla formando una griglia.
- Cottura: Cuocere in forno statico a 180° c. per circa 30'.
- Finitura: Quando la frolla è fredda, servirla con dello zucchero a velo cosparsa.
- La porzione fornisce: 120 kcal; 1 g. di proteine; 16 g. di glucidi; 6 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R34531
Codice di vendita:

Crostata di mele di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Pasticceria

Ingredienti per 10 persone:

800	g.	Pasta frolla (3-2-1)
7	dl.	Crema pasticcera
300	g.	Mele Golden
30	g.	Zucchero a velo

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 2,34 €
Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Cass. bassa
Frusta Tortiera circolare Forno convez.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare la pasta frolla. Separare l'albume dal tuorlo. Imburrare le tortiere e spolverarle di farina. Pelare le mele e tagliarle a fette.
- Preparazione: Preparare la crema pasticciera. Stendere la pasta frolla. Foderare le tortiere con la frolla. Disporre la crema pasticciera e ricoprire con le fette di mele.
- Cottura: Cuocere in forno a 180° per circa 30 minuti.
- Finitura: Lasciar raffreddare, sfornare e spolverare con zucchero a velo.
- La porzione fornisce: 330 kcal; 5 g. di proteine; 51 g. di glucidi; 12 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R33070
Codice di vendita:

Crostate liguri di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - Origine: Liguria - A base di Pasticceria

Ingredienti per 10 persone:

800	g.	Pasta frolla (3-2-1)
7	dl.	Crema pasticcera
300	g.	Noci sgusciate
300	g.	Pinoli
2	n.	Uova (albume)
200	g.	Marmellata di ciliege gr 400
100	g.	Burro
100	g.	Farina '00'
100	g.	Zucchero a velo

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime a porzione: 3,37 €
Prezzo di vendita: 5 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Mattarello Tortiera Metodi di cottura: al forno circolare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare la pasta frolla. Preparare la crema pasticcera. Separare l'albume dal tuorlo. Imburrare le tortiere e spolverarle di farina.
- Preparazione: Stendere la pasta frolla. Foderare tre tortiere. Due di queste farcirle con crema pasticcera. Ricoprirle con uno strato di pasta frolla, pennellarle con bianco d'uovo sbattuto; aggiungere, su di una, i pinoli e sull'altra le noci sgusciate. Praticare dei piccoli fori come se fossero dei camini onde evitare il rigonfiamento durante la cottura. Infine farcire la terza tortiera con la marmellata di ciliegie oppure di albicocche, confezionare in superficie, con la pasta frolla, una griglia a rombi.
- Cottura: Cuocere in forno a calore moderato 170° per almeno 40 minuti.
- Finitura: Una volta fredde, sformare e spolverare con zucchero a velo.
- La porzione fornisce: 871 kcal; 18 g. di proteine; 84 g. di glucidi; 54 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R22

Codice di vendita: 0289

Cubeletti *di I.P.S.S.A. Marco Polo*

Cucina: Regionale - Origine: Liguria - A base di Pasticceria

Ingredienti per 2 kg.:

750	g.	Farina '00'
500	g.	Burro
250	g.	Zucchero
2	n.	Uova
1	n.	Vanillina bustine
1	n.	Scorza di limone (limoni)
500	g.	Marmellata di mele cotogne
100	g.	Zucchero a velo

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime al chilo: 4,07 €

Prezzo di vendita: 30 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Stampini appositi Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Preparazione: Versare la farina sulla spianatoia, aggiungere lo zucchero, l'uovo, il burro a pezzetti, la buccia grattugiata di un limone. Impastare velocemente e lasciare la pasta frolla riposare per un'ora circa. Stendere la pasta, farne delle forme rotonde da mettere negli stampi da tartellette. Aggiungere la marmellata, un cucchiaino per ogni formina dovrebbe bastare, e comunque non deve superare i 2/3 dell'altezza interna del biscotto, coprire con un altro pezzo (strato) di pasta e farla combaciare con quella con cui si è foderata la formina, e farla aderire bene con le dita, tagliando la parte eccedente.
- Cottura: Disporre le formine sulla placca del forno foderata di carta forno, e cuocere a 170° per circa 20-25 minuti.
- Finitura: Estrarre dagli stampini e una volta freddi cospargere con zucchero a velo.
- La porzione fornisce: 3958 kcal; 49 g. di proteine; 487 g. di glucidi; 200 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Piatti di pesce

Scheda tecnica

ID: R34671

Codice di vendita:

Darna di salmone al vapore con pommes nature e salsa aioli di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Innovativa - Origine: Italiana - A base di Pesce e verdure

Ingredienti per 10 persone:

1500	g.	Salmone fresco eviscerato
50	ml.	Olio extra vergine oliva
100	ml.	Aceto Bianco
1500	g.	Patate
30	g.	Prezzemolo
		Sale fino
3	dl.	Salsa aioli

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 1,61 €

Prezzo di vendita: 10 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa Teglia
gastronorm forata Forno vapore

Metodi di cottura: a vapore

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire e sfilettare in due parti il salmone.
- Preparazione: Tagliare il salmone a fette larghe 8/10 cm. (una a persona. Preparare la salsa aioli e tornare le pommes nature.
- Cottura: Disporre le darne di salmone in teglia forata. Cuocere a vapore. Affogare le pommes nature in acqua, sale e aceto bianco; tenerle al dente a bagno nell'acqua di cottura in modo che rimangano calde.
- Finitura: Adagiare il salmone nel piatto piano, disporvi di fianco due patate (condite con prezzemolo trito e un filo di olio evo) ed infine guarnire con la salsa aioli.
- La porzione fornisce: 340 kcal; 3 g. di proteine; 24 g. di glucidi; 26 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Antipasti

Scheda tecnica

ID: R809

Codice di vendita:

Falde di peperoni in bagna caöda

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Piemonte - A base di Ortaggi

Ingredienti per 10 persone:

1200	g.	Peperoni rossi e gialli
1000	g.	Bagna caöda
50	g.	Prezzemolo

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 0,39 €

Prezzo di vendita: €.

Attrezzature occorrenti: Teglia gastronorm

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Lavare i peperoni. Preparare la bagna caöda.
- Cottura: Disporre i peperoni in teglia e infornare a 200° C fino a cottura croccante.
- Finitura: Spellare i peperoni, tagliarli a pezzi grossolani e napparli (ricoprirli con la bagna caöda calda). Variante moderna: per rendere la bagna caöda più leggera è consigliabile sbollentare l'aglio nel latte e allungare la salsa con della panna fresca.
- La porzione fornisce: 750 kcal; 6 g. di proteine; 9 g. di glucidi; 77 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Piatti di carne

Scheda tecnica

ID: R32882

Codice di vendita:

Fegato di vitello alla veneziana di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Veneto - A base di Frattaglie

Ingredienti per 10 persone:

1000	g.	Fegato vitello
600	g.	Cipolle bianche
100	ml.	Olio extra vergine oliva
50	ml.	Aceto Bianco
		Brodo di carne
	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime a porzione: 1,53 €

Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Saltiere Cucchiaio di legno

Metodi di cottura: saltare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pelare e tagliare le cipolle in Julienne. Tagliare il fegato a strisce larghe 1 cm. circa.
- Cottura: In un saltiere capiente stufare, in metà dell'olio extravergine di oliva, le cipolle; durante la cottura bagnare con del brodo di carne onde evitare che asciughino troppo e risultino bruciate. Dopo questa operazione, a parte, saltare il fegato con il restante olio extravergine di oliva per alcuni minuti. Aggiungere le cipolle, sfumare con l'aceto di vino e far saltare il tutto per alcuni secondi; correggere di sale. E' importante che il fegato sia cotto al sangue e non troppo cotto, perché risulterebbe gommoso e amaro.
- La porzione fornisce: 91 kcal; 0 g. di proteine; 0 g. di glucidi; 10 g. di lipidi.



Filetto di branzino alla ligure di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - **Origine:** Liguria - **A base di:** Pesce e verdure

Ingredienti per 10 persone:

5	n.	Branzino fresco allevato Tg. 7/8
1000	g.	Patate
150	g.	Olive nere piccole Taggiasche
100	g.	Pinoli
200	g.	Pomodori Pachino
20	g.	Aglione
40	g.	Prezzemolo
40	g.	Cipolle
60	g.	Acciughe salate
100	ml.	Vino bianco secco
100	ml.	Olio extra vergine oliva
		Fumetto di pesce liofilizzato
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 4,53 €

Prezzo di vendita: 12 €.

Attrezzature occorrenti: Placca Saltiere Fornelli Forno **Metodi di cottura:** al forno
convez.

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire e sfilettare i branzini. Pelare e tagliare le patate a rondelle. Tritare l'aglio, la cipolla, il prezzemolo e le acciughe (pulite e private della lisca e del sale). Scottare i filetti in padella antiaderente con un filo di olio extravergine di oliva.
- Preparazione: Rosolare in un saltiere con olio extravergine di oliva, il trito di cipolla, aglio, prezzemolo e i pinoli; sfumare con il vino bianco e aggiungere le acciughe; unire i pomodorini (tagliati a metà) e bagnare con poco fumetto; far cuocere brevemente senza portare a cottura. In una pirofila da forno disporre le patate, condire di sale, e unire la salsina appena preparata. Mettere in forno e cuocere fino a tre quarti cottura delle patate.
- Cottura: Disporre i filetti di branzino sopra il letto di patate, condire di sale e aggiungere le olive; cuocere in forno fino a cottura ultimata del pesce e completa delle patate.
- Finitura: Adagiare i filetti (uno a porzione) su di un piatto con alla base lo zoccolo di patate e inumidirlo con la sua salsina di cottura.
- La porzione fornisce: 251 kcal; 5 g. di proteine; 18 g. di glucidi; 18 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Piatti di Pesce

Scheda tecnica

ID: R34575

Codice di vendita:

Filetto di orata alla ligure

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Liguria - A base di Pesce e verdure

Ingredienti per 10 persone:

5	g.	Orate porzione 600/800 allev.
1000	g.	Patate
150	g.	Olive nere piccole Taggiasche
100	g.	Pinoli
200	g.	Pomodori Pachino
20	g.	Aglio
40	g.	Prezzemolo
40	g.	Cipolle
20	g.	Aglio
20	g.	Prezzemolo
100	ml.	Olio extra vergine oliva
60	g.	Acciughe salate
100	ml.	Vino bianco secco
	g.	Fumetto di pesce liofilizzato
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 0,7 €

Prezzo di vendita: 12 €.

Attrezzature occorrenti: Placca Saltiere Fornelli Forno Metodi di cottura: al forno convez.

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire e sfilettare le orate. Pelare e tagliare le patate a rondelle. Triare l'aglio, la cipolla, il prezzemolo e le acciughe (pulite e private della lisca e del sale). Scottare i filetti in padella antiaderente con un filo di olio di oliva.
- Preparazione: Rosolare in un saltiere con olio extravergine di oliva, il trito di cipolla, aglio, prezzemolo e i pinoli; sfumare con il vino bianco e aggiungere le acciughe; unire i pomodorini (tagliati a metà) e bagnare con poco fumetto; far cuocere brevemente senza portare a cottura. In una pirofila da forno disporre le patate, condire di sale, e unire la salsina appena preparata. Disporre in forno e cuocere fino a tre quarti cottura delle patate.
- Cottura: Disporre i filetti di orata sopra il letto di patate, condire di sale e aggiungere le olive; cuocere in forno fino a cottura ultimata del pesce e completa delle patate.
- Finitura: Disporre i filetti (uno a porzione) su di un piatto con alla base lo zoccolo di patate e inumidirlo con la sua salsina di cottura.
- La porzione fornisce: 255 kcal; 6 g. di proteine; 18 g. di glucidi; 18 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Piatti di pesce

Scheda tecnica

ID: R34749

Codice di vendita:

Filetto di orata in manto di pommes chips di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Innovativa - Origine: Italiana - A base di Pesce di mare

Ingredienti per 10 persone:

5	n.	Orate fresche allevate Tg. 6/7
500	g.	Patate
100	ml.	Olio extra vergine oliva
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 3,31 €

Prezzo di vendita: 12 €.

Attrezzature occorrenti: Teglia gastronorm Padellino per crespelle Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire e sfilettare le orate. Pelare e tagliare a fette sottili le patate.
- Preparazione: Scottare le patate in un padellino unto di olio extravergine di oliva. Salare all'interno i filetti di orata e foderarli con le fette di patate; ultimare unguendo in superficie.
- Cottura: Cuocere i filetti di orata in forno per 5/6 minuti.
- La porzione fornisce: 125 kcal; 1 g. di proteine; 7 g. di glucidi; 10 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Pane/Focacce/Pizze

Scheda tecnica

ID: R34686
Codice di vendita:

Focacce genovesi (fùgassa zeneize) di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - Origine: Liguria - A base di Pasta pane e pizza

Ingredienti per 1 kg.:

1000	g.	Impasto per focaccia lievitata
200	ml.	Olio extra vergine oliva
100	g.	Olive snocciolate Taggiasche
150	g.	Cipolle bianche
	g.	Sale grosso

Tempo di preparazione: oltre 3h



Costo materie prime al chilo: 2,03 €
Prezzo di vendita: 11 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Placca Forno
convez.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare l'impasto e lasciare lievitare.
- Preparazione: Stendere l'impasto in più teglie unte di olio extravergine di oliva, guarnire una con le cipolle, una con le olive e l'altra con poco sale grosso. Condire ulteriormente in superficie con olio extravergine di oliva e bagnare con poca acqua tiepida.
- Cottura: Infornare. Durante la cottura spennellare con un'emulsione composta di sale fino, acqua e olio di oliva.
- Finitura: Togliere dal forno e lasciarla riposare per qualche minuto.
- La porzione fornisce: 7628 kcal; 5 g. di proteine; 11 g. di glucidi; 851 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Pane/Focacce/Pizze

Scheda tecnica

ID: R34172
Codice di vendita:

Focaccia al formaggio di Recco di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Liguria - **A base di** Latticini

Ingredienti per 10 persone:

1500	g.	Farina '0'
750	ml.	Acqua
150	ml.	Olio extra vergine oliva
1000	g.	Stracchino
1	dl.	Latte fresco pastorizzato intero
	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 0,67 €
Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Testo per farinata **Metodi di cottura:** al forno
Forno a legna

Procedimento:

- **Preparazione:** Impastare la farina "0" con l'acqua, l'olio extravergine di oliva e il sale fino ad ottenere un impasto morbido. Lasciareriposare per almeno 2 ore. Oleare le teglie. Stendere la pasta detta "matta" per foderare la teglia, adagiare lo stracchino, bagnare con il latte, salare e ricoprire con un velo di pasta matta. Oleare leggermente la superficie.
- **Cottura:** Riscaldare il forno a 220° e cuocere la focaccia per circa 8 min.
- **Finitura:** Togliere dal forno, lasciar riposare-
- **Servizio:** Servire a bocconcini di 5 cm.per lato.
- La porzione fornisce: 646 kcal; 17 g. di proteine; 114 g. di glucidi; 16 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Pane/Focacce/Pizze

Scheda tecnica

ID: R34187
Codice di vendita:

Focaccia al pomodoro e origano

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Pasta pane e pizza

Ingredienti per 1 kg.:

1000	g.	Impasto per focaccia lievitata
100	ml.	Olio extra vergine oliva
50	g.	Origano
300	g.	Pomodori tondi a grappoli

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime al chilo: 2,05 €
Prezzo di vendita: 12 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Placca Forno
convez.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare l'impasto e lasciare lievitare.
- Preparazione: Tagliare i pomodori a rondelle. Stendere l'impasto in una teglia unta con olio extravergine di oliva, guarnire con i pomodori e l'origano.
- Cottura: Cuocere come per le altre focaccine. Durante la cottura spennellare con un'emulsione composta di sale fino, acqua e olio di oliva.
- Finitura: Togliere dal forno e lasciarla riposare per qualche minuto.
- Servizio: Servirla tagliata a bocconcini di 5cm. per lato.
- La porzione fornisce: 6933 kcal; 14 g. di proteine; 52 g. di glucidi; 757 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Pane/Focacce/Pizze

Scheda tecnica

ID: R33019
Codice di vendita:

Focaccia al rosmarino e patate di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Pasta pane e pizza

Ingredienti per 1 kg.:

1000	g.	Impasto per focaccia lievitata
100	ml.	Olio extra vergine oliva
100	g.	Rosmarino
300	g.	Patate

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime al chilo: 2,46 €
Prezzo di vendita: 11 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Placca Forno
convez.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire il rosmarino. Pelare le patate. Preparare l'impasto e lasciare lievitare.
- Preparazione: Tritare il rosmarino . Tagliare le patate a rondelle e lessarle lasciandole al dente. Stendere l'impasto in una teglia unta con olio extravergine di oliva, guarnire con le patate e il rosmarino.
- Cottura: Cuocere come per le altre focaccine. Durante la cottura spennellare con un'emulsione composta di sale fino, acqua e olio di oliva.
- Finitura: Togliere dal forno e lasciarla riposare per qualche minuto.
- Servizio: Servirla tagliata a bocconcini di 5cm. per lato.
- La porzione fornisce: 5922 kcal; 7 g. di proteine; 25 g. di glucidi; 755 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Pane/Focacce/Pizze

Scheda tecnica

ID: R34696
Codice di vendita:

Focaccine con lo strutto di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - Origine: Liguria - A base di Pasta pane e pizza

Ingredienti per 1,5 kg.:

1000	g.	Farina '0'
600	ml.	Acqua
30	g.	Lievito di birra
100	g.	Strutto
	g.	Sale fino marino

Tempo di preparazione: oltre 3h



Costo materie prime al chilo: 0,58 €
Prezzo di vendita: 5 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Placca Forno convez.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Sciogliere il lievito di birra nell'acqua tiepida.
- Preparazione: Versare nell'impastatrice la farina con l'aggiunta del sale, unirvi lo strutto e l'acqua con il lievito disciolto. Impastare bene il tutto. Lasciar lievitare. Dopo lievitato (il doppio del volume), stendere l'impasto dello spessore di 1 cm. Per mezzo di un coppapasta dal diametro di circa 5 - 8 cm. confezionare le focaccine e disporle in una teglia unta di olio di oliva. Lasciar lievitare per la seconda volta, dopodiché creare dei fossetti in superficie aiutandosi con la punta delle dita. Vaporizzare con un'emulsione di acqua, sale fino e olio di oliva.
- Cottura: Infornare a 200° C. Durante la cottura vaporizzare con l'emulsione.
- La porzione fornisce: 2294 kcal; 78 g. di proteine; 512 g. di glucidi; 7 g. di lipidi.



Fondo bianco di pesce (fumetto) di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Internazionale - **Origine:** Francese - **A base di** Ritagli di pesce e aromi

Ingredienti per 5 lt.:

4000	g.	Ritagli di pesce per fondi
300	g.	Cipolle
100	g.	Carote
100	g.	Sedano
4	n.	Alloro foglie
10	g.	Prezzemolo
125	ml.	Vino bianco secco
40	g.	Limoni
60	ml.	Acqua

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime al litro: 0,6 €

Prezzo di vendita: 1 €.

Attrezzature occorrenti: Pentola

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Preparazione: Mettere tutti gli elementi nutritivi in una casseruola. Coprire con acqua e portare ad ebollizione. Far bollire per 1 ora circa, schiumando in continuazione. Togliere dal fuoco e far riposare una decina di minuti quindi passare al cornetto cinese ed alla stamigna (telo di lino). Porre a raffreddare e conservare in frigorifero o congelare in piccole quantità.
- La porzione fornisce: 59 kcal; 1 g. di proteine; 10 g. di glucidi; 0 g. di lipidi.



Fondo bianco di pollo di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Internazionale - Origine: Francese - A base di Ritagli e carcasse di pollo e aromi

Ingredienti per 5 lt.:

1000	g.	Ritagli carne di pollo
2000	g.	Carcasse di pollo
100	ml.	Acqua
250	g.	Carote
300	g.	Cipolle bionde
250	g.	Sedano
50	g.	Prezzemolo
50	g.	Sale grosso
3	n.	Alloro foglie
3	g.	Pepe nero in grani

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime al litro: 0,34 €

Prezzo di vendita: 3 €.

Attrezzature occorrenti: Pentola

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Preparazione: Mettere tutti gli elementi nutritivi in una casseruola. Coprire con acqua e portare ad ebollizione. Far bollire per 1 ora circa, schiumando in continuazione. Togliere dal fuoco e far riposare una decina di minuti quindi passare al cornetto cinese ed alla stamigna (telo di lino). Porre a raffreddare e conservare in frigorifero o congelare in piccole quantità.
- La porzione fornisce: 57 kcal; 2 g. di proteine; 13 g. di glucidi; 0 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R4

Codice di vendita: 60

Fondo bruno comune di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Internazionale - **Origine:** Francese - **A base di** Ritagli e ossa di carni varie e aromi

Ingredienti per 5 lt.:

100	g.	Ossa per brodo o fondo
2000	g.	Ritagli carne di manzo, pollo e vitello
300	g.	Carote
400	g.	Cipolle bionde
200	g.	Sedano
6	n.	Alloro foglie
50	g.	Rosmarino
35	g.	Aglio
1000	ml.	Vino da cucina rosso
800	g.	Pelati in scatola
100	ml.	Acqua

Tempo di preparazione: oltre 3h



Costo materie prime al litro: 1,01 €

Prezzo di vendita: 3 €.

Attrezzature occorrenti: Placca Pentola

Metodi di cottura: rosolare bollire

Procedimento:

- Preparazione: Mettere tutti gli elementi nutritivi in una placca e far rosolare in forno donando un colore dorato. Spruzzare di farina bianca e proseguire. Scolare dal grasso e spruzzare con il vino facendolo in parte evaporare. Aggiungere i pomodori pelati, quindi versare in una pentola dai bordi alti ed aggiungere l'acqua. Portare il tutto ad ebollizione e schiumare dalle impurità. Lasciar bollire a fuoco moderato per 4-5 ore schiumando e sgrassando all'occorrenza. Togliere dal fuoco e far riposare una decina di minuti quindi passare al cornetto cinese ed alla stamigna (telo di lino). Porre a raffreddare e conservare in frigorifero o congelare in piccole quantità
- La porzione fornisce: 395 kcal; 12 g. di proteine; 21 g. di glucidi; 29 g. di lipidi.



Fricassea di agnello con carciofi

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - Origine: Liguria - A base di Agnello

Ingredienti per 10 persone:

2000	g.	Agnello fresco cosciotto
200	ml.	Olio extra vergine oliva taggiasco
30	g.	Aglio
30	g.	Prezzemolo
200	ml.	Vino bianco secco
10	n.	Carciofi viola di Albenga
5	n.	Uova
200	g.	Limoni
	g.	Sale fino
200	g.	Panna fresca liquida gr 200
	dl.	Brodo comune

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 3,08 €

Prezzo di vendita: 12 €.

Attrezzature occorrenti: Rondeau Fornelli

Metodi di cottura: stufare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Disossare il cosciotto dell'agnello e tagliarlo a pezzi di circa 2 cm. (spezzatino). Tritare aglio e prezzemolo. Preparare un brodo vegetale o di carne. Pulire i carciofi.
- Preparazione: Rosolare in un saltiere o un rondeau, con olio di oliva, lo spezzato d'agnello infarinato, aggiungere l'aglio e il prezzemolo triti e far insaporire.
- Cottura: Sfumare con vino bianco, lasciar evaporare e ricoprire con brodo, salare. A metà cottura dell'agnello, (dopo circa 20 minuti), unire i carciofi e ultimare la cottura.
- Finitura: Sbattere i tuorli d'uovo con la panna fresca, il succo del limone e il sale, amalgamando bene il tutto. Unire allo spezzato di agnello e carciofi, saltare un istante e ritirare dal fuoco.
- La porzione fornisce: 377 kcal; 33 g. di proteine; 3 g. di glucidi; 24 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Antipasti

Scheda tecnica

ID: R32966

Codice di vendita:

Gamberetti in salsa cocktail di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - Origine: Francese - A base di Crostacei

Ingredienti per 10 persone:

1200	g.	Gamberi code sgusc. grandi surg.
10	dl.	Court - bouillon -PER LA SALSA
900	g.	Salsa maionese
150	g.	Tomato ketchup rubra 340 g.
200	ml.	Panna fresca liquida
30	ml.	Stock original cc.700
30	ml.	Worchestershire sauce
10		-PER LA GUARNIZIONE
50	g.	Limoni
200	g.	Lattuga

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime a porzione: 2,39 €

Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Abbattitore Cass. bassa
Fornelli

Metodi di cottura: affogare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire i gamberi. Lavare la lattuga. Tagliare il limone a fette sottili.
- Preparazione: Preparare una salsa maionere ed addizionarvi i seguenti ingredienti: tomato ketchup, worchestershire sauce, brandy e panna semi-montata; aggiustare di sale se occorre.
- Cottura: Lessare i gamberi nel court-bouillon, per pochi minuti. Si possono anche cuocere a vapore sia al naturale che sottovuoto.
- Finitura: Abbattere in abbattitore.
- Servizio: Disporre all'interno di una coppa di cristallo, del ghiaccio trito e colorato di azzurro; sovrapporvi un cupolino anch'esso di cristallo dove al centro si dispone la lattuga lavata e asciugata e tagliata in fine Julienne, aggiungere parte della salsa cocktail, i gamberetti sopra ed infine nappare con dell'altra salsa cocktail. Guarnire con prezzemolo trito e servire il tutto ben freddo. Si può anche servire in coppa Martini. Guarnire con fetta di limone.
- La porzione fornisce: 428 kcal; 25 g. di proteine; 3 g. di glucidi; 36 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Gelati

Scheda tecnica

ID: R34595

Codice di vendita:

Gelato alla crema con salsa ai frutti di bosco

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Innovativa - Origine: Italiana - A base di Gelateria

Ingredienti per 10 persone:

10	dl.	Latte fresco pastorizzato intero
8	n.	Uova (tuorli)
250	g.	Zucchero
10	g.	Stabilizzante neutro per gelati
2	n.	Vaniglia baccelli
5	n.	Scorza di limone (limoni)
		-PER LA SALSA AI FRUTTI DI
BOSCO		
300	g.	Frutti di bosco freschi
50	g.	Zucchero
		Acqua
10	ml.	Succo di limone

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime a porzione: 0,75 €

Prezzo di vendita: 7 €.

Attrezzature occorrenti: Gelatiera

Procedimento:

- Preparazione: In una bastardella amalgamare insieme i tuorli d'uovo, lo zucchero con l'addensante per gelato, il latte, la panna fresca e aggiungere la scorza del limone e i baccelli di vaniglia. Lasciare maturare in frigo per almeno 12 ore. Alla fine di questo periodo filtrare il tutto al colino cinese e versare in gelatiera per la pastorizzazione e la mantecatura. Per la salsa ai frutti di bosco: frullare i frutti di bosco ben lavati in precedenza, con lo zucchero e il succo del limone fino ad ottenere una salsina piuttosto fluida.
- Finitura: Servire con la salsa ai frutti di bosco.
- La porzione fornisce: 71 kcal; 2 g. di proteine; 5 g. di glucidi; 4 g. di lipidi.



Gerstsuppe (minestra d'orzo) di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - **Origine:** Trentino A.Adige - **A base di Cereali e verdure**

Ingredienti per 10 persone:

400	g.	Orzo perlato
400	g.	Patate
100	g.	Pancetta affumicata
100	g.	Carote
100	g.	Porro
100	g.	Sedano
50	g.	Grana Padano
100	ml.	Olio extra vergine oliva
5	g.	Aglio
30	g.	Prezzemolo
		Sale fino e pepe nero

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime a porzione: 0,49 €

Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. alta Cucchiaino di legno Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Sciacquare l'orzo sotto l'acqua corrente, quindi metterlo in ammollo in una ciotola per circa 1 ora. Lavare e mondare le verdure. Preparare una mirepoix di carote e sedano. Tagliare a piccola brunoise la pancetta affumicata. Tagliare a dadi (tipo parmantier) le patate. Affettare sottilmente il porro. Tritare il prezzemolo.
- Preparazione: Far soffriggere in una casseruola alta con l'olio extravergine di oliva la pancetta e lo spicchio d'aglio tagliato a metà. Quando l'aglio imbriondisce, toglierlo dalla pentola. Aggiungere 2 litri di acqua fredda, l'orzo e salare leggermente. Quando l'acqua bolle, unire le verdure. Mescolare, abbassare la fiamma e coprire. Cuocere per circa 30 minuti mescolando di tanto in tanto. Quando la minestra è quasi cotta regolare di sale, pepare e aggiungere il prezzemolo tritato.
- Cottura: A cottura ultimata lasciare riposare la minestra per circa 10 minuti tenendo la pentola sempre coperta. Al momento di servire, condire con dell'altro olio extravergine di oliva e il grana padano grattugiato (meglio se trattasi di grana trentino).
- La porzione fornisce: 276 kcal; 7 g. di proteine; 36 g. di glucidi; 12 g. di lipidi.



Gnocchi di patate di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - **Origine:** Italiana - **A base di Patate**

Ingredienti per 2,5 kg.:

2500	g.	Patate pasta bianca
500	g.	Farina '00'
2	n.	Uova (tuorli)
30	g.	Parmigiano Reggiano
20	g.	Sale fino
5	g.	Noce moscata macinata

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime al chilo: 1,04 €

Prezzo di vendita: 4 €.

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Lessare le patate con la buccia, pelare calde e passare in purea. Lasciar raffreddare.
- Preparazione: A ogni kg. di patate passate unire 250 g. di farina, i tuorli (mescolandoli alle patate, non alla farina), sale, noce moscata e un po' di formaggio grattugiato. Impastare rapidamente e stendere un po' per volta il composto a 2 cm di spessore. Tagliare a filoncini di 2 cm di larghezza e rotolarli sul piano di lavoro per arrotondarli. Infarinare copiosamente e tagliare gli gnocchi mettendo insieme più filoncini. Trasferire gli gnocchi infarinati in un setaccio a trama larga e scuotere via la farina in eccesso. Segnare con la classica ditata, oppure lasciare così come sono (chicche).
- La porzione fornisce: 837 kcal; 27 g. di proteine; 154 g. di glucidi; 10 g. di lipidi.



Gnocchi di patate al pesto

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Liguria - A base di Patate

Ingredienti per 10 persone:

2500	g.	Patate pasta bianca
500	g.	Farina '00'
2	n.	Uova (tuorli)
30	g.	Parmigiano Reggiano
20	g.	Sale fino
5	g.	Noce moscata macinata
		PER IL CONDIMENTO
300	g.	Pesto alla genovese

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime a porzione: 0,77 €

Prezzo di vendita: 10 €.

Attrezzature occorrenti: Cutter Cuocipasta Saltiere

Metodi di cottura: affogare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Lessare le patate con la buccia, pelare calde e passare in purea. Lasciar raffreddare. Pulire il basilico, spellare l'aglio e privarlo dell'anima. Preparare la salsa pesto con il basilico, l'aglio, il parmigiano, i pinoli, il sale fino e l'olio di oliva.
- Preparazione: A ogni kg. di patate passate unire 250 g. di farina, i tuorli (mescolandoli alle patate, non alla farina), sale, noce moscata e un po' di formaggio grattugiato. Impastare rapidamente e stendere un po' per volta il composto a 2 cm di spessore. Tagliare a filoncini di 2 cm di larghezza e rotolarli sul piano di lavoro per arrotondarli. Infarinare copiosamente e tagliare gli gnocchi mettendo insieme più filoncini. Trasferire gli gnocchi infarinati in un setaccio a trama larga e scuotere via la farina in eccesso. Segnare con la classica ditata, oppure lasciare così come sono (chicche).
- Cottura: Affogare in acqua bollente salata.
- Finitura: Colare con il colagnocchi e saltare con il pesto.
- La porzione fornisce: 304 kcal; 14 g. di proteine; 40 g. di glucidi; 10 g. di lipidi.



Gnocchi di patate al pesto e prescinseua di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - **Origine:** Liguria - **A base di** Patate

Ingredienti per 10 persone:

2500	g.	Patate pasta bianca
500	g.	Farina '00'
2	n.	Uova (tuorli)
30	g.	Parmigiano Reggiano
20	g.	Sale fino
5	g.	Noce moscata macinata
		PER IL CONDIMENTO
300	g.	Pesto alla genovese
150	g.	Prescinseua

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime a porzione: 0,84 €

Prezzo di vendita: 11 €.

Attrezzature occorrenti: Cutter Cuocipasta Saltiere

Metodi di cottura: affogare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Lessare le patate con la buccia, pelare calde e passare in purea. Lasciar raffreddare. Pulire il basilico, spellare l'aglio e privarlo dell'anima. Preparare la salsa pesto con il basilico, l'aglio, il parmigiano, i ponoli, il sale fino e l'olio di oliva.
- Preparazione: A ogni kg. di patate passate unire 250 g. di farina, i tuorli (mescolandoli alle patate, non alla farina), sale, noce moscata e un po' di formaggio grattugiato. Impastare rapidamente e stendere un po' per volta il composto a 2 cm di spessore. Tagliare a filoncini di 2 cm di larghezza e rotolarli sul piano di lavoro per arrotondarli. Infarinare copiosamente e tagliare gli gnocchi mettendo insieme più filoncini. Trasferire gli gnocchi infarinati in un setaccio a trama larga e scuotere via la farina in eccesso. Segnare con la classica ditata, oppure lasciare così come sono (chicche).
- Cottura: Affogare in acqua bollente salata.
- Finitura: Colare con il colagnocchi e saltare con il pesto e la prescinseua.
- La porzione fornisce: 304 kcal; 14 g. di proteine; 40 g. di glucidi; 10 g. di lipidi.



Gnocchi di patate con burro e salvia di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - **Origine:** Italiana - **A base di Patate**

Ingredienti per 10 persone:

2500	g.	Patate pasta bianca
500	g.	Farina '00'
2	n.	Uova (tuorli)
30	g.	Parmigiano Reggiano
20	g.	Sale fino
5	g.	Noce moscata
200	g.	Burro
15	g.	Salvia

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime a porzione: 0,4€

Prezzo di vendita: 7€.

Attrezzature occorrenti: Rondeau Colagnocchi
Saltiere Passaverdure

Metodi di cottura: affogare saltare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Lessare le patate con la buccia, pelare calde e passare al passaverdure. Lasciar raffreddare.
- Preparazione: A ogni kg. di patate passate unire 250 g. di farina, i tuorli (mescolandoli alle patate, non alla farina), sale, noce moscata e un po' di formaggio grattugiato. Impastare rapidamente e stendere un po' per volta il composto a 2 cm di spessore. Tagliare a filoncini di 2 cm di larghezza e rotolarli sul piano di lavoro per arrotondarli. Infarinare copiosamente e tagliare gli gnocchi mettendo insieme più filoncini. Trasferire gli gnocchi infarinati in un setaccio a trama larga e scuotere via la farina in eccesso. Segnare con la classica ditata, oppure lasciare così come sono (chicche).
- Cottura: Affogare gli gnocchi in un rondeau, quando questi vengono a galla sono cotti e quindi colarli con un ragno oppure un colagnocchi.
- La porzione fornisce: 366 kcal; 7 g. di proteine; 40 g. di glucidi; 19 g. di lipidi.



Gnocchi di semolino alla fiorentina

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Toscana - A base di Farinacei

Ingredienti per 10 persone:

1000	ml.	Latte UHT
250	g.	Semola di grano duro gr 250
4	n.	Uova
200	g.	Spinaci freschi
50	g.	Burro
100	g.	Parmigiano Reggiano
		Sale fino
		PER IL CONDIMENTO
50	g.	Burro
50	g.	Parmigiano Reggiano

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 0,43 €
Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Pentola Fornelli Forno
convez.

Metodi di cottura: gratinare

Procedimento:

- Preparazione: Sobbollire il latte con il sale, versare il semolino "a pioggia" e mescolare per non far formare grumi. Ritirare dal fuoco, unire il burro, il parmigiano e le uova. Aggiungere gli spinaci bolliti, strizzati e passati; donando così al composto un colore verde. Riporre sul fuoco a fiamma dolce e continuare a cuocere rimstando sempre per circa 10/15 minuti. Stendere l'impasto su di un banco di marmo unto d'olio di semi, appiattirlo con l'aiuto di un matterello dandogli uno spessore di circa 2 cm. Tagliare con dei dischi dal diametro di 4/5 cm. con il coppapasta e disporre questi ultimi in pirofile imburrate. Cospargere di burro fuso e parmigiano grattugiato.
- Cottura: Gratinare in forno a 200° C.
- La porzione fornisce: 171 kcal; 7 g. di proteine; 20 g. di glucidi; 7 g. di lipidi.



Gnocchi di semolino alla romana di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Lazio - A base di Farinacei

Ingredienti per 10 persone:

1000	ml.	Latte UHT
250	g.	Semola di grano duro gr 250
4	n.	Uova
50	g.	Burro
100	g.	Parmigiano Reggiano
		g. Sale fino
		-PER IL CONDIMENTO
50	g.	Burro
50	g.	Parmigiano Reggiano

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 0,4€
Prezzo di vendita: 8€.

Attrezzature occorrenti: Pentola Fornelli Forno
convez.

Metodi di cottura: gratinare

Procedimento:

- Preparazione: Sobbollire il latte con il sale, versare il semolino "a pioggia" e mescolare per non far formare grumi. Ritirare dal fuoco, unire il burro, il parmigiano e le uova. Riporre sul fuoco a fiamma dolce e continuare a cuocere rimestando sempre per circa 10/15 minuti. Stendere l'impasto su di un banco di marmo unto d'olio di semi, appiattirlo con l'aiuto di un mattarello dandogli uno spessore di circa 2 cm. Tagliare con dei dischi dal diametro di 4/5 cm. con il coppapasta e disporre questi ultimi in pirofile imburrate. Cospargere di burro fuso e parmigiano grattugiato.
- Cottura: Gratinare in forno a 200° C.
- La porzione fornisce: 280 kcal; 11 g. di proteine; 33 g. di glucidi; 12 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Pane/Focacce/Pizze

Scheda tecnica

ID: R34698
Codice di vendita:

Grissini all'olio extravergine di oliva di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Pane

Ingredienti per 1,5 kg.:

500	g.	Farina '0'
500	g.	Farina '00'
500	ml.	Acqua
30	g.	Lievito di birra
150	ml.	Olio extra vergine oliva
20	g.	Sale fino marino

Tempo di preparazione: oltre 3h



Costo materie prime al chilo: 0,73 €
Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Placca Forno
convez.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Sciogliere il lievito di birra nell'acqua tiepida.
- Preparazione: Versare nell'impastatrice le due farine miscelate con l'aggiunta del sale, unirvi l'olio e l'acqua con il lievito disciolto. Impastare bene il tutto. Far lievitare. Una volta lievitato, stendere l'impasto dello spessore di circa 1 cm, tagliare dei bastoncini della lunghezza desiderata e stirare i grissini.
- Cottura: Cuocere in forno a 200° C.
- La porzione fornisce: 2970 kcal; 74 g. di proteine; 512 g. di glucidi; 74 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Antipasti

Scheda tecnica

ID: R34703
Codice di vendita:

Insalata capricciosa

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - Origine: Italiana - A base di Verdure

Ingredienti per 1 kg.:

250	g.	Sedano rapa
250	g.	Peperoni rossi e gialli
250	g.	Carote
100	g.	Prosciutto cotto coscia
100	g.	Emmenthal
50	ml.	Aceto Bianco
		Sale fino
3	dl.	Salsa maionese

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al chilo: 2,44 €
Prezzo di vendita: 12 €.

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Lavare e pelare le carote e il sedano rapa. Preparare la salsa maionese, e riporla in frigo.
- Preparazione: Tagliare alla Julienne le carote, i peperoni e il sedano rapa. Tagliare a listarelle molto sottili anche il prosciutto cotto e il formaggio. Trasferire in una ciotola le verdure, il prosciutto cotto e il formaggio, condire con l'aceto bianco, sale.
- Finitura: Legarle con la salsa maionese.
- Servizio: Disporre su piatto di portata e guarnire a piacere.
- La porzione fornisce: 2826 kcal; 59 g. di proteine; 54 g. di glucidi; 270 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Antipasti

Scheda tecnica

ID: R32818

Codice di vendita:

Insalata di pollo di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Pollo

Ingredienti per 10 persone:

600	g.	Petti di pollo
200	g.	Prosciutto cotto spalla
200	g.	Edamer
150	g.	Sedano bianco
250	g.	Maionese Kraft gastronomic
100	ml.	Panna fresca liquida
20	ml.	Worcestershire sauce gr 140
15	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 1,07 €

Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Affettatrice Abbattitore Forno Metodi di cottura: a vapore convez.

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Parare ed affettare sottilmente il prosciutto cotto e il formaggio edamer. Lavare e pelare il sedano
- Preparazione: Tagliare il sedano, il prosciutto cotto ed il formaggio edamer in julienne. A parte, in una bastardella, amalgamare senza sbattere, la maionese con la panna fresca ed il worcester sauce, aggiustare di sale
- Cottura: Cuocere a vapore i petti di pollo interi e abbattere la temperatura.
- Finitura: Quando i petti sono freddi, scaloppare trasversalmente a fette sottilissime. Alcune fette unirle alla julienne di prosciutto, formaggio e sedano, condire con la salsa preparata. Disporre sul piatto, a forma di mezza sfera, ricoprire con le altre fette di petto tenute da parte e nappare con dell'altra salsa. Guarnire a piacere con roselline di pomodoro, foglioline di prezzemolo, olive scnocciolate, lattughino ecc.
- Servizio: Servire freddo, al piatto o presentato su vassoio guarnito a fantasia.
- La porzione fornisce: 96 kcal; 8 g. di proteine; 1 g. di glucidi; 7 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Antipasti

Scheda tecnica

ID: R33031
Codice di vendita:

Insalata russa di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - Origine: Italiana - A base di Verdure

Ingredienti per 1 kg.:

400	g.	Patate
250	g.	Piselli surgelati
300	g.	Carote
300	g.	Fagiolini surgelati
3	dl.	Salsa maionese

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime al chilo: 1,63 €
Prezzo di vendita: 10 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire le verdure.
- Preparazione: Preparare la salsa maionese, e riporla in frigo.
- Cottura: Lessare le verdure separatamente e tagliarle a dadini.
- Finitura: Legarle con la salsa maionese.
- Servizio: Disporre su piatto di portata e guarnire a piacere.
- La porzione fornisce: 2571 kcal; 15 g. di proteine; 111 g. di glucidi; 238 g. di lipidi.



Involtini di pollo alle erbe aromatiche di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Carne bianca

Ingredienti per 10 persone:

1500	g.	Petti di pollo
5	g.	Rosmarino
5	g.	Timo mazzetto
5	g.	Maggiorana a mazzi
5	g.	Aglio
50	g.	Pane raffermo
2	n.	Uova
50	g.	Carote
50	g.	Sedano
50	g.	Cipolle
100	ml.	Vino bianco secco
100	ml.	Olio di oliva
30	g.	Succo di limone (limoni)
		Sale fino e pepe bianco
50	ml.	Latte intero

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 1,14 €

Prezzo di vendita: 7 €.

Attrezzature occorrenti: Tritacarne Teglia gastronorm Metodi di cottura: arrostitore
Forno convez.

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Scaloppare i petti di pollo e batterli con un batticarne. Tenere in disparte una parte della polpa. Ammorbidire il pane nel latte. Spremere i limoni, pelare sedano, carota, cipolla e aglio; lavare asciugare e tritare il rosmarino e il timo tenendoli divisi.
- Preparazione: Tritare la polpa tenuta da parte, aggiungere le uova, il pane (precedentemente bagnato nel latte e strizzato) e condire con sale, pepe, le erbe aromatiche, un po' di aglio tritato e qualche goccia di succo di limone. Distendere le scaloppe di petto di pollo sul tagliere e stendere al centro la farcia. Arrotolare ogni involtino e fermare con spago da cucina oppure utilizzando degli stuzzicadenti.
- Cottura: Disporre in teglia leggermente unta insieme alla mirepoix ed eventualmente a ritagli e ossa. Cuocere arrosto in forno dapprima caldo, poi moderato, eliminando il grasso in eccesso e bagnando con poco vino bianco.
- Finitura: Eliminare lo spago agli involtini e tenerli in caldo; deglassare il fondo di cottura, passarlo al cornetto ed eventualmente legare per ottenere una salsa.
- Servizio: Versare poca salsa sul piatto e disporre sopra ordinatamente gli involtini parzialmente affettati di sbieco. Accompagnare con un contorno adeguato.
- La porzione fornisce: 49 kcal; 2 g. di proteine; 6 g. di glucidi; 12 g. di lipidi.



Lasagne alla Portofino di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - **Origine:** Liguria - **A base di Cereali e verdure**

Ingredienti per 10 persone:

800	g.	Pasta all'uovo Base
10	dl.	Salsa Besciamella
400	g.	Pesto alla genovese
200	g.	Fagiolini
200	g.	Patate
200	g.	Ricotta fresca classica
100	g.	Parmigiano Reggiano
100	g.	Pinoli
50	g.	Burro (per gratinare)
1	n.	Basilico a mazzi (per guarnizione)

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 1,35 €
Prezzo di vendita: 9 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Tirasfoglie Forno convez. Griglia Rondeau **Metodi di cottura:** al forno bollire

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare la pasta all'uovo. Pelare, lavare e tagliare a scaglie le patate. Tagliare i pomodori a concassè. Sfogliare e lavare il basilico. Lavare e mondare i fagiolini.
- Preparazione: Tirare la pasta ottenendo delle sfoglie sottili della lunghezza massima di circa 20 cm. Preparare la salsa besciamella e la salsa pesto. Lessare, separatamente, i fagiolini e le patate. Lessare le lasagne e stenderle in una pirofila con alla base della salsa besciamella, guarnire con i fagiolini, le patate e ciuffetti di ricotta fresca; condire con ancora salsa besciamella prima e pesto poi, cospargere di parmigiano e rivestire con altre sfoglie di lasagne. Ultimare arrivando a tre strati di lasagne e due di farcia. Concludere mascherando prima con salsa pesto e poi con la besciamella. Cospargere con i pinoli e spolverare con parmigiano e burro fuso.
- Cottura: Mettere in forno preriscaldato a 200° C. e gratinare.
- Finitura: A cottura avvenuta, guarnire con il basilico.
- La porzione fornisce: 515 kcal; 26 g. di proteine; 53 g. di glucidi; 28 g. di lipidi.



Lasagne verdi alla bolognese di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - **Origine:** Emilia Romagna - **A base di** Ragu e besciamella

Ingredienti per 10 persone:

800	g.	Pasta all'uovo verde (spinaci)
10	dl.	Salsa Besciamella
1000	g.	Salsa bolognese
150	g.	Parmigiano Reggiano
100	g.	Burro

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 1,11 €
Prezzo di vendita: 10 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Tirasfoglie
Rondeau Fornelli Forno convez.

Metodi di cottura: bollire gratinare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire accuratamente gli spinaci.
- Preparazione: Lessare gli spinaci in poca acqua oppure cuocerli a vapore. Raffreddarli, strizzarli e passarli al setaccio. Unire il composto di spinaci alle uova, alla farina, il sale fino e impastare fino ad ottenere un panetto verde e consistente. Preparare la salsa besciamella. Preparare la salsa bolognese. Stendere la pasta e confezionare delle sfoglie sottili, lunghe circa 20 cm. e larghe circa 10 cm. (Le misure delle lasagne variano a seconda del tipo di teglia o pirofila che utilizziamo per cuocerle in forno). Quando le lasagne sono al dente scolarle con un ragno e raffreddarle riversandole in acqua fredda. Scolarle una seconda volta e disporle in pirofila imburrata con cosparsa, appena sul fondo, poca salsa besciamella. Sulla prima sfoglia distribuirvi una parte di besciamella e poi una parte di salsa bolognese; infine ultimare con il parmigiano. Proseguire con questo metodo fino ad ottenere quattro strati di sfoglia e tre di farcia. Nappare in superficie con la salsa bolognese e la besciamella, ultimare con il parmigiano e spennellare di burro fuso.
- Cottura: Cuocere in forno caldo a 200° per circa 20 minuti fino ad ottenere una bella gratinatura.
- La porzione fornisce: 493 kcal; 16 g. di proteine; 46 g. di glucidi; 26 g. di lipidi.



Lasagnette vegetariane di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Vegetariana - Origine: Italiana - A base di Verdure

Ingredienti per 10 persone:

800	g.	Pasta all'uovo Base
15	dl.	Salsa Besciamella
200	g.	Parmigiano Reggiano
2	n.	Basilico a mazzi
300	g.	Pomodori tondi a grappoli
300	g.	Zucchini
400	g.	Melanzane
300	g.	Fagiolini freschi
200	g.	Patate
300	g.	Carote
500	g.	Pelati in scatola kg
5	g.	Aglio
50	g.	Cipolle
50	ml.	Olio di oliva
50	g.	Burro
	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,93 €
Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Tirasfoglie Forno convez. Griglia Rondeau Metodi di cottura: al forno bollire alla griglia

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare la pasta all'uovo. Lavare e tagliare a fette: le melanzane, le zucchine, le carote e le patate pelate. Tagiare i pomodori a concassè. Sfogliare e lavare il basilico. Lavare e mondare i fagiolini. Tritare la cipolla e l'aglio.
- Preparazione: Tirare la pasta ottenendo delle sfoglie sottili della lunghezza massima di circa 20 cm. Preparare la salsa besciamella e la salsa di pomodoro. Lessare i fagiolini, le zucchine, le carote e le patate. Cuocere alla piastra le melanzane. Lessare le lasagne e stenderle in una pirofila con alla base della salsa besciamella, guarnire con le verdure e il basilico, condire con ancora salsa besciamella, cospargere di parmigiano e rivestire con altre sfoglie di lasagne. Ultimare arrivando a tre strati di lasagne e due di verdure. Concludere mascherando con salsa besciamella e cordoni di salsa pomodoro, cospargere di parmigiano e burro fuso.
- Cottura: Mettere in forno preriscaldato a 200° C. e gratinare.
- Finitura: Servire ben calde
- La porzione fornisce: 414 kcal; 18 g. di proteine; 55 g. di glucidi; 24 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R34583
Codice di vendita:

Latte dolce fritto di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - Origine: Liguria - A base di Latticini

Ingredienti per 10 persone:

5	dl.	Latte fresco pastorizzato intero
75	g.	Farina '00'
75	g.	Zucchero
2	n.	Uova
1	n.	Uova (tuorli)
1	n.	Vanillina bustine
1	n.	Scorza d'arancia (arance)
1	n.	Scorza di limone (limoni)
5	g.	Cannella in polvere -PER IMPANARE
500	g.	Pane grattugiato
500	g.	Farina '00'
4	n.	Uova -PER LA GUARNIZIONE
100	g.	Zucchero a velo

Tempo di preparazione: da 2h a 3h



Costo materie prime a porzione: 0,32 €
Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Grattugia Abbattitore Cass. Metodi di cottura: friggere
bassa Placca Fornelli

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Grattugiare le scorze del limone e dell'arancio. Pesare gli ingredienti.
- Preparazione:
- Cottura: Portare ad ebollizione il latte dopo avervi stemperato, a poco a poco, la farina. Unire lo zucchero, la scorza di limone e quella dell'arancio e le 4 uova sbattute. A questo punto continuare la cottura mescolando a fuoco "lento" fino ad ottenere una crema consistente.
- Finitura: Stendere la pasta in pirofila o placchetta a bordo basso, foderata di carta da forno e unta di olio di semi. Abbatere di temperatura. Quando il composto é freddo, tagliarlo, impanarlo e friggerlo in olio di semi bollente. Servirlo con una spolverata di zucchero a velo.
- La porzione fornisce: 473 kcal; 15 g. di proteine; 93 g. di glucidi; 4 g. di lipidi.



Lingue di gatto di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Pasticceria

Ingredienti per 1,2 kg.:

300	g.	Farina '00'
300	g.	Burro
300	g.	Zucchero a velo
300	g.	Albume uovo
2	n.	Vanillina bustine

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al chilo: 2,78 €

Prezzo di vendita: 20 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Forno pasticc.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pesare gli ingredienti, lasciar ammorbidire il burro.
- Preparazione: Con la frusta o in planetaria lavorare il burro con lo zucchero a velo e la vanillina senza far montare, incorporare gli albumi e la farina. Spremere dal sacco a poche su placca imburata e non infarinata. Battere ripetutamente la placca per stendere il composto il più possibile.
- Cottura: In forno a 220 °C per pochi minuti.
- Finitura: Dovendole modellare estrarre caldissime e mettere subito in forma.
- La porzione fornisce: 3966 kcal; 29 g. di proteine; 464 g. di glucidi; 222 g. di lipidi.



Lonza di maiale al latte di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - **Origine:** Italiana - **A base di Carne**

Ingredienti per 10 persone:

1500	g.	Lonza di maiale
200	g.	Sedano
200	g.	Carote
300	g.	Cipolle
20	g.	Aglio
3	n.	Alloro foglie
20	g.	Rosmarino
1	n.	Salvia mazzo
150	ml.	Olio di oliva
2000	ml.	Latte Parz. Scremato
100	g.	Burro
100	ml.	Panna fresca liquida
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime a porzione: 1,45 €
Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Saltiere Chinois Pentola
Cass. bassa

Metodi di cottura: arrostitre

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Parare e imbrigliare la lonza del suino. Condirla con sale e pepe. Preparare un fondo aromatico composto da sedano, carote, cipolle, aglio, salvia rosmarino e alloro.
- Preparazione: Rosolare in padella con olio la lonza. Passare la lonza in una pentola capiente, unire il fondo aromatico e bagnare con il latte.
- Cottura: Cuocere fino a cottura ultimata.
- Finitura: Dal fondo di cottura ricavare la salsa facendola legare con un roux di burro e farina, passare al colino cinese, aggiungere la panna fresca liquida e riporre per alcuni minuti sul fuoco a fiamma dolce.
- La porzione fornisce: 393 kcal; 33 g. di proteine; 12 g. di glucidi; 36 g. di lipidi.



Lonza di maiale con salsa charcutière e mele saltate al burro di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Innovativa - Origine: Italiana - A base di Carne e verdure

Ingredienti per 10 persone:

1500	g.	Lonza di maiale
100	g.	Sedano
100	g.	Carote
200	g.	Cipolle
20	g.	Aglio
3	n.	Alloro foglie
20	g.	Rosmarino
1	n.	Salvia mazzo
150	ml.	Olio di oliva
200	ml.	Vino bianco secco
50	g.	Prep. Knorr fondo bruno
20	g.	Concentrato per brodo
50	g.	Senape gr.150
150	g.	Cetriolini sott'aceto gr 350
500	g.	Mele verdi (Smith)
500	g.	Mele Golden
150	g.	Burro
	g.	Sale fino
	g.	Pepe nero macinato

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime a porzione: 1,77 €
Prezzo di vendita: 12 €.

Attrezzature occorrenti: Saltiere Chinois Placca Cass. Metodi di cottura: arrostitire saltare
bassa Pentola

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Parare e imbrigliare la lonza del suino e condirla con sale e pepe. Preparare un fondo aromatico (a pezzi grossi) composto da sedano, carote, cipolle, aglio, salvia rosmarino e alloro. Tagliare i cetriolini a Julienne.
- Preparazione: Preparare un brodo e un fondo bruno. Tagliare le mele a spicchi larghi 2 cm. circa e tornarle togliendo le spigolature.
- Cottura: Rosolare la lonza in olio e sfumare con il vino bianco. A parte, in una teglia da forno, rosolare gli aromi e aggiungere successivamente la lonza con il suo sughetto ottenuto dalla sfumatura di vino. Cuocere in forno preriscaldato alla temperatura di circa 180°/190° C fino a raggiungere una temperatura a cuore di 70° C. Durante la cottura bagnare con brodo e fondo bruno. In un saltiere a parte, saltare le mele tornite con burro fuso.
- Finitura: A cottura ultimata, tenere la lonza in caldo e legare il fondo di cottura; aggiungere alla salsa la senape e la Julienne di cetriolini, ottenendo così la salsa charcutière (questa salsa viene abbinata soltanto ed esclusivamente a preparazioni di carni di suino arrostitite).
- Servizio: Servire le fette di lonza con la salsa charcutière bollente e guarnire con le mele.
- La porzione fornisce: 393 kcal; 33 g. di proteine; 12 g. di glucidi; 36 g. di lipidi.



Melanzane alla parmigiana

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Emilia Romagna - A base di Verdure

Ingredienti per 10 persone:

1000	g.	Melanzane
2000	g.	Pelati
100	g.	Sedano
100	g.	Carote
100	g.	Cipolle bionde
10	g.	Aglio
100	ml.	Olio di oliva
200	g.	Parmigiano Reggiano
3	n.	Basilico a mazzi
200	g.	Edamer
200	g.	Farina '00'
	g.	Sale fino
200	ml.	Olio di semi di arachide

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,88 €
Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Padella Cass. bassa Forno
convez.

Metodi di cottura: friggere gratinare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: tagliare a fette dello spessore di circa 5 mm. le melanzane; disporle a strati in un colata pasta e aggiungere poco sale fino. Tritare sedano, carote, cipolle e schiacciare l'aglio. fogliare e lavare il basilico.
- Preparazione: Infarinare le fette di melanzane passandole nella farina.
- Cottura: n una casseruola bassa far rosolare la mirpoix in olio di oliva e aggiungere i pelati interi, appena la salsa prende bollore unire le foglie del basilico e salare. A cottura ultimata passare la salsa e aggiustare di sale. In una padella friggere in olio di semi le fette di melanzane.
- Finitura: Disporre alla base di una pirofila della salsa di pomodoro, adagiarvi sopra le fette di melanzane incalcolandole l'una con l'altra; cospargere con parmigiano grattugiato e fette di formaggio edamer. Continuare a strati fino ad un massimo di tre. Ultimare con parmigiano, e burro fuso. Gratinare in forno preriscaldato alla temperatura di 180°C.
- Servizio: Servire in pirofila all'inglese, ben caldo oppure tiepido.
- La porzione fornisce: 377 kcal; 14 g. di proteine; 23 g. di glucidi; 36 g. di lipidi.



Mes-ciüa spezzina (zuppa di legumi) di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Liguria - **A base di Legumi**

Ingredienti per 10 persone:

500	g.	Fagioli borlotti secchi
500	g.	Fagioli cannellini secchi
500	g.	Ceci secchi
500	g.	Grano
300	ml.	Olio extra vergine oliva
	g.	Sale fino
	g.	Pepe nero macinato
	ml.	Acqua

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,64 €

Prezzo di vendita: 8 €.

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Preparazione: Mettere a bagno in una terrina i ceci due giorni prima della preparazione della ricetta. Mettere a bagno, utilizzando terrine diverse, i fagioli ed il grano la sera precedente all'esecuzione. Preparare la zuppa mettendo a cuocere il cereale ed i legumi in tre diverse pentole di coccio, ciascuna coperta da circa 1 l di acqua non troppo salata.
- Cottura: Il tempo di cottura è variabile a seconda del tipo di legume e di cereale utilizzato. Per i ceci è di almeno 1 h, per il grano duro circa 45 m, mentre per i fagioli basteranno circa 30/40 m. Scolare i legumi quando saranno quasi cotti. Mescolare insieme i ceci, i fagioli ed il grano, prelevando il liquido di cottura da ciascuna pentola in modo da avere in totale circa 1,5 l di liquido e lasciare cuocere fino a che non saranno diventati morbidi e teneri. (tenere però a parte alcuni ceci e fagioli, che cotti separatamente e passati verranno poi uniti al resto dei legumi e cereali lasciati interi).
- Finitura: Versare la minestra nelle scodelle individuali, condire con l'olio extravergine, che è l'ingrediente indispensabile per dare gusto e sapore a questa ricetta.
- La porzione fornisce: 620 kcal; 20 g. di proteine; 61 g. di glucidi; 34 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Creme - Minestre - Zuppe

Scheda tecnica

ID: R33027

Codice di vendita:

Minestrone alla genovese (Menestron ä zeneize) di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Liguria - **A base di Verdure**

Ingredienti per 10 persone:

150	g.	Fagioli borlotti secchi
200	g.	Fagioli cannellini secchi
400	g.	Patate quarantine
150	g.	Carote
300	g.	Zucca gialla
200	g.	Zucchine Trombetta
200	g.	Cavolo Verza
200	g.	Bietole
100	g.	Pomodori
100	g.	Cipolle bianche
100	g.	Sedano
100	ml.	Olio extra vergine oliva taggiasco
		Sale fino
500	g.	Corzetti della Valpolcevera
100	g.	Pesto alla genovese

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime a porzione: 0,57 €

Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. alta Fornelli

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Mettere a bagno i legumi in acqua fredda per almeno 12 ore. Pulire e mondare le verdure.
- Preparazione: Tagliare le verdure a forma per minestrone (a dadi di circa 1,5 cm per lato). Tagliare in julienne la cipolla.
- Cottura: Imbiondire la cipolla con l'olio extravergine di oliva, aggiungere prima i legumi, bagnare con il brodo di verdure freddo e far cuocere per circa 30'. Dopodiché aggiungere il resto delle verdure bagnare con brodo bollente e lasciar cuocere fino a cottura ultimata degli ortaggi; aggiustare di sale. Se si vuole servire insieme alla pasta, far cuocere il minestrone fino a 3/4 di cottura e unire pasta.
- Finitura: Togliere dal fuoco ed aggiungere il pesto diluito. Rimescolare e servire.
- La porzione fornisce: 109 kcal; 7 g. di proteine; 15 g. di glucidi; 3 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R825

Codice di vendita:

Offelle mantovane di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Lombardia - A base di Pasta frolla

Ingredienti per 10 persone:

500	g.	Farina '00'
300	g.	Burro
200	g.	Zucchero
4	n.	Uova (tuorli)
1	n.	Vanillina bustine
10	g.	Scorza di limone
5	g.	Sale fino marino
		-PER IL RIPIENO
100	g.	Mandorle pelate
100	g.	Mandorle amare pelate
200	g.	Zucchero
100	g.	Farina '00'
60	g.	Fecola di patate
60	g.	Burro
4	n.	Uova (tuorli)
8	n.	Uova (albume)
1	n.	Vanillina bustine

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 1,07 €

Prezzo di vendita: 5 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Cutter Mattarello Metodi di cottura: al forno
Coppapasta Teglia gastronom

Procedimento:

- Preparazione: Disporre a fontana la farina sulla spianatoia con il sale e lo zucchero, mettere al centro il burro, i tuorli d'uovo, la scorza di limone grattugiata. Lavorare con le mani soltanto quanto basta per amalgamare i vari ingredienti, formare una mattonella con l'impasto, avvolgerla in un foglio di carta oleata e metterla a riposare in luogo fresco per un'ora. Pestare nel mortaio le mandorle o nel cutter insieme a qualche cucchiaino di zucchero, quindi metterle in una terrina con tutti gli altri ingredienti del ripieno, amalgamare bene e unire gli albumi montati a neve ben soda. Stendere quindi con il matterello la pasta, in modo da ottenere una sfoglia sottile 5 millimetri. Con un coppapasta, tagliare dei dischi che verranno disposti su un ripieno. Porre adesso sulla metà di ogni disco un mucchietto del ripieno preparato. Ripiegare i dischi a mezzaluna, premendo i bordi per sigillarli bene.
- Cottura: Mettere sulla placca da forno i fogli di carta forno e disporvi le offelle; passare in forno già caldo a 200°C per trenta minuti circa.
- Finitura: Appena cotte, lasciare intiepidire e spolverizzarle con lo zucchero a velo.
- La porzione fornisce: 197 kcal; 5 g. di proteine; 28 g. di glucidi; 7 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Uova

Scheda tecnica

ID: R61

Codice di vendita: 0130

Omelette nature di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di Uova**

Ingredienti per 1 persona:

2	n.	Uova
20	g.	Parmigiano Reggiano
10	g.	Prezzemolo
		Sale fino
		-PER LA COTTURA
15	g.	Burro

Tempo di preparazione: meno di 5'



Costo materie prime a porzione: 0,67 €

Prezzo di vendita: 4 €.

Attrezzature occorrenti: Padellino per omelette

Metodi di cottura: saltare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Tritare il prezzemolo.
- Preparazione: Sbattere le uova (due a persona) insieme al formaggio grattugiato, il prezzemolo trito e salare poco.
- Cottura: Sciogliere il burro in padella, versare il composto e formare l'omelette. Al centro deve restare morbida.
- La porzione fornisce: 342 kcal; 20 g. di proteine; 2 g. di glucidi; 28 g. di lipidi.



Orata al cartoccio di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Mediterranea - A base di Pesce e verdure

Ingredienti per 10 persone:

10	n.	Orata fresca allevata Tg. 5/6
500	g.	Patate
100	g.	Olive nere piccole Taggiasche
50	g.	Pinoli
200	g.	Pomodori
50	g.	Aglio
50	g.	Prezzemolo
200	ml.	Olio extra vergine oliva
200	ml.	Vino bianco secco
10	g.	Fumetto di pesce liofilizzato
	ml.	Acqua
	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 12,54 €
Prezzo di vendita: 15 €.

Attrezzature occorrenti: Placca Saltiere Fornelli Forno Metodi di cottura: al forno
convez.

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire l'orata. Pelare e tagliare le patate a rondelle. Pulire l'aglio e prezzemolo. Spellare i pomodori e tagliarli a Concassé. Pelare e tagliare le patate a rondelle.
- Preparazione: Saltare le patate in olio con aglio, prezzemolo, pinoli, olive e pomodoro concassé; bagnare con vino bianco e fumetto; disporre su un foglio di carta stagnola o pergamena. Adagiarsi sopra l'orata condita all'interno con aglio, prezzemolo, sale e pepe bianco. Avvolgere a cartoccio.
- Cottura: Cuocere in forno fino al rigonfiamento dell'involucro (dai 10 ai 30 minuti a seconda la taglia del pesce)
- La porzione fornisce: 268 kcal; 3 g. di proteine; 11 g. di glucidi; 23 g. di lipidi.



Orata al forno

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Mediterranea - A base di Pesce di mare

Ingredienti per 10 persone:

10	n.	Orata fresca allevata Tg. 5/6
300	g.	Pomodorini ciliegia
300	g.	Patate
50	g.	Aglio
200	ml.	Olio extra vergine oliva
50	g.	Prezzemolo
		Sale fino e pepe bianco

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 13,13 €
Prezzo di vendita: 12 €.

Attrezzature occorrenti: Teglia gastronorm

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Iniziare pulendo le orate praticando un taglio lungo il ventre, quindi eviscerare il pesce. Passare l'orata sotto l'acqua corrente e sciacquarla per bene in modo da eliminare ogni traccia di sangue. Con l'aiuto delle forbici tagliare la pinna sul dorso, la pinna della coda, le pinne sui fianchi e le pinne sul ventre. Togliere le squame passando con un coltello sul dorso dell'orata dalla coda verso la testa. Passare di nuovo il pesce sotto l'acqua corrente quindi asciugare tamponando con della carta assorbente.
- Preparazione: Riempire ora il ventre dell'orata con del prezzemolo tritato, l'aglio tagliato a pezzetti, il sale e il pepe. Foderare una teglia da forno ricoperta di carta forno con un filo d'olio extravergine di oliva ed adagiare le orate. Sbucciare e tagliare a fette sottili le patate e posizionarle ai lati del pesce, senza sovrapporre. Aggiungere i pomodori ciliegini, uno spicchio d'aglio in camicia, del prezzemolo, salare e ricoprire il tutto con un filo d'olio sempre extravergine di oliva.
- Cottura: Infornare l'orata a 170° e cuocere per 30 minuti.
- La porzione fornisce: 226 kcal; 1 g. di proteine; 8 g. di glucidi; 21 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Piatti di pesce

Scheda tecnica

ID: R34776

Codice di vendita: 0135

Orata alla griglia di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Mediterranea - A base di Pesce di mare

Ingredienti per 10 persone:

10	n.	Orata fresca allevata Tg. 5/6
200	ml.	Olio extra vergine oliva
50	g.	Aglio
50	g.	Prezzemolo
50	g.	Rosmarino
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime a porzione: 13,1 €

Prezzo di vendita: 12 €.

Attrezzature occorrenti: Griglia

Metodi di cottura: alla griglia

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire ed eviscerare l'orata, lasciando le squame che servono da protezione per la cottura.
- Preparazione: Preparare una semplice marinata con olio extravergine di oliva, aglio, prezzemolo, rosmarino e un pizzico di sale. Sistemare l'orata nella marinatura ricordandosi di girarla almeno una volta. Sistemare un poco di rosmarino e lamelle di aglio anche nella pancia dell'orata, salare.
- Cottura: Fare scaldare molto la piastra oppure la griglia. Non appena calda, disporre il pesce sulla piastra. Girare l'orata una sola volta, con molta delicatezza: il pesce si rompe facilmente. Se l'orata risultasse leggermente asciutta, pennellarla con la marinata preparata in precedenza. Controllare che l'orata sia ben cotta tastando la carne vicino alla lisca nella parte più spessa: se è bianca e si stacca subito il pesce è ben cotto.
- La porzione fornisce: 202 kcal; 1 g. di proteine; 3 g. di glucidi; 21 g. di lipidi.



Pan di Spagna di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Cereali e uova

Ingredienti per 2 kg.:

18	n. Uova
500	g. Farina '00'
100	g. Fecola di patate
500	g. Zucchero
4	n. Vanillina bustine
1	n. Scorza di limone (limoni)
1	n. Scorza d'arancia (arance)

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime al chilo: 2,59 €
Prezzo di vendita: 15 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Placca Forno statico

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Dosare tutti gli ingredienti, tenendoli separati.
- Preparazione: In una planetaria mettere le uova intere con lo zucchero e gli aromi. Montare molto bene fino ad ottenere un composto spumoso, che al passare del dito in superficie lascia una striscia come se scrivesse. Incorporare poco alla volta la farina setacciata insieme alla fecola e amalgamare, girando dal basso all'alto sempre nello stesso giro onde evitare di smontare il composto. Versare in tortiera o placca a bordo basso, imbrattata e infarinata (fino a 3/4 del bordo).
- Cottura: Infornare in forno statico preriscaldato alla temperatura di 180° C. per circa 30 - 40 minuti.
- Finitura: Lasciare intiepidire e sfornare il Pan di Spagna. Prima di utilizzarlo deve essere completamente freddo o a temperatura ambiente.
- La porzione fornisce: 2494 kcal; 75 g. di proteine; 452 g. di glucidi; 42 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R362

Codice di vendita:

Pandolce genovese "Baciccia" - "Antica Genova" di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - Origine: Liguria - A base di Pasticceria

Ingredienti per 5 kg.:

1000	g.	Farina Manitoba
1000	g.	Farina '00'
700	g.	Burro
600	g.	Zucchero
2	n.	Uova
6	n.	Uova (tuorli)
200	g.	Pinoli
450	ml.	Latte intero
400	g.	Uvetta
300	g.	Canditi
4	n.	Lievito dolci bustine gr 16
30	ml.	Acqua di fior d'arancio
20	g.	Scorza di limone
6	n.	Vanillina bustine
10	g.	Semi di finocchio
100	ml.	Marsala

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime al chilo: 3,68 €

Prezzo di vendita: 15 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Teglia gastronorm Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Preparazione: Lavorare in planetaria (o a mano) il burro con lo zucchero, le scorza limone grattugiata, i semi di finocchio e la vanillina. Dopo qualche minuto incorporare le uova, i canditi, l'uvetta bagnata e strizzata, i pinoli e continuare a impastare. Aggiungere il latte, il marsala e l'acqua fior di arancio e continuare ad impastare per un paio di minuti. Infine aggiungere le farine e il lievito, far amalgamare bene il tutto. Stendere l'impasto su di un banco e dividerlo in panetti da kg. formando delle mezze sfere. Praticare in superficie un'incisione a forma di croce, spolverare di farina e infornare.
- Cottura: Cuocere in forno caldo a 180° per circa 50 - 60 minuti.
- La porzione fornisce: 3596 kcal; 61 g. di proteine; 502 g. di glucidi; 150 g. di lipidi.



Pane bianco

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Cereali

Ingredienti per 1 kg.:

500	g.	Farina '0'
500	g.	Farina '00'
30	g.	Lievito di birra
500	ml.	Acqua
100	ml.	Olio extra vergine oliva
20	g.	Sale fino marino

Tempo di preparazione: oltre 3h



Costo materie prime al chilo: 1,31 €
Prezzo di vendita: 2,25 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Placca Forno
convez.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Sciogliere il lievito di birra nell'acqua tiepida.
- Preparazione: Versare nell'impastatrice le due farine miscelate con l'aggiunta del sale, unirvi l'olio e l'acqua con il lievito disciolto. Impastare bene il tutto. Dare forma ai panini, disporre in teglia unta e mettere a lievitare.
- Cottura: Cuocere in forno a 200°C vaporizzando in superficie, durante la cottura, con un'emulsione di acqua, sale fino e olio di oliva.
- La porzione fornisce: 2751 kcal; 54 g. di proteine; 387 g. di glucidi; 105 g. di lipidi.



Pane con le olive di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - **Origine:** Italiana - **A base di Pane**

Ingredienti per 1 kg.:

500	g.	Farina '0'
500	g.	Farina '00'
500	ml.	Acqua
30	g.	Lievito di birra
100	g.	Olive verdi denocciolate
100	ml.	Olio extra vergine oliva
25	g.	Sale fino marino

Tempo di preparazione: oltre 3h



Costo materie prime al chilo: 1,03 €
Prezzo di vendita: 3 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Placca Forno convez.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Tagliare le olive denocciolate. Sciogliere il lievito nell'acqua tiepida.
- Preparazione: Versare nell'impastatrice le due farine miscelate con l'aggiunta del sale, unirvi l'olio, le olive e l'acqua con il lievito disciolto. Impastare bene il tutto. Dare forma ai panini, disporre in teglia unta e mettere a lievitare.
- Cottura: Cuocere in forno a 180°C vaporizzando in superficie, durante la cottura, con un'emulsione di acqua, sale fino e olio di oliva.
- La porzione fornisce: 2970 kcal; 74 g. di proteine; 512 g. di glucidi; 74 g. di lipidi.



Pane integrale di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Cereali

Ingredienti per 1 kg.:

500	g.	Farina '00'
500	g.	Farina integrale
30	g.	Lievito di birra
600	ml.	Acqua
100	ml.	Olio extra vergine oliva
20	g.	Sale fino marino

Tempo di preparazione: oltre 3h



Costo materie prime al chilo: 1,73 €
Prezzo di vendita: 3 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Placca Forno
convez.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Sciogliere il lievito di birra nell'acqua tiepida.
- Preparazione: Versare nell'impastatrice le due farine miscelate con l'aggiunta del sale, unirvi l'olio e l'acqua con il lievito disciolto. Impastare bene il tutto. Dare forma ai panini, disporre in teglia unta e mettere a lievitare.
- Cottura: Cuocere in forno a 200°C vaporizzando in superficie, durante la cottura, con un'emulsione di acqua, sale fino e olio di oliva.
- La porzione fornisce: 2751 kcal; 54 g. di proteine; 387 g. di glucidi; 105 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R520
Codice di vendita:

Pànera di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Liguria - **A base di Caffé**

Ingredienti per 2,5 kg.:

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h

		RICETTA DEL ROSSI
1500	ml.	Panna fresca liquida
18	n.	Uova (tuorli)
450	g.	Zucchero
75	g.	Caffe' Bar
		RICETTA DEL RATTO
2000	ml.	Panna fresca liquida
400	g.	Zucchero
100	g.	Caffe' Bar



Costo materie prime al chilo: 7,56 €
Prezzo di vendita: 15 €.

Attrezzature occorrenti: Abbattitore Gelatiera

Procedimento:

- Operazioni preliminari:
- Preparazione: Ricetta del Rossi: Macinare in modo grossolano il caffè. Versare in un tegame tutti gli ingredienti e porre sul fuoco leggero, rimestando con una spatola fino a creare un composto cremoso, senza però far bollire. Togliere dal fuoco, filtrare, abbattere e passare nella gelatiera. Ricetta del Ratto: Macinare in modo grossolano il caffè e scioglierlo in due litri di panna. Porre il composto così ottenuto in un tegame sul fuoco. Dal momento in cui prende bollore, aggiungere lo zucchero e girare con un cucchiaino di legno. Far riposare sino a quando il caffè non scenderà sul fondo. Filtrare il tutto, usando una telina fina e versare nella gelatiera.
- La porzione fornisce: 3845 kcal; 38 g. di proteine; 184 g. di glucidi; 336 g. di lipidi.



Paniscia di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Piemonte - **A base di Cereali**

Ingredienti per 10 persone:

700	g.	Riso Arborio
400	g.	Fagioli borlotti secchi
200	g.	Verza
100	g.	Carote
50	g.	Cipolle
100	g.	Sedano
100	g.	Pomodori
200	g.	Cotenne di maiale
150	g.	Pancetta
100	g.	Burro
200	g.	Salame "d'la duja"
100	ml.	Vino da cucina rosso
	ml.	Acqua
		Sale fino e pepe nero

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 29,64 €

Prezzo di vendita: €.

Attrezzature occorrenti: Cass. alta Cass. bassa

Metodi di cottura: affogare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Mettere i fagioli secchi in un contenitore coperti da acqua tiepida, per circa dodici ore. Tritare la cipolla e il salame.
- Preparazione: Fare scottare le cotenne (tagliate in Julienne) per cinque minuti in acqua bollente. Mondare e lavare tutte le verdure. Spezzettare le foglie di verza e tagliare a pezzettini il sedano la carota, e i pomodori privati dei semi. Scolare bene i fagioli e metterli in una pentola con tutte le verdure e le cotenne. Aggiungere l'acqua e un po' di sale; portare a cottura.
- Cottura: Mettere in una casseruola il burro e la pancetta, unire il salame e la cipolla e lasciare rosolare a fuoco basso per dieci minuti mescolando con un cucchiaio di legno. Aggiungere il riso, farlo insaporire, quindi sempre mescolando versare il vino e lasciarlo evaporare. Continuare la cottura del riso unendo poco alla volta il brodo (preparato in precedenza) e le verdure cotte e continuare a mescolare con il cucchiaio di legno fino a che il riso sarà cotto (il tempo necessario e' di circa 20 minuti).
- Finitura: Salare e pepare e lasciare riposare per alcuni minuti prima di disporlo sul piatto di portata.
- La porzione fornisce: 400 kcal; 8 g. di proteine; 59 g. di glucidi; 13 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Antipasti

Scheda tecnica

ID: R134

Codice di vendita: 0367

Panissa

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Liguria - A base di Legumi

Ingredienti per 1 kg.:

300	g.	Farina di ceci
1000	ml.	Acqua
	g.	Sale fino
30	ml.	Olio di oliva

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al chilo: 1,44 €

Prezzo di vendita: 4 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. alta

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Preparazione: Stemperare la farina di ceci con acqua tiepida mescolando con una frusta, salare in giusta misura, aggiungere l'olio. Variante: aggiunta di erba cipollina tagliata fine.
- Cottura: Porre sul fuoco e cuocere mescolando in continuazione a calore moderato fino a che il composto prende la fluidità di una polenta e forma la "lasagna" cadendo dalla spatola.
- Finitura: Versare in teglia o vassoio unto, stendere a 1-2 cm di spessore e lasciar raffreddare.
- La porzione fornisce: 1107 kcal; 67 g. di proteine; 173 g. di glucidi; 50 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Fritti

Scheda tecnica

ID: R170
Codice di vendita:

Panissette fritte di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Liguria - **A base di Legumi**

Ingredienti per 10 persone:

1500 g. Panissa
1000 ml. Olio per friggere

Tempo di preparazione: da 2h a 3h



Costo materie prime a porzione: 0,16 €
Prezzo di vendita: 4 €.

Attrezzature occorrenti: Friggitrice Colafritto

Metodi di cottura: friggere

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare il composto base della panissa, stendere e lasciar raffreddare.
- Preparazione: Tagliare a bastoncini di 1-2 cm di lato e 6-8 cm di lunghezza
- Cottura: Friggere in olio ben caldo finchè dorati, sgocciolare su carta assorbente.
- Finitura: Salare e servire calde.
- La porzione fornisce: 107 kcal; 1 g. di proteine; 3 g. di glucidi; 9 g. di lipidi.



Pansoti con salsa di noci

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - Origine: Liguria - A base di Verdure

Ingredienti per 10 persone:

1000	g.	Farina '00'
6	n.	Uova
50	ml.	Vino bianco secco
		Sale fino
		-PER LA FARCIA
1000	g.	Preboggion
250	g.	Ricotta fresca classica
30	g.	Maggiorana a mazzi
5	g.	Aglio
70	g.	Grana Padano
3	n.	Uova
		Sale fino
		PER IL CONDIMENTO
5	dl.	Salsa di noci

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 1,05 €

Prezzo di vendita: 10 €.

Attrezzature occorrenti: Tritacarne Cutter

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare la pasta all'uovo lavorandola bene affinché sia ben omogenea e abbastanza soda, ma non troppo asciutta. Mondare e lavare le verdure. Tritare aglio e maggiorana, grattugiare il grana.
- Preparazione: Cuocere il preboggion a vapore o lessarlo solo con l'acqua che rimane attaccata alle foglie dopo averle lavate. Spremere via l'acqua e passare al tritacarne o al cutter poi incorporare ricotta, aglio, maggiorana, grana, le uova e sale. Preparare i pansoti dando loro la forma di grossi tortelli, oppure a forma di triangolo come illustrato in figura.
- Cottura: Lessare per 6/8 minuti in acqua salata in ebollizione
- Finitura: Condire con la salsa di noci.
- La porzione fornisce: 427 kcal; 14 g. di proteine; 80 g. di glucidi; 4 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Basi di cucina

Scheda tecnica

ID: R31

Codice di vendita: 83

Pasta all'uovo verde (spinaci) di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Cereali e uova

Ingredienti per 1,4 kg.:

1000	g.	Farina '00'
8	n.	Uova
400	g.	Spinaci freschi

Tempo di preparazione: da 5' a 10'



Costo materie prime al chilo: 1,66 €

Prezzo di vendita: 4 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pesare gli ingredienti, lavare le uova. Mondare e lavare accuratamente gli spinaci; cuocerli a vapore e strizzarli in modo da ottenere un composto ben asciutto, passarli al setaccio.
- Preparazione: Disporre la farina a fontana, sgusciare le uova al centro, aggiungere gli spinaci passati al setaccio e impastare vigorosamente. Lavorare l'impasto con energia fino a ottenere una pasta soda e omogenea. Avvolgere in pellicola e lasciare riposare in frigo per almeno un'ora prima dell'uso.
- La porzione fornisce: 3166 kcal; 116 g. di proteine; 583 g. di glucidi; 34 g. di lipidi.



Pasta Brisée

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di Cereali e burro**

Ingredienti per 1,5 kg.:

500	g.	Farina '00'
500	g.	Farina '0'
500	g.	Burro
2	n.	Uova (tuorli)
150	ml.	Acqua
20	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al chilo: 1,99 €

Prezzo di vendita: 10 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria

Procedimento:

- Preparazione: Disporre a fontana la farina, mettere al centro il burro a fiocchetti, il sale, i tuorli d'uovo e l'acqua. Impastare velocemente come una frolla, quindi dare i giri come alla sfoglia, lasciando riposare tra un giro e l'altro. Mettere in frigo e utilizzare dopo alcune ore.
- La porzione fornisce: 5211 kcal; 83 g. di proteine; 538 g. di glucidi; 307 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Basi di cucina

Scheda tecnica

ID: R34154

Codice di vendita: 0368

Pasta fresca all'uovo con farina di grano duro di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - **Origine:** Italiana - **A base di Cereali e uova**

Ingredienti per 1,3 kg.:

1000 g. Farina di grano duro
10 n. Uova

Tempo di preparazione: da 10' a 20'



Costo materie prime al chilo: 1,72 €

Prezzo di vendita: 2 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pesare gli ingredienti, lavare le uova.
- Preparazione: Disporre la farina a fontana, sgusciare le uova al centro e impastare vigorosamente. Lavorare l'impasto con energia fino a ottenere una pasta soda e omogenea. Avvolgere in pellicola e lasciare riposare in frigo per almeno un'ora prima dell'uso.
- La porzione fornisce: 504 kcal; 42 g. di proteine; 4 g. di glucidi; 34 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Basi di cucina

Scheda tecnica

ID: R34789

Codice di vendita: 0368

Pasta fresca all'uovo con farina di grano tenero di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Cereali e uova

Ingredienti per 1,3 kg.:

1000 g. Farina '00'
10 n. Uova

Tempo di preparazione: da 10' a 20'



Costo materie prime al chilo: 1,44 €

Prezzo di vendita: 2 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pesare gli ingredienti, lavare le uova.
- Preparazione: Disporre la farina a fontana, sgusciare le uova al centro e impastare vigorosamente. Lavorare l'impasto con energia fino a ottenere una pasta soda e omogenea. Avvolgere in pellicola e lasciare riposare in frigo per almeno un'ora prima dell'uso.
- La porzione fornisce: 3332 kcal; 122 g. di proteine; 597 g. di glucidi; 41 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Basi di cucina

Scheda tecnica

ID: R34787

Codice di vendita:

Pasta fresca di grano duro non all'uovo

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Farinacei

Ingredienti per 1 kg.:

800 g. Farina di grano duro
400 ml. Acqua
Sale fino

Tempo di preparazione: da 10' a 20'



Costo materie prime al chilo: 0,82 €

Prezzo di vendita: 2 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria

Procedimento:

- Preparazione: Disporre la farina a fontana, versare l'acqua tiepida al centro e impastare vigorosamente. Lavorare l'impasto con energia fino a ottenere una pasta soda e omogenea. Avvolgere in pellicola e lasciare riposare in frigo per almeno un'ora prima dell'uso. L'uso del sale è facoltativo, se non si mette nell'impasto, bisogna allora salare maggiormente l'acqua di cottura.



Pasta frolla (versione 3-2-1) di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - Origine: Francese - A base di Cereali e burro

Ingredienti per 3 kg.:

1500	g.	Farina '00'
500	g.	Burro
500	g.	Margarina PASTICCERIA
500	g.	Zucchero
5	n.	Uova
2	n.	Vanillina bustine
10	g.	Scorza d'arancia
10	g.	Scorza di limone
5	g.	Bicarbonato

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al chilo: 2,03 €
Prezzo di vendita: 15 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Lasciar ammorbidire il burro a temperatura ambiente, lavare le arance e le uova, pesare gli ingredienti.
- Preparazione: A mano: disporre a fontana la farina miscelata al lievito, mettere intorno il burro a pezzetti e al centro lo zucchero, i tuorli e gli aromi. Impastare prima zucchero e tuorli, poi miscelare tutti gli ingredienti strofinandoli con le mani fino ad avere distribuito il burro in briciole nella farina. Compattare e impastare 1 minuto. Coprire con pellicola e lasciar riposare in frigo. Con la planetaria: mettere in macchina tutto tranne la farina e lavorare con il gancio, quindi incorporare un po' alla volta la farina miscelata al lievito. Riposare in frigo
- Cottura: Forno statico a 180° C o convezione a 170° C valutando lo spessore per i tempi.
- La porzione fornisce: 3849 kcal; 62 g. di proteine; 553 g. di glucidi; 151 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Basi di panetteria

Scheda tecnica

ID: R32981

Codice di vendita:

Pasta matta di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Liguria - A base di Cereali

Ingredienti per 1,5 kg.:

1000	g.	Farina '0'
500	ml.	Acqua naturale
100	ml.	Olio extra vergine oliva
30		Sale fino

Tempo di preparazione: da 5' a 10'



Costo materie prime al chilo: 0,51 €

Prezzo di vendita: 1,5 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria

Procedimento:

- Preparazione: Disporre la farina nella planetaria, aggiungere il sale fino e miscelare, versare l'olio e l'acqua ed impastare energicamente fino a quando la pasta non si stacchi dalle mani. Prima di utilizzare la pasta lasciarla riposare ben coperta in frigo per almeno due ore.
- La porzione fornisce: 2873 kcal; 77 g. di proteine; 508 g. di glucidi; 73 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Basi di panetteria

Scheda tecnica

ID: R34173

Codice di vendita:

Pasta per focaccia lievitata

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Liguria - A base di Pasta pane e pizza

Ingredienti per 1 kg.:

500	g.	Farina '00'
500	g.	Farina '0'
30	g.	Lievito di birra
100	ml.	Olio extra vergine oliva
15	g.	Sale fino
500	ml.	Acqua

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime al chilo: 1,3 €

Prezzo di vendita: 2 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Sciogliere il lievito di birra.
- Preparazione: Impastare tutti gli ingredienti con l'aiuto della planetaria. Aggiungere a piacere rosmarino oppure salvia tritati; al contrario lasciarla bianca al naturale. Far lievitare fino a raddoppiare di volume. Stendere la pasta in una teglia oleata e far riprendere la lievitazione.
- La porzione fornisce: 4456 kcal; 112 g. di proteine; 768 g. di glucidi; 110 g. di lipidi.



Pasta per pane e pizza di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Cereali

Ingredienti per 1,5 kg.:

500	g.	Farina '0'
500	g.	Farina '00'
500	ml.	Acqua
30	g.	Lievito di birra
100	ml.	Olio extra vergine oliva
	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: da 10' a 20'



Costo materie prime al chilo: 0,87 €

Prezzo di vendita: 2 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria

Procedimento:

- Preparazione: Iniziare versando l'acqua nell'impastatrice. Sciogliere il lievito secco in acqua calda a 36-38 °C e versare il tutto nell'impastatrice. Pesare la farina, inserirne 2/3 (1,2 Kg) nell'impastatrice e lasciarla girare per qualche minuto. Aggiungere il sale e aspettare che si mescoli all'impasto, regolare la consistenza dell'impasto gettando la farina restante un po' alla volta; infine aggiungere l'olio a lasciarlo amalgamare. Verificare che l'impasto non superi i 22-24° C, fare delle pagnotte e lasciarle riposare per circa 20 minuti, formare delle palline da 180-200 g ciascuna e metterle in frigo a 4° C. Dopo 24-48 ore tirare fuori l'impasto, lasciarlo lievitare, stendere e farcire a piacere.
- La porzione fornisce: 2970 kcal; 74 g. di proteine; 512 g. di glucidi; 74 g. di lipidi.



Pasta per strudel (con uovo) di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - Origine: Trentino A.Adige - A base di Cereali

Ingredienti per 1,5 kg.:

1000	g.	Farina '0'
200	g.	Strutto
5	n.	Uova
250	ml.	Acqua
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 10' a 20'



Costo materie prime al chilo: 1,23 €

Prezzo di vendita: 3 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria

Procedimento:

- Preparazione: Setacciare la farina per darle aria, metterla in una terrina, aggiungere un pizzico di sale, fare nel mezzo una fossetta e disporre lo strutto (migliore rispetto al burro, poiché rende l'impasto liscio ed elastico, permettendoci una tiratura sottile senza mai rompersi), unire le uova, amalgamarle con lo strutto e infine versare lentamente l'acqua tiepida (35° C circa, infatti se l'impasto mantiene questa temperatura, la tiratura della sfoglia risulta molto più facile). Lavorare il tutto con energia in modo da ottenere un impasto morbido e liscio. Lasciare riposare in frigo per ameno un paio di ore prima dell'utilizzo.
- La porzione fornisce: 2489 kcal; 95 g. di proteine; 510 g. di glucidi; 21 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Basi di pasticceria

Scheda tecnica

ID: R34767

Codice di vendita:

Pasta per strudel (senza uovo) di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - Origine: Trentino A.Adige - A base di Cereali

Ingredienti per 1,5 kg.:

1000	g.	Farina '0'
50	ml.	Olio extra vergine oliva
150	g.	Zucchero
500	ml.	Acqua
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 10' a 20'



Costo materie prime al chilo: 0,75 €

Prezzo di vendita: 3 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria

Procedimento:

- Preparazione: Setacciare la farina per darle aria, metterla in una terrina, aggiungere un pizzico di sale e lo zucchero, fare nel mezzo una fossetta e versare lentamente l'olio extravergine di oliva e l'acqua tiepida (35° C circa, infatti se l'impasto mantiene questa temperatura, la tiratura della sfoglia risulta molto più facile). Lavorare il tutto con energia in modo da ottenere un impasto morbido e liscio. Lasciare riposare in frigo per ameno un paio di ore prima dell'utilizzo.
- La porzione fornisce: 2962 kcal; 77 g. di proteine; 608 g. di glucidi; 40 g. di lipidi.



Pasta sfoglia

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Internazionale - Origine: Francese - A base di Farinacei e grassi

Ingredienti per 2 kg.:

500	g.	Farina '0'
500	g.	Farina '00'
1000	g.	Margarina SFOGLIA
400	ml.	Acqua
20	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime al chilo: 1,48 €

Prezzo di vendita: 12 €.

Procedimento:

- Preparazione: Mettere in una ciotola $\frac{3}{4}$ della farina setacciata ed un pizzico di sale. Aggiungere quindi l'acqua e impastare il tutto fino ad ottenere un impasto morbido. Praticare una croce al centro dell'impasto e lasciare riposare in frigo per 30 minuti. Si sarà così ottenuto quello che in gergo si chiama "detrempe". A questo punto, tagliare la margarina sfoglia a dadi grossi e impastarla con la restante farina. Si sarà così ottenuto il cosiddetto "beurrage". Infarinare il tavolo e stendere per bene il detrempe nel senso in cui sono state fatte le incisioni, in modo da ottenere una croce. Così facendo, al centro si formerà una sorta di rettangolo abbastanza grande sul quale si dovrà appoggiare il beurrage precedentemente preparato. Coprire il beurrage con i quattro lembi della croce e, con il matterello, pressare un pò il panetto ottenuto. A questo punto, iniziare a stendere la sfoglia ricordandosi di partire sempre dal centro andando su e giù ed esercitando sempre più o meno la stessa pressione sull'impasto. Naturalmente, cercare di stendere la sfoglia nel modo più regolare possibile cercando di dargli una forma rettangolare ed una lunghezza sui 50 centimetri. Si sarà così concluso il "primo giro" e quindi chiudere la sfoglia in quattro portando le due estremità, inferiore e superiore, al centro e ribaltate una metà sull'altra: fare in modo, quando si dovrà stendere la sfoglia, da tenere sempre l'apertura a destra, come fosse un libro. Adesso, procedere esattamente come prima: abbassare un po' la sfoglia premendo leggermente sul panetto con il matterello, e ricominciare a stendere la sfoglia seguendo lo stesso procedimento di prima. Raggiunta la stessa lunghezza della sfoglia precedente, chiudere la sfoglia, stavolta in 3, portando il lato superiore a $\frac{1}{3}$ della lunghezza della sfoglia e coprendolo con portando sopra il lato inferiore. Si sarà così concluso il secondo "giro": coprire il panetto e metterlo in frigo per 30 minuti. A questo punto bisogna ripetere nuovamente tutto il procedimento: stendere la sfoglia, ripiegarla in tre ed abbassarla con il matterello. Stenderla di nuovo, ripiegarla in 3 parti, togliere con un pennello la farina in eccesso e rimetterla in frigo per altri 30 minuti. Stendere nuovamente la sfoglia, piegarla nelle consuete tre parti, abbassarla con il matterello ed ecco pronti per il sesto ed ultimo "giro". Stendere la sfoglia, ripiegarla ed ecco pronta la pasta sfoglia.
- La porzione fornisce: 172 kcal; 16 g. di proteine; 1 g. di glucidi; 12 g. di lipidi.



Patate Anna di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - **Origine:** Italiana - **A base di** Patate

Ingredienti per 10 persone:

1500	g.	Patate
150	g.	Burro
100	g.	Bacon
200	ml.	Latte intero
		Sale fino e pepe bianco

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 0,25 €
Prezzo di vendita: 3 €.

Attrezzature occorrenti: Tortiera circolare Forno convez.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Lavare le patate, sbuciarle, tagliarle a fettine dello spessore di circa 5 mm. Tagliare il bacon a fettine sottili.
- Preparazione: Sciogliere il burro in un tegamino ed una parte versarlo in una teglia da forno rotonda e non troppo alta. Foderare la teglia con il bacon ricoprendo i bordi e aggiungere le patate una ad una nella teglia intercalandole a cerchio, salare e pepare, avvolgere i bordi con le fette di bacon poi versare il burro fuso sopra le patate, il latte coprire con carta di alluminio.
- Cottura: Cuocere per 40 minuti in forno 200 gradi C.
- La porzione fornisce: 220 kcal; 3 g. di proteine; 22 g. di glucidi; 14 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Guarnizioni

Scheda tecnica

ID: R33091
Codice di vendita:

Patate Duchessa di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - Origine: Francese - A base di Patate

Ingredienti per 1,5 kg.:

1300	g.	Patate
6	n.	Uova (tuorli)
200	g.	Burro
150	g.	Grana Padano
	g.	Sale fino
	g.	Pepe bianco
7	g.	Noce moscata

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime al chilo: 5,11 €
Prezzo di vendita: 3 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. alta Placca
Passaverdura Sac a poche Bocchetta rigata

Metodi di cottura: bollire al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Lavare le patate. Grattugiare il formaggio.
- Preparazione: Bollire le patate possibilmente con la buccia. Pelare le patate, passarle al passaverdure a disco medio/fine. Incorporare il burro le uova (o solo tuorli), il sale, pepe e noce moscata. Amalgamare il tutto. Completare con il grana. Mettere il composto in una sac à poche con bocchetta rigata medio/grande, e formare degli spuntoni di composto su una teglia imburata. Pennellare la superficie delle patate con del tuorlo.
- Cottura: Cuocere in forno fino a farle gratinare.
- Servizio: Servire non appena escono dal forno.
- La porzione fornisce: 2362 kcal; 80 g. di proteine; 138 g. di glucidi; 168 g. di lipidi.



Patate Ideal di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - Origine: Francese - A base di Patate

Ingredienti per 10 persone:

2000	g.	Patate
150	g.	Burro
40	g.	Prezzemolo
200	g.	Prosciutto cotto spalla
200	g.	Fontina Aosta
5	dl.	Salsa Besciamella
200	ml.	Panna fresca liquida
50	g.	Parmigiano Reggiano
	g.	Sale fino
	g.	Pepe bianco
2	n.	Uova (tuorli)

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,63 €
Prezzo di vendita: 3 €.

Attrezzature occorrenti: Pentola Placca Forno
convez.

Metodi di cottura: bollire gratinare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Lavare le patate. Tritare il prezzemolo.
- Preparazione: Tagliare in piccola brunoise il prosciutto e il formaggio. Preparare un a salsa besciamella, addizionarvi panna, tuorli d'uovo e parmigiano; ottenendo così una salsa Mornay.
- Cottura: Lessare le patate con la buccia e quando sono cotte spellarle, passarle al passaverdure. Insaporire di sale, aggiungere burro, prezzemolo, prosciutto e formaggio; amalgamare bene il tutto. Confezionare con questo composto delle mezze sfere e disporle in placca imburata. Nappare in superficie con poca salsa mornay. Cospargere di parmigiano e burro fuso.
- Finitura: Gratinare in forno.
- La porzione fornisce: 408 kcal; 11 g. di proteine; 32 g. di glucidi; 27 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Guarnizioni

Scheda tecnica

ID: R787

Codice di vendita:

Patate Macario *di I.P.S.S.A. Marco Polo*

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di** Patate

Ingredienti per 10 persone:

1500	g.	Patate
200	g.	Burro
30	g.	Prezzemolo
300	g.	Pane grattugiato

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,28 €
Prezzo di vendita: 2 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa Passaverdure
Stampini appositi

Metodi di cottura: bollire al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Tritare il prezzemolo. Lavare le patate
- Preparazione: Lessare le patate con la buccia, pelarle e schiacciarle, unire burro, parmigiano e prezzemolo tritato e salare; lavorare con spatola di legno, farcire pressando all'interno degli stampini (da crem caramel) precedentemente imburattati e cosparsi di pane grattato.
- Cottura: Cuocere in forno a 180° C, fare dorare e servire ben caldi.
- La porzione fornisce: 369 kcal; 7 g. di proteine; 44 g. di glucidi; 19 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Guarnizioni

Scheda tecnica

ID: R34701

Codice di vendita: 0250

Patate mascotte *di I.P.S.S.A. Marco Polo*

Cucina: Internazionale - **Origine:** Francese - **A base di Verdure**

Ingredienti per 10 persone:

1500	g.	Patate
100	ml.	Olio extra vergine oliva
50	g.	Aglio
50	g.	Rosmarino
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 0,33 €

Prezzo di vendita: 2 €.

Attrezzature occorrenti: Spelucchino Rondeau Teglia gastronom
Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Preparazione: Patate tagliate e tornite in forma di spicchi d'arancia, della lunghezza di 4,5 cm circa. Anche in questo caso si fa una Pommes Nature e poi si taglia in quattro spicchi..
- Cottura: Sbianchire in acqua bollente, colare in placca, condire con olio extravergine di oliva, aglio a spicchi interi e aghi di rosmarino. Insaporire di sale e cuocere in forno.
- La porzione fornisce: 228 kcal; 4 g. di proteine; 29 g. di glucidi; 12 g. di lipidi.



Patate novelle al forno di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - **Origine:** Italiana - **A base di Patate**

Ingredienti per 10 persone:

1500	g.	Patate novelle
150	ml.	Olio extra vergine oliva
50	g.	Aglio
50	g.	Rosmarino
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,4€
Prezzo di vendita: 5€.

Attrezzature occorrenti: Teglia gastronorm

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Preparazione: Lavare ed asciugare le patatine novelle, poi senza sbucciarle, porle in una teglia della quale si avrà preventivamente cosparso il fondo con metà dell'olio extravergine di oliva. Sbucciare l'aglio, che si aggiungerà, insieme al sale e agli aghi di rosmarino, nella teglia con le patatine; mescolare ed condire il tutto con dell'altro olio extravergine di oliva.
- Cottura: Infornare per almeno 1 ora, ricordandosi di girare le patate di tanto in tanto. La cottura ottimale, dipende dalla grandezza delle patate; prima di estrarle definitivamente dal forno, oltre a verificare la giusta dose di sale, provare a tagliare a metà un delle patate più grosse per accertarsi dell'effettiva cottura. Nel caso che sia ancora leggermente dura, prolungare la permanenza in forno fino a cottura ultimata.
- La porzione fornisce: 146 kcal; 0 g. di proteine; 2 g. di glucidi; 15 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Guarnizioni

Scheda tecnica

ID: R33269

Codice di vendita:

Patate Parmantier di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di Patate**

Ingredienti per 10 persone:

1500	g.	Patate
150	ml.	Olio di oliva
150	g.	Burro
40	g.	Rosmarino
40	g.	Salvia
30	g.	Aglio

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime a porzione: 0,38 €

Prezzo di vendita: 4,5 €.

Attrezzature occorrenti: Tagliere Coltello Teglia
gastronorm

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preriscaldare il forno a 180-200 gradi. Sbucciare le patate e sciacquarle con acqua fredda.
- Preparazione: Tagliare le patate nella forma di cubetti di circa 1,5 cm. per lato, assicurandosi l'uniformità della dimensione dei pezzi.
- Cottura: Versare le patate in una teglia gastronorm e condirle con l'olio extravergine d'oliva in modo che siano solo unte, non sommerse. Sbucciare l'aglio e unirlo alle patate insieme al rosmarino; salare, pepare e infornare. Ricordarsi di girarle di tanto in tanto per evitare che si attacchino. Quando le patate saranno dorate e croccanti tirarle fuori dal forno.
- La porzione fornisce: 240 kcal; 3 g. di proteine; 26 g. di glucidi; 29 g. di lipidi.



Pâte à choux (Pasta per bigné)

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - Origine: Francese - A base di Pasticceria

Ingredienti per 1,5 kg.:

500	ml.	Acqua
200	g.	Burro
300	g.	Farina '00'
9	n.	Uova
5	g.	Sale fino
15	g.	Zucchero (facoltativo)

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime al chilo: 1,69 €

Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa Bastardella
Frusta

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pesare gli ingredienti.
- Preparazione: Mettere a bollire in casseruola l'acqua con il burro, il sale e lo zucchero. Quando bolle versare tutta la farina in un colpo solo e mescolare con una frusta prima e poi con una spatola. Cuocere mescolando per pochi minuti, finché il composto si stacca dalle pareti. Lasciar raffreddare e poi incorporare le uova intere una o due alla volta (in planetaria con spatola se la quantità è elevata).
- Cottura: Formare i bigné con il sacco à poche su placca spruzzata con acqua o rivestita con carta da forno. Cuocere per circa 30' a 180-200°C inizialmente con respiro chiuso, e quando i bigné sono cresciuti con respiro aperto.
- La porzione fornisce: 2275 kcal; 57 g. di proteine; 176 g. di glucidi; 146 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R32837

Codice di vendita:

Pere in salsa al vino rosso con gelato fior di latte di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Innovativa - Origine: Mediterranea - A base di Latticini e frutta

Ingredienti per 10 persone:

1000	g.	Pere kaiser
1000	ml.	Vino da cucina rosso
1	n.	Vaniglia baccelli
300	g.	Zucchero
4	n.	Chiodi di garofano
10	g.	Cannella stecche
60	g.	Arance buccia
60	g.	Limoni buccia
4	n.	Vanillina bustine
PER IL GELATO FIOR DI LATTE		
750	ml.	Latte intero
250	ml.	Panna fresca liquida
200	g.	Zucchero
50	g.	Base 50 per gelato
2	n.	Vanillina bustine
50	g.	Mentuccia foglie

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime a porzione: 3,46 €

Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Abbattitore Cass. Metodi di cottura: affogare al forno
bassa Gelatiera Rondeau

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pelare, tagliare a metà e parare le pere.
- Preparazione: Per le pere: all'interno di un rondeau versare il vino rosso, aggiungere: chiodi di garofano, zucchero, cannella, scorza di arancio e di limone, vanillina in polvere e il baccello di vaniglia; a questo punto immergervi le pere e porre il tutto sul fuoco. Per il gelato fior di latte: miscelare la base 50 con lo zucchero. Unire tutti gli ingredienti e amalgamare bene.
- Cottura: Far cuocere le pere nel composto di vino facendo attenzione a non renderle troppo molle. A cottura ultimata, colarle e abatterle in abbattitore, mentre la salsa farla ridurre fino a raggiungere uno stato quasi sciropposo.
- Finitura: Disporre su di un piatto piano una mezza pera tagliata a ventaglio e porvi sopra il gelato. Guarnire con la salsa al vino rosso calda, cannella in polvere e foglioline di mentuccia fresca.
- La porzione fornisce: 250 kcal; 0 g. di proteine; 45 g. di glucidi; 1 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R25

Codice di vendita: 0313

Pesto alla genovese *di I.P.S.S.A. Marco Polo*

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Liguria - **A base di** Basilico

Ingredienti per 1 kg.:

20	n.	Basilico a mazzi
15	g.	Aglio
300	g.	Parmigiano Reggiano
50	g.	Pecorino Sardo
150	g.	Pinoli
200	ml.	Olio di oliva
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al chilo: 17,17 €

Prezzo di vendita: 40 €.

Attrezzature occorrenti: Mortaio di marmo Cutter

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Mondare, lavare e asciugare il basilico. Grattugiare pecorino e grana. Pulire l'aglio ed eliminare l'anima.
- Preparazione: Con il mortaio di marmo: disporre nel mortaio le foglie del basilico, i pinoli e l'aglio con il sale grosso; pestare con il pestello fino a sminuzzare finemente il tutto, unire il pecorino e il parmigiano grattugiati, salare e condire con l'olio di oliva rigorosamente Ligure della Riviera di Ponente "taggiasco". Con il cutter: miscelare le foglie con formaggio grattugiato, pinoli e aglio a pezzetti in un largo recipiente. Introdurre le foglie nel cutter, salare e frullare ad impulsi della massima velocità, versando l'olio necessario, fino alla finezza desiderata.
- La porzione fornisce: 2245 kcal; 157 g. di proteine; 36 g. di glucidi; 170 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / fondi

Scheda tecnica

ID: R33047

Codice di vendita:

Pesto di rucola di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - Origine: Liguria - A base di Verdure

Ingredienti per 1 kg.:

8	n.	Rucola
500	ml.	Olio extra vergine oliva
200	g.	Parmigiano Reggiano
30	g.	Aglio
100	g.	Pinoli
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime a porzione: 0,92 €

Prezzo di vendita: 20 €.

Attrezzature occorrenti: Cutter Mixer

Metodi di cottura: nessuno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Mondare, lavare e asciugare la rucola. Grattugiare il parmigiano.
- Preparazione: Con il cutter: miscelare le foglie con formaggio grattugiato, pinoli e aglio a pezzetti in un largo recipiente. Introdurre le foglie nel cutter, salare e frullare ad impulsi della massima velocità, versando l'olio necessario, fino alla finezza desiderata. Con frullatore a bicchiere (Mixer): versare tutto l'olio, i pinoli, l'aglio e il sale nel bicchiere e frullare. Introdurre le foglie in più riprese lavorando ad impulsi. Frullare alla finezza desiderata poi trasferire in un altro recipiente e miscelare il formaggio grattugiato.
- La porzione fornisce: 563 kcal; 9 g. di proteine; 3 g. di glucidi; 58 g. di lipidi.



Piccate di vitello al limone

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Carne

Ingredienti per 10 persone:

1200	g.	Fesa di vitello
500	g.	Farina '00'
200	g.	Burro chiarificato
100	g.	Limoni
30	g.	Prezzemolo
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 5' a 10'



Costo materie prime a porzione: 2,14 €
Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Saltiere

Metodi di cottura: saltare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Tagliare la carne a fettine e batterle per allargarle e farle diventare più sottili possibile.
- Cottura: In un saltiere aggiungere il burro chiarificato e far cuocere le scaloppine, precedentemente infarinate, a fiamma media. Dopo alcuni minuti versare del succo di limone allungato con poco brodo di carne, vegetale o del fondo bianco di vitello, aggiustare di sale. Al momento di servire spolverare con un pizzico di prezzemolo tritato.
- La porzione fornisce: 185 kcal; 5 g. di proteine; 39 g. di glucidi; 1 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R34722
Codice di vendita:

Pinolata di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Liguria - **A base di Pasticceria**

Ingredienti per 10 persone:

800	g.	Pasta frolla (3-2-1)
5	dl.	Crema pasticcera
200	g.	Pinoli
30	g.	Albume uovo
50	g.	Zucchero a velo

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime a porzione: 2,69 €
Prezzo di vendita: 5 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Mattarello Tortiera circolare Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare la pasta frolla. Preparare la crema pasticcera. Separare l'albume dal tuorlo. Imburrare la tortiera e spolverarla di farina..
- Preparazione: Stendere la pasta frolla. Foderare la tortiera e farcirlo con crema pasticcera. Ricoprirla con uno strato di pasta frolla, pennellarla con bianco d'uovo sbattuto; aggiungere i pinoli. Praticare dei piccoli fori come se fossero dei camini onde evitare il rigonfiamento durante la cottura.
- Cottura: Cuocere in forno a calore moderato 180° per circa 40 minuti.
- Finitura: Una volta fredda, sformare e spolverare con zucchero a velo
- La porzione fornisce: 429 kcal; 10 g. di proteine; 51 g. di glucidi; 21 g. di lipidi.



Piselli con la pancetta di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Piemonte - **A base di Legumi**

Ingredienti per 10 persone:

1500	g.	Piselli freschi
200	g.	Pancetta
150	g.	Cipolle bianche
50	g.	Prezzemolo
		Sale fino e pepe bianco
		Brodo di verdure

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime a porzione: 0,52 €
Prezzo di vendita: €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa

Metodi di cottura: stufare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Tagliare la pancetta a striscioline. Pelare e tagliare la cipolla in Julienne. Tritare il prezzemolo.
- Cottura: In una casseruola bassa porvi la pancetta e far rosolare a fiamma bassa, unirvi la cipolla e lasciare leggermente stufare. Unirvi i piselli, il prezzemolo, salare leggermente e versarvi del brodo vegetale. Lasciar cuocere a fiamma dolce con coperchio per circa 20 minuti.
- Finitura: A cottura ultimata aggiustare di sale e pepare leggermente.
- La porzione fornisce: 128 kcal; 8 g. di proteine; 11 g. di glucidi; 6 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Pane/Focacce/Pizze

Scheda tecnica

ID: R32944

Codice di vendita:

Pizze al taglio assortite

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Pasta pane e pizza

Ingredienti per 10 persone:

1000	g.	Pasta per pizza
500	g.	Pelati in scatola kg
500	g.	Pomodori
300	g.	Melanzane
300	g.	Zucchini
500	g.	Patate
500	g.	Stracchino
500	g.	Mozzarella
50	g.	Timo
500	g.	Peperoni rossi e gialli
50	g.	Origano
300	ml.	Olio di oliva
500	g.	Cipolle
	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 1,39 €

Prezzo di vendita: 5 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Forno statico

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare l'impasto per la pizza. Lavare e tagliare a fette sottili: le melanzane, le zucchine, le patate, i pomodori, i peperoni e le cipolle. Preparare la salsa per la pizza: pelati passati, olio di oliva, sale e origano.
- Preparazione: Preparare le pizze e le focacce come segue: Pizze: Pasta per pizza - pelati - mozzarella - melanzane. Pasta per pizza - pelati - mozzarella - zucchine. Pasta per pizza - pelati - stracchino - peperoni - cipolle. Pasta per pizza - pomodori - mozzarella - patate - timo.
- Cottura: Cuocere in forno a 180°/200° C.
- Finitura: Tagliare a quadrati di circa 5 cm. per lato.
- La porzione fornisce: 562 kcal; 23 g. di proteine; 92 g. di glucidi; 45 g. di lipidi.



Pizzette di pasta pane di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Farinacei

Ingredienti per 1,5 kg.:

Tempo di preparazione: da 2h a 3h

	-PER LA PASTA
500	g. Farina '0'
500	g. Farina '00'
30	g. Fecola di patate
25	g. Lievito di birra
50	ml. Olio extra vergine oliva
40	g. Burro
1	n. Uova
20	Sale fino
	-PER LA FARCIA
400	g. Pelati in scatola
500	g. Mozzarella
50	ml. Olio extra vergine oliva
30	g. Origano
100	g. Olive verdi denocciolate
50	g. Capperi



Costo materie prime al chilo: 3,09 €
Prezzo di vendita: 15 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Tagliapasta
Placca Forno statico

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare l'impasto per le pizzette. Lasciare lievitare per circa 2 ore in luogo tiepido, badando di tenere ben coperto l'impasto. Tritare la mozzarella, passare i pelati e insaporirli con l'olio, il sale e l'origano. Tagliare le olive a metà.
- Preparazione: Stendere l'impasto dello spessore di circa 1,5 cm. Con l'ausilio di un coppapasta circolare del diametro di circa 5 cm. confezionare dei dischetti che verranno adagiati in un teglia unta di olio di oliva oppure foderata di carta forno. Guarnire, con i pelati, la mozzarella, le olive e i capperi. Porre il tutto a lievitare per circa 15 minuti.
- Cottura: Cuocere in forno a 180° C per circa 15 minuti.
- La porzione fornisce: 3929 kcal; 146 g. di proteine; 536 g. di glucidi; 139 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Primi piatti

Scheda tecnica

ID: R823

Codice di vendita:

Pizzoccheri alla valtellinese di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Lombardia - A base di Cereali

Ingredienti per 10 persone:

600	g.	Farina di grano saraceno
300	g.	Farina '0'
400	g.	Verza
400	g.	Patate
250	g.	Formaggio Bitto
150	g.	Grana Padano
150	g.	Burro
15	g.	Aglio
		Acqua tiepida
		Sale fino e pepe bianco

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 1,27 €

Prezzo di vendita: 9 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa Pirofila di ceramica

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Preparazione: Mescolare le due farine con un pizzico di sale, impastare con acqua tiepida e lavorarle energicamente. Tirare la sfoglia fino a uno spessore di 2-3 millimetri. Con un trinciante, ricavare delle fasce di 3-4 centimetri. Sovrapporre le fasce e tagliarle nel senso della larghezza, ottenendo pizzoccheri larghi circa 1 centimetro. Allargare i pizzoccheri sulla spianatoia per non farli attaccare l'uno all'altro. Mondare le patate e la verza, quindi tagliarle a pezzetti di circa 2 centimetri di lato.
- Cottura: Bollire separatamente nella stessa acqua prima le patate, poi la verza e infine i pizzoccheri. Scolare senza raffreddare. In una pirofila o cocotte monoporzione, versare una parte delle verdure e una parte dei pizzoccheri. Cospargere con grana grattugiato e bitto tagliato a dadini; proseguire alternando gli ingredienti fino a esaurirli. Rosolare nel burro i spicchi d'aglio, che una volta dorati verranno eliminati, versare il burro aromatizzato sopra i pizzoccheri.
- Finitura: Gratinare in forno per alcuni minuti senza mescolare, servire con una macinata di pepe bianco.
- La porzione fornisce: 315 kcal; 11 g. di proteine; 30 g. di glucidi; 18 g. di lipidi.



Pollo spezzato alla cacciatora

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Toscana - A base di Pollo

Ingredienti per 10 persone:

2500	g.	Pollo busto da kg.
500	g.	Funghi Champignons
40	g.	Funghi secchi
200	ml.	Vino da cucina rosso
1000	g.	Pelati in scatola kg
200	g.	Sedano
200	g.	Carote
200	g.	Cipolle
30	g.	Prezzemolo
200	g.	Farina '00'
30	g.	Rosmarino
10	dl.	Fondo bianco di pollo
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 1,28 €
Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa Fornelli

Metodi di cottura: stufare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Tagliare il pollo in ottavi. Pulire i funghi freschi. Tritare i funghi secchi, bagnati e strizzati. Passare i pelati. Preparare la mirepoix.
- Preparazione: Saltare il pollo leggermente infarinato in una padella lionesa. Imbiondire la mirepoix. Aggiungere il pollo. Aggiungere i funghi tagliate a fettine e i funghi secchi tritati. Bagnare con il vino rosso, far evaporare, unire i pelati e le erbe aromatiche. Bagnare con il fondo bianco di pollo.
- Cottura: Portare a cottura.
- La porzione fornisce: 133 kcal; 4 g. di proteine; 25 g. di glucidi; 1 g. di lipidi.



Polpètt alla milanese (involtini di vitello)

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Lombardia - A base di Vitello

Ingredienti per 10 persone:

1200	g.	Fettine di fesa di vitello
500	g.	Pancetta
50	g.	Prezzemolo
30	g.	Aglio
3	n.	Uova
50	g.	Parmigiano Reggiano
50	g.	Pane grattugiato
500	g.	Pomodori freschi maturi
150	g.	Burro
100	ml.	Vino bianco secco
		Farina (per infarinare)
		Brodo di carne
		Sale fino e pepe bianco

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 2,67 €

Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa

Metodi di cottura: in casseruola

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Parare e battere le fettine di carne dando una forma pressoché regolare. Tritare l'aglio e il prezzemolo. Spellare, eliminare dei semi e tagliare a concassé i pomodori maturi.
- Preparazione: Tritare le parature della carne, la pancetta e mettere il trito in una bastardella. Aggiungere l'uovo, il trito di aglio e prezzemolo, il pangrattato, il parmigiano reggiano grattugiato e aggiustare di sale e pepe. Distribuire il composto sulle fettine di vitello, e arrotolarle su de stesse saldando con degli stecchi di legno.
- Cottura: In una casseruola dai bordi bassi far sciogliere il burro, aggiungere gli involtini che nel frattempo sono stati infarinati e lasciar rosolare. Sfumare con il vino bianco secco, lasciar evaporare e aggiungere la concassé di pomodoro preparata in precedenza. Bagnare con un filo di brodo di carne e lasciar cuocere a fiamma dolce con coperchio. Aggiustare di sale e portare a cottura.
- La porzione fornisce: 365 kcal; 16 g. di proteine; 7 g. di glucidi; 30 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Guarnizioni

Scheda tecnica

ID: R34702

Codice di vendita: 0250

Pommes château di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di Verdure**

Ingredienti per 10 persone:

2000	g.	Patate
100	ml.	Olio di oliva
30	g.	Aglio
5	g.	Rosmarino
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 0,26 €

Prezzo di vendita: 4 €.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Preparazione: Patate tornita, della lunghezza di 4,5 cm circa. Anche in questo caso si fa una Pommes Nature e poi si taglia a metà.
- Cottura: Sbianchire in acqua bollente, colare in placca, condire con olio di oliva, aglio a picchi interi e aghi di rosmarino. Insaporire di sale e cuocere in forno.
- La porzione fornisce: 174 kcal; 4 g. di proteine; 37 g. di glucidi; 11 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Guarnizioni

Scheda tecnica

ID: R767

Codice di vendita:

Pommes lyonnaises (Patate lionese) di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di Patate**

Ingredienti per 10 persone:

1500	g.	Patate
500	g.	Cipolle bianche
150	g.	Burro
100	ml.	Olio extra vergine oliva
30	g.	Prezzemolo
		Sale fino e pepe nero

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 0,32 €
Prezzo di vendita: 5 €.

Attrezzature occorrenti: Rondeau Padella lionese

Metodi di cottura: bollire saltare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Tritare il prezzemolo. Pelate e tagliare le cipolle in Julienne. Lavare le patate con la buccia (utilizzare possibilmente patate delle stesse dimensioni).
- Preparazione: Lessare a $\frac{3}{4}$ di cottura le patate, raffreddarle e tagliarle a fette dello spessore di 1 cm circa. In un saltiere (padella lionese) scaldare il burro e l'olio. Unire le patate a fette, salare, pepare, e farle rosolare alcuni minuti da ciascun lato. In un saltiere (padella lionese) a parte, mettere a stufare la cipolla tagliata a Julienne. Unire la cipolla alle patate e cuocere per qualche minuto. Cospargere di prezzemolo trito.
- La porzione fornisce: 310 kcal; 3 g. di proteine; 23 g. di glucidi; 24 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R34150
Codice di vendita:

Profiteroles al cioccolato

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - Origine: Francese - A base di Fondente nero

Ingredienti per 2 kg.:

500	g.	Pasta per bigné uso pasticceria
300	dl.	Crema Chantilly
1000	g.	Crema ganache al cioccolato

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,02 €
Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa Placca Forno
pasticc. Fornelli

Metodi di cottura: al forno bollire

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Dosare gli ingredienti occorrenti per la preparazione dei bigné: acqua, burro, farina e uova.
- Preparazione: Preparare la pasta per bigné: in una casseruola versare l'acqua, aggiungere il sale e il burro. Quando l'acqua bolle versare tutta la farina in un colpo solo e rimestare rapidamente onde evitare che si formino dei grumi. Lasciar intiepidire il composto e aggiungere le uova intere due alla volta. Per mezzo di una sacca da pasticceria e una bocchetta media liscia, confezionare delle palline non troppo grandi su una teglia nera da pasticceria. Preparare la crema pasticcera e quando questa è fredda amalgamarvi la panna montata (la panna deve essere in proporzione la metà della crema).
- Cottura: Infornare i bigné in forno statico preriscaldato alla temperatura di circa 180° C. per circa 20 - 30 minuti.
- Finitura: Farcire i bigné con la crema chantilly, disporli in vassoio o piatto e nappare con la salsa ganache
- La porzione fornisce: 171 kcal; 1 g. di proteine; 9 g. di glucidi; 15 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Guarnizioni

Scheda tecnica

ID: R693

Codice di vendita:

Puré di patate

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Italiana - **A base di** Patate

Ingredienti per 10 persone:

2000	g.	Patate bologna bianche
500	ml.	Latte intero
150	g.	Burro
100	g.	Parmigiano Reggiano
		Sale fino
		Noce moscata

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 0,34 €

Prezzo di vendita: 4 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa Frusta
Cucchiaino di legno

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- **Preparazione:** Lavare le patate sotto l'acqua fredda strofinando la buccia per eliminare eventuali residui di terra, collocarle in una pentola con abbondante acqua fredda e portare ad ebollizione e aggiungere una presa di sale grosso.
- **Cottura:** Cuocere le patate per circa 40 minuti dal momento dell'ebollizione. Sgocciolare le patate e sbucciarle ancora calde e passarle subito nello schiacciapatate raccogliendo il purè ottenuto direttamente in una casseruola. Versare il latte caldo poco alla volta, mescolando di continuo con un cucchiaino di legno oppure una frusta, per evitare di formare grumi. Da evitare assolutamente il mixer o la frusta elettrica che renderebbero il purè appiccicoso. Incorporare il burro a pezzetti, il parmigiano, poco alla volta un pizzico di sale e una grattugiata di noce moscata. Cuocere il purè di patate a fiamma bassissima per 3-4 minuti, finché risulterà soffice.
- La porzione fornisce: 153 kcal; 4 g. di proteine; 0 g. di glucidi; 15 g. di lipidi.



Quiche di cipolle e zucchine di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di** Pasta brisée

Ingredienti per 10 persone:

250	g.	Zucchini
250	g.	Cipolle
400	g.	Pasta Brisée
6	dl.	Composto per quiches
50	g.	Burro
200	g.	Edamer

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime a porzione: 0,3€

Prezzo di vendita: 5€.

Attrezzature occorrenti: Forno pasticc.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare la Brisée e il composto per quiches. Tagliare a julienne cipolle e zucchini e saltare in padella.
- Preparazione: Foderare teglie a bordo basso con pasta brisée. Bucherellare il fondo con una forchetta e ricoprire con la julienne verdure saltate e dadolini di formaggio. Versare sopra almeno un centimetro di composto per quiches
- Cottura: Cuocere a 220° con più calore dal basso che dall'alto finché il composto sarà rappreso e colorito e servire tiepida o fredda.
- Servizio: Su piatto di portata con carta pizzo, tagliata e ricomposta nella forma originale.
- La porzione fornisce: 340 kcal; 10 g. di proteine; 23 g. di glucidi; 23 g. di lipidi.



Quiche di porri e peperoni

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - Origine: Francese - A base di Verdure

Ingredienti per 10 persone:

500	g.	Pasta Brisée
500	g.	Peperoni rossi e gialli
3	dl.	Composto per quiches
10	g.	Sale fino
600	g.	Porri
60	g.	Grana Padano
5	g.	Aglio
100	ml.	Olio extra vergine oliva

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,55 €

Prezzo di vendita: 5 €.

Attrezzature occorrenti: Saltiere Stampini appositi

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare la Brisée in anticipo, lasciar riposare in frigo. Pulire le verdure.
- Preparazione: Affettare a velo i porri e stufarli in padella con un filo di olio extravergine di oliva. Tagliare a listarelle i peperoni e saltarli in padella con un filo di olio extravergine di oliva e spicchi di aglio. Stendere la brisée e disporla in teglia imburrata e infarinata (oppure rivestita con carta da forno) Stendere sopra il porro e i peperoni, ricoprire con l'apparecchio per quiche. Cospargere con il formaggio.
- Cottura: Cuocere in forno a 180° C per circa 30 minuti.
- La porzione fornisce: 402 kcal; 8 g. di proteine; 27 g. di glucidi; 29 g. di lipidi.



Quiche Lorraine di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di** Pasta brisée

Ingredienti per 10 persone:

400	g.	Pasta Brisée
6	dl.	Composto per quiches
150	g.	Pancetta
200	g.	Emmenthal
50	g.	Burro
200	g.	Cipolle bianche
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime a porzione: 0,34 €
Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Forno statico

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare la Brisée e il composto per quiches (apparecchio). Tagliare a Julienne il bacon e scottare in padella, per eliminare il grasso. Pelare e tagliare a Julienne la cipolla. Tagliare a dadini il formaggio emmenthal.
- Preparazione: Stufare la cipolla nel burro e per renderla morbida senza bruciarla, bagnare con poca acqua; aggiustare di sale fino. Foderare le teglie a bordo basso con pasta brisée. Bucherellare il fondo con una forchetta e ricoprire con la cipolla, il bacon e il formaggio. Ricoprire con il composto (apparecchio) per quiches.
- Cottura: Cuocere a 180° con più calore dal basso che dall'alto finché il composto sarà rappreso e colorito e servire tiepida o fredda.
- La porzione fornisce: 442 kcal; 14 g. di proteine; 21 g. di glucidi; 33 g. di lipidi.



Ravioli di carne e borragine al tocco di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Liguria - A base di Farinacei e cereali

Ingredienti per 10 persone:

700	g.	Pasta all'uovo Base -PER LA FARCIA
500	g.	Carne tritata
200	g.	Bietole
200	g.	Borragine
30	g.	Sedano
30	g.	Carote
30	g.	Cipolle
5	g.	Aglio
3	g.	Rosmarino
2	g.	Cannella in polvere g.15
10	g.	Funghi secchi
30	g.	Maggiorana a mazzi
3	n.	Uova
100	g.	Parmigiano Reggiano
	g.	Sale fino
	g.	Pepe bianco
50	ml.	Olio di oliva -PER IL CONDIMENTO
7	dl.	Salsa al tocco

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime a porzione: 0,8 €
Prezzo di vendita: 10 €.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Tirasfoglie Cass. Metodi di cottura: bollire
bassa Rondeau

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare la pasta all'uovo. Tritare finemente i sapori. Lavare le borragini e le bietole.
- Preparazione: Tagliare le verdure a striscioline. Preparare la salsa al tocco. In un rondeau, rosolare i sapori con olio di oliva, aggiungere le verdure prima e la carne poi; lasciar cuocere. Disporre il tutto in una bastardella e aggiungere la maggiorana, la cannella, le uova, il parmigiano, sale e pepe, amalgamare bene il tutto. Stendere la pasta in sfoglie sottili sopra una ravioliera, farcire e ricoprire con altra sfoglia.
- Cottura: Lessare i ravioli in acqua bollente.
- Finitura: Saltare i ravioli con la salsa al tocco.
- La porzione fornisce: 127 kcal; 5 g. di proteine; 15 g. di glucidi; 9 g. di lipidi.



Ravioli di nasello con salsa di molluschi e crostacei

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - **Origine:** Italiana - **A base di:** Pesce di mare, molluschi e crostacei

Ingredienti per 10 persone:

Tempo di preparazione: da 40' a 1h

800	g.	Pasta all'uovo Base -PER LA FARCIA
3	n.	Uova
20	g.	Maggiorana a mazzi
30	g.	Parmigiano Reggiano
800	g.	Nasello fresco
400	g.	Ricotta
	g.	Sale fino
	g.	Pepe bianco -PER LA SALSA
400	g.	Seppie fresche intere medie
400	g.	Totani freschi
400	g.	Moscardini freschi
400	g.	Vongole arselle
800	g.	Muscoli freschi
400	g.	Gamberi code sgusc. grandi surg.
2	n.	Zafferano bustine
50	g.	Prezzemolo
20	g.	Aglio
5	g.	Peperoncino
200	ml.	Panna fresca liquida
15	g.	Fumetto di pesce liofilizzato
	ml.	Acqua
	g.	Farina '00'



Costo materie prime a porzione: 4,28 €
Prezzo di vendita: 12 €.

Attrezzature occorrenti: Tritacarne Planetaria
Tirasfoglie Rondeau Saltiere

Metodi di cottura: bollire saltare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare la pasta all'uovo. Pulire e tagliare a striscioline i totanetti e le seppie. Pulire e tagliare a metà i moscardini. Tritare l'aglio, il prezzemolo e il peperoncino. Tritare la maggiorana. Pulire, sfilettare e spinare il nasello.
- Preparazione: Preparare la farcia passando al cutter o al tritacarne il nasello con il pane bagnato, unire le uova, la ricotta, il parmigiano, la maggiorana e insaporire di sale e pepe. Tirare la pasta all'uovo in sfoglia e confezionare i ravioli. Preparare la salsa: saltare con olio, aglio, prezzemolo e peperoncino, i molluschi cefalopodi ed i gamberi, mentre a parte aprire i muscoli e le vongole (separatamente), queste ultime con olio, aglio, prezzemolo e peperoncino. Unire il tutto, spolverare un pizzico di zafferano, per dare una lieve tonalità di giallo/arancione, bagnare con una vellutina di pesce legata leggermente con della panna.
- Cottura: Lessare i ravioli in acqua salata in ebollizione. Scolarli e condire con la salsa.
- La porzione fornisce: 231 kcal; 8 g. di proteine; 43 g. di glucidi; 8 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Piatto unico

Scheda tecnica

ID: R32877

Codice di vendita:

Risotto alla milanese con ossibuco di vitello

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Lombardia - A base di Riso e carne

Ingredienti per 10 persone:

1500	g.	Ossibuchi di vitello
50	g.	Sedano
50	g.	Carote
50	g.	Cipolle
5	g.	Aglio
3	n.	Alloro foglie
150	ml.	Olio di oliva
100	ml.	Vino bianco secco
50	g.	Fondo bruno comune liofilizzato
30	g.	Prezzemolo
50	g.	Scorza di limone
		-PER IL RISOTTO
600	g.	Riso Arborio
150	g.	Burro
100	g.	Parmigiano Reggiano
3	n.	Zafferano bustine
100	g.	Midollo di vitello
100	g.	Cipolle bianche
100	ml.	Vino bianco secco
		Brodo di carne
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 2,23 €

Prezzo di vendita: 10 €.

Attrezzature occorrenti: Padella Rondeau

Metodi di cottura: in casseruola

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Tritare separatamente: sedano, carote, cipolle, aglio, prezzemolo e la scorza del limone. Preparare un brodo di carne e un fondo bruno.
- Preparazione: Infarinare gli ossibuchi e rosolarli in padella con olio di oliva.
- Cottura: In un rondeau, rosolare in olio di oliva, la mirepoix, aggiungere gli ossibuchi, far insaporire e sfumare con il vino bianco; lasciar evaporare. Bagnare con brodo e fondo bruno, lasciar cuocere fino a cottura completa della carne. A cottura ultimata degli ossibuchi, cospargere con una gremolata di prezzemolo e scorza di limone. A parte preparare il risotto: in una casseruola bassa far appassire la cipolla tritata finemente, a fuoco basso, con metà del burro e il midollo. Unire il riso e farlo tostare, sfumare di vino bianco secco, lasciar evaporare e bagnare con il brodo di carne bollente. Lasciare cuocere per circa 13/14 minuti senza mescolare. Due minuti prima del completamento della cottura unirvi lo zafferano in polvere, diluito in pochissimo brodo, e aggiustare di sale. Procedere con la mantecatura, lontano dai fornelli, aggiungendo il restante burro e il grana padano grattugiato.
- Finitura: A cottura ultimata degli ossibuchi, cospargere con una gremolata di prezzemolo e scorza di limone.
- Servizio: Servire in un unico piatto il risotto con l'ossibuco.
- La porzione fornisce: 390 kcal; 8 g. di proteine; 51 g. di glucidi; 31 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Primi piatti

Scheda tecnica

ID: R34585

Codice di vendita:

Risotto con i carciofi di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Innovativa - **Origine:** Italiana - **A base di:** Crostacei

Ingredienti per 10 persone:

800	g.	Riso Carnaroli
5	n.	Carciofi
100	g.	Cipolle
100	ml.	Olio extra vergine oliva
100	ml.	Vino bianco secco
10	g.	Aglio
30	g.	Prezzemolo
20	dl.	Brodo vegetale
100	g.	Burro
50	g.	Parmigiano Reggiano
	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime a porzione: 0,75 €

Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Rondeau Saltiere Cass. bassa Fornelli

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Tritare finemente la cipolla. Pulire i carciofi tagliandoli a metà. Preparare un brodo vegetale. Tritare l'aglio e il prezzemolo.
- Preparazione: Lessare i carciofi lasciandoli al dente, tagliarli a fettine e saltarli con olio di oliva, aglio e prezzemolo.
- Cottura: Procedere alla cottura del risotto: far rosolare la cipolla trita in olio di oliva, aggiungere il riso e tostarlo. Quando questo è caldo sfumare con il vino bianco e lasciare evaporare, bagnare con il brodo. Cuocere a fiamma media, a 3/4 di cottura unire i carciofi. Portare fino a cottura ultimata del riso. .
- Finitura: Mantecare con burro e formaggio parmigiano. Cospargere con prezzemolo trito.
- La porzione fornisce: 212 kcal; 17 g. di proteine; 33 g. di glucidi; 2 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Primi piatti

Scheda tecnica

ID: R32984

Codice di vendita:

Risotto con i funghi porcini *di I.P.S.S.A. Marco Polo*

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Funghi

Ingredienti per 10 persone:

800	g.	Riso Carnaroli
50	g.	Cipolle
300	g.	Funghi porcini freschi
40	g.	Funghi secchi
5	g.	Aglio
30	g.	Prezzemolo
20	dl.	Brodo vegetale
100	ml.	Vino bianco secco
100	g.	Burro
50	ml.	Olio di oliva
	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime a porzione: 1,37 €

Prezzo di vendita: 10 €.

Attrezzature occorrenti: Rondeau Fornelli

Metodi di cottura: affogare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Tritare la cipolla. Pulire e affettare i funghi. Spugnare i funghi secchi e tritarli. Tritare l'aglio e il prezzemolo. Mettere su il brodo.
- Preparazione: In un saltiere rosolare i funghi secchi con olio, aglio e prezzemolo, unire i porcini e trifolarli. Bagnare di tanto in tanto con poco brodo. Cuocere fino a ottenere un fondo di funghi abbastanza asciutto. In un rondeau rosolare la cipolla in olio e unire il riso, marcare e prima di sfumare con il vino bianco unire il composto di funghi.
- Cottura: Lasciare evaporare il vino e bagnare di brodo. Cuocere per circa 15/18 minuti senza girare o perlomeno, girarlo delicatamente un paio di volte.
- Finitura: Quando il riso è arrivato all'onda, mantecarlo con il burro ed il parmigiano Reggiano.
- La porzione fornisce: 180 kcal; 4 g. di proteine; 21 g. di glucidi; 14 g. di lipidi.



Risotto con la zucca di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - **Origine:** Italiana - **A base di Verdure**

Ingredienti per 10 persone:

800	g.	Riso Carnaroli
1000	g.	Zucca
100	g.	Cipolle bianche
150	g.	Burro
10	dl.	Brodo comune
100	g.	Grana Padano
100	ml.	Vino bianco secco

Tempo di preparazione: tempo 40'



Costo materie prime a porzione: 0,83 €
Prezzo di vendita: 7 €.

Attrezzature occorrenti: Saltiere Cass. bassa Pentola Chinois Cucchiaino di legno **Metodi di cottura:** affogare stufare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pelare e tritare la cipolla. Affettare la zucca eliminando i semi; tagliarla a cubetti di circa 1 cm. Preparare un buon brodo vegetale.
- Cottura: In un capiente saltiere sciogliere un terzo del burro, rosolare leggermente metà della cipolla ed aggiungere tre quarti dei cubetti di zucca, lasciandoli insaporire per qualche minuto. Bagnare con poco brodo e lasciare stufare fino a quando diventerà tenera. Schiacciarla grossolanamente con un cucchiaino di legno, fino ad ottenere una crema. I restanti cubetti di zucca scottarli, per pochi istanti, nel brodo in ebollizione tenendoli molto croccanti. A parte in una casseruola bassa sciogliere metà del burro rimasto e aggiungere il resto della cipolla, far rosolare; aggiungere il riso e tostarlo nel soffritto fino a quando sarà bello lucido. Sfumare con il vino bianco e lasciare evaporare. Coprire con brodo bollente, regolare di sale e portare a cottura, aggiungendo poco liquido alla volta.
- Finitura: A fine cottura mantecare con burro e parmigiano e aggiungere i cubetti di zucca.
- La porzione fornisce: 286 kcal; 23 g. di proteine; 9 g. di glucidi; 18 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Piatti di carne

Scheda tecnica

ID: R576

Codice di vendita:

Roast beef di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Internazionale - **Origine:** Gran Bretagna - **A base di Carne**

Ingredienti per 10 persone:

2000	g.	Controfiletto manzo
100	ml.	Olio extra vergine oliva
50	g.	Burro
100	ml.	Vino bianco secco
	dl.	Brodo vegetale
		Sale fino e pepe nero

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime a porzione: 2,75 €

Prezzo di vendita: 10 €.

Attrezzature occorrenti: Padella Placca Forno
convez.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- **Cottura:** Si può cuocere al forno, sullo spiedo o anche alla fiamma. Ungere la carne con il burro, metterla in un tegame con l'olio d'oliva, rosolarla a fuoco vivace in modo che si colora su tutti i lati. Salarla e peparla e continuare la cottura, sfumare con il vino bianco, lasciare evaporare e bagnare di tanto in tanto con un po' di brodo; girare spesso la carne. Il tempo di cottura è di circa 30 - 40 minuti. La cottura è giusta al sangue (temperatura a cuore di 65°C.).
- **Finitura:** Aspettare qualche minuto prima di affettare la carne. Il fondo di cottura, eventualmente allungato con del brodo e legato con poca farina, può essere servito insieme alla carne in un'apposita salsiera. Se si deve servire in un buffet, la soluzione migliore è quella di affettarla con l'affettatrice elettrica in modo da ottenere fette non troppo spesse ed evitare quindi inconvenienti per chi la deve gustare. In questo caso può essere consumata anche fredda.
- La porzione fornisce: 343 kcal; 34 g. di proteine; 0 g. di glucidi; 21 g. di lipidi.



Rustici alla ligure di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - Origine: Liguria - A base di Verdure

Ingredienti per 10 persone:

500	g.	Cipolle bianche
250	g.	Melanzane piccole per ripieni
250	g.	Zucchini genovesi primizia
400	g.	Peperoni rossi e gialli
400	g.	Ricotta fresca classica
80	g.	Pan carré
50	ml.	Latte intero
8	n.	Uova
150	g.	Parmigiano Reggiano
30	g.	Maggiorana a mazzi
100	g.	Burro
20	g.	Prezzemolo
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime a porzione: 0,82 €
Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Tritacarne Saltiere Placca
Fornelli Forno convez.

Metodi di cottura: bollire al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pelare o pulire e tagliare a metà (in senso orizzontale) le cipolle; le zucchine e le melanzane (verticalmente); i peperoni (passati prima in forno e spellati) e tagliati a quadri di 4 x 4 cm. circa. Parare il pan carré e metterlo ad ammorbidire in una scodella con del latte. Tritare il prezzemolo e la maggiorana. Tagliare in Julienne una parte della cipolla.
- Preparazione: Lessare, mantenendole però croccanti, tutte le verdure tranne i peperoni che come già detto in precedenza, si passano in forno. Dopo questa operazione, svuotare tutte le verdure e mantenere la polpa a parte separate. Saltare separatamente, con l'olio di oliva e la Julienne di cipolla (tranne ovviamente la cipolla stessa) le varie polpe; in modo da insaporirle ed asciugarle. Dopo quest'altra operazione, per ogni composto, aggiungere il pan carré ben separato (strizzato) dal latte e passare al tritacarne o al passaverdure. Unire amalgamando: la maggiorana, il prezzemolo, sale, uova, parmigiano, pane grattugiato e ricotta. Riempire ogni verdura con la propria farcia di appartenenza. Distribuire in teglie imburrate, cospargere di formaggio grattugiato e burro fuso.
- Cottura: Gratinare in forno caldo a 190°/200° C. fino ad ottenere una bella doratura.
- Servizio: Si possono servire anche tiepidi (ne esalterebbe maggiormente il gusto)
- La porzione fornisce: 291 kcal; 16 g. di proteine; 13 g. di glucidi; 20 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R33067

Codice di vendita:

Salsa aioli di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Francese - **Origine:** Francia - **A base di** Aglio

Ingredienti per 1 lt.:

10	dl.	Salsa maionese
100	g.	Aglio
200	ml.	Latte Parz. Scremato

Tempo di preparazione: da 10' a 20'



Costo materie prime al litro: 3,69 €

Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Setaccio

Metodi di cottura: sbianchire

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pelare l'aglio
- Preparazione: Sbianchire l'aglio con il latte per qualche istante. Passarlo al setaccio e addizionarlo alla salsa maionese.
- Abbinamenti: Preparazioni di pesce,
- La porzione fornisce: 7151 kcal; 13 g. di proteine; 48 g. di glucidi; 784 g. di lipidi.



Salsa all'arancio di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di:** arancio

Ingredienti per 1 lt.:

1000	g.	Arance
100	g.	Burro
150	g.	Zucchero
100	ml.	Grand Marnier
100	g.	Arance buccia

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al litro: 3,92 €
Prezzo di vendita: 7 €.

Attrezzature occorrenti: Pentolino

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Eliminare la parte interna bianca della scorza d'arancia e suddividerla a striscioline. Poi, sbollentarle in un pentolino con dell'acqua per 3 min. Scolare.
- Cottura: Sciogliere il burro con lo zucchero in un pentolino. Aggiungervi le scorze d'arancia, farle caramellare leggermente, versarvi il succo d'arancia filtrato, e lasciarlo consolidare fino ad ottenere una salsa sciropposa, continuare a mescolare per sciogliere lo zucchero che si cristallizza con il contatto del succo freddo. Raggiunta la consistenza desiderata, spegnere la fiamma e bagnare con il liquore.
- La porzione fornisce: 1685 kcal; 8 g. di proteine; 236 g. di glucidi; 84 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R173

Codice di vendita:

Salsa besciamella di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di** Latticini

Ingredienti per 1 lt.:

1000	ml.	Latte intero
70	g.	Burro
70	g.	Farina '00'
		Noce moscata in polvere
	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al litro: 1,23 €

Prezzo di vendita: 3 €.

Attrezzature occorrenti: Rondeau Frusta

Metodi di cottura: cuocere sul fornello

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Dosare il burro e la farina. Mettere a scaldare il latte con il sale e la noce moscata in polvere.
- Cottura: In un rondeau preparare con il burro e la farina, un roux bianco; versare il latte e girando con una frusta sciogliere il roux nel latte. Cuocere a fiamma dolce per circa 30 minuti. Aggiustare eventualmente di sale. Mantenere la salsa in caldo se la si usa nel breve tempo.
- La porzione fornisce: 785 kcal; 8 g. di proteine; 54 g. di glucidi; 59 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R33037

Codice di vendita:

Salsa bolognese di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Emilia Romagna - A base di Carne

Ingredienti per 3 kg.:

800	g.	Polpa di maiale
800	g.	Polpa di manzo
400	g.	Mirepoix
50	g.	Funghi secchi
200	ml.	Vino da cucina rosso
400	g.	Concentrato di pomodoro gr. 400
200	g.	Fondo bruno comune liofilizzato
2	n.	Alloro foglie
50	g.	Farina '00'
250	ml.	Olio di oliva
5	g.	Noce moscata
250	g.	Pancetta

Tempo di preparazione:



Costo materie prime al chilo: 7,75 €

Prezzo di vendita: 10 €.

Attrezzature occorrenti: Tritacarne Cass. bassa

Metodi di cottura: in casseruola

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Mettere a bagno i funghi secchi. Tritare la mirepoix. Passare i pelati al passaverdure Tritare la pancetta. Macinare i due tipi di carne.
- Preparazione: Tritare i funghi, tenendo da parte l'acqua di ammollo. Imbiondire la mirepoix, con olio e aggiunta di pancetta, aggiungere i funghi tritati. Aggiungere i due tipi di carne macinata, far rosolare finché non risulti asciutta, spolverare con la farina e poi bagnare con il vino rosso. Lasciar evaporare e aggiungere il concentrato di pomodoro e i pelati passati. Aggiungere il resto degli ingredienti
- Cottura: Far cuocere finché la salsa non si riduce di circa la metà.
- La porzione fornisce: 437 kcal; 21 g. di proteine; 21 g. di glucidi; 108 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R33058

Codice di vendita:

Salsa cacciatora di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Funghi

Ingredienti per 1 lt.:

3	dl.	Fondo bianco di pollo
400	g.	Pelati in scatola kg
40	ml.	Olio extra vergine oliva
40	g.	Burro
50	g.	Pancetta
100	ml.	Vino bianco secco
50	g.	Scalognò
10	g.	Aglio
300	g.	Funghi Champignons
10	g.	Prezzemolo
	g.	Sale fino
	g.	Pepe bianco

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime al litro: 2,3 €

Prezzo di vendita: 4 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa Cucchiaino di legno

Metodi di cottura: in casseruola

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare il fondo bianco di pollo. Tritare lo scalognò, l'aglio e il prezzemolo e la pancetta. Pulire i funghi e tagliarli a lamelle.
- Preparazione: In un saltiere rosolare il trito in olio extravergine di oliva, unire i funghi e tritare. Bagnare con vino bianco, lasciare evaporare, unire i pelati passati e il fondo bianco di pollo. Cuocere per circa 15 minuti. Condire di sale e pepe.
- La porzione fornisce: 1043 kcal; 20 g. di proteine; 30 g. di glucidi; 89 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Creme e salse di pasticceria

Scheda tecnica

ID: R707

Codice di vendita:

Salsa caramello *di I.P.S.S.A. Marco Polo*

Cucina: Classica - **Origine:** Italiana - **A base di** Zucchero

Ingredienti per 1 kg.:

1000 g. Zucchero
400 ml. Acqua naturale
4 n. Vanillina bustine

Tempo di preparazione: da 10' a 20'



Costo materie prime al chilo: 2,68 €

Prezzo di vendita: 4 €.

Attrezzature occorrenti: Testa di moro

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- **Cottura:** In una testa di moro mettere lo zucchero, l'acqua e la vanillina. Portare ad ebollizione. Quando lo zucchero si sarà caramellato raggiungendo la tipica colorazione marroncina, togliere dal fuoco la salsa di caramello, mescolare brevemente e lasciare raffreddare.
- La porzione fornisce: 3890 kcal; 0 g. di proteine; 995 g. di glucidi; 1 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R33097

Codice di vendita:

Salsa citronette di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Internazionale - Origine: Francese - A base di Olio extravergine di oliva e limone

Ingredienti per 1 lt.:

850 ml. Olio extra vergine oliva
150 g. Succo di limone (limoni)
g. Sale fino
g. Pepe bianco

Tempo di preparazione: meno di 5'



Costo materie prime al litro: 2,51 €

Prezzo di vendita: 12 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Frusta

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Spremere i limoni e filtrare il succo.
- Preparazione: Unire sale, pepe, il succo dei limoni e mescolare per sciogliere i condimenti; continuare a sbattere e incorporare l'olio extravergine di oliva fino ad ottenere un'emulsione.
- La porzione fornisce: 6778 kcal; 0 g. di proteine; 15 g. di glucidi; 749 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R34718

Codice di vendita:

Salsa cocktail di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - **Origine:** Italiana - **A base di:** Maionese

Ingredienti per 1 kg.:

600	g.	Salsa maionese
200	ml.	Panna fresca liquida
150	g.	Tomato ketchup rubra
30	ml.	Worchestershire sauce
30	ml.	Stock 84

Tempo di preparazione: da 10' a 20'



Costo materie prime al chilo: 3,13 €

Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Frusta

Procedimento:

- Operazioni preliminari:
- Preparazione: Preparare una salsa maionere ed addizionarvi i seguenti ingredienti: tomato ketchup, worchestershire sauce, brandy e panna semi-montata; aggiustare di sale se occorre.
- La porzione fornisce: 4293 kcal; 3 g. di proteine; 39 g. di glucidi; 468 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R33076

Codice di vendita:

Salsa di mele

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Internazionale - Origine: Gran Bretagna - A base di Frutta

Ingredienti per 1 kg.:

1200 g. Mele renette
100 g. Burro
100 g. Zucchero

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al chilo: 1,68 €

Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Saltiere Mixer

Metodi di cottura: saltare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pelare le mele e tagliarle a fette.
- Preparazione: Mettere gli ingredienti in un saltiere.
- Cottura: Cuocere il tutto e passare al mixer.
- La porzione fornisce: 1147 kcal; 1 g. di proteine; 101 g. di glucidi; 84 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R26

Codice di vendita: 0329

Salsa di noci - sarsa de noxe

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Liguria - **A base di** Frutta secca

Ingredienti per 1 kg.:

700	g.	Noci sgusciate
50	g.	Pane raffermo
100	ml.	Latte fresco pastorizzato intero
150	g.	Prescinseua
100	ml.	Olio extra vergine oliva taggiasco
10	g.	Maggiorana a mazzi
15	g.	Aglio
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 10' a 20'



Costo materie prime al chilo: 8,43 €

Prezzo di vendita: 40 €.

Attrezzature occorrenti: Mortaio di marmo Cutter

Procedimento:

- Operazioni preliminari:
- Preparazione: Eliminare la crosta al pane e ammolloarlo nel latte tiepido. Sfogliare la maggiorana, pelare l'aglio. Mettere nel cutter noci sgusciate, aglio, maggiorana, olio e il pane ammolato nel latte. Iniziare a frullare, quindi aggiungere la prescinseua e il sale. Frullare alla finezza desiderata. Il tutto si può anche preparare pestando gli ingredienti nel mortaio di marmo, come vuole la tradizione.
- Finitura: Conservare a +4 °C coperta con pellicola per un massimo di 4 giorni.
- Servizio: Usare a freddo per condire paste ripiene.
- La porzione fornisce: 4929 kcal; 100 g. di proteine; 177 g. di glucidi; 462 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R70

Codice di vendita: 0318

Salsa di pomodoro e basilico

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Pomodoro

Ingredienti per 1 lt.:

1000	g.	Polpa di pomodoro in scatola
50	g.	Cipolle
30	g.	Carote
30	g.	Sedano
10	g.	Aglione
100	ml.	Olio extra vergine oliva
1	n.	Basilico a mazzi
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 0,16 €

Prezzo di vendita: 2 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa

Metodi di cottura: in casseruola

Procedimento:

- Preparazione: Soffriggere in olio extravergine di oliva cipolle, sedano, carote e aglio tritati. Unire la polpa di pomodoro, il sale necessario e portare ad ebollizione.
- Cottura: Cuocere a calore moderato per 30 minuti circa.
- Finitura: Completare con le foglie di basilico spezzettate.
- La porzione fornisce: 66 kcal; 0 g. di proteine; 1 g. di glucidi; 7 g. di lipidi.



Salsa maionese di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di:** Uova

Ingredienti per 1 kg.:

150	g.	Uova pastorizzate tuorli
1000	ml.	Olio di semi di arachide
30	ml.	Aceto Bianco
20	g.	Succo di limone (limoni)
1	n.	Alloro foglie
	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: da 10' a 20'



Costo materie prime al chilo: 1,79 €
Prezzo di vendita: 7 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Frusta

Procedimento:

- Operazioni preliminari:
- Preparazione: Scaldare l'aceto con la foglia di alloro. In una bastardella disporre i tuorli e versarvi l'aceto tiepido in modo che aiuti l'emulsione. Iniziare a sbattere vigorosamente con la frusta e versare l'olio a filo. Continuare ad emulsionare fino ad ottenere un composto cremoso e compatto. Condire con il sale e il succo del limone. Continuare a mescolare con la frusta per alcuni istanti.
- La porzione fornisce: 8855 kcal; 0 g. di proteine; 5 g. di glucidi; 1000 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R32990

Codice di vendita:

Salsa mornay

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Internazionale - Origine: Francese - A base di Latte

Ingredienti per 1,5 lt.:

10	dl.	Salsa Besciamella
500	ml.	Panna fresca liquida
100	g.	Parmigiano Reggiano
4	n.	Uova (tuorli)

Tempo di preparazione: da 5' a 10'



Costo materie prime al litro: 2,65 €

Prezzo di vendita: 5 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa Frusta
Cucchiaino di legno

Procedimento:

- Preparazione: Aggiungere ad una salsa besciamella, la panna fresca, il parmigiano e i tuorli d'uovo amalgamando bene il tutto. Far asciugare per alcuni minuti a fiamma bassa. Questa salsa è una derivata dalla salsa besciamella e serve per gratinare.
- La porzione fornisce: 1676 kcal; 42 g. di proteine; 20 g. di glucidi; 161 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R33014

Codice di vendita:

Salsa Salmoriglio di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - **Origine:** Italiana - **A base di** Olio extravergine di oliva

Ingredienti per 1 lt.:

800	ml.	Olio extra vergine oliva
50	g.	Origano
50	g.	Prezzemolo
100	g.	Aglio
15	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: da 5' a 10'



Costo materie prime al litro: 5,53 €

Prezzo di vendita: 3 €.

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Tritare il prezzemolo dopo averlo opportunamente lavato ed asciugato.
- Preparazione: Sciogliere il sale con poca acqua tiepida ed incorporare il resto degli ingredienti. Emulsionare il tutto.
- La porzione fornisce: 931 kcal; 1 g. di proteine; 7 g. di glucidi; 101 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R34736

Codice di vendita:

Salsa tonnata (con maionese) di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - **Origine:** Italiana - **A base di** Maionese e tonno

Ingredienti per 1 kg.:

600	g.	Salsa maionese
400	g.	Tonno all'olio d'oliva
50	g.	Acciughe sott'olio
30	g.	Capperi sotto sale
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al chilo: 3,31 €

Prezzo di vendita: 20 €.

Attrezzature occorrenti: Cutter Bastardella Frusta

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare la salsa maionese.
- Preparazione: Preparare la salsa tonnata mettendo in un cutter il tonno sbriciolato, i capperi, le acciughe, e frullare il tutto. Disporre il composto in una bastardella e unire la maionese amalgamando delicatamente, aggiustare di sale fino; in questo modo si otterrà una salsa cremosa e morbida.
- La porzione fornisce: 4945 kcal; 117 g. di proteine; 4 g. di glucidi; 501 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R835

Codice di vendita:

Salsa tonnata (tradizionale)

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Piemonte - A base di Uova e tonno

Ingredienti per 1 kg.:

500	g.	Tonno all'olio d'oliva
10	n.	Uova
100	g.	Acciughe sott'olio
50	g.	Capperi sotto sale
		Sale fino
		Brodo di carne
100	ml.	Olio di oliva

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime al chilo: 4,59 €

Prezzo di vendita: 20 €.

Attrezzature occorrenti: Cutter Pentolino

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Lessare le uova per 8 minuti circa in modo che diventino sode. Raffreddarle e sgusciarle
- Preparazione: Preparare la salsa tonnata mettendo in un cutter il tonno sbriciolato e le uova sode, i capperi, le acciughe, diluendo il tutto con un pò d'olio di oliva e un goccio di brodo di carne, aggiustare di sale fino; in questo modo si otterrà una salsa cremosa e morbida.
- La porzione fornisce: 1747 kcal; 209 g. di proteine; 9 g. di glucidi; 192 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R33097

Codice di vendita:

Salsa vinaigrette alla senape di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Internazionale - **Origine:** Francese - **A base di** Olio extravergine di oliva e aceto

Ingredienti per 1 lt.:

750	ml.	Olio extra vergine oliva
150	ml.	Aceto Bianco
100	ml.	Aceto balsamico cc.700
5	g.	Senape gr.150
	g.	Pepe bianco
	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: meno di 5'



Costo materie prime al litro: 2,25 €

Prezzo di vendita: 13 €.

Procedimento:

- Preparazione: Unire sale, pepe, la senape, i due tipi di aceto e mescolare per sciogliere i condimenti; continuare a sbattere e incorporare l'olio extravergine di oliva fino ad ottenere un'emulsione.
- La porzione fornisce: 6778 kcal; 0 g. di proteine; 15 g. di glucidi; 749 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R34734

Codice di vendita:

Salsa vinaigrette (con aceto balsamico)

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Internazionale - **Origine:** Francese - **A base di** Olio extravergine di oliva e aceto

Ingredienti per 1 lt.:

750 ml. Olio extra vergine oliva
150 ml. Aceto balsamico lt.1
Sale fino e pepe bianco

Tempo di preparazione: meno di 5'



Costo materie prime al litro: 2,4 €

Prezzo di vendita: 11 €.

Procedimento:

- Preparazione: Unire sale, pepe, l'aceto balsamico e mescolare per sciogliere i condimenti; continuare a sbattere e incorporare l'olio extravergine di oliva fino ad ottenere un'emulsione.
- La porzione fornisce: 6743 kcal; 0 g. di proteine; 0 g. di glucidi; 749 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R33097

Codice di vendita:

Salsa vinaigrette (con aceto bianco) di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Internazionale - **Origine:** Francese - **A base di** Olio extravergine di oliva e aceto

Ingredienti per 1 lt.:

750 ml. Olio extra vergine oliva
150 ml. Aceto Bianco
Sale fino e pepe bianco

Tempo di preparazione: meno di 5'



Costo materie prime al litro: 2,1 €

Prezzo di vendita: 8 €.

Procedimento:

- Preparazione: Unire sale, pepe, l'aceto bianco e mescolare per sciogliere i condimenti; continuare a sbattere e incorporare l'olio extravergine di oliva fino ad ottenere un'emulsione.
- La porzione fornisce: 6778 kcal; 0 g. di proteine; 15 g. di glucidi; 749 g. di lipidi.



Sardenaira "Pizza all'Andrea" di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - Origine: Liguria - A base di Farinacei e pesci

Ingredienti per 10 persone:

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'

	-PER L'IMPASTO
1500	g. Farina '00'
45	g. Lievito di birra
400	ml. Acqua
350	ml. Vino bianco secco
150	ml. Olio extra vergine oliva taggiasco
	Sale fino
	PER IL CONDIMENTO
150	g. Acciughe salate
100	g. Olive nere piccole Taggiasche
500	g. Passata di pomodori in scatola
300	g. Cipolle
15	g. Aglio
2	n. Basilico a mazzi
20	g. Origano
50	ml. Olio extra vergine oliva taggiasco



Costo materie prime a porzione: 0,52 €
Prezzo di vendita: 5 €.

Attrezzature occorrenti: Placca Forno a legna

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Preparazione: Impastare la farina con l'olio di oliva, il sale fino, il vino bianco (a temperatura ambiente), l'acqua tiepida con dentro sciolto il lievito di birra. Far lievitare l'impasto per circa 45 minuti e stenderlo in teglia unta di olio extravergine di oliva rigorosamente taggiasco. Sulla superficie della focaccia si spalma poca salsa di pomodoro e si dispongono le acciughe tagliate a pezzi, le foglie di basilico intere, le olive, l'aglio tagliato a fettine, la cipolla tagliata in finissima Julienne (è preferibile far scottare prima le cipolle tagliate, in acqua salata, per alcuni minuti) e una spolverata di origano.
- Cottura: Si cosparge di olio e si inforna a 200° C.
- La porzione fornisce: 615 kcal; 18 g. di proteine; 120 g. di glucidi; 3 g. di lipidi.



Scaloppa di tacchino impanata con patatine fritte di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Carne

Ingredienti per 10 persone:

1200	g.	Fesa di tacchino
3	n.	Uova
500	g.	Pane grattugiato
		Sale fino
300	g.	Burro chiarificato

Tempo di preparazione: da 5' a 10'



Costo materie prime a porzione: 0,75 €

Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Saltiere

Metodi di cottura: saltare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Tagliate la fesa a fettine per formare le scaloppe (120 g. circa cad.), batterle con il batticarne e con il controlama del coltello praticare delle incisioni a rombo.
- Preparazione: A parte sbattere (senza montare) le uova con l'aggiunta del sale. Immergere con cura le scaloppe nell'uovo e lasciarle scolare brevemente. A questo punto impanarle nel pan grattato pressandole per bene. Più è fresco il pan grattato, più la parte esterna della scaloppa alla risulterà "croccante".
- Cottura: La cottura / frittura avverrà nel burro chiarificato (che ha un punto di fumo più alto rispetto a quello normale). Friggere la scaloppa, girandola una sola volta.
- Finitura: A cottura ultimata (5 minuti o poco più), passare la scaloppa sulla carta assorbente e servirla accompagnandola con del limone e un'insalatina mista e/o patatine fritte.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Piatti di carne

Scheda tecnica

ID: R33262

Codice di vendita:

Scaloppine di vitello al limone di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Carne

Ingredienti per 10 persone:

1200	g.	Fesa di vitello
500	g.	Farina '00'
200	g.	Burro chiarificato
100	g.	Limoni
30	g.	Prezzemolo
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 5' a 10'



Costo materie prime a porzione: 2,14 €

Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Saltiere

Metodi di cottura: saltare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Tagliare la carne a fettine e batterle per allargarle e farle diventare più sottili possibile.
- Cottura: In un saltiere aggiungere il burro chiarificato e far cuocere le scaloppine, precedentemente infarinate, a fiamma media. Dopo alcuni minuti versare del succo di limone allungato con poco brodo di carne, vegetale o del fondo bianco di vitello, aggiustare di sale. Al momento di servire spolverare con un pizzico di prezzemolo tritato.
- La porzione fornisce: 185 kcal; 5 g. di proteine; 39 g. di glucidi; 1 g. di lipidi.



Scaloppine di vitello al marsala

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Carne

Ingredienti per 10 persone:

1200	g.	Fesa di vitello
500	g.	Farina '00'
200	g.	Burro chiarificato
100	ml.	Marsala secco lt.1
30	g.	Prezzemolo
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 5' a 10'



Costo materie prime a porzione: 2,16 €

Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Saltiere

Metodi di cottura: saltare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Tagliare la carne a fettine e batterle per allargarle e farle diventare più sottili possibile.
- Cottura: In un saltiere aggiungere il burro chiarificato e far cuocere le scaloppine, precedentemente infarinate, a fiamma media. Dopo alcuni minuti versare il marsala, allungare (se necessario) con del fondo bianco o del crodo di carne, aggiustare di sale. Al momento di servire spolverare con un pizzico di prezzemolo tritato.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Piatti di carne

Scheda tecnica

ID: R34805

Codice di vendita:

Scaloppine di vitello al vino bianco di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Carne

Ingredienti per 10 persone:

1200	g.	Fesa di vitello
500	g.	Farina '00'
200	g.	Burro chiarificato
200	ml.	Vino bianco secco
30	g.	Prezzemolo
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 5' a 10'



Costo materie prime a porzione: 2,16 €

Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Saltiere

Metodi di cottura: saltare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Tagliare la carne a fettine e batterle per allargarle e farle diventare più sottili possibile.
- Cottura: In un saltiere aggiungere il burro chiarificato e far cuocere le scaloppine, precedentemente infarinate, a fiamma media. Dopo alcuni minuti sfumare con il vino bianco e lasciare parzialmente evaporare, ottenendo una crema; aggiustare di sale. Al momento di servire spolverare con un pizzico di prezzemolo tritato.
- La porzione fornisce: 197 kcal; 5 g. di proteine; 38 g. di glucidi; 1 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Basi di pasticceria

Scheda tecnica

ID: R33059
Codice di vendita:

Sciropo di zucchero di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Internazionale - Origine: Italiana - A base di Zucchero

Ingredienti per 1 lt.:

1500	ml.	Acqua
700	g.	Zucchero
4	n.	Vanillina bustine
200	g.	Limoni
20	g.	Cannella stecche

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime al litro: 4,43 €
Prezzo di vendita: 5 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. alta

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Preparazione: Mettere tutti gli ingredienti in pentola, (solo la buccia del limone).
- Cottura: Far bollire a calore moderato fino a che non riduce di circa la metà.
- Finitura: Filtrare, raffreddare e conservare in frigo.
- La porzione fornisce: 2313 kcal; 68 g. di proteine; 459 g. di glucidi; 17 g. di lipidi.



Seppie in zimino di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Liguria - **A base di** Pesce e verdure

Ingredienti per 10 persone:

1500	g.	Seppie
1000	g.	Bietole
50	g.	Sedano
50	g.	Carote
50	g.	Cipolle
20	g.	Aglio
200	g.	Pelati in scatola kg
100	ml.	Vino bianco secco
	dl.	Brodo vegetale
15	g.	Prezzemolo
20	g.	Funghi secchi
150	g.	Pinoli
300	ml.	Olio extra vergine oliva
300	g.	Pane casareccio
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 2h a 3h



Costo materie prime a porzione: 1,89 €
Prezzo di vendita: 10 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa Rondeau
Fornelli Forno convez.

Metodi di cottura: bollire brasare gratinare

Procedimento:

- **Preparazione:** Lavare le seppie in acqua fredda e tagliarle a strisce larghe circa 1 cm e lunghe circa 3/4 cm. Tritare il sedano, la carota, la cipolla, l'aglio, il prezzemolo e i funghi secchi messi precedentemente a bagno in acqua calda. Lavare le bietole. Passare i pelati. Lavare e tagliare le bietole a losanghe larghe circa 3 cm. Tostare in forno i pinoli. Tagliare a fette il pane casareccio e tostarle con olio extravergine di oliva e sale fino.
- **Cottura:** In un rondeau rosolare in olio extravergine i sapori tritati, aggiungere le seppie e far rosolare. Dopo la rosolatura sfumare con il vino bianco secco; lasciare evaporare, unire le bietole e i pelati sminuzzati, bagnare con il brodo e salare; coprire con un coperchio e cuocere a fiamma dolce. A cottura ultimata (40' circa) la preparazione deve risultare leggermente brodosa.
- **Finitura:** Disporre le seppie in zimino in ciottole di terracotta, aggiungervi sopra qualche pinolo tostato. Prima di servire versare un filo di olio extravergine di oliva a crudo e guarnire con i crostoni di pane.
- La porzione fornisce: 439 kcal; 16 g. di proteine; 8 g. di glucidi; 39 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Creme - Minestre - Zuppe

Scheda tecnica

ID: R34146
Codice di vendita:

Soupe à l'oignons (zuppa di cipolle) di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di Verdure**

Ingredienti per 10 persone:

2000	g.	Cipolle bianche
500	g.	Porro
150	g.	Farina '00'
100	g.	Burro
2000	ml.	Latte intero
10	n.	Crostoni di pane casareccio tostati
300	g.	Emmenthal
100	ml.	Panna fresca liquida
100	g.	Parmigiano Reggiano
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,95 €
Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Tagliaverdure Fornelli Placca Metodi di cottura: bollire al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pelare le cipolle. Affettarle a julienne. Tagliare il pane a fette. Tagliare il formaggio emmenthal in brunoise.
- Preparazione: Preparare il roux bruno, e aggiungere aggiungere le cipolle e i porri.
- Cottura: Stufare il tutto e bagnare con il latte. Far cuocere fino a cottura completa, e passare il tutto con il frullatore ad immersione per ottenere una crema.
- Finitura: Completare la zuppa con poca panna fresca. Disporre il crostone di pane nel fondo di una cocotte, ricoprire con la zuppa, cospargere di formaggio emmenthal e parmigiano grattugiato. Gratinare in forno a temperatura di 200° C.
- La porzione fornisce: 325 kcal; 14 g. di proteine; 13 g. di glucidi; 24 g. di lipidi.



Stoccafisso in tocchetto (buridda di stocche) con crostoni di pane casareccio di

I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Liguria - **A base di** Pesce di mare

Ingredienti per 10 persone:

1500	g.	Stoccafisso bagnato
30	g.	Acciughe salate
45	g.	Pasta di acciughe tubetto
50	g.	Sedano
50	g.	Carote
50	g.	Cipolle
3	g.	Aglio
20	g.	Prezzemolo
20	g.	Funghi secchi
50	g.	Pinoli
20	g.	Capperi
1	n.	Basilico a mazzi
2	n.	Alloro foglie
100	ml.	Olio extra vergine oliva taggiasco
100	ml.	Vino bianco secco
300	g.	Pomodori
150	g.	Olive nere piccole Taggiasche
1000	g.	Patate quarantine
500	g.	Pane Pugliese o Toscano pagnotta

Tempo di preparazione: da 2h a 3h



Costo materie prime a porzione: 2,12 €
Prezzo di vendita: 10 €.

Attrezzature occorrenti: Rondeau Fornelli

Metodi di cottura: in casseruola

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Scottare lo stoccafisso in modo da togliere le lische e la pelle. Pulire il basilico.
- Preparazione: Tagliare lo stoccafisso in pezzi abbastanza grossi (circa 200 g. cad.). Taliare il pomodoro spellato a dadini. Tritare i funghi secchi, le cipolla, il sedano, le carote, il prezzemolo, i capperi e le aggiuche pulite.
- Cottura: In un rondeau far rosolare con l'olio: la mirepoix, unire le acciughe tritate e quelle in pasta, far insaporire e aggiungere ancora i pomodori, il basilico e i pinoli. Sfumare con il vino bianco, lasciar evaporare, unire l'alloro, insaporire con poco sale. A questo punto aggiungere lo stoccafisso, far insaporire il tutto con la salsa, bagnare con il fumetto e far cuocere per circa un'ora e mezza a fuoco basso, mantenendo sempre umido lo stoccafisso. Unire le patate tagliate a pezzi grossolani e continuare a far cuocere a fuoco basso.
- Finitura: Quando le patate sono a metà cottura aggiungere le olive. (Le olive vengono aggiunte quasi alla fine perché diversamente diventano amare).
- La porzione fornisce: 179 kcal; 28 g. di proteine; 4 g. di glucidi; 5 g. di lipidi.



Stracotto alla piacentina di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Emilia Romagna - A base di Manzo

Ingredienti per 10 persone:

1500	g.	Girello di manzo
100	g.	Carote
150	g.	Cipolle bianche
100	g.	Sedano
150	g.	Burro
30	ml.	Aceto Bianco
1000	ml.	Latte intero
1,5	dl.	Salsa al pomodoro e basilico
		Sale fino e pepe nero

Tempo di preparazione: da 2h a 3h



Costo materie prime a porzione: 1,99 €

Prezzo di vendita: 10 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa Passaverdure
Chinois

Metodi di cottura: in casseruola

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Tagliare a Julienne sedano, carote e cipolle. Imbrigliare la carne.
- Cottura: Fare fondere e scaldare il burro in una casseruola. Unire la carne, la cipolla, il sedano e la carota e fare rosolare il tutto prestando attenzione a girare la carne in modo tale da rosolarla uniformemente. Sfumare, a questo punto, con l'aceto e lasciarlo evaporare. Quando l'aceto sarà del tutto evaporato, unire il latte, salare, pepare e lasciare cuocere a fiamma dolce con coperchio per 2 ore circa. Qualora la preparazione dovesse asciugarsi troppo, aggiungere altro latte. A cottura completata, togliere la carne, aggiungere la salsa di pomodoro, amalgamare lasciando alcuni minuti sul fuoco e passare il tutto al passaverdure dopodiché filtrare al cornetto cinese. Aggiustare di sale.
- Finitura: Lasciare riposare per circa 20-30 minuti, dopodiché tagliare a fette. Servire accompagnando la carne con il sugo di cottura.
- La porzione fornisce: 120 kcal; 0 g. di proteine; 2 g. di glucidi; 13 g. di lipidi.



Strudel di mele "Apfelstrudel" di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Trentino A.Adige - A base di Pasticceria

Ingredienti per 10 persone:

600	g.	Pasta per strudel (con uovo)
		OPPURE
600	g.	Pasta per strudel (senza uovo)
800	g.	Mele Boskop
50	g.	Pane grattugiato
70	g.	Noci sgusciate
50	g.	Pinoli
70	g.	Uva sultanina
50	ml.	Rhum Jamaica
100	g.	Zucchero
5	g.	Cannella in polvere
1	n.	Uova (per spennellare)
		OPPURE
100	g.	Burro (per spennellare)
50	g.	Zucchero a velo (per spolverare)

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,56 €
Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Tirasfoglie Placca Forno statico

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare la pasta da strudel che si preferisce (con uovo o senza uovo). Pelare e tagliare a fette spesse le mele. Mettere l'uvetta a bagno nel rhum.
- Preparazione: Versione 1: stendere la pasta molto sottile, formando un quadrato, disporre sopra un primo strato di mele, cospargere con zucchero, cannella, pinoli, noci e uvetta (strizzata leggermente) e pane grattugiato; disporre ancora sopra un'altro strato di mele e cospargere con gli ingredienti sopraelencati. Richiudere e praticare dei fori o piccole incisioni in superficie, per evitare il rigonfiarsi della pasta. Spennellare con uovo sbattuto. Versione 2: stendere la pasta molto sottile fino a quasi a farla divenire trasparente, formare un rettangolo, disporre sopra uno strato unico di mele, cospargere con zucchero, cannella, pinoli, noci e uvetta (strizzata leggermente) e pane grattugiato. Richiudere arrotolando il tutto su se stesso e praticare dei fori o piccole incisioni in superficie, per evitare il rigonfiarsi della pasta. Spennellare con uovo sbattuto.
- Cottura: Cuocere in forno a 170°/180° C. per circa 40-50 minuti spennellando in superficie, durante la cottura, con burro fuso.
- Finitura: Quando il dolce é freddo (non di frigo), spolverare con zucchero a velo e servire con una salsina tiepida, a piacimento oppure con panna acida.
- Servizio: Questo dolce di solito si prepara utilizzando delle mele Gravenstein o Boskop oppure Jonathans.
- La porzione fornisce: 442 kcal; 13 g. di proteine; 79 g. di glucidi; 11 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Salse / Fondi

Scheda tecnica

ID: R32903

Codice di vendita:

Sugo di carne (o'- tocco) di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - Origine: Liguria - A base di Carne

Ingredienti per 2 lt.:

500	g.	Perfido di manzo
50	g.	Sedano
50	g.	Carote
50	g.	Cipolle
10	g.	Aglio
20	g.	Prezzemolo
50	g.	Pinoli
30		Funghi secchi
20	g.	Concentrato di pomodoro gr. 400
30	g.	Farina '00'
100	ml.	Vino da cucina rosso
2	n.	Alloro foglie
10	g.	Rosmarino
50	g.	Fondo bruno comune liofilizzato
		Brodo di carne
100	ml.	Olio extra vergine oliva
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 2h a 3h



Costo materie prime al litro: 5,06 €

Prezzo di vendita: 25 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa Fornelli

Metodi di cottura: in casseruola

Procedimento:

- Preparazione: Preparare una mirepoix di sedano, carote, cipolle, aglio, prezzemolo, rosmarino, funghi secchi bagnati e strizzati, pinoli (questi ultimi due, soltanto una parte, l'altra lasciarla intera). Preparare un brodo vegetale e un fondo bruno comune. In un rondeau o casseruola a bordo basso, rosolare con olio di oliva, la mirepoix, aggiungere il perfido tagliato a pezzi grossi e rosolare anch'esso. Unire il resto dei funghi e dei pinoli non tritati. Cospargere di farina "00", unire il concentrato di pomodoro e sfumare con il vino da tavola rosso, lasciare evaporare. Aggiungere le foglie di alloro e bagnare, ricoprendo bene il tutto, con brodo e fondo bruno, salare e pepare.
- Cottura: Cuocere per circa 2,30 - 3 ore.
- Finitura: Togliere le foglie di alloro, mentre la carne tagliarla in piccoli pezzi ed unirla al sugo.
- La porzione fornisce: 173 kcal; 7 g. di proteine; 11 g. di glucidi; 13 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Primi piatti

Scheda tecnica

ID: R33032
Codice di vendita:

Tagliatelle al pomodoro e basilico *di I.P.S.S.A. Marco Polo*

Cucina: Nazionale - **Origine:** Italiana - **A base di Cereali e uova**

Ingredienti per 10 persone:

- 800 g. Pasta fresca all'uovo con farina di grano tenero
- 500 g. Salsa pomodoro e basilico

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 0,13 €
Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Tirasfoglie Cass. bassa
Saltiere Cuocipasta Fornelli

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare una pasta all'uovo base.
- Preparazione: Trasformare la pasta all'uovo in tagliatelle.
- Cottura: Cuocere la salsa pomodoro e basilico. Bollire le tagliatelle e saltarle con la salsa pomodoro.
- Finitura: Completare con basilico in foglie.
- Servizio: Servire in pirofila calda su vassoio.
- La porzione fornisce: 241 kcal; 9 g. di proteine; 43 g. di glucidi; 7 g. di lipidi.



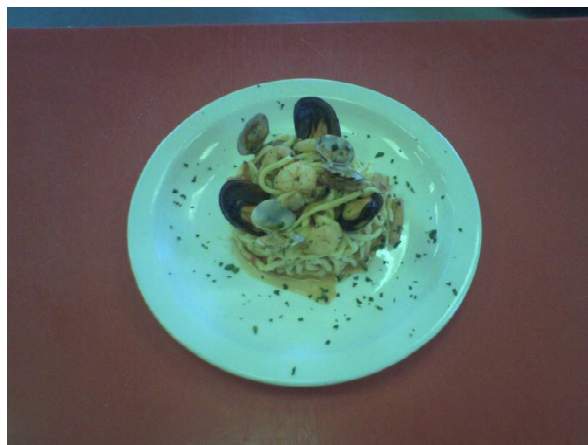
Taglierini alla scogliera di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - **Origine:** Italiana - **A base di:** Farinacei e pesci

Ingredienti per 10 persone:

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'

	-PER L'IMPASTO
1000	g. Farina '00'
10	n. Uova
	Sale fino
	PER IL CONDIMENTO
300	g. Seppie fresche intere medie
300	g. Moscardini freschi
300	g. Totani freschi
300	g. Gamberi code sgusc. grandi surg.
500	g. Muscoli freschi
400	g. Vongole f. veraci grosse
400	g. Pomodori freschi maturi
30	g. Aglio
1	n. Prezzemolo
	Peperoncino
200	ml. Olio extra vergine oliva
	Sale fino



Costo materie prime a porzione: 2,57 €
Prezzo di vendita: 12 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa Saltiere
Tegame Cuocipasta Fornelli

Metodi di cottura: bollire saltare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare la pasta all'uovo. Pulire tutti i molluschi e crostacei.
- Preparazione: Tirare la pasta in sfoglie e con la trafilatrice confezionare i taglierini. Tritare il prezzemolo, l'aglio e il peperoncino. Tagliare i pomodori in concassé dopo averli svuotati. Tagliare le seppie a triscie, i totanetti a rondelle e lasciare i moscardini interi oppure tagliarli a metà se non sono piccoli. In un saltiere far aprire con olio, aglio, peperoncino e prezzemolo le vongole. Filtrare il fondo se presenta sabbia. Sempre a parte saltare i gamberi con olio, aglio e prezzemolo. Preparare la salsa concassé facendo prima rosolare in un tegame basso con olio extravergine l'aglio, unire poi i pomodori precedentemente tagliati.
- Cottura: In un tegame far rosolare in olio l'aglio e il peperoncino, aggiungere le seppie, i totani e i moscardini e lasciar rosolare, unire parte del prezzemolo trito. Bagnare poi con poco fumetto. Quando i molluschi sono quasi cotti unire i muscoli e lasciarli aprire nella salsa. A questo punto unire ancora i gamberi, le vongole e la concassé di pomodoro, Saltare per qualche secondo. Lessare i taglierini in abbondante acqua salata.
- Finitura: A cottura al dente della pasta saltare il tutto condendo, con un filo di olio extravergine a crudo e prezzemolo trito.
- La porzione fornisce: 717 kcal; 32 g. di proteine; 82 g. di glucidi; 27 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R444

Codice di vendita:

Tiramisù al cacao di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Pasticceria

Ingredienti per 10 persone:

150	g.	Uova pastorizzate tuorli
125	g.	Zucchero
250	g.	Mascarpone
200	ml.	Caffé espresso
50	ml.	Brandy
2	n.	Vanillina bustine
200	g.	Savoardi
100	g.	Cacao Amaro

Tempo di preparazione: da 10' a 20'



Costo materie prime a porzione: 0,46 €
Prezzo di vendita: 5 €.

Procedimento:

- Preparazione: Montare i tuorli con lo zucchero e la vanillina. Quando la consistenza risulterà spumosa, aggiungere, a cucchiaiate, il mascarpone reso in crema precedentemente facendo attenzione a non formare grumi. Quando la crema sarà morbida e compatta, lasciare riposare in frigo. Nel frattempo, fare uno strato di savoiardi intinti nel caffè aromatizzato al brandy (ma non intrisi) e alternare gli strati con la crema. Alla fine, spargere di cacao amaro. Lasciare riposare in frigo almeno un'ora.
- La porzione fornisce: 235 kcal; 5 g. di proteine; 27 g. di glucidi; 14 g. di lipidi.



Tomaxelle di vitello "di magro" con piselli di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Liguria - A base di Carne

Ingredienti per 10 persone:

2000	g.	Noce di vitello
500	g.	Bietole
500	g.	Spinaci freschi
50	g.	Grana Padano
50	g.	Funghi porcini secchi
30	g.	Pinoli
10	g.	Prezzemolo
5	g.	Aglio
5	n.	Uova
20	g.	Maggiorana a mazzi
		Sale fino
		-PER LA COTTURA
50	g.	Sedano
50	g.	Carote
50	g.	Cipolle
100	ml.	Olio extra vergine oliva
150	ml.	Vino bianco (Bianchetta Golfo del Tigullio)
500	g.	Piselli surgelati
		Brodo di verdure
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 3,07 €
Prezzo di vendita: 12 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa

Metodi di cottura: in casseruola

Procedimento:

- Operazioni preliminari:
- Preparazione: Preparare il brodo vegetale. Battere molto bene le fettine di carne. Tritare e amalgamare i vari componenti del ripieno e porlo sopra le fettine di carne. Arrotolare le fettine con il ripieno ricalzando gli estremi; sigillare con lo stuzzicadenti.
- Cottura: Versare in una casseruola bassa l'olio extravergine di oliva e un trito di sedano, carota e cipolla; fare rosolare il tutto con gli involtini di carne. Aggiungere il vino bianco secco, i piselli e continuare la cottura versando via via il brodo vegetale caldo.
- Finitura: Sfilare gli involtini dagli stecchi e servirli.
- La porzione fornisce: 407 kcal; 51 g. di proteine; 6 g. di glucidi; 20 g. di lipidi.



Torta di acciughe di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Liguria - A base di Acciughe fresche

Ingredienti per 10 persone:

1000	g.	Acciughe fresche
1200	g.	Patate quarantine
500	ml.	Latte fresco pastorizzato intero
3	n.	Uova
10	g.	Aglio
1	n.	Prezzemolo
150	g.	Pomodori tondi a grappoli
100	g.	Parmigiano Reggiano
50	g.	Pinoli
100	g.	Olive nere piccole Taggiasche
100	ml.	Olio extra vergine oliva taggiasco
20	g.	Maggiorana a mazzi
100	g.	Pane grattugiato
		Sale fino e pepe bianco

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 1,27 €
Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Tortiera rettangolare Forno
convez.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire le acciughe eliminando la testa, le interiora e la lisca centrale. Lavare le patate. Tritare aglio e prezzemolo e maggiorana. Lavare e tagliare i pomodorini in quattro. Preparare un apparecchio composto da latte, uova, parmigiano, maggiorana, prezzemolo, aglio, sale e pepe bianco.
- Preparazione: Lessare le patate con tutta la buccia. Tenerle piuttosto al dente. Pelarle e tagliarle a fette. Disporre le fette in una tortiera unta di olio extravergine di oliva e cosparsa di pan grattato, versarvi sopra una parte dell'apparecchio; disporre metà del composto formato da: concassé di pomodoro, pinoli, olive taggiasche denocciate, aglio tritato, prezzemolo, olio extravergine di oliva e sale fino e pepe bianco. Adagiarsi sopra uno strato di acciughe con la pelle rivolta verso l'alto; alternare con un altro strato di patate, apparecchio liquido, e l'altra metà del composto di pomodoro, pinoli, olive, prezzemolo, aglio, olio extravergine di oliva, sale e pepe bianco. Chiudere con un ultimo strato di acciughe con la pelle rivolta verso l'alto. Versarvi sopra l'apparecchio fino a ricoprire. Cospargere di pan grattato, condire con olio extravergine di oliva.
- Cottura: Infornare a 200° C per circa 15 minuti.
- La porzione fornisce: 221 kcal; 22 g. di proteine; 12 g. di glucidi; 10 g. di lipidi.



Torta di bietole Pasqualina - torta pasqualinn - a

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - Origine: Liguria - A base di Verdure

Ingredienti per 10 persone:

500	g.	Pasta matta
800	g.	Bietole
500	g.	Ricotta
5	n.	Uova
100	g.	Cipolle bianche
60	g.	Grana Padano
10	g.	Aglio
20	g.	Maggiorana a mazzi
10	g.	Sale fino
20	g.	Funghi secchi

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,73 €

Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Forno convez.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari:
- Preparazione: Preparare la pasta matta in anticipo, lasciar riposare in frigo. Pulire le bietole, pelare le cipolle, l'aglio e sfogliare e tritare la maggiorana Spugnare i funghi in acqua calda e tritarli. Affettare a velo le cipolle e tagliare a striscioline le bietole, far stufare le cipolle con olio in un rondeau e poi aggiungere le bietole e, se occorre, poco brodo, cuocere stufate le bietole. Lasciar raffreddare e poi unire i funghi, l'aglio e la maggiorana, la ricotta, il parmigiano e una parte di uova. (tenerne alcune per guarnizione) Stendere la pasta matta e disporla in teglia oleata (oppure rivestita con carta da forno) Stendere sopra il composto in strato di circa 3 cm e fare delle fossette in cui sgusciare le uova tenute da parte, condire queste con sale e pepe, cospargere ancora con parmigiano e ricoprire con un altro strato di pasta matta saldandola allo strato del fondo.
- Cottura: Pennellare la superficie con olio e cuocere in forno a 180° per circa 30/40 minuti.
- La porzione fornisce: 342 kcal; 20 g. di proteine; 2 g. di glucidi; 28 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Entrées

Scheda tecnica

ID: R34256

Codice di vendita: 46

Torta di carciofi Pasqualina- torta de ardiciocche

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - Origine: Liguria - A base di Verdure

Ingredienti per 10 persone:

500	g.	Pasta matta
10	n.	Carciofi
500	g.	Ricotta
5	n.	Uova
100	g.	Cipolle bianche
60	g.	Grana Padano
10	g.	Aglio
20	g.	Maggiorana a mazzi
10	g.	Sale fino
20	g.	Funghi secchi

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 1,17 €
Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Forno convez.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari:
- Preparazione: Preparare la pasta matta in anticipo, lasciar riposare in frigo. Pulire i carciofi, pelare le cipolle, l'aglio e sfogliare e tritare la maggiorana Spugnare i funghi in acqua calda e tritarli. Affettare a velo le cipolle e lessare (lasciandoli al dente) i carciofi e tagliarli a fettine sottili, far stufare le cipolle con olio in un rondeau e poi aggiungere i carciofi. Lasciar raffreddare e poi unire i funghi, l'aglio e la maggiorana, la ricotta, il parmigiano e una parte di uova. (tenerne alcune per guarnizione) Stendere la pasta matta e disporla in teglia oleata (oppure rivestita con carta da forno) Stendere sopra il composto in strato di circa 3 cm e fare delle fossette in cui sgusciare le uova tenute da parte, condire queste con sale e pepe, cospargere ancora con parmigiano e ricoprire con un altro strato di pasta matta saldandola allo strato del fondo.
- Cottura: Pennellare la superficie con olio e cuocere in forno a 180° per circa 30/40 minuti.
- La porzione fornisce: 346 kcal; 19 g. di proteine; 42 g. di glucidi; 12 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R458

Codice di vendita:

Torta di mele "alla ferrarese" di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Emilia Romagna - **A base di:** Pasticceria

Ingredienti per 10 persone:

450	g.	Farina '00'
350	g.	Zucchero
200	g.	Burro
5	n.	Uova
250	ml.	Latte fresco pastorizzato intero
1	n.	Scorza di limone (limoni)
2	n.	Lievito dolci bustine gr 16
1200	g.	Mele renette
5	g.	Cannella in polvere

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,43 €

Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Forno pasticc.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- **Preparazione:** In una bastardella sbattere le uova con lo zucchero, unire il burro fuso, il latte, la farina ed il lievito miscelati insieme, la scorza del limone grattugiata, la cannella in polvere. Amalgamare bene il tutto ottenendo una pastella. Unire le mele pelate e tagliate a fette sottili. Amalgamare il tutto. Versare il composto in una tortiera imburata ed infarinata.
- **Cottura:** Infornare a 170°C per circa 50 minuti.
- **Servizio:** Servire la torta fredda.
- La porzione fornisce: 484 kcal; 8 g. di proteine; 70 g. di glucidi; 19 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Entrées

Scheda tecnica

ID: R32980

Codice di vendita:

Torta di Zucca - Torta de Succa di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - Origine: Liguria - A base di Verdure

Ingredienti per 10 persone:

500	g.	Pasta matta
1500	g.	Zucca
100	g.	Riso Arborio
200	g.	Bietole
100	g.	Cipolle
50	ml.	Olio di oliva
500	g.	Ricotta
5	n.	Uova
100	g.	Parmigiano Reggiano
20	g.	Maggiorana a mazzi
	g.	Sale fino
	g.	Pepe bianco

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,61 €
Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Forno convez.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Preparazione: Preparare la pasta matta in anticipo, lasciar riposare in frigorifero. Pulire la zucca, mondarla e tagliarla a cubetti piccoli. Pulire le bietole, pelare e tagliare in Julienne la cipolla e sfogliare e tritare la maggiorana. Lessare il riso e farlo raffreddare. In un rondeau o grosso saltiere, tufare in olio di oliva, le cipolle e la zucca dopo qualche attimo di cottura unire le bietole tagliate a striscioline. A cottura ultimata e quando il composto risulta asciutto, versare il tutto in una bastardella, unire la ricotta, le uova il parmigiano, la maggiorana, il riso bollito a parte, insaporire di sale e pepe. Amalgamare bene tra loro gli ingredienti. Stendere la pasta e disporla in teglia oleata. Stendere sopra il composto in strato di circa 3 cm e ricoprire con un altro strato di pasta saldandola allo strato di fondo.
- Cottura: Pennellare la superficie con olio di oliva e cuocere in forno a 200° per circa 30/40 minuti.
- La porzione fornisce: 363 kcal; 18 g. di proteine; 46 g. di glucidi; 18 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R32940

Codice di vendita:

Torta diplomatica di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - Origine: Italiana - A base di Pasticceria

Ingredienti per 10 persone:

800	g.	Pasta sfoglia
800	g.	Pan di Spagna -PER LA CREMA
8	dl.	Crema pasticcera
400	ml.	Panna fresca liquida -PER LA BAGNA
500	ml.	Acqua
150	g.	Zucchero
15	g.	Scorza di limone
2	n.	Vanillina bustine
2	dl.	Alchermens -PER DECORARE
200	g.	Zucchero a velo

Tempo di preparazione: da 2h a 3h



Costo materie prime a porzione: 0,71 €

Prezzo di vendita: 6 €.

Attrezzature occorrenti: Tirasfoglie Cass. bassa
Placca Forno convez. Forno statico

Metodi di cottura: al forno bollire

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Preparare: la pasta sfoglia. Il pan di Spagna a forma rettangolare (35 x 50 cm). La crema pasticcera. La bagna per dolci (mettendo a bollire l'acqua con lo zucchero e gli aromi, l'alchermens aggiungerlo all'ultimo a bagna fredda e lontano dal fuoco). Montare la panna fresca.
- Preparazione: Con la pasta sfoglia stendere due sfoglie rettangolari e sottili (della misura di una teglia da 35 x 50 cm.) praticare in superficie dei bucherellini in modo che non abbia a gonfiarsi durante la cottura. Disporle in teglia e cuocerle in forno a 180°/190° C. per circa 25/25 minuti. Tagliare il pan di Spagna a striscie larghe circa 2 cm. Amalgamare la panna montata alla pasticcera (ormai fredda). Confezionare la torta come segue: su una sfoglia di pasta sfoglia stendere una parte della crema, adagiarvi sopra una a una le fette di pan di Spagna allieate tra loro e bagnarle generosamente con la bagna per dolci, anch'essa fredda; a questo punto spalmare con dell'altra crema e adagiarvi sopra l'ultima sfoglia di pasta sfoglia, comprimere bene. Con una piccola parte della crema rimasta, spalmarla lungo i bordi e ricoprire con della pasta sfoglia cotta a parte e sbriciolata.
- Finitura: Spolverare la superficie della torta con zucchero e praticare delle strisce trasversali ad incrocio, per mezzo di un ferro rovente, in modo da caramellare lo zucchero formando così dei rombi.
- La porzione fornisce: 585 kcal; 8 g. di proteine; 83 g. di glucidi; 25 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R460

Codice di vendita:

Torta Paradiso di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Lombardia - A base di Pasticceria

Ingredienti per 10 persone:

150	g.	Farina '00'
150	g.	Fecola di patate
300	g.	Burro
300	g.	Zucchero
8	n.	Uova (tuorli)
4	n.	Uova (albume)
1	n.	Scorza di limone (limoni)
100	g.	Zucchero a velo

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,34 €

Prezzo di vendita: 5 €.

Attrezzature occorrenti: Bastardella Forno pasticc.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Preparazione: Mettere il burro ammorbidito in una terrina e lavorarlo bene finchè sarà soffice e ben montato. Unire la scorza grattugiata del limone, i tuorli (tenete da parte 4 albumi) delle uova, aggiungendoli uno alla volta, non mettendo il successivo, se il precedente non sarà stato ben amalgamato. Poi, unire lo zucchero e sempre mescolando, la farina e la fecola facendole scendere da un setaccio. Quando il composto sarà ben amalgamato, unire anche i 5 albumi montati a neve ben ferma, mescolando con delicatezza per non smontarli.
- Cottura: Imburrare ed infarinare una teglia dai bordi alti, versarvi il composto ed infornare a 170° per circa 40 minuti.
- Finitura: Sfornare, fare raffreddare su di una gratella e cospargere con zucchero al velo.
- La porzione fornisce: 495 kcal; 5 g. di proteine; 52 g. di glucidi; 30 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Dessert

Scheda tecnica

ID: R842

Codice di vendita:

Torta sbrisolona di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Lombardia - A base di Pasticceria

Ingredienti per 10 persone:

200	g.	Farina '00'
200	g.	Farina di mais per Polenta 'Fioretto'
2	n.	Uova (tuorli)
250	g.	Mandorle pelate
200	g.	Zucchero
100	g.	Burro
100	g.	Strutto
30	g.	Zucchero a velo
30	g.	Scorza di limone
1	n.	Vaniglia baccelli

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 0,44 €

Prezzo di vendita: 5 €.

Attrezzature occorrenti: Tortiera circolare Forno pasticci.

Metodi di cottura: al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Tritare finemente 4/5 delle mandorle, mentre lasciare il restante 1/5 intero. Imburrare una tortiera circolare.
- Preparazione: Mescolare le farine sul tavolo di lavoro. Formare una fontana e mettere nel centro le mandorle tritate, lo zucchero, i tuorli d'uovo, la scorza del limone³⁴ grattugiata e la vanillina. Insabbiare sfregando il tutto dolcemente tra le mani, disporre di nuovo a fontana e porvi al centro il burro ammorbidito e lo strutto. Impastare facendo sì che la pasta non risulti omogenea, ma appaia come un insieme di piccoli grumi separati. Far cadere l'impasto sbriciolato nella tortiera imburrata e distribuirlo in modo uniforme. Disporvi sopra alcuni filetti di mandorla interi.
- Cottura: Mettere a cuocere in forno già caldo a 170°C per circa 1 ora.
- Finitura: Far raffreddare la torta, sformarla e cospargerla di zucchero a velo.
- La porzione fornisce: 251 kcal; 3 g. di proteine; 38 g. di glucidi; 10 g. di lipidi.



Tortelli di zucca mantovani

di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Lombardia - A base di Farinacei e verdure

Ingredienti per 10 persone:

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'

	-PER LA PASTA
250	g. Semola di grano duro
250	g. Farina '00'
5	n. Uova
100	ml. Olio extra vergine oliva
	Sale fino
	-PER IL RIPIENO
1000	g. Zucca gialla
100	g. Grana Padano
50	g. Mostarda di mele
50	g. Amaretti
	Noce moscata in polvere
	Sale fino
	PER IL CONDIMENTO
100	g. Burro
50	g. Grana Padano
30	g. Salvia



Costo materie prime a porzione: 0,9€

Prezzo di vendita: 10€.

Attrezzature occorrenti: Planetaria Tirasfoglie
Rondeau Schiumarola Saltiere

Metodi di cottura: bollire

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire, mondare e tagliare la zucca a pezzi grossolani. Cuocerla saltandola in un saltiere capiente finché non risulti morbida. Tritare al coltello.
- Preparazione: Disporre il composto in una bastardella e unirvi gli amaretti sbriciolati, la mostarda sminuzzata, il grana e la noce moscata grattugiati; aggiustare di sale. Preparare la pasta all'uovo in maniera tradizionale e farla riposare per circa 1 ora. Successivamente, tirare la sfoglia piuttosto sottile e ricavare dei rettangoli 7 x 4 cm per lato. Disporvi al centro una noce di ripieno e ripiegare il lato lungo formando un altrettanto rettangolo di 4 x 3,5 cm per lato. Sigillare bene i bordi e ritagliare con una rondella eliminando circa 0,5 cm di pasta ottenendo così un rettangolo definitivo di circa 4 x 3 cm.
- Cottura: Cuocere in abbondante acqua salata per pochi minuti, colarli e saltarli con burro fuso, salvia e grana padano grattugiato.
- La porzione fornisce: 434 kcal; 12 g. di proteine; 43 g. di glucidi; 24 g. di lipidi.



Totanetto ripieno alla ligure di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Tradizionale - **Origine:** Liguria - **A base di Molluschi cefalopodi**

Ingredienti per 10 persone:

1600	g.	Totani freschi 130/160 g. cad
		PER LA FARCIA
300	g.	Ciuffi di totani
50	g.	Pinoli
30	g.	Aglione - Prezzemolo
30	g.	Maggiorana a mazzi
3	n.	Uova
100	g.	Pane raffermo
50	ml.	Latte intero
50	g.	Prosciutto cotto coscia
50	g.	Parmigiano Reggiano
		Sale fino e pepe bianco
		-PER LA GUARNIZIONE
500	g.	Patate quarantine
100	g.	Olive nere piccole Taggiasche
60	g.	Pinoli
200	g.	Pomodori "Cuore di bue"
50	g.	Sedano - carota - cipolla
30	g.	Aglione - Prezzemolo
100	ml.	Olio extra vergine oliva taggiasco
40	g.	Acciughe salate
100	ml.	Vino bianco secco
		Fumetto di pesce liofilizzato
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 1h a 1h30'



Costo materie prime a porzione: 2,21 €
Prezzo di vendita: 15 €.

Attrezzature occorrenti: Pentola Saltiere Fornelli
Forno misto

Metodi di cottura: bollire al forno

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire i totani. Pelare le patate. Triare l'aglio, il sedano, la carota, la cipolla, il prezzemolo e le acciughe (pulite e private della lisca e del sale).
- Preparazione: Per la farcia: rosolare in olio extravergine di oliva i ciuffetti di totano con aglio e parte del prezzemolo; tritarli grossolanamente. Disporre il tutto in ciotola di acciaio e unirvi il pane raffermo ammorbidito con il latte, la maggiorana tritata, il prosciutto cotto, i pinoli, il parmigiano, le uova e insaporire di sale e pepe bianco. Amalgamare bene il tutto. Farcire i totani fino a 3/4, ricomporre con la propria testa di tentacoli e richiudere con uno stecco di legno.
- Cottura: Rosolare in un saltiere con olio extravergine di oliva, la mirepoix, i pinoli e aggiungere le acciughe facendole sciogliere a fiamma bassa; unire il prezzemolo trito, la concassé di pomodoro e sfumare con il vino bianco. Lascia evaporare e bagnare con il fumetto. Unire i totanetti ripieni precedentemente rosolati in un saltiere con olio di oliva. Cuocere a fiamma dolce con coperchio per circa 30 minuti. A pochi minuti dalla fine cottura aggiungere le olive.
- Finitura: Lasciare intiepidire i totani, scalopparli e servirli con una quenelles di patate e una crocchetta sempre di patata.
- La porzione fornisce: 149 kcal; 9 g. di proteine; 11 g. di glucidi; 8 g. di lipidi.



Uccelletto di vitello con piselli di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - **Origine:** Italiana - **A base di:** Carne e verdure

Ingredienti per 10 persone:

2000	g.	Noce di vitello
500	g.	Piselli surgelati
150	ml.	Olio di oliva
30	g.	Aglio
6	n.	Alloro foglie
200	g.	Farina '00'
30	g.	Prezzemolo
200	ml.	Vino bianco secco
	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime a porzione: 2,38 €

Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Rondeau Saltiere

Metodi di cottura: sbollentare saltare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Parare la noce di vitello e tagliarla a fette sottilissime (striscie).
- Preparazione: Lessare in acqua leggermente salata i piselli.
- Cottura: In un saltiere saltare in olio di oliva e aglio i carciofi. Sempre in un altro saltiere, saltare in olio di oliva, aglio e alloro la carne infarinata.
- Finitura: Dopo qualche minuto che la carne all'uccelletto salta, salare e sfumare con il vino bianco, lasciare evaporare e aggiungere i piselli cotti in precedenza. Continuare a saltare il tutto e ultimare con prezzemolo trito.
- La porzione fornisce: 307 kcal; 45 g. di proteine; 17 g. di glucidi; 20 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Antipasti

Scheda tecnica

ID: R33013

Codice di vendita:

Verdure alla griglia con salsa Salmoriglio di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Verdure

Ingredienti per 10 persone:

500	g.	Melanzane tonde viola
500	g.	Peperoni rossi e gialli
500	g.	Zucchini
500	g.	Trevisana
500	g.	Finocchi
200	ml.	Olio extra vergine oliva
20	g.	Prezzemolo
3	dl.	Salsa Salmoriglio

Tempo di preparazione: da 40' a 1h



Costo materie prime a porzione: 0,73 €
Prezzo di vendita: 5 €.

Attrezzature occorrenti: Tagliaverdure Griglia

Metodi di cottura: alla griglia

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pulire, lavare e nettare le verdure. Sbucciare l'aglio e tritarlo finemente. Pulire il prezzemolo e tritarlo. Sbollentare i finocchi.
- Preparazione: Tagliare le melanzane a fette e farle spurgare con il sale fino. Tagliare gli zucchini a fette, la trevisana e il finocchio a spicchi.
- Cottura: Cuocere le verdure alla griglia, con una temperatura ottimale. I peperoni andranno cotti interi e poi spellati.
- Finitura: Sistemare le verdure sui piatti di portata e cospargere con salsa salmoriglio. Lasciar insaporire per qualche minuto.
- Servizio: Completare con spruzzata di prezzemolo tritato.
- La porzione fornisce: 448 kcal; 3 g. di proteine; 11 g. di glucidi; 44 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Guarnizioni

Scheda tecnica

ID: R848

Codice di vendita:

Verdure tornite e saltate di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Classica - **Origine:** Francese - **A base di Ortaggi**

Ingredienti per 10 persone:

500	g.	Carote
600	g.	Patate
500	g.	Zucchini da tornire
100	g.	Burro
		Sale fino

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime a porzione: 0,19 €
Prezzo di vendita: 3 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa Saltiere

Metodi di cottura: sbollentare saltare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Pelare e mondare gli ortaggi.
- Preparazione: Tornire gli ortaggi dando loro, per mezzo di uno spelucchino a gobba, la forma di grosse olive.
- Cottura: Sbollentare per alcuni minuti in acqua bollente salata oppure a vapore, colarle con un ragno e ultimare la cottura facendole saltare con burro fuso, aggiustare di sale. Per renderle più leggere è preferibile lessarle o cuocerle a vapore lasciandole croccanti e condirle con un filo di olio extravergine di oliva a crudo, aggiustare di sale.
- La porzione fornisce: 139 kcal; 2 g. di proteine; 14 g. di glucidi; 9 g. di lipidi.



Vitello tonnato (Freddo) di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Piemonte - A base di Vitello

Ingredienti per 10 persone:

1200	g.	Girello di vitello
200	g.	Tonno all'olio d'oliva
50	g.	Acciughe sott'olio
50	g.	Sedano
50	g.	Cipolle
50	g.	Carote
30	g.	Capperi sotto sale
2	n.	Alloro foglie
5	g.	Aglio
10	g.	Rosmarino
100	ml.	Olio di oliva
150	ml.	Vino bianco secco
5	n.	Uova
	dl.	Brodo comune
		Sale fino e pepe bianco

Tempo di preparazione: 2 tempi



Costo materie prime a porzione: 0,45 €

Prezzo di vendita: 7 €.

Attrezzature occorrenti: Rondeau Mixer

Metodi di cottura: in casseruola

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Imbrigliare il girello. Mondare e lavare le verdure.
- Preparazione: Mettere la carne in un tegame con la carota, il sedano, la cipolla, il rosmarino, l'alloro, i chiodi di garofano, l'olio e un pizzico di sale e pepe bianco, in modo che si arricchisca di aromi e spezie. Bagnare la carne col vino bianco per farle acquisire maggiore sapore, quindi aggiungere il brodo.
- Cottura: Lasciare cuocere la carne a fuoco dolce; a cottura avvenuta spegnere il fuoco e lasciarla raffreddare insieme al suo fondo.
- Finitura: Preparare la salsa tonnata mettendo in una ciotola il tonno sbriciolato e le uova sode tritate, i capperi, le acciughe, diluendo il tutto con un pò d'olio di oliva e un goccio di brodo di cottura della carne; in questo modo si otterrà una salsa cremosa e morbida. Una volta fredda la carne, tagliarla a fettine sottili, disporla sul piatto da portata e nappare con la salsa. Guarnire il vitello tonnato con qualche capperi e servire.
- La porzione fornisce: 95 kcal; 9 g. di proteine; 2 g. di glucidi; 14 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Guarnizioni

Scheda tecnica

ID: R76

Codice di vendita: 0262

Zucchini trifolati di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Nazionale - Origine: Italiana - A base di Verdure

Ingredienti per 10 persone:

1500	g.	Zucchini
100	ml.	Olio di oliva
5	g.	Aglio
20	g.	Prezzemolo
	g.	Sale fino

Tempo di preparazione: da 20' a 40'



Costo materie prime a porzione: 0,56 €

Prezzo di vendita: 3 €.

Metodi di cottura: saltare stufare

Procedimento:

- Preparazione: Pulire e affettare gli zucchini.
- Cottura: Saltare in padella con l'olio e l'aglio contuso. Salare e stufare a calore moderato con il coperchio fino a cottura completa.
- Finitura: Cospargere con il prezzemolo tritato.
- La porzione fornisce: 18 kcal; 2 g. di proteine; 2 g. di glucidi; 10 g. di lipidi.



I.P.S.S.A. "Marco Polo"

Creme - Minestre - Zuppe

Scheda tecnica

ID: R33191
Codice di vendita:

Zuppa valpellenente di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Valle d'Aosta - A base di Pane

Ingredienti per 10 persone:

1000	g.	Pane di segale valdostano
1000	g.	Cavolo Verza
600	g.	Fontina Aosta
		Brodo di carne

Tempo di preparazione: da 1h30' a 2h



Costo materie prime a porzione: 1,29 €
Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Cocotte di terracotta

Metodi di cottura: gratinare

Procedimento:

- Operazioni preliminari: Tagliare il pane di segale a fette.
- Preparazione: Preparare un brodo di carne. Sfogliare il cavolo verza e lessarlo nel brodo di carne. A cottura ultimata stendere le foglie di verza sulla carta assorbente. In una cocotte imburrate, procedere a sistemare gli strati di pane, (meglio se rafferma) tagliato a fette sottili, poi la verza e poi la fontina. Si possono fare anche due strati finché non finiscono gli ingredienti. Versare il brodo di carne in abbondanza.
- Cottura: Infornare a 200° C per circa 20 minuti. Servire la zuppa quando sarà ben gratinata.



Zuppetta di cozze alla ligure di I.P.S.S.A. Marco Polo

Cucina: Regionale - Origine: Liguria - A base di Molluschi

Ingredienti per 10 persone:

3000	g.	Muscoli freschi
400	g.	Pomodori maturo tondo a grappoli
30	g.	Aglio
1	n.	Prezzemolo
100	ml.	Olio extra vergine oliva taggiasco
50	g.	Cipolle bianche
		Peperoncino
400	g.	Crostoni tostati

Tempo di preparazione: da 10' a 20'



Costo materie prime a porzione: 1,25 €

Prezzo di vendita: 8 €.

Attrezzature occorrenti: Cass. bassa

Metodi di cottura: in casseruola

Procedimento:

- Preparazione: Pulire bene i muscoli e farle aprire in una casseruola a fuoco vivace; quindi filtrare l'acqua che verrà usata successivamente per la cottura. Preparare un soffritto con olio, aglio, peperoncino e cipolla; aggiungervi i pomodori a pezzetti e i muscoli. Far cuocere lentamente, aggiungendo l'acqua fuoriuscita, opportunamente filtrata. Dopo alcuni minuti, spolverare con il prezzemolo tritato. Tostare a parte il pane, passarlo con una spicchio di aglio e disporlo nei piatti. Versarvi sopra i muscoli con il sughetto.
- La porzione fornisce: 262 kcal; 36 g. di proteine; 12 g. di glucidi; 7 g. di lipidi.