



Città di Cuneo

Pesca

bella, buona e salutare





Pesca

bella, buona e salutare

L'attualità delle tradizioni i Ricettari - anno 14 n.14

Il ricettario è stato realizzato con la collaborazione
dell'Assessorato all'Agricoltura del Comune di Cuneo

Si ringrazia il Comitato di San Sereno



©2013 METAFORE
Via 28 Aprile, 4 - 12100 Cuneo



Protagonista dell'Ottantaseiesima edizione della Mostra Regionale Ortofrutticola della Città di Cuneo è la "Pesca del cuneese".

Per questo Prodotto Alimentare Tradizionale (PAT) la messa a dimora dei primi impianti nell'area cuneese risale al 1927. Alcuni lungimiranti agricoltori della zona di Lagnasco nel saluzzese intrapresero la coltivazione di questo frutto che si dimostrò da subito adatto alle peculiarità ambientali e climatiche dei nostri terreni. Riguardo questa importante produzione di eccellenza della nostra provincia è doveroso segnalare l'impegno profuso per la promozione dalle associazioni agricole, determinanti nel percorso di affermazione della produzione locale sui mercati.

Considerato che l'Italia è il maggior produttore mondiale di pesche per il consumo fresco e che il Piemonte contribuisce in modo significativo al raggiungimento di questo primato, un tributo a questa importante produzione ci è sembrato doveroso.



Gabriella Roseo
assessore all'Agricoltura del Comune di Cuneo

PESCA DEL CUNEESE

Le varietà di pesche coltivate nella provincia di Cuneo sono molteplici, con una prevalenza di varietà a buccia glabra (nettarine) e pasta gialla. Il calendario di produzione si estende dal mese di luglio fino alla prima metà del mese di settembre, grazie alla coltivazione di differenti gruppi varietali. L'areale di produzione interessa due zone che si diversificano per metologia produttive e per varietà coltivate: la fascia di terreni di pianura che ha come centro il comune di Saluzzo e la fascia collinare del Roero. Nella prima zona la coltivazione avviene in frutteti altamente specializzati dotati di sistemi di protezione contro la grandine, le brinate e di sistemi di irrigazione localizzata dove vengono coltivate varietà di recente costituzione. Il panorama varietale è in quest'area dominato dalle varietà di nettarine a polpa gialla.

Nella zona collinare del Roero, per contro, la coltivazione avviene ancora secondo la tradizione, su terreni declivi e bene esposti ove non è possibile ricorrere all'irrigazione. Dal punto di vista varietale prevalgono le cultivar con buccia pelosa e a polpa gialla. In quest'area si sta assistendo ad uno sforzo di recupero di antiche varietà un tempo coltivate in questa zona.

MARCHIO DI QUALITÀ

Prodotto agroalimentare tradizionale (PAT)

COMPOSIZIONE E VALORE ENERGETICO

Per 100 g di prodotto - Ist. Naz. della Nutrizione www.inran.it

PARTE EDIBILE: 94%	SODIO: 1 MG
ACQUA: 86,3 G	POTASSIO: 320 MG
PROTEINE: 0,4 G	FERRO: 0,5 MG
LIPIDI: 0,1 G	CALCIO: 16 MG
CARBOIDRATI: 6,8 G	FOSFORO: 16 MG
ZUCCHERI SOLUBILI: 6,8 G	NIACINA: 0,5 MG
FIBRA TOTALE: 1,5 G.	VIT. A: 360 MCG
ENERGIA: 28 KCAL	VIT. C: 13 MCG

UN PO' DI STORIA

Nel saluzzese i primi impianti furono messi a dimora nel 1927 ad opera di alcuni lungimiranti agricoltori nella zona di Lagnasco. In breve tempo si formò un gruppo di frutticoltori fiduciosi e uniti che diedero slancio al settore e servirono da esempio per altri agricoltori che intrapresero la coltivazione del pesco. A livello varietale l'unica cultivar diffusa era la Hale intervallata negli impianti da piante di Elberta indispensabile per la fecondazione. L'incremento della superficie investita fu notevole e nel 1948 Lagnasco, poteva già vantare una fiera dedicata alla coltura del pesco. L'aumento della superficie fu accompagnato da un'evoluzione della coltura dal punto di vista varietale, con l'introduzione di nuove cultivar quali l'Impero e la Michelini e, recentemente, il rinnovamento varietale, particolarmente spinto in queste zone, ha determinato la sostituzione delle pesche con le nettarine, in particolare con varietà a polpa gialla.

Nell'albese venne effettuata la prima esperienza di peschicoltura industriale verso il 1885. In quell'anno, l'avv. Ettore Ferrio di Vezza d'Alba, preoccupato delle condizioni nelle quali era ridotta la viticoltura locale, a causa delle frequenti grandinate e per l'invasione della peronospora, concepì l'idea della peschicoltura specializzata a base di varietà primate. Impiantò, quindi, un pescheto di 70/80 are in prossimità del capoluogo, con predominio di Amsden e Rossa di Maggio di Brig. I risultati furono così soddisfacenti che iniziò subito un'attiva propaganda per questa coltura, distribuendo, in pari tempo, numerose gemme da innesto.

La coltura specializzata del pesco si diffuse in pochi anni nei comuni di Canale e Cornegliano, poi nel comune di Bra, ed anche alla destra del Tanaro, nelle Langhe. In questi ultimi decenni si è assistito ad una riduzione della superficie investita dalla coltura poiché la coltivazione del pesco risulta essere dal punto di vista economico poco competitiva con la più moderna frutticoltura di pianura. In questi ultimi anni si sta assistendo ad un recupero della coltura e delle vecchie varietà un tempo coltivate, da parte di alcuni determinati agricoltori riuniti in un presidio.

CURIOSITÀ E ISTRUZIONI PER L'USO

La pesca è ricca di zuccheri e vitamine A, B, C, è un frutto rinfrescante ed energetico e leggermente lassativo. Svolge un'azione depurativa che si manifesta con l'incremento della funzionalità dei reni e dell'intestino. È anche vermifuga, per la presenza dell'acido cianidrico.

La pesca, prevalentemente consumata come frutta fresca, è ottima anche affettata nel vino. Viene utilizzata anche per fare marmellate ed altre preparazioni tra le quali sciroppi e liquori. L'industria conserviera impiega le pesche per svariati usi, ultimamente anche come aromatizzante per esempio per il té.

Questo frutto è molto utilizzato anche in cosmesi.

LA PIANTA

Il pesco appartiene alla famiglia delle Rosaceae, tribù delle Amigdaleae, sezione delle Prunoidee, genere *Persica*, specie *vulgaris*. Secondo altri studiosi apparterebbe al genere *Prunus* (specie *persica*), come l'albicocco, il ciliegio, il mandorlo e il susino. La maturazione dei frutti avviene tra la prima e la seconda decade di maggio nelle zone meridionali, fino alla fine di settembre per le cultivar più tardive. Le varietà di pesco, in relazione alla specie di appartenenza e al tipo di prodotto fornito, vengono distinte in: cultivar da consumo fresco; nettarine; percoche. La pelle liscia ed il nocciolo libero (non aderente alla polpa), o meno (aderente alla polpa), distinguono la pesca propriamente detta dalle altre varietà prodotte dalla specie *Prunus persica*.

VARIETÀ COMUNI DI PESCHE

Pesca gialla: polpa succosa e profumata, con nocciolo libero, o meno, e pelle vellutata, ideale per crostate, pasticcini, marmellate e conserve (ad esempio Springcrest, Springbelle, Royal Gem, Royal Glory, Flavorcrest, Redhaven).

Pesca bianca: polpa bianca e filamentosa, con nocciolo aderente, o meno, (ad esempio Iris rosso, Paola Cavicchi, Maria Delizia, Maria Bianca, K2, Michelini e Duchessa d'Este). Uso: macedonia, ideale per bavaresi, gelati, sorbetti, budini e sufflè.

Pesca nettarina o pesca noce: sia a polpa gialla sia a polpa bianca, comunemente detta "pesca noce", dalla pelle liscia e rossastra, con nocciolo libero, o meno, (ad esempio Big Top, Stark Redgold, Venus, Rita star, Maria Laura, Adriana, Indipendence, Caldesi). Uso: Si usa per moltissimi dolci.

Percoca: pesca da industria idonea alla trasformazione (ad esempio Romea, Andross, Babygold). Alcune varietà di percoca della Campania hanno la denominazione di prodotto agroalimentare tradizionale.

Merendella: pelle liscia e colore bianco-verde, con nocciolo libero, o meno, diffusa in Calabria.

Pesca saturnina o tabacchiera o platicarpa: forma schiacciata, sapore intenso (alcune accessioni diffuse in Sicilia altre ottenute tramite incrocio come ad esempio Saturn e la serie Ufo).





Nelle precedenti edizioni dei ricettari sono già state pubblicate ricette che impiegano la pesca e che potranno essere consultate e stampate accedendo al sito internet del Comune di Cuneo che ospita in una apposita sezione tutti i ricettari ad oggi pubblicati.

Di seguito il link completo:

<http://www.comune.cuneo.gov.it/attivita-promozionali-e-produttive/agricoltura-industria-artigianato-sanita-turismo/i-ricettari-di-san-sereno.html>

Ecco edizione e titolo ricetta per facilitare le ricerche:

2000 - Pranzare con composte, conserve & C.

L'attualità delle tradizioni i Ricettari - anno 1 n.1

Pesche all'alcool

Pesche sciroppate

Succhi di frutta

2007 - Cibo Arancione: *energia, bellezza, salubrità*

L'attualità delle tradizioni i Ricettari - anno 8 n.8

Insalata fresca di pesche alla menta.

Pesche ripiene alle albicocche

Frittelle di pesche

Zabaione di pesche nettarine

BICCHIERINI FREDDI DI PESCHE AL DOLCETTO

Ingredienti per 10/12 persone

*1 kg di pesche gialle, 1 litro di Dolcetto,
1 litro d'acqua, 300 g di zucchero,
1 limone, 3 chiodi di garofano,
1 stecca di cannella, 6 fogli di colla di pesce*

Procedimento

Sbucciate le pesche, tagliatele a fettine di circa 1 cm, e mettetele in un recipiente con 1/3 dello zucchero per almeno 1 ora. Nel frattempo in un tegame largo mettete la scorza del limone grattugiata, il restante zucchero, il vino, l'acqua, e fate sciogliere il tutto a fuoco vivo; aggiungete poi i chiodi di garofano e la cannella. Quando il liquido si sarà ridotto della metà (circa un litro), toglietelo dal fuoco, filtratelo per eliminare i residui della scorza del limone e delle spezie e aggiungete i fogli di colla di pesce che avrete precedentemente ammollato in acqua fredda per 15 minuti, e per ultimo il succo del limone filtrato che renderà più trasparente la gelatina e lasciate intiepidire. Mettete sul fondo dei bicchierini 2-3 cucchiaini di liquido, poi alcune fettine di pesche per formare il primo strato; ponete i bicchierini in freezer per circa 15-20 minuti in modo che la preparazione si solidifichi, e poi si possa sovrapporre un altro strato uguale di liquido e pesche.

Preparati tutti i bicchierini metteteli in frigorifero e lasciateli al freddo fino a completa solidificazione (il tempo di solidificazione dipende dal bicchiere che userete).



QUICHE DI PESCHE AL ROSMARINO

Ingredienti per 6/8 persone

6 pesche noci, 30 g di burro,
350 g formaggio di caprino, 30 g di nocciole,
250 g di pasta brisee,
2 rametti di rosmarino, pepe nero q.b.

Procedimento

Lavate le pesche, asciugatele e tagliatele a spicchi. Foderate con la pasta brisee uno stampo da crostata. Affettate il formaggio e sistematele sul fondo uno strato cospargendolo di aghi di rosmarino, aggiungete le pesche a spicchi e le nocciole tritate. Proseguite alternando strati di formaggio, rosmarino, pesche e nocciole. terminate con fiocchetti di burro e un giro di pepe.

Trasferite la quiche in frigorifero per 30 minuti, prima di infornarla a 200° per 40 minuti.

Fate intiepidire prima di tagliarla delicatamente e servirla a fette.





RISOTTO ALLE PESCHE CON MANDORLE SALATE

Ingredienti per 4 persone

*4 o 5 pesche, lavate pelate e tagliate grossolanamente
360 grammi di riso per risotti, 1 cipollotto,
1/2 bicchiere di vino bianco secco,
brodo vegetale, q.b, olio extravergine d'oliva,
50 g di formaggio, tipo caciotta dolce,
20 mandorle sgusciate.*

Procedimento

In una casseruola stufare il cipollotto a rondelle in due cucchiari d'olio, aggiungere il riso, mescolare allungare col vino fare evaporare aggiungere le pesche spezzettate, aggiustare di sale. Portare a cottura aggiungendo brodo bollente poco alla volta. Nel frattempo tostare le mandorle in padella con poco sale e tritarne 2/3.

Quasi a fine cottura, aggiungere il formaggio, mescolare a fuoco spento fino a che si sia sciolto ed amalgamato al riso. Aggiungere formaggio grattugiato e mandorle tritate quindi servire guarnendo con le mandorle intere.



LONZA DI MAIALE ALLE PESCHE

Ingredienti per 4 persone

*6/8 fettine di lonza di maiale,
1 pesca noce, 25 g burro,
1/2 bicchiere di brandy,
1 pizzico di sale, farina q.b.*

Procedimento

Infarinare le fettine di lonza e tagliare a fettine sottili la pesca. In una padella far sciogliere il burro, aggiungere le fettine di pesca e farle rosolare. Aggiungere anche la lonza, scottarla su entrambe i lati, aggiustare di sale (meglio poco..) e unire il brandy. Coprire e cuocere per 5 minuti. Spostare le fettine di lonza in un piatto e far rapprendere il sughetto in padella aggiungendo poca farina. Rovesciare il sughetto alle pesche sulle fettine e servire.



INSALATA DI POLLO CON PESCHE NOCI

Ingredienti per 1 porzione

*150 gr circa di pollo grigliato,
1 pesca noce, insalata qb,
sale, pepe, aceto di mele,
1 cucchiaio e mezzo di olio evo,
mezzo cucchiaino di semi di papavero*

Procedimento

Dividete la pesca a metà, togliete il nocciolo e tagliatela a fettine. Unite all'olio evo qualche goccia di aceto, un pizzico di sale, pepe e i semi di papavero e mescolate. Tagliate il pollo in pezzettini. Disponete l'insalata, lavata e asciugata, in un piatto, aggiungete il pollo e le pesche e irrorate con l'olio.

INSALATA DI ASPARAGI CON PESCHE ALLA MENTA

Ingredienti per 4 persone

600 g di asparagi, 3 pesche,
20 g di menta, 20 g di rucola,
olio extravergine di oliva, sale



Procedimento

Mondate gli asparagi, lavateli ed eliminate le parti dure; legateli a mazzetto e sbollentate in una pentola stretta e alta di acqua salata, mettendoli dritti con le punte fuori dall'acqua, Sgocciolate dopo circa 10 minuti di bollore. Nel frattempo lavate le pesche, tagliatele a metà, eliminate il nocciolo e riducete a spicchi 2 mezza pesche, lasciando intere le altre; fate grigliare tutte le pesche per 4-5 minuti. Tritate le foglioline di menta lavate e ponete il trito in una ciotola con 2 cucchiaini di olio. Distribuite gli asparagi nei piatti singoli, disponetevi sopra le mezza pesche, gli spicchi e la rucola ben lavata e asciutta, salate leggermente, condite con la salsina alla menta e servite.

SFOGLIATINE CON CREMA DI CARCIOFI, PESCHE E CRUDO

Ingredienti per 4 persone

*1 rotolo di pasta sfoglia,
4 fette di prosciutto crudo
San Daniele,
2 pesche, una manciata
d'insalatina mista,
6 cuori di carciofo
(circa 260 g) sgocciolati,
olio d'oliva, 1 cucchiaino
di timo fresco, sale e pepe q.b.*



Procedimento

Stendete la sfoglia e tiratela leggermente con il mattarello infarinato. Ritagliate 4 rettangoli di circa 8x16cm. Disponeteli sulla teglia ricoperta di carta forno, bucherellatele con la forchetta e ricoprite con un altro foglio di carta forno e un'altra teglia: in questo modo la pasta non gonfierà. Infornate per 15 minuti a 180°C, eliminate la seconda teglia e la carta forno e proseguite la cottura per altri 5-7 minuti, finché le sfogliatine risulteranno dorate. Nel frattempo tagliate a pezzi i cuori di carciofo e tritateli con il timo e un pò d'olio d'oliva, fino ad ottenere una composto spalmabile. Salate e pepate.

Spalmate la crema sulle sfogliatine fredde, adagiatevi sopra il prosciutto crudo, l'insalatina, e le pesche tagliate a spicchi, condite con un filo d'olio e un po' di pepe macinato e servite accompagnando con un'insalatina verde.



CARPACCIO DI NETTARINE E TROTA AFFUMICATA

Ingredienti per 4 persone

*4 filettini di trota affumicata,
2 pesche noce, olio di semi, succo di lime,
sale nero macinato.*

Procedimento

In una ciotola larga alternare i filetti di trota alle fettine di pesca. Preparare una salsina con olio, succo di lime e 1/4 di pesca schiacciata versarla nella ciotola, lasciar marinare il tutto per 15 minuti e prima di servire spolverizzare con poco sale nero.



SPIEDI DI PESCHE E MAZZANCOLLE

Ingredienti per 12 spiedini

*3 pesche noci a pasta gialla,
200 g di mazzancolle già pulite, una noce di burro,
1 bicchierino di brandy, succo di due arance,
5 chiodi di garofano, cannella,
sale pepe e olio q.b.*



Procedimento

Lavate le pesche e privatele del nocciolo; tagliatele prima in 8 spicchi e poi dividete ogni spicchio in 2 parti. Risciacquate le code di mazzancolla e privatele del filetto nero se ne sono ancora provviste. Spremete le arance, filtrate il succo e mettetelo da parte. In una padella antiaderente versate il brandy e i chiodi di garofano; fate andare a fuoco vivace finché l'alcol non sarà evaporato. Aggiungete il succo d'arancia e portate a ebollizione; incorporate quindi le mazzancolle, salate, pepate e cuocete per 1 minuto con il coperchio. Togliete quindi dal fuoco le mazzancolle, aggiungete al sughetto la cannella e fate ridurre. Intanto infilate sugli spiedi un pezzo di pesca alternandolo a una mazzancolla. Quando la salsa si sarà ridotta, levate dal fuoco mantecate con una noce di burro e glassate gli spiedi.

CONFETTURA DI PESCHE E PEPERONI

Ingredienti:

*1 kg di pesche gialle, 1 kg di albicocche,
1 kg di peperoni, 3 lime, 1 kg di zucchero di canna,
1 bacca di vaniglia, 10 chiodi di garofano,
6 grani di pepe nero, un bicchierino di rum.*

Procedimento

Sbucciare pesche e albicocche, tagliarle e dadini e porre in una ciotola con quattro cucchiaini di zucchero di canna e il rum. Lasciare macerare al fresco per qualche ora, mescolando ogni tanto.

Nel frattempo pelare i peperoni (con il calore o con il pelapatate), eliminare la parte interna e tagliarli a pezzettoni regolari.

Mettere frutta e peperoni in una pentola dal fondo pesante, unire il succo di lime e cuocere coperto per 15 minuti.

Incorporare quindi lo zucchero, i semi di vaniglia e le spezie pestate in mortaio. Volendo si possono unire alle spezie anche i noccioli interni di pesche e albicocche che si abbinano bene come sapore agli altri ingredienti.

Proseguire la cottura della composta fino a raggiungere la consistenza desiderata (meglio se non troppo liquida e scivolosa). Riempire le albarelle che avrete prima sterilizzato immergendole in acqua bollente per 15 minuti e poi asciugato sopra un canovaccio pulito. Tappate con coperchi puliti e quindi capovolgete i vasi e lasciate riposare al buio per almeno 20 giorni.





COCKTAIL ANALCOLICO ZENZERO E PESCA

Ingredienti:

*4 cm di zenzero fresco,
3 cucchiaini di zucchero di canna,
2 lime, 250 ml di succo di ananas,
750 ml di succo di mela, 1 pesca noce.*

Procedimento

Sbucciate lo zenzero e grattugiatelo. Mescolatelo con lo zucchero di canna in un mortaio, aiutandovi con il pilone, poi aggiungete il succo di un lime e mescolate bene. Versate in una caraffa il succo d'ananas e il succo di mele, aggiungete lo zucchero profumato allo zenzero e mescolate. Aggiungete infine la pesca noce e il lime tagliati a fettine sottili. Coprite e mettete in frigo per un'oretta. Servite il cocktail fresco.

TORTA DI YOGURT E PESCHE

Ingredienti per stampo apribile diametro 26 cm

Per la base: 200 g farina integrale, 100 g zucchero di canna, 100 g di burro, un pizzico di sale

Per la crema allo yogurt: 1kg di yogurt alle pesche, 3 pesche, 250 ml panna da montare fresca, 6 fogli di colla di pesce, 2 cucchiaini di acqua, 2 cucchiaini di zucchero.

Per la decorazione: 2 pesche

Procedimento

Imburrate leggermente il fondo e i lati di una tortiera del diametro di 26 cm, quindi coprite il fondo con carta da forno.

In un mixer mettete farina, zucchero e sale, azionate per un minuto per fare combinare il tutto, quindi aggiungete, con il mixer in funzione, il burro freddo tagliato a pezzettini. Fate andare fino ad ottenere un composto sabbioso che pian piano tenderà ad agglomerarsi. Versate il composto sul fondo della tortiera, livellate con il dorso di un cucchiaio e mettete in frigo per mezz'ora a solidificarsi.

Preparate la crema versando lo yogurt in una ciotola capiente. Mettete la gelatina in acqua fredda per 10 minuti. Nel frattempo sbucciate le pesche e tagliarle a pezzetti, quindi metterle in un pentolino con due cucchiaini di acqua e portare a bollore. Levate dal fuoco e, con il frullatore a immersione, ridurre in purea. Rimettete sul fuoco per un altro minuto, levate dal fuoco e aggiungete la gelatina ben strizzata. Mescolate velocemente fino a scioglimento della gelatina, quindi unite allo yogurt e mescolate. A parte montate la panna con due cucchiaini di zucchero quindi unite con delicatezza alla crema di yogurt. Versate la nuova crema sulla base preparata, livellate con il cucchiaio e mettete in frigo a riposare per almeno 3-4 ore. Prima di servire, decorare la torta con fettine sottili di pesca disposte in modo concentrico.



ZUPPA INGLESE ALLE PESCHE

Ingredienti:

Biscotti savoardi q.b., 6 pesche ben mature ma sode, 4 cucchiari di zucchero, 2 limoni bio, 4 tuorli, 2 cucchiari di farina (colmi), 1 pizzico di sale, 1 limone bio, 3/4 lt. latte, Alchermes q.b. (liquido delle amarene al naturale).

Procedimento

Mettete in una terrina le pesche tagliate a spicchi (8 per pesca), aggiungere 2 cucchiari di zucchero il succo dei 2 limoni e lasciate macerare fuori frigo mescolando ogni tanto. Nel frattempo preparate la crema pasticcera montando i 4 tuorli con 4 cucchiari di zucchero, aggiungete un pizzico di sale, la farina e piano piano unite il latte. Aggiungete una falda di scorza di limone privata del bianco, mettete sul fuoco lento e portate a bollire mescolando sempre per evitare i grumi. Quando la crema si addensa spegnere il fuoco e togliere la scorza di limone.

Con i savoardi imbevuti di alchermes, foderare la base di una pirofila con bordo alto (15 circa), coprire con metà crema, appoggiare la metà degli spicchi di pesca poi aggiungere l'altra metà di crema e finire con il resto delle pesche. Mettete in frigo per 2h. circa prima di servire.



PESCHE GRATINATE

Ingredienti per 4 persone:

4 pesche noce mature e sode, cannella in polvere, pepe, chiodi di garofano, zenzero in polvere, burro, 80 g di zucchero di canna, 400 g di gelato alla crema

Procedimento

Mettete in una ciotola lo zucchero con un cucchiaino raso di cannella, uno di zenzero e una macinata di pepe aromatizzato con i chiodi di garofano (*tenete sempre in cucina un macinello con pepe in grani cui avrete mischiato 4/5 chiodi di garofano, tornerà utile per le carni, per le marinature e anche per i dolci*).

Imburrate abbondantemente 4 piattini da dessert resistenti al calore, disponete a ventaglio le pesche, lavate, asciugate e divise a spicchi. Cospargete tutto con la miscela di spezie e zucchero preparata. Trasferite i piattini sotto il grill del forno per qualche minuto. Sfornate, completate ogni porzione con una pallina di gelato e servite immediatamente.

Pesca

bella, buona e salutare

L'attualità delle tradizioni i Ricettari - anno 14 n.14

INDICE DELLE RICETTE

BICCHIERINI FREDDI DI PESCHE AL DOLCETTO	P 9
QUICHE DI PESCHE AL ROSMARINO	P10
RISOTTO ALLE PESCHE CON MANDORLE SALATE	P11
LONZA DI MAIALE ALLE PESCHE	P12
INSALATA DI POLLO CON PESCHE NOCI	P13
INSALATA DI ASPARAGI CON PESCHE ALLA MENTA	P14
SFOGLIATINE CON CREMA DI CARCIOFI, PESCHE E CRUDO	P15
CARPACCIO DI NETTARINE E TROTA AFFUMICATA	P16
SPIEDI DI PESCHE E MAZZANCOLLE	P17
CONFETTURA DI PESCHE E PEPERONI	P18
COCKTAIL ANALCOLICO ZENZERO E PESCA	P19
TORTA DI YOGURT E PESCHE	P20
ZUPPA INGLESE ALLE PESCHE	P21
PESCHE GRATINATE	P22





Città di Cuneo

Assessorato all'Agricoltura
Tel. 0171.444457 - Fax 0171.444458