Le Farine dell'Orto

FARINA DI CECI BIO, FAGIOLI BIO, CAROTE BIO, PISELLI BIO, LENTICCHIE BIO, SOIA, FAVE, PATATE E ZUCCA.

- SONO PRONTE ALL'USO
- SENZA GLUTINE
- PER PIATTI VEGETARIANI
- BIOLOGICHE
- RICCHE DI FIBRE
- RICCHE DI PROTEINE

Vuoi ricevere ulteriori informazioni?

Non le trovi nel tuo negozio di fiducia, ORDINALE IN FABBRICA.

Contattaci al **0825 876121**
servizioclienti@loconte.org
Seguici su
C.da Taverna Annibale, Area PIP, Frigento (AV)
www.lefarinemagiche.it
www.loconteshop.com

V02/19

Le Farine dell'Orto

Bio

Vellutate e...

TANTE RICETTE facili e veloci

Lo Conte Le Farine Magiche®

Fatte bene, per far bene

Le Farine dell'Orto

100% pure **100% naturali**

in pratiche confezioni **monodose** da 100 g, sono ricche sia di **proteine** che di **fibre** e portano in tavola la **qualità** di materie prime provenienti da coltivazioni biologiche, attentamente selezionate e lavorate per mantenerne inalterato il sapore, il colore e le proprietà nutritive.

Colore e Benessere per le tue Ricette

Verde, **rosso** e **giallo** sono solo alcuni dei colori da preferire a tavola per assicurare una buona dose di antiossidanti. Un'alimentazione che punta su una varietà di questi colori permette di fare incetta di sostanze preziose, come ferro, fibre, proteine, fosforo e magnesio.

Farina di Spinaci

Farina di Bietola Rossa

Farina di Zucca

Tante tante ricette

Sono tantissime: da quelle della tradizione (**ad esempio la farinata di ceci, il gateau di patate, la torta camilla con la farina di carote**) a quelle **più innovative e creative**.

Poi ci sono **idee ricche di gusto,** che non immagini e che noi ti vogliamo suggerire.

Crema da spalmare

Sugo

Crepes

Fondo per ricette gourmet

Crema per Risotto

Vaso cottura

Prepara queste ricette aggiungendo alla MOUSSE solo pochi ingredienti

Vellutata

Ingredienti per 3 persone: Mousse, 225 ml di acqua.

Preparazione: Esegui la ricetta della **Mousse**. Aggiungi 225 ml di acqua ed amalgama con un mestolo. Continua a mescolare e fai cuocere per qualche minuto a fuoco lento fino a raggiungere la consistenza desiderata. Se utilizzi la farina di soia o quella di carote dimezza la dose di acqua oppure aggiungi 20 g di amido per addensare.

Sformatino di Legumi

Ingredienti per 6 persone: Mousse, 200 ml di acqua.

Preparazione: Esegui la ricetta della **Mousse**. Aggiungi 200 ml di acqua ed amalgama con un mestolo. Continua a mescolare e porta ad ebollizione per circa 3 minuti. Versa l'impasto in stampi piccoli riempiendoli per un'altezza di circa 2 cm. Lasciali raffreddare prima di sformarli sul piatto di portata. Se utilizzi la farina di soia o quella di carote dimezza la dose di acqua oppure aggiungi 20 g di amido per addensare.

Cracker

Ingredienti per 2 persone: Mousse, 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva, sale qb

Preparazione: Esegui la ricetta della **Mousse.** Rivesti una teglia tonda delle dimensioni di ø 26/28 cm con un foglio di carta forno bagnato e strizzato. Unisci 1 cucchiaio di olio alla **Mousse** ancora calda e con una spatola unta di olio stendi l'impasto fino a renderlo sottile come un cracker, quindi spolverizza con sale, origano o altre spezie a piacere. Taglia a rombi o rettangoli e cuoci in forno preriscaldato a 190° per circa 20/25 minuti fino alla cottura desiderata.

Natura facile in cucina

Mousse

Ingredienti per 2 persone: 50 gr di farina dell'orto preferita, 175 ml di acqua fredda, 10 gr di parmigiano grattugiato, pepe e sale q.b (se vuoi dare più sapore sostituisci l'acqua con del brodo evitando il sale alla fine). **Per il soffritto:** 4 cucchiai di olio extravergine di oliva, 1 spicchio di aglio, cipolla, sedano e carota.

PREPARAZIONE: inizia dal soffritto. Quindi trita finemente la cipolla, il sedano e la carota; mettili in una pentola insieme all'olio e allo spicchio di aglio. Fai rosolare per qualche minuto e poi rimuovi l'aglio dal soffritto. Incorpora gradualmente l'acqua (o il brodo) e la farina mescolando bene. Aggiusta di sale e pepe. Fai addensare continuando a mescolare per circa 2 minuti a fiamma media. Aggiungi il parmigiano grattugiato e servi in tavola oppure utilizza la Mousse come base per le altre ricette.

Ripieno per Pasta Fresca

Ingredienti per 6/8 persone: Mousse, 180 gr di ricotta, 2 uova, 70 gr di pangrattato, 30 gr di formaggio grattugiato.

Preparazione: Esegui la ricetta della **Mousse** e dopo qualche minuto aggiungi tutti gli altri ingredienti. Amalgama fino ad ottenere un ripieno omogeneo e compatto.

Polpette ed hamburger

Ingredienti per 4 persone: Mousse, 200 g di ricotta, 120 g di mozzarella a dadini, 2 uova, 80 g di pangrattato, 40 g di formaggio grattugiato.
Per la panatura: 80 g di pangrattato

Preparazione: Esegui la ricetta della **Mousse** e dopo qualche minuto aggiungi tutti gli ingredienti mescolando fino ad ottenere un composto morbido. Prendi piccole porzioni di impasto grandi come una noce e dai una forma rotonda facendo roteare le palline tra i palmi delle mani unte di olio. Passale nel pangrattato. Friggile finchè non risulteranno dorate o, in alternativa, disponile su una placca antiaderente e mettile in forno preriscaldato a 190°per circa 30 minuti e comunque fino a doratura. Con lo stesso procedimento puoi realizzare hamburger senza passarli nel pangrattato alla fine.

Muffin e Plumcake Salati

Ingredienti per 6 persone: Mousse, 100 g di farina "00", mezza bustina di lievito istantaneo, 2 uova intere, 4 cucchiai di olio, 50 g di mozzarella/scamorza, 50 g di salumi, pirottini per muffin o stampo per plumcake.

Preparazione: In una ciotola mescola il lievito alla farina "00". Esegui la ricetta della **Mousse** e dopo qualche minuto aggiungi le uova e l'olio lavorando l'impasto con le fruste elettriche per circa due minuti. Incorpora un po' per volta la farina con il lievito continuando a mescolare con le fruste. Aggiungi i salumi sminuzzati e/o la scamorza/mozzarella tagliata a dadini. Amalgama il tutto con un mestolo. Distribuisci l'impasto nei pirottini riempendoli per 3/4 oppure versa in uno stampo per plumcake. Inforna e fai cuocere a 180° per circa 25 minuti e comunque fino a doratura. Sforma e lascia raffreddare.