

Cibo senza spreco

ISPIRAZIONE & VARIAZIONE – PER PROFESSIONISTI

EDIZIONE DICEMBRE 2024



06

Ispirazioni a base di patate
Dalla millefoglie all'espuma

10

Agrumi tuttofare
Mettono di buon umore

14

Food-Scouting by Cook
L'Originale prodotto dall'inventore
della Pinsa

Indice

- 04 Le patate sono molto pregiate**
Ma soprattutto sono delle alleate perfette
- 06 Ispirazioni a base di patate**
Dalla millefoglie all'espuma
- 08 Tanta passione**
Ecco come preparare un perfetto Beef Brisket sottovuoto di Bell
- 09 Beef Brisket Swiss Style**
Un classico del BBQ americano
- 10 Agrumi tuttofare**
Mettono di buon umore
- 12 Caramellare**
Più colore, più gusto
- 14 Food-Scouting by Cook**
L'Originale prodotto dall'inventore della Pinsa

pagina 06



pagina 08



pagina 12



pagina 14



Competenza e creatività contro lo spreco alimentare

Non si fanno frittate senza rompere le uova. Oppure, detto in altre parole: laddove si cucina, vi sono scarti e avanzi di cibo. Ma per chi sa pianificare e acquistare correttamente, può almeno ridurli. E, infatti, a volte gli avanzi possono aprire anche nuove prospettive.

Secondo il Food Waste Index Report 2024, nel 2022 sono stati sprecati 1,05 miliardi di tonnellate di cibo in tutto il mondo. Una buona parte non finisce nemmeno sul piatto, ma viene persa già durante la produzione. Ciò accade anche nel mondo della gastronomia. I rifiuti e gli scarti alimentari non possono essere del tutto evitati, ma possono essere ridotti al minimo. Le conoscenze specialistiche giocano un ruolo importante in questo caso, perché se si scelgono e si utilizzano alimenti in modo errato, si producono avanzi: sul piatto o, nel peggiore dei casi, direttamente in cucina. Ci vuole anche creatività e voglia di sperimentare, poiché non è raro che con avanzi apparentemente inutili si vengano a creare delle interessanti componenti con aromi e consistenze sorprendenti. In questa edizione di Cook forniamo alcune idee a riguardo, come sempre anche con ricette fonte d'ispirazione. Vi auguriamo buon divertimento nel provarle!

Le patate sono molto pregiate!

Le patate contengono importanti vitamine e minerali, proteine di alta qualità e pochissimi grassi. Ma soprattutto sono delle alleate perfette, sia in cucina che a tavola, fino all'ultimo pezzo di buccia.

Con un consumo annuo di 45 chilogrammi pro capite, le patate sono uno degli alimenti più amati in Svizzera. Il tubero si presenta in molte forme diverse: sbollentato, arrostito, al forno, passato o fritto, sotto forma di roesti, chips, patatine fritte, gnocchi o purè di patate. Tuttavia, spesso si dimentica quanto sia impegnativo preparare le patate. Se vengono conservate in modo errato, per esempio, diventano presto non commestibili. Inoltre, durante la preparazione, è importante anche prestare attenzione al contenuto di amido delle diverse varietà, poiché non tutte sono adatte a ogni tipo di preparazione.

Consigli per gustare le patate senza sprechi:

Conservare le patate a 4-8 gradi: se fa troppo caldo germogliano, se fa troppo freddo, l'amido si trasforma in zucchero e il sapore cambia.

Conservare le patate in un luogo buio e asciutto, per evitare che marciscano e ammuffiscano e per prevenire la formazione di solanina tossica a causa della troppa luce.

Le patate resistenti alla cottura con meno amido sono adatte per preparare zuppe e purè di patate, quelle resistenti alla cottura per patatine fritte e insalate.

Per garantire una massima croccantezza, prima della preparazione mettere le patate resistenti alla cottura da sei a otto ore in acqua fredda per eliminare l'amido: per i roesti vengono prima sbucciate, mentre per le patatine fritte addirittura già tagliate.



PATATE PER RACLETTE

resistenti alla cottura
10 kg netto

040028

prezzo del giorno



PREMIUM PATATE BLU

2 kg netto

040013

prezzo del giorno



PATATE, FARINOSE

2,5 kg netto

040070

prezzo del giorno

MILLEFOGLIE DI PATATE | ESPUMA DI CRÈME-FRAÎCHE |
SCALOGNI CARAMELLATI | BOEUF PETIT TENDER



Idea

VALLE LAS ACEQUIAS
MALBEC OAK
LUIS SEGUNDO CORREAS

Argentina
Mendoza

634010 0.75 cl 15.48



Ricette

**Né una vera millefoglie né un vero filetto, tuttavia un'assoluta delizia!
Questa pietanza croccante offre un diversivo per patate, carne e sulla tavola.**

Preparazione

Millefoglie di patate

- Sbucciare le patate, tagliarle a fette sottili e mescolare in una ciotola con strutto temperato, sale e pepe
- Disporre le patate a strati su una teglia con carta da forno, coprire il tutto con carta da forno e cuocere in forno a 150 °C per 70 minuti
- Sforzare, porre sopra una seconda teglia con un peso e lasciare raffreddare in frigorifero per almeno 2 ore
- Togliere dalla teglia e ritagliare nella forma desiderata
- Friggere nell'olio a 170 °C fino a quando non saranno ben dorate
- Sgocciolare sulla carta da cucina, disporre subito il tutto e servire

Consiglio del professionista

In alternativa, le fette di patate possono essere disposte a strati su un foglio di carta da forno (spessore minimo 1,5 centimetri, massimo 3 centimetri). In seguito, metterle sottovuoto in un sacchetto e cuocere a 85 °C per 2 ore. Togliere il sacchetto di patate dall'acqua e lasciare raffreddare completamente in frigorifero per almeno 2 ore (in base al contenuto di amido delle patate). Infine, dividere in porzioni, friggere o cuocere in forno.

Tris di patate

Avete cucinato o acquistato troppe patate? Nessun problema: che ne dite di patate schiacciate (*Kartoffel-Erde*), espuma di patate o un crunch di patate? Queste sono solo tre delle tante varietà utilizzate per poter elaborare le patate con entusiasmanti consistenze e combinare diversi piatti. Oppure è anche possibile creare un antipasto variegato a base di patate.

Patate schiacciate

- Lavare e pelare le patate, mettere la buccia da parte per il crunch di patate
- Lessare le patate pelate in acqua salata finché non diventano morbide, lasciare che svaporino e schiacciarle grossolanamente con una forchetta
- Aggiustare di sale, pepe e olio di oliva
- Saltare brevemente in olio di oliva prima di servire

Espuma di patate

- Pelare le patate e mettere la buccia da parte per preparare il crunch di patate
- Bollire le patate pelate in acqua salata finché non diventano morbide, in seguito passarle al setaccio, senza mescolare!
- Condire la massa di patate con il resto degli ingredienti, aggiustare di sale e pepe e versare il tutto in un sifone tramite un colino fine
- Caricare con le cartucce, agitare energicamente e servire

Crunch di patate

- Mettere le bucce delle patate in acqua fredda e lasciare in ammollo per almeno 30 minuti
- Togliere le bucce dall'acqua e asciugare bene
- Mescolare con olio e spezie
- Cuocere in forno ventilato a 220 °C fino a doratura



Idea

KELLERMEISTER RESERVE
GRÜNER VELLINER
KREMSTAL DAC
WINZER KREMS

Austria
Kremstal

685660

75 cl 16.60



Ricette



Dall'idea al gusto:

ecco come preparare un perfetto Beef Brisket sottovuoto di Bell

Gli elevati standard di qualità garantiscono solo l'utilizzo di carne di manzo di qualità per l'ulteriore elaborazione.



Passo dopo passo verso un'esperienza gustativa

Per prima cosa, la carne viene tagliata in porzioni in base alla grandezza richiesta, in modo da poterla adattare perfettamente ai diversi metodi di preparazione. In seguito, per rendere il Brisket succoso e saporito, viene iniettata una salamoia speziata. Questo processo assicura che la punta del petto di manzo venga uniformemente aromatizzata e diventi particolarmente tenera.

Dopo questo processo di iniezione, il Brisket viene messo nel «tumbler», dove sarà accuratamente speziato in modo che gli aromi si diffondano all'interno della carne. Infatti, speziare la carne in modo mirato è decisivo per offrire al Brisket quel tipico gusto inconfondibile.

In seguito, la carne preparata viene sigillata in sacchetti termoretraibili per consentire un risultato di cottura davvero ottimale.

Cottura perfetta per un ottimo gusto

Durante la cottura viene messa in evidenza la vera e propria arte della produzione del Brisket: la carne cuoce a temperatura controllata per diverse ore. Questo processo è importante poiché rende il Brisket più tenero, consentendo agli aromi di svilupparsi in modo ottimale. Dopo la cottura il Brisket ha bisogno di essere raffreddato con cura prima di procedere a un'ulteriore lavorazione.

Durante la fase finale il Brisket viene contrassegnato e munito di una fascetta. In questo modo, oltre ad avere un imballaggio perfetto, anche l'etichettatura risulterà chiara ai fini di un facile utilizzo nell'ambito della ristorazione.

Consiglio per la preparazione

Per un gusto davvero perfetto: riscaldare il Brisket a 80 °C a vapore o a bagnomaria fino a raggiungere la temperatura interna di 60 °C. Glassare con il succo della carne e burro a 180 °C per 30 minuti. Raffinare a piacere con la salsa BBQ.



Ricette



Beef Brisket Swiss Style si adatta bene per eventi

Cuocere la carne in anticipo, raffreddarla, porzionarla quando è fredda e rigenerarla prima di servirla. In questo modo non dovrete stressarvi e saprete in anticipo che la quantità e la qualità della carne sono perfette.



**BELL
BEEF BRISKET**

sottovuoto
ca. 1,75 kg

077427



PETTO DI MANZO

per brisket
ca. 3 kg

052223

prezzo del giorno

prezzo del giorno

Agrumi tuttofare

Durante i mesi più freddi dell'anno, gli agrumi mettono di buon umore e ciò grazie alla loro freschezza, alle vitamine e alla grande varietà. L'unico svantaggio è dovuto dagli elevati scarti. Ma anche questi possono essere ridotti al minimo.

Spesso si parla semplicemente di arance, limoni, mandarini e pompelmi. Ma dietro si celano circa 1600 diverse varietà, da verde ad arancione, da dolce ad acidulo, dal salato all'amarognolo. Tutti hanno in comune l'alto contenuto di vitamina C, la freschezza e il sapore esotico che conferiscono ai piatti, ma anche gli elevati scarti: il pericarpo, la parte esterna del frutto, negli agrumi rappresenta fino al 45 per cento. Una gran parte è costituita dalla scorza, cioè dall'esocarpo. Spesso viene tolto anche il mesocarpo bianco sottostante. Un peccato non solo per il budget, ma anche per il piacere e l'aspetto. Dopo tutto, questi avanzi potrebbero ancora portare tanto entusiasmo a tavola.

Consigli per ridurre gli sprechi di arance, limoni e & Co.:

Candire: sbollentare per tre volte i pezzi di scorza, con o senza mesocarpo, per ridurne l'amarrezza, farli bollire in acqua zuccherata fino a renderli morbidi e, infine farli asciugare: un'esaltazione di gusto e a livello visivo.

Aromatizzare con olio: mettere le scorze degli agrumi in una bottiglia e riempire con olio di oliva, per esempio. Lasciare riposare per tre settimane. Passare l'olio e utilizzarlo per insalate o marinare.

Caramellare: essiccare i pezzi di scorza nel forno e utilizzarli per decorare o aromatizzare. Con un calore leggermente superiore, si ottengono scorze caramellate e, quindi, nuovi aromi.

Acqua agli agrumi: far bollire in acqua la scorza degli agrumi, preferibilmente con un po' di mesocarpo. L'acqua aromatizzata può essere utilizzata come base liquida per torte e pane.

KUMQUAT

Import
2 kg netto

047737

prezzo del giorno

MANDARINI PATERNÒ

Italia
ca. 2 kg netto

047853

prezzo del giorno

LIMONI

Spagna
2 kg netto

048821

prezzo del giorno

LIMETTE

Import
1 kg netto

047753

prezzo del giorno



Caramellare: più colore, più gusto

Tutto migliora con un po' di zucchero. Soprattutto se viene riscaldato in modo mirato. Inoltre, non si tratta sempre e solo di dolci.

I pezzetti di caramello giallo oro e croccante sono un'ottima decorazione per dolci. Questi si preparano velocemente: scaldare lentamente lo zucchero, stendere e lasciare raffreddare. A seconda del tipo di zucchero e della temperatura, si possono anche creare colori e sapori diversi. Quindi, sarebbe un peccato limitarsi solo all'ambito dei dolci.

Cosa caramellare

Il pesce e la carne possono essere caramellati anche con una marinata di miele e olio. Con la frutta o la verdura, lo zucchero della frutta stessa può essere completato con aceto balsamico e sciroppo d'acero. Infine, si possono fare esperimenti con i dolci, per esempio aromatizzando diversi tipi di zucchero con spezie o scorze di agrumi.

Come caramellare

Il modo classico di caramellare è in padella. Il forno a calore uniforme è ideale per grandi quantità o ingredienti delicati, mentre la salamandra elettrica va bene per piccoli piatti su cui si vuole ottenere rapidamente una crosta croccante. Oppure si può usare il bruciatore a gas per caramellare lo zucchero sui dolci.



CREMA DI LIMONE CONFIT | INSALATA DI AGRUMI | MERINGA A BASTONCINI | CREMA DI MASCARPONE E ROSMARINO

Preparazione

Crema di limoni canditi

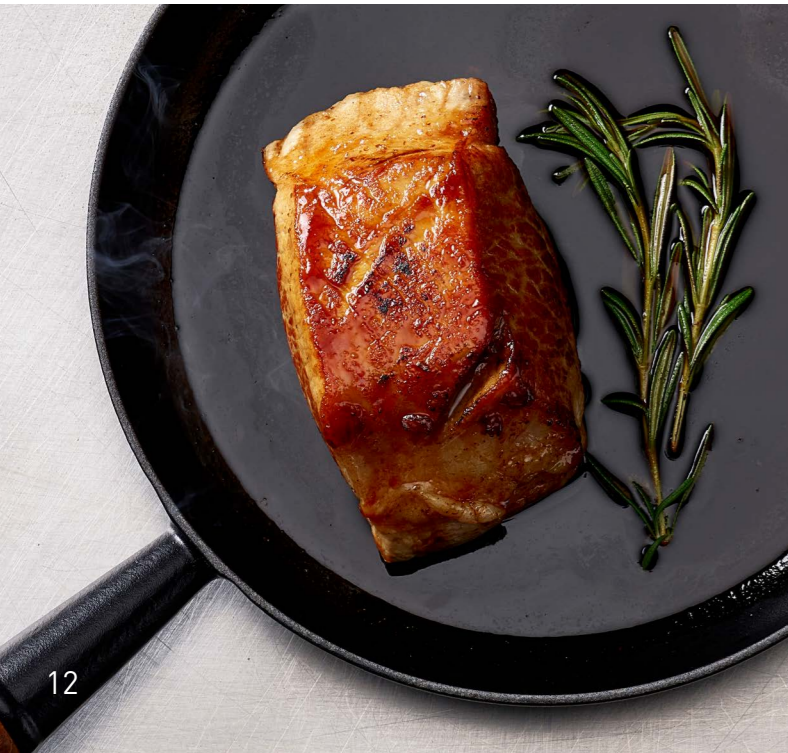
- Pulire accuratamente i limoni, soprattutto se si tratta di limoni trattati
- Tagliare a fette
- Sbollentare le fette di limone per tre volte e in seguito sgocciolarle
- Togliere i semi dei limoni
- Pesare le fette di limone e versare lo stesso peso di zucchero e acqua in una pentola insieme ai limoni
- Portare il tutto a ebollizione e cuocere a fuoco lento per 30 minuti
- Versare in un vasetto da conserva e lasciare raffreddare
- Sgocciolare i limoni canditi e ridurre il tutto in purea fino a ottenere una delicata crema

Insalata di agrumi

- Sbucciare gli agrumi, utilizzando di preferenza un pelapatate, in modo da poter elaborare ulteriormente la scorza (scorza candita)
- Filettare con cura gli agrumi e, a piacere, tagliarli a pezzetti
- Spremere il succo degli scarti della filettatura, portare a ebollizione con lo sciroppo di bergamotto e lasciare raffreddare il fondo fino a quando non sarà tiepido
- Versare l'aceto nel fondo tiepido e frullare con un frullatore a immersione in modo da ottenere una sorta di vinaigrette
- Marinare gli agrumi tagliati con la vinaigrette



Ricette



Consigli del professionista

Per caramellare si utilizzano diversi «tipi di zucchero» (zucchero grezzo, miele, aceto balsamico, ecc.) che reagiscono in modo diverso al calore, con il rischio di sviluppare sostanze amare o aromi sgradevoli.

Un calore uniforme e controllato è fondamentale per caramellare lo zucchero o gli alimenti zuccherati in modo uniforme senza bruciarli. È importante avere pazienza, controllando attentamente il calore e monitorando il processo per ottenere l'aroma desiderato.

SCORZE DI AGRUMI IN POLVERE

Utilizzo appieno di prodotti di scarto (scorze) ricavati dalla lavorazione degli agrumi

Preparazione

Scorze di agrumi in polvere

- Sbollentare le scorze di agrumi in acqua per ben tre volte in modo da ridurre il contenuto di sostanze amare
- Far bollire l'acqua con zucchero e scorze di agrumi
- Sgocciolare le scorze di agrumi ed essiccarle completamente in forno a 50 °C o in un essiccatore
- Ridurre in polvere le scorze di agrumi essiccate con un frullatore

Consigli del professionista

Le scorze di agrumi in polvere possono essere utilizzate in vari modi:

- nei dolci (panna, gelato, sorbetto, ecc.)
- nell'ambito del bar (cocktail, decorazioni, ecc.)
- in generale in cucina, dall'amuse-bouche al piatto principale (per cuocere, aromatizzare, ecc.)
- produzione di miscele di spezie, zucchero aromatizzato, sale e oli



L'inventore e leader di mercato a livello mondiale della categoria Pinsa

Con le basi di pinsa fatte a mano, una ricetta unica e con tanta passione, DI MARCO ha creato l'originale che fa scuola in tutto il mondo. La pinsa unisce tradizione e passione a un gusto incomparabile.



La popolarità della Pinsa Romana

Dall'Italia alla Spagna, Francia e Svizzera, oggi è disponibile in 70 paesi del mondo. La domanda per la categoria Pinsa Romana è aumentata notevolmente negli ultimi anni ed è diventata un successo globale.

Il termine Pinsa deriva dalla parola latina «pinsère» che significa «schiacciare» o «allungare». Questa accurata lavorazione a mano conferisce alla pinsa la sua caratteristica forma allungata, che le dona un inconfondibile aspetto rustico e artigianale. La pinsa viene tradizionalmente cotta al forno in bianco, cioè senza pomodoro o altre salse aggiunte e, solo successivamente condita con ingredienti selezionati e bagnata con un filo di olio di oliva extra vergine.

DI MARCO – Il pioniere della Pinsa Romana

Per amore della perfezione: negli anni '80, Corrado Di Marco, ispirato dalla sua famiglia, ha sperimentato per anni nuovi tipi di farina e tecniche per sviluppare una versione più leggera e digeribile della pizza. Dopo aver ottimizzato la ricetta con oltre 2000 prove di lievitazione, nel 2001 ha creato la Pinsa Romana - L'ORIGINALE: una base di pasta moderna, ovale, morbida, con uno strato esterno croccante e una consistenza soffice e morbida all'interno.

La ricetta di questa miscela unica di farina di grano, riso e soia in combinazione con uno speciale lievito madre, è un segreto ben custodito! I prodotti DI MARCO vincono giustamente tutte le degustazioni alla cieca e i premi in diversi paesi.

Un piacere che convince in modo più sano!

La Pinsa Romana di DI MARCO stabilisce nuovi standard nella cucina moderna: realizzata con ingredienti puramente vegetali, vegana e certificata halal e kosher, è un'alternativa sana ai prodotti convenzionali. Senza OGM, additivi e conservanti, DI MARCO garantisce la massima qualità utilizzando solo materie prime certificate. Grazie alla sua base di lievito madre, la pinsa non solo ha un valore nutrizionale più elevato, ma è anche particolarmente facile da digerire grazie alla lievitazione di 72 ore, nonché all'elevato contenuto di acqua. Esiste anche una versione senza glutine per le persone intolleranti al glutine e una versione multicereali per gli amanti dell'integrale: una delizia perfetta per tutti!

Questi buoni valori sono il motivo per cui molti cuochi in dietetica utilizzano le basi Pinsa di DI MARCO.

DI MARCO Pinsa Romana CLASSIC

surgelata
19 x 30 cm
16 x 230 g

529295



230 g **3.64**

DI MARCO Pinsa Romana SENZA GLUTINE

surgelata
30 x 19 cm
10 x 250 g

529239



250 g **4.98**



HUGENTOBLER | Sistemi di cottura svizzeri

Nuovo e in esclusiva: 20% di sconto sull'intera offerta di corsi per clienti Transgourmet/Prodega!

Approfittate dell'esclusivo sconto per clienti Transgourmet/Prodega e ampliate il vostro bagaglio di conoscenze specialistiche! Andate alla scoperta della versatilità dell'offerta dei corsi di Hugentobler – dalle tecniche **sottovuoto** fino alla realizzazione di piatti **deliziosamente teneri nell'Hold-o-mat**. Acquisite nuovi metodi di cottura in grado di elevare ulteriormente la vostra cucina.

Offerte di corsi e iscrizione:
hugentobler.ch/kursangebot

Codice promozionale: cook



Transgourmet/Prodega

Transgourmet Svizzera SA
Lochackerweg 5
3302 Moosseedorf

031 858 48 48

cook.transgourmet.ch
webshop.transgourmet.ch

20.12.2024–10.4.2025

Si riservano cambiamenti di prezzo e limitazioni di quantità!
Tutte le offerte sono IVA esclusa.