



## **SCHEDA DI ADESIONE CONCORSO “AGROBIODIVERSITÀ A TAVOLA”**

Edizione 2022

### **RIEPILOGO ISTRUZIONI PER LA CANDIDATURA**

I gruppi classe partecipanti potranno candidare n.1 piatto a scelta tra antipasto, primo piatto o secondo piatto. Per la preparazione dovranno essere utilizzate esclusivamente materie prime fresche, di prevalente provenienza regionale.

Per candidarsi al concorso enogastronomico, dovrà essere compilata in tutte le sue sezioni la presente “Scheda di Adesione”. La scheda, opportunamente compilata, dovrà essere inviata in formato .pdf entro e non oltre **sabato 14 maggio 2022** all’indirizzo email [info@settimanabiodiversitapugliese.it](mailto:info@settimanabiodiversitapugliese.it).

### **IMPORTANTE**

A completamento della candidatura, assieme alla presente scheda dovrà essere inviato almeno uno dei contenuti multimediali di seguito elencati, che presenti il piatto candidato. A tal fine sono considerati validi ai fini concorsuali i seguenti contenuti multimediali:

- Galleria fotografica delle fasi di preparazione e del prodotto ultimato (n. min. foto: 4, n. max. foto: 10), con apposite didascalie esplicative<sup>1</sup>;
- Video ricetta con esposizione delle fasi di preparazione e presentazione del prodotto ultimato (durata min. video 3 min., durata max. video: 10 min.).

L’email di candidatura deve essere inviata avente come oggetto il titolo del concorso (“AGROBIODIVERSITÀ A TAVOLA”).

---

<sup>1</sup>Possono essere inserite come titolo delle foto, oppure si può predisporre una presentazione .ppt con foto e didascalie.

## SCHEDA DI ADESIONE CONCORSO “AGROBIODIVERSITÀ A TAVOLA”

<b>2. DATI CLASSE CANDIDATA</b>	
<b>Istituto di appartenenza</b> <small>(indicare nome e sede dell'istituto scolastico)</small>	<b>Istituti Professionali “DOMENICO MODUGNO” – Polignano a mare (BA)</b>
<b>Indirizzo di studio</b>	<b>Enogastronomia – settore cucina</b>
<b>Classe</b> <small>(indicare anno e sezione della classe candidata)</small>	<b>4 A enogastronomia</b>

<b>3. DESCRIZIONE DELLA RICETTA</b>	
<b>Titolo della ricetta</b>	<b>Orecchiette al centrifugato di carote di Polignano a mare con fonduta di caciocavallo podolico dauno , cozze tarantine e basilico</b>
Dosi per n° 4 persone	
<b>Ingredienti</b> <small>(elencare gli ingredienti utilizzati, indicandone le proporzioni e sottolineando eventuali utilizzi di prodotti riconosciuti come tipici o tradizionali - es. IGP, DOP, STG, PAT, Slow Food, iscritti nel registro di varietà e razze Regione Puglia)</small>	<p>Carote di Polignano PAT - presidio Slow Food Kg. 1</p> <p>Semola Senatore Cappelli g. 300</p> <p>Olio extra vergine di oliva Terra di Bari DOP ml. 50</p> <p>Cozze tarantine PAT KG. 1</p> <p>Latte intero dl 200</p> <p>Aglione di Altamura g. 10</p> <p>Caciocavallo Podolico del Gargano PAT - presidio Slow Food g. 200</p> <p>Sale e pepe q.b.</p> <p>Basilico g. 10</p>

<p><b>Procedimento</b> (descrivere le differenti fasi di preparazione della ricetta)</p>	<p><b>PER IL CENTRIFUGATO DI CAROTE:</b> Lavare le carote, tagliarle a tocchetti. Inserire quindi tutto nell'estrattore. Azionare e recuperare il succo ottenuto.</p> <p><b>PER LE ORECCHIETTE:</b> Miscelare la semola, e impastare con olio, sale e centrifugato di carote. Lasciar riposare per 20 minuti. Dopo di che realizzare le orecchiette.</p> <p><b>PER L'AGLIO PASTORIZZATO:</b> Pelare l'aglio e sbianchitelo per almeno 3 volte. Dopo di che mettere l'aglio nel latte e cuocere a 90° per 1 ora e frullare.</p> <p><b>PER LA FONDATA DI CACIOCAVALLO PODOLICO:</b> Grattugiare il caciocavallo podolico e inserirlo in una busta sotto vuoto con il latte. Mettere nel roner a 45° per 30 minuti. Emulsionare il tutto così otterremo la crema liscia.</p> <p><b>PER IL FONDO DI COZZE:</b> Sciacquare bene le cozze e eliminare il filamento laterale. Aprire a frutto netto le cozze. Recuperar l'acqua che fuoriesce da esse.</p> <p><b>COTTURA E FINITURA DELLE ORECCHIETTE :</b> Cuocere la pasta in acqua leggermente salata, scolare e adagiare nel saute' di cozze, dove;è stato precedentemente messo il fondo di acqua di cozze aromatizzato con la crema all'aglio. Saltare il tutto e aggiungere le cozze a frutto.</p> <p><b>IMPIATTAMENTO:</b> Servire adagiando le orecchiette su un letto di fonduta di caciocavallo con foglioline di basilico.</p>
<p><b>Altre note</b> (facoltativo - campo dedicato all'inserimento di altre informazioni utili, come curiosità, testimonianze orali e/o scritte che richiamino il legame tra uno o più ingredienti della ricetta e il territorio pugliese)</p>	<p><b>Tutti gli ingredienti provengono da produzioni biologiche.</b></p>

<b>4. ASPETTI NUTRIZIONALI</b>					
<p>(elencare per ciascun ingrediente il valore degli aspetti nutrizionali in tabella. Ulteriori aspetti nutrizionali possono essere inseriti nel campo "Altre note nutrizionali". Al termine indicare il contenuto complessivo e per porzione di nutrienti)</p>	<b>Alimento</b>	<b>Proteine</b>	<b>Lipidi</b>	<b>Carboidrati</b>	<b>Kcal</b>
	<b>CAROTA</b>	<b>11</b>	<b>2</b>	<b>43</b>	<b>350</b>
	<b>SEMOLA</b>	<b>34,5</b>	<b>1,5</b>	<b>230,7</b>	<b>1017</b>
	<b>OLIO EVO</b>	<b>0</b>	<b>49,95</b>	<b>0</b>	<b>449,5</b>
	<b>COZZE</b>	<b>35,1</b>	<b>8,1</b>	<b>10,2</b>	<b>252</b>
	<b>LATTE INTERO</b>	<b>5,5</b>	<b>7,2</b>	<b>9,8</b>	<b>128</b>
	<b>AGLIO</b>	<b>0,09</b>	<b>0,06</b>	<b>0,84</b>	<b>0,41</b>
	<b>CACIOCAVALLO</b>	<b>75,4</b>	<b>62,2</b>	<b>4,6</b>	<b>878</b>
		<b>161,59</b>	<b>131,01</b>	<b>299,14</b>	<b>3074,91</b>
	<b>Totale per porzione</b>	<b>40</b>	<b>33</b>	<b>75</b>	<b>769</b>
<p><b>Altre note nutrizionali</b> (facoltativo - qui è possibile inserire altri valori nutrizionali o presentare una breve descrizione nutrizionale)</p>	<p><b>Proteine ad alto valore biologico</b> <b>Lipidi saturi e insaturi (omega -3, omega- 6)</b> <b>Carboidrati complessi (amido)</b> <b>Fitocomposti: antociani, beta-carotene, quercetina, vitamina E</b></p>				