



CSR Marche 2023-2027 intervento SRH04 prog. Id. 76702 che prevede il contributo comunitario

I PRODOTTI DI STAGIONE DEL NOSTRO TERRITORIO



OTTOBRE = TARTUFO BIANCO

Sua maestà il **Tartufo bianco**, il diamante della terra, tanto pregiato quanto difficile da trovare, è senza ombra di dubbio il Re della stagione autunnale. Dal caratteristico profumo forte e inebriante, eleva e arricchisce anche i piatti più semplici, da un semplice crostino con olio, ad un primo piatto di pasta all'uovo, o addirittura abbinato a carne e pesce.



Curiosità sul TARTUFO

Il tartufo va conservato in un barattolo a chiusura ermetica e avvolto in carta assorbente, e non messo nel riso come viene suggerito di solito. Il riso nel barattolo ha certamente la capacità di assorbirne l'umidità, ma anche di assorbirne il profumo. Potrebbe venire un ottimo risotto all'aroma di tartufo, con un tartufo che però ha perso tutte le sue caratteristiche organolettiche.

Altra curiosità è che il tartufo bianco non va mai consumato cotto! Esiste una sola ricetta, segnalata, nella tradizione gastronomica italiana che contravviene a questa regola: è il "tegamino alla lodigiana", piatto in cui con il parmigiano, le uova e il tartufo bianco vengono cotti a strati in forno. Infatti, i tartufi bianchi non vanno mai grattugiati, ma lamellati a fette sottili; la grattugia strappa e non affetta, rovina l'estetica dell'interno del tartufo e ne disperde sia sapore che aroma.



Pillole di botanica e agronomia

Anche se il nome scientifico è "Tuber Magnatum", il tartufo è un fungo ascomicete, che vive in simbiosi con le radici di alcuni alberi. Non è una patata, non è un tubero e nemmeno una radice. Cresce interrato a profondità che possono andare da pochi centimetri fino a oltre il metro, in associazione con latifoglie (Pioppi, Tigli, Querce ecc.) in terreni argillosi, spesso lungo corsi d'acqua, a fine estate e in autunno-inverno.

È tipico della provincia di Pesaro Urbino, in particolare caratteristico ad Acqualagna, Pergola e Sant'Angelo in Vado, dove si cava da ottobre a novembre; È tipico anche il Bianchetto raccolto a fine inverno.



PROPRIETA' NUTRIZIONALI E VIRTU' BENEFICHE

Ricco di proteine e fibre, povero di grassi e privo di colesterolo, lo possono mangiare senza problemi persone di tutte le età, anche affette da problematiche cardiovascolari e da individui con intolleranza al glutine o con celiachia poiché non contiene glutine.

Infatti, definito da alcuni anche “carne vegetale”, tra i benefici di questo alimento l’ottima quota proteica, che ammonta a 6 grammi per ogni etto di prodotto. ricco di fibre, importanti per la regolarità intestinale e per conferire sazietà, cosa quest’ultima che, assieme alla totale assenza di grassi e all’impatto calorico assai contenuto, lo rendono un prezioso alleato per quanti sono a dieta, o comunque devono tenere sotto controllo il peso corporeo, e per quelli che soffrono di colesterolo alto.

LE RICETTE DEL PRODUTTORE

Tagliatelle all’uovo con fonduta di pecorino e tartufo bianco pregiato



INGREDIENTI PER LA PASTA ALL’UOVO (PER 4 PERSONE).

500 gr farina 00

5 tuorli d’uovo

1 uovo intero

PER IL CONDIMENTO

150 gr latte

150 gr formaggio pecorino semistagionato

40 gr tartufo bianco

2 dl brodo vegetale

60 gr burro

qb noce moscata

PREPARAZIONE

Tirate fuori dal frigo le uova con un po' di anticipo, perché è preferibile usarle a temperatura ambiente, in quanto si amalgameranno meglio all'impasto. Disporre la farina a fontana e aggiungere i 5 tuorli e l'uovo intero. Impastare a mano fino a ottenere un composto uniforme ed elastico. Far riposare l'impasto in frigorifero per almeno 30 minuti. Stendere la pasta aggiungendo un po' di farina per non farla attaccare al mattarello, fino a ottenere uno spessore di 4 mm. Per impastare e stendere la pasta sarebbe meglio usare un asse di legno, che non essendo perfettamente liscio (come quelli di marmo) donerà alla pasta quella ruvidezza e porosità che le permetterà di assorbire meglio i condimenti una volta cotta.

Cercate di stendere la pasta in un luogo dove non vi siano correnti d'aria, in quanto basterebbe veramente poco a farla seccare. Arrotolare la sfoglia su se stessa e tagliarla a fettine larghe circa mezzo centimetro.

Per la fonduta di pecorino, Portare a bollire il latte, Spegnerne il fuoco e aggiungere il pecorino in piccoli pezzi per farlo sciogliere meglio. Aromatizzare con noce moscata. Nel frattempo Cuocere le tagliatelle in acqua bollente per qualche minuto.

A parte, mettere in una padella una noce di burro e il brodo vegetale e far scaldare per circa 1 minuto. Saltare in questa padella la pasta per circa 2 minuti insieme alla fonduta. Servire molto calda dopo avervi grattugiato a lamelle sopra il tartufo

PILLOLE DI SICUREZZA ALIMENTARE:

MALATTIE TRASMESSE DAGLI ALIMENTI

Le Malattie Trasmesse dagli Alimenti (MTA) sono provocate dal consumo di prodotti alimentari o acqua contaminati da agenti di varia natura come batteri, tossine, virus e parassiti che determinano il manifestarsi di sintomatologie prevalentemente gastrointestinali, ma non solo, nel consumatore.

La contaminazione dei cibi che raggiungono le nostre tavole può avvenire in una qualsiasi delle fasi della *filiera*, a partire dalla produzione primaria in allevamento o in campo e spesso a causa di scorrette modalità di manipolazione e/o trasformazione dei prodotti alimentari ma anche di fattori "sociali" come le nuove abitudini alimentari e lo stile di vita.

Le MTA possono interessare tutte le fasce di età, con conseguenze più gravi in soggetti appartenenti alle categorie a più alto rischio come nel caso di bambini, persone immunocompromesse, malati cronici e donne in gravidanza.

Le malattie provocate dagli alimenti sono classificabili in:

- **Infezioni alimentari** provocate dall'ingestione dei patogeni vivi presenti nell'alimento come nel caso di *Salmonella* spp. (uova fresche, pollo crudo) o di *Listeria monocytogenes*

(cibi pronti al consumo);

- **Intossicazioni alimentari** provocate dall'ingestione di sostanze tossiche preformate nell'alimento come nel caso della tossina botulinica da *Clostridium botulinum* (conserven vegetali e animali) e delle enterotossine stafilococciche di *Staphylococcus aureus* (*formaggi al latte crudo*);
- **Tossinfezioni alimentari** provocate dall'ingestione del patogeno vivo e la produzione di tossine direttamente all'interno del tratto gastroenterico come nel caso di *Bacillus cereus* (riso cotto non correttamente refrigerato).

Gli ultimi Report dell'EFSA (*Autorità Europea per la Sicurezza Alimentare*) mostrano un trend in aumento delle MTA, stimando che nell'Unione Europea si verifichino ogni anno più di 300.000 casi nell'uomo accertati.

Come tutelarsi? Secondo l'OMS (*Organizzazione Mondiale della Sanità*) i concetti base della prevenzione sono:

- Il consumo di prodotti "sicuri" sottoposti a processi in grado di assicurarne la salubrità

(es. pastorizzazione o la sterilizzazione ecc.);

- La corretta cottura dei cibi in modo che tutte le parti, anche le più interne, raggiungano una temperatura di almeno 75°C al cuore del prodotto per un tempo appropriato al tipo di alimento;
- La corretta conservazione degli alimenti deperibili in frigorifero (da 0°C a +2°C/+4°C) per brevi periodi o in congelatore (-18°C);
- La cura dell'igiene personale e delle mani per la corretta manipolazione degli alimenti;
- Evitare la contaminazione crociata (*cross-contamination*) fra cibi crudi e cotti;
- Assicurare la corretta igiene e sanificazione di tutte le superfici della cucina, gli utensili ed i contenitori che vengono a contatto con gli alimenti.

CSR Marche 2023-2027 intervento SRH04 prog. Id. 76702 che prevede il contributo comunitario



IMPRESA VERDE
MARCHE SRL