

Italienska smaker sedan 1999



Spirito Contadino

DEN VÄRDEFULLA JORDEN



Art.nr 13583 **Funghi Cardoncelli / Kungsmussling**

Pleurotus eryngii

Cardoncelli-svampar anses vara värdefulla eftersom de är rika på näringsegenskaper: proteiner, essentiella aminosyror och huvudvitaminer, inklusive biotin, som är avgörande för ämnesomsättningen och har låg fetthalt. De hjälper till att bekämpa kolesterol och öka immunförsvaret.



TILLAGNING: lägg ned de frysta cardoncelli-svamparna i kokande vatten i 7-8 minuter, låt rinna av och stek i olja, krydda efter smak.

Friariello di Campo tolkad av Chef di Spirito:

"Cardoncellisvampar, med köttigheten och smaken som kännetecknar dem, lämpar sig mycket bra för att göra de mest varierande rätterna, till fina kött-rätter, som tillbehör eller på pizza."



KUNGSMUSSLING MED BECHAMEL & ÄGGULA: 2 person

1 kg Funghi Cardoncelli · 2 äggulor · 500 g Bechamélsås · Persilja · Extra Jungfruolja · Salt & Peppar

Koka den frysta Funghi Cardoncelli i vatten i 2 min, stek några minuter i Extra Jungfruolja. Gör Bechamélsåsen och lägg i bladpersilja. Lägg upp den stekta Funghi Cardoncelli på ett fat, lägg på äggula och häll över Bechamélsåsen, salt & peppra efter smak. Njut!

molino

Manufakturgatan 23 · 417 07 Göteborg · Tel. +46 (0) 31 21 27 77 · info@ilmolino.se · ilmolino.se