



MENSILE: COTTO E MANGIATO  
aprile 2016

## Il consiglio di Cotto e Mangiato

# FALERNO DEL MASSICCIO BIANCO DOP UN BIANCO ELEGANTE E PROFUMATO

### L'ABBIAMO SCELTO PERCHÉ

Un vino storico della Campania, che si abbina a pasta e risotti con verdure, ottimo anche con antipasti e secondi di pesce e crostacei.

### UVE

Falanghina.

### COLORE

Colore giallo paglierino.



### PROFUMO

Elegante, con sentori di frutta matura, fiori e delicate note di vaniglia.

### GUSTO

Equilibrato, vellutato, ricco e persistente.

### COME SERVIRLO

Temperatura: 10/12 °C.

[www.villamatilde.it](http://www.villamatilde.it)

**RICETTA**

**PIATTI UNICI SUBITO PRONTI**  
CARBOIDRATI E PROTEINE LA COPPIA VINCENTE CHE RISOLVE IL PRANZO IN UNA SOLA MOSSA

**Un ricetta del momento**  
Filetti di orata al vapore con verdure a pag. 46

**Menu per 4 a 12 euro**  
SEMPLICE E VELOCE PER SODDISFARE TUTTA LA FAMIGLIA SPENDENDO POCO

**Dolci per tutti i gusti**  
AL LUCCHIAIO, COTTI IN FORNO E CON TANTA FRUTTA DI STAGIONE

**PRIMAVERA IN TAVOLA**  
Ricette delle tradizioni regionali con pesce, carne, verdure. E in più, i segreti della vasocottura

**Ingredienti:** Filetto di orata, zucchine, carote, piselli, fave, olive, olio extravergine di oliva, sale, pepe, limone.

**Preparazione:** 1. Pulire le verdure e tagliarle a cubetti. 2. Lessare le fave in acqua bollente con un pizzico di sale. 3. Cuocere il filetto di orata al vapore. 4. Servire con le verdure e le fave.

**Consiglio:** Servire con un'insalata di verdure.

**Nota:** Per una versione vegetariana, sostituire il filetto di orata con i filetti di tofu.

**Autore:** Tessa Gelisio

**Fonte:** Cotto e mangiato

