

Il Ricettario



Volete stupire i vostri amici con un piatto raffinato, dai tratti innovativi e adatto a chi segue una dieta sana ed equilibrata ?

Semplice! non dovete far altro che consultare le ricette preparate con i prodotti Sa Marigosa, cucinare con passione e prepararvi a ricevere tantissimi complimenti!



Sa Marigosa
Coltiva Qualità



*12 ricette gustose preparate dallo
Chef Giuseppe Sanna*

Le nostre ricette

Pag 3 Crudite' di manzo con con peperone in agrodolce e radicchio

Pag 5 Chips di polenta fritta con creme varie

Pag 7 Insalata di riso nero con sott'olio

Pag 9 Moscardini al sugo di peperone piccante e peperoni in agrodolce

Pag 11 Pasta crema di asparagi e arselle

Pag 13 Tasca di carne di manzo con carciofi speziati e noci

Pag 15 Uova ripiene con creme Sa Marigosa

Pag 17 Occhioni e gamberi fritti

Pag 19 Cipolle rosse con funghi saltati con birra

Pag 21 Cozze gratinate con crema di peperone giallo

Pag 23 Burger o polpette con sottolio

Pag 25 Agnello con carciofi e crema all'uovo su letto di ravanelli

Crudite' di manzo con con peperone in agrodolce e radicchio

Per 4 persone ⌚ 20 Minuti

Preparazione

Sminuzzare la tagliata. In un contenitore unire 5 cucchiaini di crema d'asparagi e i peperoni in agrodolce tagliati a cubetti piccoli, aggiungere un filo d'olio, sale e pepe, mescolare gli ingredienti. Tagliare a listarelle il radicchio, disporlo al centro del piatto condito con un filo d'olio e un pizzico di sale. Disporla nel piatto e guarnire con prezzemolo e una spolverata di pepe.

Ingredienti

80g di lombata di vitello

prezzemolo qb

un filo d'olio

5 cucchiaini di crema d'asparagi

peperoni in agrodolce

1 foglia di radicchio

sale e pepe a piacere





Chips di polenta frita con creme varie

Per 12 persone ⌚ 60 Minuti

Preparazione

Mettere il preparato in una pentola e aggiungere il brodo fino a ricoprire il preparato e mischiare mentre cuoce a fuoco basso. Far addensare e aggiungere altri 5 mestoli di brodo e ripetere. Una volta addensato far raffreddare e infine modellare i dischi e friggerli. Servire con le salse preferite di “Sa Marigosa”.

Ingredienti

1 preparato per polenta

brodo di verdure

creme varie Sa Marigosa

olio di semi



Insalata di riso nero con sott'olio

Per 4 persone ⌚ 30 Minuti

Preparazione

Lessare il riso in acqua calda salata, nel frattempo lavare, scolare e asciugare tutti i prodotti sott'olio. Tagliare la mortadella e il formaggio a cubetti, i pomodori a spicchi e i sott'olio come si preferisce. A cottura ultimata scolare il riso e far raffreddare il tutto sotto acqua fredda corrente, unire al resto degli ingredienti e servire.

Ingredienti

400 g di riso nero

100 g di mortadella

180 g di cavoli sottolio

180 g di peperoni in agrodolce

Sa Marigosa

180 g di zucchine della nonna

Sa Marigosa

180 g di cuori di carciofo

Sa Marigosa

150 g di pomodorini

70 g di formaggio

sale e olio q.b.



Moscardini al sugo di peperone piccante e peperoni in agrodolce

Per 4 persone ⌚ 35 Minuti

Preparazione

Soffriggere l'aglio, aggiungere i moscardini e sfumarli col vino. Aggiungere la crema di peperoni piccanti con i pelati e far addensare a fuoco medio. A cottura quasi ultimata aggiungere i peperoni tagliati a cubetti. Servire caldo

Ingredienti

1 kg di moscardini

250g di pelati

130g di crema di peperone piccante

Sa Marigosa

180 g peperoni in agrodolce

Sa Marigosa

2 spicchi d'aglio

1 bicchiere di vino bianco

olio d'oliva, sale e pepe q.b.



Pasta crema di asparagi e arselle

Per 4 persone ⌚ 25 Minuti

Preparazione

Far soffriggere olio e aglio, aggiungere le arselle facendo attenzione che non sia eccessivamente caldo, aggiungere il vino e mettere il coperchio facendo aprire le arselle. In un'altra padella mettere 3 cucchiaini di latte e una noce di burro portare a ebollizione e aggiungere 130g di crema d'asparagi e far addensare. Scolare la pasta e saltarla con la crema d'asparagi e le arselle. Aggiungere il prezzemolo e servire.

Ingredienti

400 g di linguine

1 kg di arselle

1 spicchio d'aglio

130g crema d'asparagi *Sa Marigosa*

½ bicchiere di vino bianco

olio e prezzemolo q.b.

latte e burro q.b.



Tasca di carne di manzo con carciofi speziati e noci

Per 5 persone ⌚ 180 Minuti

Preparazione

Incidere la lombata con un taglio centrale fino alle estremità per creare una tasca. In una terrina unire le noci, i carciofi, sminuzzati, il guanciale a cubetti, 2 cucchiari di formaggio e le spezie. Riempire la tasca col ripieno schiacciandolo bene all'interno, legarla orizzontalmente con lo spago e rosolarla in una padella con le cipolle, sfumando con ½ bicchiere di vino. Quando si sarà formata una crosta, che aiuterà a conservare i succhi durante la cottura, adagiare in una teglia e mettere in forno caldo a 180°, aggiungere il brodo a necessità. Servire tagliata a fette con il brodo di cottura.

Ingredienti

1 kg di lombata di vitello

80g di noci

50g di guanciale

5 carciofi speziati

2 cucchiari di formaggio gratuggiato

1 bicchiere di vino

½ cipolla rossa

timo salvia a piacere

1 rosso d'uovo

1 lt di brodo

Olio, sale e pepe q.b.

spago per arrosti



Uova ripiene con creme Sa Marigosa

Per 1 persona ⌚ 15 Minuti

Preparazione

Sbucciare le uova, tagliarne due a metà è privarle dei tuorlo, unirlo in una terrina all'uovo lasciato intero con un filo d'olio sale e pepe, schiacciare l'impasto fino a ottenere una pasta omogenea e dividerlo in base al numero di creme che vogliamo utilizzare. Mischiare l'impasto con le creme scelte e successivamente disporlo all'interno delle uova precedentemente svuotate.

Consigli dello Chef

Possono sorprendere i mix che potrete creare, sbizzarritevi saranno tutti eccezionali!

Ingredienti

3 uova sode

Crema *Sa Marigosa* a scelta

Olio, sale e pepe q.b.



Occhioni e gamberi fritti

Per 4 persone ⌚ 20 Minuti

Preparazione

Lavare il pesce è asciugarlo, riporlo in una terrina e bagnarlo col latte. Mischiare la farina con la semola in una terrina, adagiarvi il pesce e passarlo nel composto. Friggere gli occhioni e i gamberetti in olio bollente quando ancora umidi e una volta dorato scolarlo asciugarlo e servire ancora caldo accompagnato dalle nostre salse che ne esalteranno la bontà.

Ingredienti

800 g di occhioni

16 gamberetti

1 bicchiere di latte

farina q.b.

*1 cucchiaino e mezzo di semola
rimacinata*

Olio per friggere

*Salse **Sa Marigosa** a scelta*

Consigli dello Chef

le salse Sa Marigosa sono ottime con tutte le frittiture di pesce.



Cipolle rosse con funghi saltati con birra

Per 2 persone ⌚ 10 Minuti



Preparazione

Tagliare la cipolla a filetti e soffriggerla, lavare i funghi, asciugarli e aggiungerli alla cipolla in cottura, sfumare con la birra che dovrà essere assorbita. Servire caldo.

Ingredienti

½ cipolla rossa

2 cucchiari di funghi Sa Marigosa

½ bicchiere birra rossa

½ cucchiaino d'olio d'oliva

sale e pepe q.b.



Cozze gratinate con crema di peperone giallo

Per 4 persone ⌚ 30 Minuti

Preparazione

Pulite le cozze privandole del bisso. Farle aprire leggermente in una pentola con l'aglio e l'olio . Scolarle e filtrare il liquido e aggiungetene 4 cucchiari alla panatura. Privare le cozze di metà guscio, riempirle con la panatura e disporle in una teglia, infornare a forno caldo a 250° per 10-15 minuti. Servitele con un cucchiaino di creme Sa Marigosa a scelta e decorare a piacere con le spezie.

Ingredienti

150 g pan grattato

1 kg di cozze

3 spicchi di aglio

prezzemolo tritato q.b.



Burger o polpette con sottolio

Per 4 persone ⌚ 20 Minuti

Preparazione

In una terrina unire la carne macinata alle uova e agli altri ingredienti, sminuzzare il sottolio scelto (es. cavoli) e unire al composto, amalgamare. Dividere a piccole sfere in base all'utilizzo designato.

Consigli dello Chef

Abbinare il cavolfiore e il peperone in agrodolce per conferire al vostro impasto il giusto mix di croccantezza e dolcezza che contraddistingue questi sott'olio.

Ingredienti

300g carne macinata

3 uova

1 bicchiere di latte

2 spicchi di aglio tritati

100 g di mortadella

2 cucchiari di parmigiano grattugiato

una manciata di prezzemolo tritato

sale q.b.

*sott'olio **Sa Marigosa** a scelta*



Agnello con carciofi e crema all'uovo su letto di ravanelli

Per 3 persone ⌚ 90 Minuti

Preparazione

Disossare l'agnello e tagliarlo a tocchetti, tagliare le cipolle e metterle a soffriggere, aggiungere l'agnello e le cipolle tagliate sottili. Lasciar rosolare, aggiungere il bicchiere di vino rosso e far cuocere per 5 min. Salare e pepare e lasciar rosolare, tagliare i carciofi.

Per la salsa: prendere i tre rossi d'uovo e metterli in una ciotola a parte, unire alcune gocce di limone, sale, pepe e prezzemolo e sbattere energicamente. Controllare l'agnello e lasciarlo cuocere. A fine cottura spegnere e quando è bollente versargli la salsa sopra. Impiattare e servire.

Ingredienti 🍽️

*1 kg di agnello (spalla o coscia)
250g di cuori di carciofo speziati
½ cipolla bianca
1 bicchiere di vino rosso
olio, sale, pepe q.b.*

Per la salsa:

*3 rossi d'uovo
alcune gocce di limone
sale e pepe q.b.
prezzemolo tritato*



