

Cena di Venerdì

23 Novembre 2018



SERATA ANGUS e CARCIOFI



I CARCIOFI Presenti da ottobre ad aprile, per le loro proprietà depurative, tonificanti, "elimina tossine" rappresentano una miniera di proprietà benefiche, tanto che sono molto utilizzati in cucina ma anche in erboristeria e fitoterapia. I boccioli di questo cardo, raccolti prima che diventino fiore, infatti, sono ricchi di silimarina, un antiossidante che stimola l'attività epatica e depura l'organismo dalle sostanze nocive. Per il clima favorevole l'Italia è tra i paesi maggiormente produttivi. Le diverse varietà, si distinguono la presenza o meno di spine, per il colore e per la forma. A fronte di pochissime calorie (solo 47 kcal/100 g) i carciofi apportano buone quantità di sali minerali come calcio, ferro, potassio, fosforo e magnesio nonché inulina, una fibra ottima per contrastare il colesterolo cattivo, favorire il senso di sazietà e il benessere intestinale. Inoltre, come bevanda, hanno una spiccata azione anticellulite grazie alla capacità di drenare i liquidi in eccesso. Anche nella cosmesi, il carciofo trova spazio per la cura del cuoio capelluto nonché per stimolare la produzione dei bulbi.

Menù:

- Torretta di Angus con crudité di carciofi
- Insalata tiepida di Angus, carciofi e arance
- Carciofi e cipolle glassate al miele

-Risotto allo stracotto di Angus con carciofi trifolati

-Filetto di Angus ai carciofi con carciofi fritti

Dolce della casa €30,00 bevande escluse



L' **ABERDEEN ANGUS** è una antichissima razza bovina da carne, la più allevata nel mondo, che prende il nome dalla contea di Aberdeen nel nord-est della Scozia di cui è originaria. È un animale molto produttivo, senza corna e dal pelo raso nero. Non ha un'altezza al garrese notevole ma ha un peso elevato: le femmine possono arrivare a 750 kg ed i maschi a 1100 kg. L'Aberdeen Angus si caratterizza anche per l'ottima adattabilità al pascolo, fertilità e longevità. Non ha problemi al parto. La carne, riconosciuta come ottima qualità, si presenta delicata e morbida ed è ricca di grasso di marezatura.

Prenotazioni ai numeri 011 9567816 / 3883097404

Non vuoi mangiare il menù a tema? Non preoccuparti, abbiamo sempre dei piatti da scegliere alla carta!!!

Iscrivendovi alla newsletter sarete sempre informati!

www.lasoldanella.it

Agriturismo La Soldanella. Corso Moncenisio 96 - Rosta -TO