



I.P.S.E.O.A.

Istituto Professionale di Stato per l'Enogastronomia e l'Ospitalità Alberghiera
"Virgilio Titone"
Castelvetrano - Selinunute
(TP)

Valorizzazione della Cucina Mediterranea Bio e dei prodotti locali a Km 0



Arancina Bio Sicilienne...

..... Tradition, goût et innovation



Bio-Arancina Siciliana...

..... Tradizione, Gusto e Innovazione



Organic Sicilian Arancina...

..... Tradition, Taste and Innovation

Arrouza

Lycée des métiers de l'Hôtellerie Restauration,
du Commerce et du Web-Marketing



Premessa storica..

L'arancina siciliana è uno dei simboli della gastronomia dell'isola, le cui origini risalgono all'epoca della dominazione araba in Sicilia (IX-XI secolo). Gli Arabi introdussero il riso, che veniva spesso consumato condito con spezie e carne. Nel corso del tempo, la ricetta si evolvse, e nel periodo normanno si iniziò a dare al riso la tipica forma sferica, impanata e fritta, simile a quella attuale. La sua variante più comune è farcita con ragù di carne o con prosciutto e formaggio, e il dibattito tra le forme e il nome (arancina o arancino) varia tra Palermo e Catania.

Una scelta consapevole...



In Sicilia, da alcuni anni, si è avviata la coltivazione del riso in modo eco-sostenibile, recuperando una tradizione storica legata all'epoca araba. Questa nuova pratica agricola utilizza tecniche innovative che consentono un risparmio d'acqua di circa il 50%, rispettando i principi dell'agricoltura biologica. Grazie a questi metodi sostenibili, l'isola contribuisce alla produzione di riso di alta qualità, con un impatto ambientale ridotto, promuovendo un modello agrario responsabile e in armonia con il territorio.



Slow Food Sicilia

Dalla tradizione ... al gusto contemporaneo sostenibile e salutare

Dalla tradizione alla contemporaneità, l'arancina si trasforma in una proposta sostenibile e salutare, reinterpretando un piatto storico con un approccio moderno. L'idea è quella di promuovere la stagionalità e seguire i principi della dieta mediterranea, utilizzando ingredienti come il cavolfiore autunnale e prodotti slow food e DOP. Questi elementi valorizzano la territorialità, rispettando il concetto di "km 0" e offrendo un gusto raffinato al consumatore. Questa scelta non solo esalta i sapori locali, ma è anche eco-sostenibile, sia dal punto di vista ambientale che socio - economico. In particolare, il riso siciliano biologico utilizzato richiede il 50% di acqua in meno rispetto alle coltivazioni del nord Italia, rappresentando un'opzione più responsabile per la nostra cucina.



Il piatto....

**Arancina Gourmet con Riso Siciliano Bio
Cuore di Cavolfiore Bianco, Ragù Bianco di Salsiccia di
Maialino Nero dei Nebrodi e Finocchietto Selvatico, su
Vellutata di Piacentino Ennese DOP allo Zafferano**

Abbinamento cibo vino



L'abbinamento tra l'arancina gourmet e **"Esclamativo Rosso IGT Sicilia"** dell'azienda vitivinicola Vaccaro di Salaparuta rappresenta un incontro perfetto per il "metodo del contrasto". Questo vino, ottenuto da uve leggermente appassite e vinificato senza fermentazione malolattica, esprime una freschezza vivace e una buona acidità che si bilanciano magnificamente con la ricchezza e la cremosità dell'arancina.



*Bar-Solution..... Marketing e opportunità di business,
valorizzando il territorio & Bar Mixology*

La proposta di creare una versione ****mini dell'arancino gourmet**** come accompagnamento per un cocktail aperitivo è un'idea innovativa e perfettamente in linea con le tendenze di valorizzazione del territorio attraverso la mixology. Questo tipo di offerta permette di abbracciare un'esperienza sensoriale completa, giocando con sapori contrastanti e complementari. La combinazione del mini arancino con un cocktail ****cobbler-fizz**** a base di ****Esclamativo Rosso IGT**** e melograno rappresenta un'opportunità unica per valorizzare prodotti locali e offrire una rivisitazione fresca e contemporanea dello spritz all'italiana.





RICETTA DEL PIATTO



Ingredienti (per 6 arancine):

Per il riso:

- 400 g di riso siciliano bio (varietà Carnaroli)
- 1 l di brodo vegetale
- 50 g di burro
- 80 g di Piacentino Ennese DOP grattugiato
- Un pizzico di zafferano
- Sale e pepe q.b.



Per il ripieno:

- 300 g di cavolfiore bianco locale
- 200 g di salsiccia di maialino nero dei Nebrodi
- 1 cipolla bianca piccola
- 1 spicchio d'aglio
- 1 mazzetto di finocchietto selvatico fresco
- 50 ml di vino bianco
- Olio extravergine d'oliva q.b.
- Sale e pepe q.b.



Per la vellutata di Piacentino Ennese DOP:

- 150 g di Piacentino Ennese DOP
- 200 ml di panna fresca
- Un pizzico di zafferano
- Sale e pepe q.b.



Per la panatura croccante al pistacchio di Bronte:

- 100 g di farina 00
- 2 uova
- 150 g di pangrattato/pane in cassetta
- 40gr di polvere di pistacchio di bronte
- Olio di semi per friggere



Arrouza

Lycée des métiers de l'Hôtellerie Restauration,
du Commerce et du Web-Marketing





Procedimento:

Preparazione del riso:

- In una casseruola, fai sciogliere il burro e tosta il riso per un paio di minuti.
- Aggiungi il brodo vegetale poco alla volta, mescolando fino a completa cottura (il riso deve risultare al dente).
- Aggiungi lo zafferano sciolto in un po' di brodo, il Piacentino Ennese grattugiato e mescola bene. Aggiusta di sale e pepe.
- Lascia raffreddare completamente il riso su un vassoio.

Preparazione del ripieno:

- Sbollenta il cavolfiore bianco in acqua salata per circa 8 minuti, fino a quando sarà tenero ma ancora compatto. Scolalo e taglialo a piccoli pezzi.
- In una padella, soffriggi la cipolla e l'aglio tritati con un filo d'olio extravergine d'oliva.
- Aggiungi la salsiccia di maialino nero dei Nebrodi sbriciolata e cuoci per qualche minuto.
- Sfuma con il vino bianco e lascia evaporare.
- Aggiungi il finocchietto selvatico tritato finemente e continua la cottura per altri 10 minuti. Regola di sale e pepe.
- Unisci il cavolfiore al ragù bianco e lascia insaporire il tutto. Lascia raffreddare.

Composizione delle arancine:

- Prendi una porzione di riso freddo e forma una pallina.
- Crea un incavo al centro e riempi con un cucchiaino di ripieno di cavolfiore e ragù bianco.
- Chiudi l'arancina, sigillando bene il ripieno all'interno. Ripeti fino a esaurire gli ingredienti.

Panatura e frittura:

- Passa le arancine prima nella farina, poi nelle uova sbattute e infine nel pangrattato, coprendo uniformemente.
- Friggi le arancine in abbondante olio di semi caldo fino a doratura (circa 3-4 minuti). Scolale su carta assorbente.

Preparazione della vellutata di Piacentino Ennese:

- In un pentolino, scalda la panna fresca con il Piacentino Ennese grattugiato e lo zafferano.
- Mescola a fuoco dolce fino a ottenere una consistenza vellutata. Aggiusta di sale e pepe.

Impiattamento

- Versa un mestolo di vellutata di Piacentino Ennese allo zafferano sul fondo del piatto.
- Adagia l'arancina sopra la vellutata e, se lo desideri, guarnisci con un ciuffetto di finocchietto selvatico fresco.

Bon appétit



Calcolo Chilo Calorico della Bio-Arancina Gourmet

****613 kcal per arancina****



Riso Siciliano Bio (400 g)**

- **Riso

Arborio/Carnaroli**: 350 kcal per 100 g

- 400 g di riso = 1400 kcal

Brodo Vegetale (1 l)**

- Praticamente a zero calorie, visto che si usa solo per la cottura del riso.

Burro (50 g)**

- **Burro**: 717 kcal per 100 g

- 50 g di burro = 358.5 kcal

Piacentino Ennese DOP

(80 g per il riso + 150 g per la vellutata)**

- **Piacentino Ennese**: circa 400 kcal per 100 g

- 80 g di Piacentino per il riso = 320 kcal

- 150 g di Piacentino per la vellutata = 600 kcal

Zafferano

(quantità minima)**

Zafferano: calorie trascurabili

Cavolfiore Bianco (300 g)**

- **Cavolfiore**: 25 kcal per 100 g

300 g di cavolfiore = 75 kcal

Salsiccia di Maialino Nero dei Nebrodi (200 g)**

- **Salsiccia di maiale**: circa 350 kcal per 100 g

200 g di salsiccia = 700 kcal

Cipolla Bianca

(1 piccola, circa 50 g)**

Cipolla: 40 kcal per 100 g

- 50 g di cipolla = 20 kcal

Aglione

(1 spicchio, circa 5 g)**

Aglione: 149 kcal per 100 g

- 5 g di aglione = 7.5 kcal

Olio extravergine d'oliva (per soffritto e ragù, circa 30 g)

Olio EVO: 884 kcal per 100 g

30 g di olio = 265.2 kcal

Finocchietto Selvatico (circa 10 g)**

Finocchietto: 31 kcal per 100 g

10 g di finocchietto = 3 kcal

Vino Bianco (50 ml)

Vino bianco: 80 kcal per 100 ml

- 50 ml = 40 kcal

**Panna Fresca

(200 ml per vellutata)**

Panna fresca: 350 kcal per 100 ml

- 200 ml di panna = 700 kcal

Farina 00 (100 g)**

- **Farina**: 364 kcal per 100 g

- 100 g di farina = 364 kcal

Uova

(2 uova medie, circa 120 g)**

- **Uova**: 143 kcal per 100 g

- 120 g di uova = 171.6 kcal

Pangrattato (150 g)**

Pangrattato: 395 kcal per 100 g

- 150 g di pangrattato = 592.5 kcal

Olio per friggere (assorbimento stimato: 20 ml per arancina)**

Olio di semi: 884 kcal per 100 ml

- 20 ml di olio per arancina = 176.8 kcal per arancina





Concetto di Marketing e Opportunità di Business:



Valorizzazione del territorio:

- Il focus sul ****Piacentino Ennese DOP****, il ****maialino nero dei Nebrodi**** e altri ingredienti tipici siciliani rafforza il legame con il territorio. Questa proposta trasmette autenticità e attenzione alla qualità, valori sempre più apprezzati dal pubblico moderno, sia locale che turistico.

- La presentazione in mini porzioni permette di creare un'esperienza gastronomica che può essere offerta in contesti diversi, dal bar all'aperitivo, sfruttando l'appeal della ****cucina siciliana**** reinterpretata per momenti più informali e conviviali.



Side perfetto per il cocktail:

- Il mini arancino, accompagnato da un pezzetto di ****Piacentino Ennese DOP**** e chicchi di ****melograno fresco****, diventa un side ideale per un cocktail come il cobbler-fizz. Questo abbinamento esplora la divergenza dei sapori, con la freschezza e l'acidità del melograno che contrastano con la cremosità dell'arancino e la sapidità del Piacentino, offrendo al cliente un'esperienza multisensoriale.

Cocktail Cobbler-Fizz a base di Esclamativo Rosso IGT e melograno:

Cobbler-fizz, con la sua base di ****Esclamativo Rosso IGT****, vino rosso siciliano leggermente fruttato e acido, e la nota dolce-acida del ***melograno***, rivisita lo spritz tradizionale in chiave siciliana. Questa combinazione esalta i sentori di frutta rossa e spezie del vino, rinfrescati dal melograno e dall'effervescenza tipica del fizz.

- L'utilizzo del vino rosso per uno spritz è una mossa audace e innovativa, che attira un pubblico curioso e aperto a nuove esperienze. Il melograno di stagione, con le sue proprietà antiossidanti e il sapore vivace, è un ingrediente perfetto per abbinarsi al cocktail, aggiungendo un tocco fresco e leggermente esotico.



Arrouza

Lycée des métiers de l'Hôtellerie Restauration,
du Commerce et du Web-Marketing



Presentazione e Degustazione:

Presentazione del mini tagliere:

- Ogni porzione viene presentata su un elegante ****mini tagliere di legno****, sottolineando l'aspetto rustico e autentico della proposta.

- Il tagliere include:

- Un ****mini arancino**** con il cuore di cavolfiore e ragù bianco di salsiccia, croccante fuori e morbido dentro.

- Un pezzetto di ****Piacentino Ennese DOP****, la cui nota di zafferano si sposa bene con il vino e il melograno.

- Una piccola quantità di ****chicchi di melograno fresco****, che aggiungono un contrasto di texture e sapore, con la loro dolcezza e acidità.

Degustazione:

- L'esperienza di degustazione si basa su un gioco di ****sapori divergenti****: la sapidità dell'arancino, la cremosità del formaggio e la freschezza del melograno. Il cliente è invitato a sorseggiare il cocktail cobbler-fizz tra un boccone e l'altro, scoprendo come i diversi elementi si armonizzano in bocca.

- Il ****cocktail**** funge da filo conduttore che lega questi sapori insieme: la sua freschezza e acidità bilanciano la ricchezza del cibo, mentre la leggera dolcezza del melograno e del vino Esclamativo enfatizza la componente speziata e aromatica del piatto.

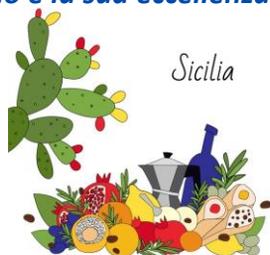
Opportunità di Business:

- ****Bar Mixology e Eventi Tematici:**** Questa combinazione può essere proposta come parte di eventi speciali dedicati al territorio o alla cucina siciliana, attrarre clienti con esperienze gastronomiche uniche e stagionali, e differenziarsi dagli aperitivi tradizionali.

- ****Collaboration con Produttori Locali:**** Valorizzare la sinergia con aziende vitivinicole locali come Vaccaro e produttori DOP può creare collaborazioni a lungo termine, dove si uniscono esperienze gastronomiche e mixology con promozioni e degustazioni.

- ****Target Ampio:**** Questa proposta può attrarre sia i turisti in cerca di esperienze autentiche sia i clienti locali che apprezzano la qualità e l'innovazione legata alla tradizione.

In definitiva, questa strategia rappresenta un modo eccellente per unire il mondo della mixology con la cucina gourmet siciliana, offrendo ai clienti un'esperienza sensoriale che celebra il territorio e la sua eccellenza.



Arrouza

Lycée des métiers de l'Hôtellerie Restauration,
du Commerce et du Web-Marketing

