

Riberella *Bio*

*Le ricette con l'arancia
di Ribera biologica*



Una sana alimentazione...

con le arance di Ribera biologiche

L'arancia di Ribera biologica è un'arancia a polpa bionda, con il caratteristico ombelico (Navel), senza semi e dalla buccia facilmente staccabile dalla polpa, dal gusto gradevolissimo e croccante, dall'alto contenuto vitaminico (C, A, B, PP), sali minerali e zuccheri, sostanze importantissime per la crescita, soprattutto la vitamina C che è antiossidante e contribuisce al potenziamento del sistema immunitario.

Prodotta in un'area geografica delimitata e protetta, unica al mondo ad avere ottenuto il riconoscimento DOP, l'Arancia di Ribera biologica è garantita dal Consorzio di Tutela che attraverso i propri agronomi e sapienti coltivatori selezionano le migliori arance per le vostre tavole.

Per consentire di apprezzare nel modo più completo le peculiarità e la bontà delle arance di Ribera biologiche proponiamo sei dello cento ricette, raccolte nel ricettario "**A tavola con l'arancia Riberella**".

Ricette antiche e nuove per apprezzarne non solo la loro eccezionale bontà consumate fresche o in succo, ma anche, e soprattutto, perché offrono la possibilità di essere

utilizzate in maniera eccellente in cucina, dall'antipasto al dolce.

L'arancia di Ribera, dopo raccolta, non subisce alcun trattamento e pertanto l'intero frutto può essere utilizzato.

Questo è un primo assaggio per immergersi nella bellezza di una terra che produce **l'intenso profumo di zagara** e la fragranza dell'arancia di Ribera biologica.

Medici e specialisti della nutrizione

concordano nell'assegnare all'arancia bionda un ruolo molto importante nell'alimentazione quotidiana, e per le sue, eccezionali caratteristiche nutritive, lo raccomandano nelle diete.

L'arancia di Ribera Riberella Bio, consumata come spremuta, ha un **elevato potere dissetante**. Tutte queste caratteristiche rendono l'arancia Riberella Bio particolarmente gradita al consumatore che in qualsiasi momento della giornata, negli intervalli scolastici o di lavoro possono farne uso. E per la sua elevata digeribilità e per la bassa acidità va benissimo consumata anche la sera



Insalata di arance Riberella con acciughe sott'olio

Ingredienti per dieci persone:

10 arance Riberella, 5 cipollette, 20 alici sott'olio, 30 olive nere, 5 finocchi, olio extra-vergine di oliva q.b., sale e pepe, aceto.

Esecuzione

Togliete la buccia alle arance ed affettatele a rondelle, pulite le cipollette e i finocchi, tagliateli a fette molto sottili e adagiateli sul letto di arance.

Aggiungete le alici e le olive nere, condite con olio extra vergine d'oliva, sale e pepe q.b. e aceto a piacere.



Linguine all'Arancia Riberella Bio e la sua zagara

Ingredienti per quattro persone:

400 g di linguine, 1 arancia Riberella, 50 g di burro, 400 g panna cucina, 50 g parmigiano, sale pepe q. b., 5 fiori di arancio (zagara).

Esecuzione

In acqua bollente e salata, cuocete le linguine rimestando spesso.

A parte in un tegame basso o in una padella mettete il burro, sale, pepe e una parte della scorza d'arancia Riberella in precedenza grattugiata (dopo averla lavata ed asciugata). Lasciate

riscaldare, quando il tutto diventa spumeggiante aggiungete il succo dell'arancia Riberella, la panna, il sale e il pepe, le linguine scolate (cotte al dente) ed infine il parmigiano, lasciate cuocere ancora qualche minuto con l'aggiunta di un po' d'acqua di cottura. Togliete dal fuoco quando le linguine sono morbide, adagiatele in un piatto di portata caldo e spolverizzatele con la rimanente scorza d'arancia grattugiata e la zagara tritata, infine guarnire con foglie d'arancia.



Anguille in quazzetto "Riberella Bio"

Ingredienti per quattro persone

g 600 anguille (già pulite), g 50, capperi, g 70 olive verdi, g 100 scalogno, g 70 olio extra vergine d'oliva, g 50 mandorle tostate, g 100 farina "00", g 50 pangrattato, ml 700 succo d'arancia Riberella, 1 limone.

Esecuzione

Tagliate le anguille a tocchetti e infarinatetele, fatele rosolare in olio extra vergine d'oliva con la cipolla scalogno tagliata a julienne. Aggiungete le olive verdi snocciolate, i capperi, salare e pepare e coprire con il succo di arancia Riberella e qualche goccia di limone. Lasciate cuocere per 10/15 minuti, a cottura ultimata disponetele su un piatto di portata e spolverizzate con un trito di mandorle tostate e pangrattato.



Tocchetti di coniglio all'arancia Riberella Bio

Ingredienti:

1 coniglio, 200 ml. di olio extravergine di oliva, 1 cipolla grossa viola, 300 gr. di funghi champignon freschi, 250 ml di succo d'arancia Riberella, buccia grattugiata di un'arancia Riberella, 1 limone e 1 arancia Riberella, 2 foglie di limone, sale e pepe q.b., aceto balsamico, prezzemolo.

Esecuzione

Sbollentate il coniglio aggiungendo all'acqua di cottura il limone e l'arancia tagliati a pezzetti, il succo di un

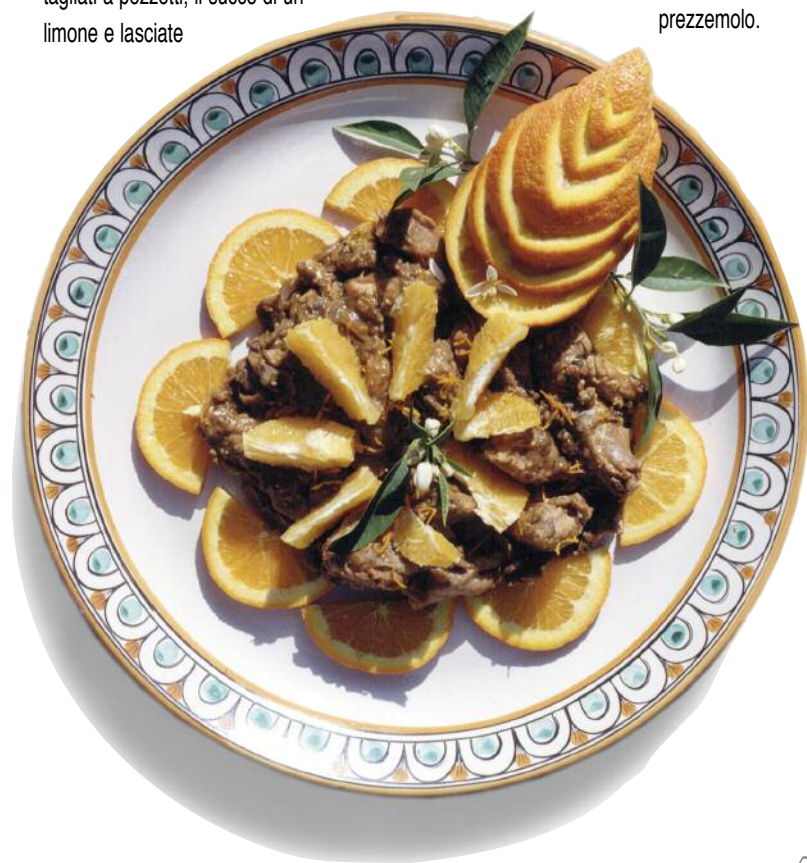
bolire per mezz'ora.

Scolate il coniglio, fatelo raffreddare e tagliatelo a tocchetti.

In un largo tegame mettete a rosolare la cipolla con l'olio extravergine di oliva e il funghi, aggiungete il coniglio e lasciate insaporire, salate e pepate.

Unite il succo d'arancia e lasciate cuocere a fuoco basso. A questo punto aggiungete l'aceto balsamico e lasciate evaporare a pentola scoperta. Prima di servire

profumate il tutto con la buccia dell'arancia grattugiata ed il prezzemolo.



Arancia Riberella Bio caramellata con cubaita

Ingredienti per 4 persone

500 g. di mandorle, 100 g. di pistacchio, 150 g. di zucchero, 150 g. di miele, 250 g. di burro, 3 arance Riberella, Cointreau.

Esecuzione

Per la Cubbaita di mandorle: tostate le mandorle in forno ad una temperatura di 50 ° C per due ore circa, rimessandole di tanto in tanto, quando saranno pronte ponetele in una casseruola capace dove avete già fatto sciogliere, a fuoco lento, lo zucchero e il miele. Caramellate fino a quando le mandorle

risulteranno dorate e croccanti. Versate le mandorle su una superficie di marmo o di legno unta d'olio extravergine d'oliva e, appena fredde, tagliarle a rombi. Sciogliete il burro in una padella, aggiungete le fette d'arancia con tutta la buccia, spesse 4/5 mm., lasciate riscaldare, spolverate con lo zucchero, lasciate caramellare e bagnate con il Cointreau. Servire in piattini caldi adagiando sulle fette d'arancia caramellate la Cubbaita spolverizzata di pistacchi tritati.



Cocktail Riberella Bio

Ingredienti per dieci persone

4 arance Riberella, mezzo litro di vino bianco secco, 5 cucchiaini di zucchero, un litro di vino bianco dolce, tre quarti di spumante.

Esecuzione

Mettete in una grande coppa di vetro le scorze di due arance, tagliate a spirale. Unitevi il vino bianco secco molto freddo e fate riposare per circa 30 minuti. Trascorso il tempo indicato, aggiungete il

succo di tre arance Riberella filtrato e lo zucchero, mescolando fino a quando lo zucchero si scioglierà completamente. Unite, infine, il vino bianco dolce e lo spumante, che verserete molto lentamente per non fare troppa schiuma. Completate con le fettine d'arancia. Servite il cocktail in bicchieri da bibita o coppe. Tenete in frigorifero fino al momento di servire.



Sei mesi di bontà biologica sulle vostre tavole





UNIONE
EUROPEA



REGIONE SICILIANA
Assessorato Regionale delle
Risorse Agricole e Alimentari



giuseppe marciante 2010



Consorzio di tutela "Arancia Ribera di Sicilia"

Sede Sociale presso Ufficio ESA, C.so Reg. Margherita, n. 238 Tel. /fax 0925 62535

Sede Operativa Via Quasimodo (Centro direzionale per l'agricoltura)

Cap 92016 - Ribera (AG) - Tel./fax 0925 561503/274

www.riberella.it - info@riberella.it