

# Italienska smaker sedan 1999



**FUNGHI CARDONCELLI (KUNGSMUSSLING) SPIRITO CONTADINO 2KG  
FRYST**

**SKU: 13583**



## **Fryst Cardoncelli - Kungsmussling**

2 kg

### **PRODUKT BESKRIVNING**

Cardoncello och Cardoncelli på italienska. Cardoncelli-svampar innehåller hög andel av: proteiner, essentiella aminosyror och huvudvitaminer, inklusive biotin, som är avgörande för ämnesomsättningen och har låg fetthalt. De hjälper till att bekämpa kolesterol och öka immunförsvaret.

Dessa svampar är kända för sin tuggiga konsistens och används ofta som köttersättning i en mängd olika kulinariska rätter inklusive pasta och grytor.

2 kg påse

IFS International Featured Standards

färdig att använda fryst produkt från Puglia

Skördetider: mars - april / oktober - november



# Italienska smaker sedan 1999



Ingredienser: Svamp Cardoncelli (Pleurotus Eryngii).

## NÄRINGSDEKLARATION PER 100 g

Energi	127,9 kJ / 30,6 kcal
Fett	0,65 g
- varav mättade fettsyror	0,223 g
Kolhydrater	4,0 g
- varav sockerarter	0,05 g
Fibrer	2,65 g
Protein	3,56 g
Salt	0,01 g

Cardoncelli är en speciell sorts svamp som är typisk för regionerna Basilicata och Puglia. Svamparna är kända för sin konsistens och mångsidighet och de kan ätas stekta, råa eller grillade. De serveras, i hela Italien och särskilt i deras ursprungsregion, tillsammans med köttträtter. Stek och lägg in svamparna i extra jungfruolja – en delikatess! Till mellanmål, till grillat rött kött eller rökt kött. De kan också ätas med grönsaker, pasta och rissallader.

### *Pleurotus eryngii*

Cardoncelli-svampar anses vara värdefulla eftersom de är rika på näringsegenskaper: proteiner, essentiella aminosyror och huvudvitaminer, inklusive biotin, som är avgörande för ämnesomsättningen och har låg fetthalt. De hjälper till att bekämpa kolesterol och öka immunförsvaret.

**Italienska smaker sedan 1999**



**Spirito Contadino**  
DEN VÄRDEFULLA JORDEN

**SPIRITO CONTADINO**  
VALORE ALLA TERRA

**Art. nr. 1503 Funghi Cardoncelli / Kungsmussling**  
Pleurotus eryngii  
Cardoncelli-svampar anses vara värdefulla eftersom de är rika på näringsegenskaper: proteiner, essentiella aminosyror och huvudvitaminer, inklusive biotin, som är avgörande för ämnesomsättningen och har låg fetthalt. De hjälper till att bekämpa kolesterol och öka immunförsvaret.



**TILLAGNING:** Lägg ned de frysta cardoncelli-svamparna i kokande vatten i 7-8 minuter, läk rinn av och stök i olja, krydda efter smak.

**Friariello di Campo talkad av Chef di Spirito:**  
"Cardoncellisvampar, med köttigheten och smaken som kännetecknar dem, lämpar sig mycket bra för att göra de mest varierande rätterna, till fina kött-rätter, som tillbehör eller på pizza."



**KUNGSMUSSLINGS MED BECHAMEL & AGGULA:** 2 personer  
1 kg Funghi Cardoncelli - 2 äggulor - 500 g Bechamelsås - Persilja - Extra Jungfruolja  
Salt & Peppar

Koka den frysta Funghi Cardoncelli i vatten i 2 min, stek några minuter i Extra Jungfruolja. Gör Bechamelsåsen och lägg i bladpersilja.  
Lägg upp den stekta Funghi Cardoncelli på ett fat, lägg på äggula och hall över Bechamelsåsen, salt & peppa efter smak.  
Njut!

**molino**  
Manufakturatan 23 - 417 07 Göteborg - Tel. +46 (0) 31 2127 77 - info@ilmolino.se - ilmolino.se

