



**CIME DI RAPA (BROCCOLIBLOMMOR) SPIRITO CONTADINO 2KG
FRYST**

SKU: 13582



Fryst Cime di rapa. Bladgrönsak/kålsort

2 kg

PRODUKT BESKRIVNING

Storlek/Volym: 2 kg x 4

Typ: Blancherade och frysta direkt efter skörd.

Karaktär: Fräsch, supergod grönsak. Lätt att tillaga - ta ut från frysen och lägg i panna med lite vatten, fräs i 2 min under lock och 2 min utan lock. Klart!

Servering: Fantastisk till sallad, på pizza, till pasta, fisk- och kötträtter.





Ingredienser: Cime di rapa (*Brassica Rapa sylvestris* var. *esculenta*) (broccolitorpar)

Tillagning: Placera den frysta produkten i en kall stekpanna med 20 ml vatten per lager grönsaker, täck över och koka på medelhög värme i 2 minuter. Ta sedan av locket och koka ytterligare i 2 minuter. Alternativt kan den frysta produkten kokas i kokande vatten i 3-4 minuter. Även mycket god att steka.

Cime di rapa tolkad av Chef di Spirito:

“Deras unika och lätt bittra smak lyfter en mängd olika rätter, vilket gör att cime di rapa är otroligt mångsidigt. De är ett perfekt tillbehör till både kött och fisk, och på pizza förvandlar de varje smakupplevelse till något alldeles extra delikat.”

Brassica rapa sylvestris esculenta

Liknar små (3-6 cm) broccoli med långa mjälla stjälkar och blad. Kraftfullt lövverk med runda knoppar. Växter skördas vid foten innan den blommar.

Italiensk delikatess som egentligen är närmare släkt med rybs och rovor än med broccoli. Kallas också broccoli-raab, broccolirybs eller Cima di Rapa. Denna bladgrönsak kallas olika beroende på i vilken region du befinner dig. Friarielli kallas den i Kampanien. Lika som peperone Friarielli.

I Italien sår man Cima di Rapa/Friarielli året om men den räknas som en typisk höst- och vintergrönsak och blir bäst om den sås sensommar/höst, annars går den lätt i blom.

Lägg den frysta produkten i en kall panna med 20 g vatten, täck över och koka på måttlig värme i 2 minuter, ta av locket och koka i ytterligare 2 minuter eller koka den frysta produkten i kokande vatten i 3/4 minuter. Även god att steka. Perfekt till pasta!

Produkten ska konsumeras efter tillagning. Koka den frysta produkten.

Italienska smaker sedan 1999



Spirito Contadino
DEN VÄRDEFULLA JORDEN



Art nr. 1502 Cime di Rapa
Brassica rapa sylvestris esculenta
 Liknar små (3-6 cm) broccoli med långa mjälla stjälkar och blad. Kraftfullt lövverk med runda knoppar. Växten skördas vid foten innan den blommar.
 Italiensk delikatess som egentligen är närmare släkt med rybs och rovor än med broccoli. Kallas också broccoli-raab, broccolirybs eller Cima di Rapa.
 Denna bladgrönsak kallas olika beroende på vilken region du befinner dig. Friarielli kallas den i Kampanien. Lika som peperone Friarielli. I Italien sår man Cime di Rapa/Friarielli året om men den räknas som en typisk höst- och vintergrönsak.




TILLAGNING: Placera den frysta produkten i en kall stekpanna med 20 ml vatten per lager grönsaker, täck över och koka på medelhög värme i 2 minuter. Ta sedan av locket och koka ytterligare 2 minuter. Alternativt kan den frysta produkten kokas i kokande vatten i 3-4 minuter. Även mycket god att steka.

Cime di rapa tolkad av Chef di Spirito:
 “Deras unika och lätt bittra smak lyfter en mängd olika rätter, vilket gör att cime di rapa är otroligt mångsidigt. De är ett perfekt tillbehör till både kött och fisk, och på pizza förvandlar de varje smakupplevelse till något alldeles extra delikat.”

Tagliatelle med Cime di Rapa, blåskärfisk och tomat

1 person
 500 g Cime di Rapa
 100 g Tagliatelle Temporin
 200 g blåskärfisk
 1 stor sölmogen tomat
 Extra Jungfruolja

Koka pastan.
 Stek den skurna Cime di Rapa i Extra Jungfruolja, lägg i blåskärfisk (munsbits stora) och kylbad tomat. När pastan är al dente häll över den i pannan med resten och spik snabbt ihop.
 “Drissla” lite Extra Jungfruolja över - Njuti!

molino
 Manufakturvägen 23 · 417 07 Göteborg · Tel. +46 (0) 31 21 27 77 · info@molino.se · molino.se

