



Il Ricettario di **Linea Osella**

per

Pink is Good



INSIEME PER SOSTENERE LA RICERCA

Linea Osella

sostiene

 **Pink
is GOOD**

UN PROGETTO FONDAZIONE UMBERTO VERONESI



**Linea Osella e Pink is Good
insieme dalla parte delle donne
per sostenere la ricerca.**

Quest'anno Linea Osella donerà una borsa di ricerca della durata di un anno alla ricercatrice **Maria del Pilar Camacho-Leal** impegnata nella ricerca contro il tumore al seno.

Con l'acquisto di **Linea Osella** 190g, anche tu parteciperai alla lotta contro il tumore al seno, aiutandoci a finanziare la borsa di ricerca di Maria del Pilar.

La ricercatrice **Maria del Pilar**



**Scopri le favolose ricette
di Linea Osella per Pink is Good.**

Approvate dalla nutrizionista di Fondazione Veronesi,
la Dott.ssa **Elena Dogliotti**.





Insalata Mediterranea e **Linea Osella**



Tipologia:
antipasti



Difficoltà:
facile



Preparazione:
10-15 minuti



4 Persone

INGREDIENTI

- 2 Formaggelle Linea Osella
- 4 zucchine
- 2 pomodori cuore di bue piuttosto acerbi
- un mazzetto di prezzemolo
- uno spicchio di aglio
- 40 gr di olio extravergine
- 10 foglie di basilico rosso
- 1 peperoncino rosso

PREPARAZIONE

Lavate e affettate sottilmente sia le zucchine sia i pomodori. Tritate il prezzemolo, l'aglio e il peperoncino, mettete le verdure in una ciotola ad insaporire con l'olio extravergine e sale. Tagliate a triangolini le formaggelle Linea Osella e uniteli alle verdure preparate. Completate con delle foglie di basilico rosso. Servite con crostini di pane.



Bicchierini freschi e **Linea Osella**



Tipologia:
antipasti



Difficoltà:
facilissima



Preparazione:
10 minuti



4 Persone

INGREDIENTI

- 2 Formaggelle Linea Osella
- mezzo melone maturo e sodo
- 1 cetriolo
- 2 cucchiaini di bacche goji
- un ciuffo di menta
- 20 gr di olio extravergine d'oliva
- sale e pepe

PREPARAZIONE

Pelate e tagliate a cubetti il cetriolo, lasciatelo in un colino con del sale per eliminare l'acqua in eccesso. Mettete in ammollo in acqua tiepida le bacche goji. Pulite e tagliate a cubetti il melone, tagliate a cubetti o triangolini le formaggelle Linea Osella. Mettete tutti gli ingredienti in una larga ciotola e condite con olio, sale e pepe, completate con la menta tritata. Distribuite in quattro bicchierini e cospargete con le bacche di goji ben scolate.





Insalata croccante con **Linea Osella**



Tipologia:
antipasti



Difficoltà:
facilissima



Preparazione:
10 minuti



4 Persone

INGREDIENTI

- 2 formaggelle Linea Osella
- 1 piccolo cavolo rosso
- 1 piccolo cespo di lattuga
- 3 gambi di sedano teneri con le foglie
- 3 acciughe sott'olio
- un cucchiaino di semi di sesamo
- olio extravergine, sale e pepe

PREPARAZIONE

Tagliate molto sottilmente il cavolo rosso e mettetelo in un' insalatiera, unite il sedano tagliato a fettine , spezzettate le acciughe e condite con sale, pepe e olio extravergine. Tagliate a triangolini le formaggelle Linea Osella, lavate la lattuga e disponetela sui piatti, continuate con il cavolo condito. Completate l'insalata con i triangolini di Linea Osella e cospargete con il sesamo leggermente tostato.



Linea Osella e Riso integrale



Tipologia:
primi



Difficoltà:
facile



Preparazione:
15-20 minuti



4 Persone

INGREDIENTI

- 2 Formaggelle Linea Osella
- 150 gr di salmone fresco
- ginger fresco
- sale
- (in alternativa in scatola o affumicato così non da cuocere)
- 120 gr riso integrale selvaggio
- 40 gr di olio extravergine
- 40 gr di insalata misticanza
- erba cipollina e finocchietto
- qualche grano di pepe rosa

PREPARAZIONE

Fate cuocere il riso per 10 minuti e disponete nella stessa pentola un colino con dentro il salmone a pezzi in modo che cuocia a vapore. Scolate bene il riso e conditelo con la metà dell'olio e una grattugiata abbondante di ginger fresco. In una seconda ciotola mettete il salmone spezzettato e conditelo con l'olio rimasto e l'erba cipollina tagliuzzata. Tagliate ora a piccoli cubetti le formaggelle di Linea Osella e insaporite con finocchietto tritato e il pepe rosa spezzettato. Con l'aiuto di un coppapasta fate ora delle torrette: il primo strato con il riso, il secondo con Linea Osella e il terzo con il salmone. Completate con qualche foglia fresca di misticanza.





Fresca Linea Osella



Tipologia:
secondi



Difficoltà:
facilissima



Preparazione:
15 minuti



4 Persone

INGREDIENTI

- 2 Formaggelle Linea Osella
- 2 carote nere o arancio
- 2 finocchi
- 1 mela verde
- 100 gr di insalata mistanza
- 80 gr di yogurt
- un mazzetto di coriandolo
- 1 cucchiaino di senape
- 1 cucchiaino di olio extravergine
- sale e pepe

PREPARAZIONE

Affettate sottilmente i finocchi e teneteli in acqua fredda, pelate e tagliate a nastro le carote. Affettate la mela e tenetela in acqua acidulata. Preparate la salsa unendo allo yogurt la senape, l'olio, il coriandolo tritato, e infine il sale ed il pepe. Tagliate in quattro le formaggelle Linea Osella. Nel piatto mettete l'insalata e le verdure preparate alternate al formaggio e alle fettine di mela. Completate con la salsina preparata



Linea Osella con caponatina light



Tipologia:
secondi



Difficoltà:
media



Preparazione:
20-25 minuti



4 Persone

INGREDIENTI

- 2 formaggelle Linea Osella
- 1 melanzana
- 1/2 peperone giallo
- 1/2 peperone rosso
- 4 pomodori pizzutello
- 1 cipolla di Tropea
- 40 gr di olio d'oliva extravergine
- 1 costa di sedano verde
- 2 cucchiaini di capperi sott'aceto
- 10 olive
- un cucchiaino di zucchero
- un cucchiaino di aceto
- sale, pepe basilico fresco

PREPARAZIONE

Tagliate a cubetti la melanzana e mettetela sotto sale. Nel frattempo tagliate le altre verdure: la cipolla a fettine, i peperoni a quadretti, i pomodori a cubetti e il sedano a lunette. In una larga padella mettete l'olio e la cipolla a rosolare dolcemente, unite le melanzane da cui avrete eliminato il sale. Unite quindi i peperoni e il pomodoro, continuate la cottura per 10-15 minuti. Verso la fine aggiungete il sedano che deve restare croccante. Completate ora con i capperi, le olive, l'aceto e lo zucchero, fate restringere il sughetto e aggiustate di sale e pepe. Servite accompagnando le formaggelle Linea Osella e cospargete di basilico fresco.





Linea Osella delicata



Tipologia:
secondi



Difficoltà:
media



Preparazione:
25 minuti



4 Persone

INGREDIENTI

- 2 Formaggelle Linea Osella
- 2 patate medie a pasta gialla
- 2 o 3 carote nere o viola
- 20 germogli di barbabietola
- 100 gr di misticanza o insalatina verde
- 30 gr di olio extravergine di oliva
- 1 cucchiaio di aceto di vino rosso
- 1 mazzetto di prezzemolo
- Sale e pepe

PREPARAZIONE

Pelate le patate e le carote, fate bollire dell'acqua salata a cui avrete aggiunto un cucchiaio di aceto di vino rosso e del sale grosso. Affettate sottilmente le patate e fatele cuocere nell'acqua preparata per 10 minuti, grazie all'aceto resteranno croccanti. A questo punto unite anche le carote tagliate a nastri. Le carote rilasceranno il loro colore tingendo di rosa le patate. Scolate subito e raffreddate sotto l'acqua corrente. Componete il piatto disponendo l'insalatina, quindi le formaggelle Linea Osella ed infine le patate e le carote. Frullate al minipimer il prezzemolo con l'olio, il sale ed il pepe. Completate con i germogli di barbabietola e la salsa al prezzemolo.



Linea Osella esotica



Tipologia:
secondi



Difficoltà:
media



Preparazione:
20 minuti



4 Persone

INGREDIENTI

- 2 formaggelle Linea Osella
- 100 gr di insalata Belga
- 30 gr di rucola
- 2 avocado
- 1 pompelmo rosso
- 1 piccola zucchina
- Una manciata di olive nere toste tagliate a fettine
- 10 gr di olio di oliva extravergine
- 2 cucchiari di pistacchio tritato
- Zenzero macinato

PREPARAZIONE

Pelate al vivo il pompelmo rosso in modo da ricavare dei pezzetti di polpa privi di pellicina. Tagliate la zucchina a fettine sottili, pelate e tagliate a cubetti la polpa dell'avocado. Tagliate anche l'insalata belga a striscioline. In una terrina unite le zucchine, l'avocado, il pompelmo; condite con l'olio, il sale, il pepe e lo zenzero macinato. Mettete nei piatti i due tipi di insalata, adagiatevi la formaggella Linea e completate con le olive nere e le verdure preparate. Cospargete con il pistacchio tritato.



SCOPRI DI PIÙ



www.fattorieosella.it



www.pinkisgood.it