



GLUTEN FREE

RAMO di  
MANDORLO<sup>®</sup>

AZIENDA AGRICOLA

FUSILLI

100% FARINA DI PISELLI

RICCHI DI PROTEINE · RICCHI DI FIBRE

BIO

# FUSILLI BIO

## 100% FARINA DI PISELLI

VALORI NUTRIZIONALI PER 100 gr.

Energia	1415 Kj	334 Kcal
Grassi	0,5 gr.	
di cui Grassi Saturi	0,3 gr.	
Carboidrati totali	57,5 gr.	
di cui Zuccheri	7,2 gr.	
Fibre	6,7 gr.	
Proteine	21,4 gr.	
Sale	0,05 gr.	

Paese di coltivazione dei legumi: **ITALIA**

Paese di molitura: **ITALIA**

Da consumarsi: Vedi confezione a lato

Azienda Agricola Ramo di Mandorlo S.r.l.  
Via dell'Industria, 1  
67100 Bazzano di L'AQUILA

Prodotto e confezionato nello stabilimento  
63857 Contrada San Ruffino n.28  
Amandola (FM) - Italy

NUMERO VERDE 800 22 13 35  
INFO@RAMODIMANDORLO.COM  
WWW.RAMODIMANDORLO.COM

I LEGUMI PRONTI  
IN SOLI **5 MINUTI**



### MODALITÀ DI COTTURA

Cuocere in abbondante acqua bollente per almeno **5/6 minuti** a fuoco moderato. Evitare di mescolare durante i primi minuti di cottura.

### DOSE CONSIGLIATA PER PERSONA 65Gr

### SPECIALITÀ ALIMENTARE BIOLOGICA A BASE DI FARINA DI PISELLI



Organismo di controllo  
autorizzato dal MIPAAF  
IT-BIO-004  
AGRICOLTURA ITALIA  
OPERATORE CONTROLLATO  
N.46014

Conservare in luogo fresco ed asciutto  
lontano da sorgenti di luce e fonti di calore

### INGREDIENTI:

**Farina di piselli\***, acqua. **\*Biologico**

Legumi da coltivazioni biologiche • Macinatura a crudo  
Farina macinata a pietra • Acqua di montagna per l'impasto  
Trafilatura al bronzo a bassa pressione  
Essiccazione lenta a bassa temperatura

Adatto per **DIABETICI** • **VEGANI** • **CELIACI**  
• **KOSHER** • **HALAL**

## FUSILLI DI PISELLI CON MENTA ZAFFERANO E RICOTTA SALATA

I Fusilli di Piselli, mantengono tutto il sapore originale e delizioso dei legumi freschi. Sono ricchi di proteine di origine vegetale, di fibre e senza glutine.

### INGREDIENTI (PER 2 PERSONE)

Fusilli di piselli 130 gr (dose consigliata per una persona circa 60-65 gr)

Scalognò 1 — Piselli freschi o surgelati 100 gr.

Menta 5-6 foglie — Ricotta Salata Abruzzese 100 gr

Sale q.b. — Pepe q.b.

Zafferano in Pistilli q.b. (Scegli Zafferano dell'Aquila di Ramo di Mandorlo)

Olio extravergine d'oliva 20 gr. (2 cucchiaini)

### PREPARAZIONE:

- Cuoci i piselli in acqua bollente per 6-7 minuti e poi scolali.
- Sbuccia lo scalognò, tritalo grossolanamente e fallo appassire in un largo tegame con l'olio.
- Unisci i piselli e lasciali insaporire per qualche istante, poi aggiungi un po' di pepe macinato, regola di sale e prosegui la cottura per 7-8 minuti a fiamma bassa.
- Unisci gli stimmi di zafferano, precedentemente lasciati in pochissima acqua tiepida, mescola bene e spegni il fuoco.
- Nel frattempo, tosta la granella di mandorle in un tegame antiaderente senza alcun condimento per pochi minuti.
- Lava e asciuga le foglie di menta.
- Porta a ebollizione l'acqua in una pentola, (circa 1 lt per ogni 100 g di pasta), quando bolle aggiungi il sale e butta la pasta di legumi, scolala 1 minuto prima della fine, deve essere al dente.
- scola la pasta senza sgocciolarla troppo e versala nel tegame del condimento di piselli, aggiungi le mandorle tostate, la menta e una grattugiata di Ricotta Salata Abruzzese. Salta a fuoco vivo per qualche istante, distribuisci nei piatti e servi subito.



### PASTA AI LEGUMI

Le materie prime utilizzate, provenienti da coltivazioni biologiche, sono naturalmente prive di glutine. L'intera lavorazione viene realizzata in uno stabilimento dedicato alla produzione di alimenti senza glutine.

**CONSIGLI PER LA COTTURA** Seguite il tempo di cottura indicato sulla confezione, cuociono in circa 4-5 minuti. Durante la cottura, potrebbe formarsi della schiuma sulla superficie dell'acqua: potete toglierla con un cucchiaino. Mescolate normalmente.

**CONDIMENTI** La Pasta ai legumi Ramo di Mandorlo conserva il sapore delicato del legume di partenza, per questo è sconsigliato scegliere sughi troppo saporiti, ragù o salse troppo cariche a base di formaggio. Essendo molto proteica, è meglio non eccedere nell'abbinamento di altre proteine, anche se la pasta di ceci è molto apprezzata con il pesce (gamberetti, sughi allo scoglio).

**DOSI** Per un adulto, la dose giusta è di circa 60-65 gr.

### ABBINAMENTI VERDURE E PESCE

Cicoria e Cozze; Broccoli e Gamberetti; Cime di Rapa e Alici; Cavolfiore, fave e coda di rospo; Carciofi e Sardine; Zucchine e Gamberetti; Broccolo romano, porri brasati e prezzemolo; Pesto al basilico; Pesto al Radicchio; Cavolo rosso, carote e lime ; Asparagi e prosciutto crudo.

**IL NUTRIZIONISTA DICE:** Le Paste Ramo di Mandorlo sono leggere e deliziose. Per un pasto veloce e sano condisci con Olio extra vergine di oliva, sale e Pepe Nero.