



**Menù di carne o di pesce?
Comunque senza glutine.**

Un menù completo
da proporre a chi deve,
o semplicemente vuole,
mangiare senza glutine.

Scopri tante ricette senza glutine sul sito ufs.com



**Unilever
Food
Solutions**

SENZA
GLUTINE

Perché rinunciare
al gusto
quando si parla
di “senza glutine”?



Lo Chef Marco Pascazio ideatore del ricettario



Scopri il nostro nuovo menù Senza Glutine.

Sempre più spesso i clienti richiedono ricette “**Senza Glutine**”.

Per questa ragione noi di **Unilever Food Solutions** abbiamo pensato di offrire uno strumento in più per chi quotidianamente si trova ad affrontare questa necessità.

Un ricettario dedicato al “**Senza Glutine**”, un menù completo dall’antipasto al dessert, sia di carne che di pesce, per poter proporre senza alcuna esitazione un’offerta che vada incontro alle esigenze di un numero sempre più elevato di clienti.

In questo ricettario troverete anche spunti e suggerimenti sulla cucina Senza Glutine, facili da implementare. Grazie ad **Unilever Food Solutions** potrete contare sull’aiuto di una linea completa di ingredienti e prodotti senza glutine per esaltare ed arricchire il gusto delle vostre preparazioni.





MENÙ DI CARNE

SENZA
GLUTINE

LISTA DEGLI ALLERGENI



Cereali
contenenti
glutine



Crostacei



Uova



Pesce



Arachidi



Soia



Latte



Frutta
a guscio



Sedano



Senape



Sesamo



Solfiti



Lupini



Molluschi

COME COMUNICARE LA PRESENZA DI ALLERGENI NEL MENÙ?

Il 13 dicembre 2014 è entrato in vigore l'obbligo per il mondo della ristorazione di dichiarare la presenza di allergeni nel menù.

Le sostanze in grado di provocare allergie o intolleranze sono 14 e sono elencate all'allegato II del Reg. UE 1169/11 (vedi qui a sinistra l'elenco completo).

Il ristoratore è dunque obbligato ad informare il consumatore in merito alla presenza di uno o più allergeni presenti in una preparazione come ingrediente oppure "in tracce".

La dicitura "in tracce" significa che nella preparazione possono essere presenti piccole quantità dell'allergene a causa di cross contamination/contaminazioni accidentali.

La scelta circa le modalità da utilizzare per informare il consumatore è rimessa alla discrezionalità del ristoratore, che sceglierà la soluzione più idonea a seconda della propria organizzazione e dimensione aziendale.

Ciò potrà avvenire, ad esempio, **evidenziando gli allergeni nella lista degli ingredienti** di ogni singolo piatto presente nel menù.

Per semplicità, **si può anche utilizzare una tabella numerata che riporti i 14 allergeni**, che saranno poi indicati con un numero nella lista ingredienti.

Oppure il ristoratore può riportare per iscritto, sul menù o su apposito cartello affisso in luogo ben visibile, una dicitura del tipo: "per qualsiasi informazione circa la presenza di allergeni nelle preparazioni è possibile **consultare l'apposita documentazione che verrà fornita su richiesta dal personale di servizio**". In ogni caso l'informativa sugli allergeni deve risultare da idonea documentazione scritta, facilmente reperibile sia per l'autorità competente sia per il cliente, di cui tutto il personale dovrà essere a conoscenza.



ANTIPASTO

Insalata di Quinoa con pere, sedano e noci
con carpaccio di carne salata



PRIMO

Ribollita con uovo in camicia
e cavolo nero



SECONDO

Manzo al vincotto su purè di patate,
funghi shiitake e mele



DESSERT

Torta al mandarino e cioccolato fondente
con cannella e salsa ai frutti di bosco

MENÙ DI PESCE

SENZA
GLUTINE



ANTIPASTO

Spiedino di pesce spada in tempura all'arancia con maionese al pepe e basilico



PRIMO

Riso venere mantecato con conchigliacei di mare, pomodori verdi e limone candito



SECONDO

Tonno rosso marinato agli agrumi e basilico con carote glassate, miele e pistacchi



DESSERT

Torta al mandarino e cioccolato fondente con cannella e salsa ai frutti di bosco

Unilever
Food
Solutions

Insalata di Quinoa con pere, sedano e noci con carpaccio di carne salata

SENZA
GLUTINE

La quinoa è "la madre di tutti i semi": proprietà nutrizionali elevate e versatilità in cucina. Originaria del Sud America la quinoa è un alimento totalmente privo di glutine, ed altamente proteico, quindi perfetto per le diete senza glutine, vegetariane/vegane. Ricco di fibre e minerali, ha un sapore delicato che ben si sposa con molte preparazioni.



Ingredienti per 10 persone

Per la quinoa

500 g	quinoa mista
1,5 l	Brodo Manzo Senza Glutine Knorr
50 g	carote
50 g	sedano
10 g	cipolla
6	pere

Per il condimento

50 g	noci
300 g	sedano bianco
2	acciuqhe
200 g	misticanza
200 g	carpaccio di carne salata



Il nuovo Brodo Manzo Granulare Senza Glutine Knorr permette di esaltare il gusto delle preparazioni a base di carne.

ANTIPASTO DI CARNE



Insalata di Quinoa con pere, sedano e noci con carpaccio di carne salata

SENZA
GLUTINE

Procedimento

1 Per la quinoa

Sciacquare la quinoa sotto acqua corrente.
In una casseruola rosolare il sedano, le carote e la cipolla a brunoise con l'olio extravergine d'oliva.
Appena croccanti aggiungere la quinoa e farla tostare. Bagnare con il brodo e lasciare cuocere come un risotto.
Togliere dal fuoco e condire con le pere a cubetti.

2 Per il condimento

Lavare e tagliare a julienne il sedano. Riporlo in acqua fredda.
Affettare il carpaccio di carne salata e tritare le acciughe.
Condire la misticanza con le acciughe tritate e olio extravergine d'oliva.
Impiattare la quinoa alle pere al centro e guarnire con qualche fetta di carpaccio di carne salata, le noci ed il sedano riccio.

Allergeni



Pesce



Frutti
a guscio



Sedano

Spiedino di pesce spada in tempura all'arancia con maionese al pepe e basilico

SENZA
GLUTINE

Perché rinunciare ad un'eccellente tempura se si è intolleranti al glutine? Questi ottimi spiedini di pesce spada sono una gustosissima risposta. La Maizena, insieme alle varie tipologie di farine senza glutine, ricavate dai cereali senza glutine, dai legumi, dai semi o dalla frutta secca, consentono di ottenere una frittura a regola d'arte.



Ingredienti per 10 persone

Per la tempura

500 g	Maizena
500 g	farina di riso
200 ml	succo di arancia
600 ml	acqua frizzante
10 cubetti	ghiaccio
1 cucchiaio	miele

Per la frittura

1 kg	pesce spada
q.b.	olio di semi per friggere

Per la maionese

200 g	Real Mayonnaise Hellmann's
25 g	basilico



La Maizena unita alle farine senza glutine, consente di preparare croccanti tempura anche per i clienti che non possono o non vogliono mangiare glutine. Perfetta per infarinare carne e pesce e realizzare scaloppine senza glutine.



Spiedino di pesce spada in tempura all'arancia con maionese al pepe e basilico

SENZA
GLUTINE

Procedimento

- 1 Per la tempura**
Miscelare tutti gli ingredienti con un cucchiaino e riporre la tempura in frigorifero per mezz'ora.
- 2 Per la frittura**
Tagliare il pesce spada a rettangoli e infilarli allo spiedo. Abbatte per qualche minuto a negativo e successivamente passare nella tempura. Friggere in olio di semi bollente.
- 3 Per la maionese**
Miscelare la Maionese Hellmann's con il pepe macinato ed il basilico a julienne.
- 4 Per la finitura**
Servire gli spiedini di pesce spada in tempura all'arancia in un piatto piano accompagnandolo con una coppettina di maionese al pepe e basilico.

Allergeni



Uova



Pesce



Solfiti

Ribollita con uovo in camicia e cavolo nero

SENZA
GLUTINE

È sempre più importante rispettare la stagionalità degli ingredienti, soprattutto frutta e ortaggi. Tantissimi i vantaggi: costano meno, sono più buoni, profumati, aromatici. Questa ricetta, ormai un classico della cucina toscana a base di verdure, è perfetta per esaltarne il gusto e gli aromi. Da novembre ad aprile.



Ingredienti per 10 persone

800 g	fagioli cannellini secchi
50 ml	olio extravergine d'oliva
10 g	timo
2 l	Brodo di Verdure in gelatina Knorr Professional
q.b.	sale e pepe

Per la zuppa

500 g	verza
450 g	cavolo nero
300 g	bietole
500 ml	Brodo di Pollo in gelatina Knorr Professional
q.b.	olio extravergine d'oliva
250 g	pomodori pelati
2	patate
10 g	cipolla
100 g	carote
100 g	sedano
q.b.	sale e pepe
q.b.	peperoncino fresco

Per l'uovo in camicia

10	uova
----	------



I Brodi in gelatina di Verdure e Pollo Knorr Professional, evoluzione dei tradizionali brodi in pasta e quindi perfetti soprattutto per le lunghe cotture, esaltano in modo naturale il sapore degli ingredienti freschi. Disponibile anche la variante Manzo.



Ribollita con uovo in camicia e cavolo nero

SENZA GLUTINE

Procedimento

1 Per l'uovo

Lavare accuratamente le uova. Cuocerle a vapore a 60° per 45 minuti. Abbatte di temperatura positiva o raffreddare sotto acqua corrente.

2 Per la zuppa

Mettere a bagno precedentemente i fagioli secchi in acqua. Successivamente rosolare in pentola la cipolla tritata con l'olio extravergine d'oliva. Aggiungere i fagioli e lasciare dorare. Aggiungere il brodo e lasciare cuocere per 45 minuti. Frullare metà dei fagioli e mantenere l'altra parte intera. In un'altra pentola rosolare la cipolla, le carote, le patate ed il sedano a cubetti con l'olio extravergine d'oliva. Aggiungere il peperoncino e le verdure tagliate a pezzi. Far cuocere per qualche minuto e successivamente aggiungere la polpa di pomodoro. Coprire con il brodo e continuare la cottura. Dopo 20 minuti aggiungere la metà dei fagioli frullati e quelli interi. Condire con il pepe e il sale. Disporre la zuppa in una fondina ed accompagnarla con le uova in camicia passate qualche attimo a bagnomaria.

Allergeni



Uova



Sedano

Riso venere mantecato con conchigliacei di mare, pomodori verdi e limone candito

SENZA GLUTINE

Il riso è considerato il re dei cereali. Riso integrale, riso bianco, riso rosso, riso venere, riso basmati. Tante varietà diverse per soddisfare i diversi gusti, tutte rigorosamente senza glutine. Particolarmente apprezzato, il riso venere, ingrediente centrale di questa raffinata ricetta, dove gli aromi si fondono armoniosamente.



Ingredienti per 10 persone

Per il riso

800 g	riso venere
50 g	burro
50 g	Parmigiano
1,5 l	Brodo Verdure Senza Glutine Knorr
q.b.	pepe al mulinello

Per i conchigliacei

200 g	cozze
200 g	vongole
200 g	capesante
10 g	aglio
10 g	timo
q.b.	olio extravergine d'oliva
q.b.	pepe
q.b.	prezzemolo
300 ml	Fumetto di Crostacei Knorr Professional

Per il limone candito

300 g	bucce di limone
300 ml	acqua
300 g	zucchero

Per la finitura

600 g	pomodori verdi
-------	----------------



Il Brodo Verdure Granulare Senza Glutine Knorr è perfetto come base per arricchire il gusto di tutte le preparazioni veloci, come ad esempio i Risotti.



Riso venere mantecato con conchigliacei di mare, pomodori verdi e limone candito

SENZA GLUTINE

Procedimento

1 Per i conchigliacei

Sciacquare tutti mitili sotto l'acqua e pulirli.

In una casseruola mettere a rosolare l'olio extravergine d'oliva con l'aglio, il timo ed il pomodoro verde tagliato a cubetti.

Aggiungere i conchigliacei e farli aprire lentamente.

Versare il Fumetto di Crostacei Knorr Professional.

Condire con pepe e prezzemolo e coprire con un coperchio.

2 Per il limone candito

Tagliare a julienne le bucce di limone. Sbollentarle per 3 volte e raffreddarle.

In una pentola mettere l'acqua, lo zucchero e la buccia di limone.

Far cuocere per qualche minuto e portare fuori dal fuoco.

3 Per il riso nero

In una casseruola mettere a rosolare l'olio. Aggiungere il riso nero e scottarlo.

Appena bollente bagnare con il Brodo Verdure Senza Glutine Knorr.

Portare a cottura aggiungendo i conchigliacei con il proprio brodetto.

Aggiungere una manciata di pomodori verdi tagliati a cubetti.

Togliere dal fuoco e mantecare con il burro, il Parmigiano ed il pepe.

Impiattare a specchio e guarnire con il limone candito.

Allergeni



Crostacei



Latte



Molluschi

Manzo al vincotto su purè di patate, funghi shitake e mele

SENZA GLUTINE

Funghi shitake: in estremo oriente sono da sempre considerati veri e propri elisir di lunga vita. Abbassano il livello di colesterolo, aumentano le difese immunitarie e si dice esercitino addirittura una potente azione antitumorale. In cucina possono essere utilizzati in vari modi come ad esempio in questo invitante secondo di manzo dai forti contrasti.



Ingredienti per 10 persone

Per il manzo

2 kg	filetto di manzo
100 g	burro
200 g	Maizena

Per la salsa al vincotto

300 ml	vincotto
30 g	scalogno
300 ml	Demi-Glace Knorr Professional
q.b.	olio extravergine d'oliva

Per il purè di patate

500 ml	acqua
500 ml	latte
150 g	Purè di Patate in Fiocchi Pfanni
q.b.	sale e pepe
50 ml	Crème & Crème Knorr

Per la finitura

400 g	funghi shitake
4	mele verdi
5	cipolle al vino rosso



La Demi-Glace Knorr Professional sempre pronta all'uso per creare velocemente tante salse di accompagnamento, come la salsa ai funghi shitake.

I Fiocchi di patate Pfanni privi di allergeni per creare tante preparazioni anche per i Clienti più esigenti.

La Crème & Crème Knorr è una panna vegetale con il 35% di grassi, ottima per la sua stabilità nelle preparazioni a caldo.



Manzo al vincotto su purè di patate, funghi shitake e mele

SENZA GLUTINE

Procedimento

- 1 Per la salsa al vincotto**
In una casseruola rosolare l'olio extravergine d'oliva con lo scalogno tritato. Aggiungere i liquidi e portare a riduzione.
- 2 Per il purè di patate**
Preparare il purè secondo le istruzioni indicate sulla confezione. Miscelare e condire con il sale ed il pepe e qualche goccia di Crème & Crème Knorr.
- 3 Per il filetto**
Tagliare il filetto in porzioni. Passare i filetti nella maizena. In una padella sciogliere il burro ed integrare la carne. Rosolare da tutti e due i lati e far cuocere per qualche minuto. Versare la salsa al vincotto e continuare fino a cottura.
- 4 Per la finitura**
Lavare e tagliare a fette i funghi shitake. Tagliare a julienne la mela verde. Impiattare il purè di patate, sovrapporre il filetto con la salsa e guarnire con i funghi, la cipolla al vino rosso e la mela.

Allergeni



Latte



Solfiti

Tonno rosso marinato agli agrumi e basilico con carote glassate, miele e pistacchi

SENZA GLUTINE

Ricca di importanti sostanze nutritive, la frutta secca può essere utilissima in cucina. Impanare carne e pesce con la frutta secca può essere una idea originale ed è facilissimo. In questo caso, i pistacchi esaltano ed impreziosiscono il sapore del tonno marinato e creano un gustosissimo contrasto.



Ingredienti per 10 persone

Per il tonno

1,5 kg	tonno rosso
50 ml	Ridotto di Astice Knorr

Per le carote

500 g	carote
50 ml	Ridotto di Verdure Knorr
5 g	basilico
25 g	miele
50 g	pistacchi
q.b.	zeste di agrumi



I Ridotti Knorr sono in formato liquido e quindi perfetti per esaltare il colore ed il gusto degli ingredienti, direttamente durante la preparazione o attraverso il processo di marinatura.



Tonno rosso marinato agli agrumi e basilico con carote glassate, miele e pistacchi

SENZA
GLUTINE

Procedimento

- Per il tonno**
Tagliare il tonno rosso a fette. Disporle in una placca gastronorm e condirle con il Ridotto di Astice Knorr. Massaggiare i filetti e lasciare marinare per 2 ore.
- Per le carote glassate**
Tagliare le carote a bastoncini. Saltarle in padella con il Ridotto di Verdure Knorr, il basilico, il miele.
- Per la finitura**
Arrostire i filetti di tonno in padella antiaderente con l'olio extravergine d'oliva. Disporli in un piatto piano accompagnandoli con le carote glassate, con zeste di agrumi, pistacchi e miele.

Allergeni



Crostacei



Pesce



Latte



Frutti
a guscio



Sedano

Torta al mandarino e cioccolato fondente con cannella e salsa ai frutti di bosco

SENZA
GLUTINE

È sempre più frequente trovarsi davanti a persone che non possono o scelgono di dire no al glutine. Ma questo non vuol dire rinunciare al piacere del dolce. Con l'amido di mais maizena e le farine ottenute da cereali senza glutine si possono preparare ottime torte, come la torta al mandarino e cioccolato fondente. Una vera delizia anche per i palati più esigenti.



Ingredienti per 10 persone

Per la torta

350 g	mandarini
6	uova
100 g	Maizena
150 g	farina di mandorle
250 g	zucchero semolato
1	bacca di vaniglia
5 g	sale
75 g	cioccolato fondente 70%
5 g	cannella in polvere

Per la salsa ai frutti di bosco

250 g	frutti di bosco
50 g	zucchero
5 g	vaniglia
½	succo di limone
q.b.	Crème & Crème Knorr
50 g	Topping ai Frutti di Bosco Carte d'Or



L'amido di mais Maizena rende più soffici tutti gli impasti, dolci e salati.
La Crème & Crème Knorr, anch'essa adatta sia alle applicazioni dolci che salate, è una panna vegetale con il 35% di grassi.
Carte d'Or ha una gamma completa di toppings, tutti rigorosamente senza glutine, perfetti per i vostri desserts "gluten free".



**Torta al mandarino e cioccolato fondente
con cannella e salsa ai frutti di bosco**

**SENZA
GLUTINE**

Procedimento

1 Per la torta

Cuocere i mandarini interi con tutta la buccia in acqua bollente per circa 40 minuti. Scolarli e raffreddarli. Mixare con un robot. Montare le uova, lo zucchero, il sale e la vaniglia a neve. Versare la farina di mandorle, la maizena ed il baking setacciati incorporando dall'alto verso il basso, integrare nello stesso modo la cannella, i mandarini frullati e il cioccolato a scaglie. Riporre il composto in una tortiera imburrata. Cuocere in forno a 180° per 40 minuti.

2 Per la salsa ai frutti di bosco

In un pentolino mettere tutti gli ingredienti e far cuocere per circa 8 minuti.

3 Per la finitura

Servire le fette di torta accompagnandola con la salsa ai frutti di bosco ed un ciuffo di Crème & Crème Knorr montata con la planetaria.

Allergeni



Uova



Soia
presente
in Crème & Crème
Knorr



Latte



Frutti
a guscio

Novità 2017: I nuovi Brodi Granulari Knorr Senza Glutine.

Il gusto e la qualità
Knorr di sempre,
finalmente senza glutine.

Il Brodo Granulare non può mancare
nella cucina di uno Chef.

Da oggi **Unilever Food Solutions**
propone due nuovi Brodi Granulari
Senza Glutine nella variante al Manzo
e quella alle Verdure.

Due novità che contribuiranno
a rendere più gustose le ricette per tutti
coloro che devono o preferiscono
mangiare piatti privi di glutine.

- **Massima resa:**
66L di brodo
per una confezione.
- Senza glutine,
senza glutammato,
senza olio di palma.
- 3% di estratto di carne
nel brodo di manzo.



**SENZA
GLUTINE**



**Brodo Manzo
Granulare**



**Brodo Verdure
Granulare**

**Unilever
Food
Solutions**

Gli alleati che **Unilever Food Solutions** mette a disposizione per la tua cucina senza glutine.

Chi l'ha detto che cucinare senza glutine vuol dire rinunciare al gusto?

Unilever Food Solutions sa bene quanto sia importante per lo Chef proporre un piatto "gluten free" comunque appetitoso ed originale. Per questo ti mette a disposizione una gamma completa di prodotti senza glutine, che ti permetteranno di creare facilmente e velocemente un menù completo, dall'antipasto al dessert. Trova quello che fa per te!

BRODI



Brodo Manzo Granulare 1 Kg Senza Glutine Knorr

Brodo Verdure Granulare 1 Kg Senza Glutine Knorr

Brodo delle Feste 1 Kg Knorr

Brodo Record 1 Kg Knorr

Mep allo Zafferano 800 g Knorr



Brodo Sapore 1 Kg Knorr



Brodo di Manzo in gelatina 800 g Knorr



Brodo di Pollo in gelatina 800 g Knorr



Brodo di Verdure in gelatina 800 g Knorr



Ridotto di Brodo Manzo 1 L Knorr



Ridotto di Brodo Pollo 1 L Knorr



Ridotto di Brodo Verdure 1 L Knorr



Ridotto di Brodo Astice 1 L Knorr



Ridotto di Brodo Pesce 1 L Knorr

FONDI E SALSE



Demi-Glace 1 L Knorr Professional

Fondo Chiaro 1 L Knorr Professional

Fondo Bruno 1 L Knorr Professional

Fumetto di Crostacei 1 L Knorr Professional

MAIZENA



Maizena 700 g

Maizena 2,5 Kg

PANNE VEGETALI



Crème & Crème 1 Kg Knorr

Crème Cuisine 1 Kg Knorr

PURÈ



Preparato per Purè di patate in fiocchi 10 Kg Pfanni

Preparato per Purè di patate in fiocchi 4 Kg Pfanni

TOPPINGS



Topping Fragola 1 Kg Carte d'Or

Topping Mou 1 Kg Carte d'Or

Topping Nocciola 1 Kg Carte d'Or

Topping Amarena 1 Kg Carte d'Or

Topping Caffè 1 Kg Carte d'Or



Topping Caramello 1 Kg Carte d'Or

Topping Cacao 1 Kg Carte d'Or

Topping Frutti di Bosco 1 Kg Carte d'Or

Topping Bianco Croccante 1 Kg Carte d'Or

Topping Cacao Croccante 1 Kg Carte d'Or

DRESSING



Gastronomica Compatta 5 Kg Calvé

Gastronomica Cremosa 5 Kg Calvé

Maionese Classica 5 Kg Calvé

Tomato Ketchup 5,5 Kg Calvé

Real Mayonnaise 5 L Hellmann's



Gastronomica Versatile 2 L Calvé

Gastronomica Cremosa Top Down 750 ml Calvé

Maionese Classica Top Down 430 ml Calvé

Senape Top Down 250 ml Calvé

Tomato Ketchup Top Down 430 ml Calvé

Tomato Ketchup Top Down 750 ml Calvé



Real Mayonnaise Top Down 430 ml Hellmann's

Ketchup Classic Top Down 430 ml Hellmann's

Sauce Mustard Top Down 250 ml Hellmann's

Maionese Monodose 15 ml Calvé

Ketchup Monodose 15 ml Calvé

Scopri di più sul Senza Glutine e sulla gestione degli allergeni in cucina visitando il nostro sito www.unileverfoodsolutions.it



