

# Cena di Venerdì 1 Dicembre 2017



## SERATA ANGUS e CARCIOFI



**I CARCIOFI** Presenti da ottobre ad aprile, per le loro proprietà depurative, tonificanti, "elimina tossine" rappresentano una miniera di proprietà benefiche, tanto che sono molto utilizzati in cucina ma anche in erboristeria e fitoterapia. I boccioli di questo cardo, raccolti prima che diventino fiore, infatti, sono ricchi di silimarina, un antiossidante che stimola l'attività epatica e depura l'organismo dalle sostanze nocive. Per il clima favorevole l'Italia è tra i paesi maggiormente produttivi. Le diverse varietà, si distinguono la presenza o meno di spine, per il colore e per la forma. A fronte di pochissime calorie (solo 47 kcal/100 g) i carciofi apportano buone quantità di sali minerali come calcio, ferro, potassio, fosforo e magnesio nonché inulina, una fibra ottima per contrastare il colesterolo cattivo, favorire il senso di sazietà e il benessere intestinale. Inoltre, come bevanda, hanno una spiccata azione anticellulite grazie alla capacità di drenare i liquidi in eccesso. Anche nella cosmesi, il carciofo trova spazio per la cura del cuoio capelluto nonché per stimolare la produzione dei bulbi.

### Menù:

- Torretta di Angus con crudité di carciofi
- Sformato di carciofi con vellutata di Grana

- Risotto con carciofi e Castelmagno
- Tagliolini con ragù di Angus

- Stracotto di Angus al Barbera con carciofi gratinati

Dolce della casa €28,00 acqua e caffè compresi



L' **ABERDEEN ANGUS** è una antichissima razza bovina da carne, la più allevata nel mondo, che prende il nome dalla contea di Aberdeen nel nord-est della Scozia di cui è originaria. È un animale molto produttivo, senza corna e dal pelo raso nero. Non ha un'altezza al garrese notevole ma ha un peso elevato: le femmine possono arrivare a 750 kg ed i maschi a 1100 kg. L'Aberdeen Angus si caratterizza anche per l'ottima adattabilità al pascolo, fertilità e longevità. Non ha problemi al parto. La carne, riconosciuta come ottima qualità, si presenta delicata e morbida ed è ricca di grasso di marezatura.

**Prenotazioni ai numeri 011 9567816 / 3883097404**

*Non vuoi mangiare il menù a tema? Non preoccuparti, abbiamo sempre dei piatti da scegliere alla carta!!!*

**Iscrivendovi alla newsletter sarete sempre informati!**

[www.lasoldanella.it](http://www.lasoldanella.it)

**Agriturismo La Soldanella. Corso Moncenisio 96 - Rosta -TO**