

DAL 4 AL 13 MARZO

MENU

Vellutata di fagioli verdolini
con gamberi in kataifi.

Lagane e ceci.

Zuppa di lenticchie
in vellutata di zucca
e patate.



IL GRANDE GATSBY
BAR & RESTAURANT

by "UNA cucina"

FAGIOLO VERDOLINO DI ONANO

È un legume tradizionale dell'Alta Tuscia e sono poche le aziende che ancora oggi lo coltivano.

È tra le specie più ricercate e apprezzate sul mercato, per la delicatezza del gusto e per la buccia particolarmente tenera. Queste caratteristiche lo rendono particolarmente indicato per qualsiasi ricetta.

Il fagiolo verdolino, assieme alle varietà del purgatorio e giallo, è presente nell'elenco della varietà vegetali a rischio di estinzione della regione Lazio, per questo motivo sono previsti dei contributi europei per la sua coltivazione al fine di prevenirne la scomparsa.

LENTICCHIE DI CASTELLUCCIO DI NORCIA

Ci troviamo a Castelluccio di Norcia, immersi nel Parco Nazionale dei Monti Sibillini ad oltre 1400 metri slm, località rinomata per le sue lenticchie e la fioritura della piana: una meravigliosa esplosione di colori che ha luogo in giugno. La storia di questo prezioso legume è antichissima. È coltivato da sempre sui piani carsici di Castelluccio, in quantità limitata, per questo è considerato un prodotto di nicchia.

La lenticchia di Castelluccio possiede delle notevoli qualità nutritive: tutte le sue proteine, vitamine, fibre e sali minerali la rendono ottima per chi necessita di una dieta ricca di ferro, potassio e fosforo, povera di grassi e molto nutritiva.

CECI PICCOLI BIO DI SPOLETO

Questi ceci biologici vengono coltivati nella parte umbra dell'Alta Valnerina (la valle del fiume Nera che sgorga dai monti Sibillini nelle Marche).

I campi sono ad oltre 900 metri di altitudine e come spesso succede con le coltivazioni montane, l'escursione termica tra giorno e notte ha come risultato lo straordinario valore organolettico dei prodotti.

La coltivazione segue le fasi lunari e la rotazione delle colture, senza utilizzo di diserbanti e concimi chimici e senza necessità di utilizzare fitosanitari come insetticidi o antiparassitari.

