



BROCCOLO PADOVANO



Az. Agr. Il Biancospino, Padova (PD)

Originario della provincia di Padova, il broccolo padovano fa parte della famiglia delle Brassicacee. Molto diffuso nelle nostre zone fino agli anni '80, ha iniziato ad essere dimenticato in favore dei broccoli a fiore. La semente è stata recuperata e selezionata negli anni grazie al progetto "Ecotipi", dove il contadino stesso favorisce e seleziona la riproduzione degli esemplari migliori di una certa popolazione vegetale. Molto resistente al freddo, assume colore violaceo e sapore dolce grazie alle gelate invernali.



Da Novembre
a Febbraio



Torte salate
Contorni



Vitamina A, C,
Calcio
Fibre



RICETTE

RICETTA BASE

Ingredienti:

1 broccolo padovano

Olio evo, sale

Peperoncino a piacere

Procedimento:

Staccare le foglie che compongono il cespo, lavarle e separare la costa centrale più dura con un coltellino.

Dividere in lunghezza la costa centrale e tagliarla a dadini. Portare ad ebollizione dell'acqua con un po' di sale. Gettarvi la "dadolata" e dopo 5 min le foglie. Cottura complessiva 15 minuti. Scolare e ripassare in padella con aglio, olio evo ed eventualmente peperoncino o altro ingrediente a piacere.

BRISEE PADOVANE

Ingredienti:

600g di broccolo padovano

1 uovo

150g di farina grano tenero

75g di burro

½ bicchiere acqua

Sale

Procedimento:

Impastare velocemente la farina col burro morbido e tagliato a fettine, mettere il pizzico di sale e versare poco alla volta l'acqua per ottenere un panetto non troppo molle, avvolgere in un telo e far riposare in frigo per ½ ora. Preparare il broccolo padovano come indicato nella ricetta base. Aggiungervi un uovo intero ed amalgamare. Tirare la pasta e rivestire uno stampo da forno imburato ed infarinato. Riempire con il broccolo. Infornare a 170° per 30 minuti.



Scansiona il QR code
per scoprirne
di più!

