

**PASTA ALL'UOVO 646 MG DI SODIO PER KG**

INGREDIENTI			SODIO MG
600	G	FARINA	24
200	G	SEMOLA DI GRANO DURO (1)	8
350	G	UOVO INTERO FRESCO	430
20	G	OLIO D'OLIVA SPREMATO A FREDDO	
50	G	SEMOLA DI GRANO DURO(2)	2

## MISE EN PLACE

- SETACCIARE LA FARINA FIORE
- ROMPERE LE UOVA A PARTE E CONTROLLARE LA FRESCHEZZA

## PREPARAZIONE DI VARIANTE 1

- FARE UNA FONTANA CON LA FARINA E LA SEMOLA DI GRANO DURO(1)
- METTERE L'UOVO INTERO
- IMPASTARE A MANO PER ALMENO 10 MINUTI IN UN IMPASTO RIGIDO È LISCIA ED ELASTICA
- - LASCIARE LA PASTA IN FRIGORIFERO, COPERTO, PER 1 ORA

## PREPARAZIONE DI VARIANTE 2

- PORRE TUTTI GLI INGREDIENTI IN UNA CIOTOLA, LAVORARE CON UN GANCIO PER IMPASTARE IN UNA PASTA ELASTICA E IMPASTARE PER CA. 5 MINUTI
- LASCIARE LA PASTA IN FRIGORIFERO, COPERTO, PER 1 ORA

## CONTINUA LA PREPARAZIONE

- STENDETE LA PASTA IN UNO STRATO MOLTO SOTTILE, SPOLVERARE REGOLARMENTE CON LA SEMOLA (2)
- CUOCERE LA PASTA AL DENTE IN ABBONDANTE ACQUA SALATA (1 FOGLIO PARTE PER 5 PARTI DI ACQUA)
- SCOLATE LA PASTA METTERE IN ACQUA FREDDA
- SCOLARE E ASCIUGARE BENE

SAVERIO PEZZI

SOUS -CHEF

OSPEDALE REGIONALE DI MENDRISIO BEATA VERGINE

**SALSA BOLOGNESE 1577 MG DI SODIO PER 2.5 L X 1 LITRO 630 MG DI SODIO**

INGREDIENTI			SODIO MG
40	G	OLIO D'OLIVA SPREMUTO A FREDDO	0
1000	G	MANZO MACINATE SCELTO	460
50	G	OLIO D'OLIVA	
50	G	CONCENTRATO DI POMODORO	120
80	G	CIPOLLE PELATE	4
10	G	AGLIO SBUCCIATO	1
100	G	CAROTE PELATE	40
50	G	SEDANO	50
200	ML	VINO ROSSO	
300	G	POMODORI A QUADRETTI (CONCASSÉE)	300
1500	G	SALSA DI POMODORO	600
10	G	BASILICO FRESCO	0.9
10	G	ORIGANO FRESCO	1
5	G	TIMO FRESCO	0.3
1	G	PEPE BIANCO APPENA MACINATO E NOCE NOSCATA	

## MISE EN PLACE

- TRITARE FINEMENTE LE CIPOLLE E AGLIO
- TAGLIARE LE CAROTE E IL SEDANO, A DADINI (BRUNOISE)
- TAGLIARE I POMODORI A CUBETTI DI 1 CENTIMETRO
- LAVARE IL BASILICO, ORIGANO E TIMO, CORAGGIO, UN PO ' SECCO E TRITATE FINEMENTE

## PREPARAZIONE

- RISCALDARE LA PENTOLA
- AGGIUNGERE L'OLIO FAR RISCALDARE SENZA RAGGIUNGERE IL PUNTO DI FUMO
- AGGIUNGERE LA CARNE MACINATA E FARLE SALTARE SGRANARE BENE
- AGGIUNGERE LE CIPOLLE, AGLIO E LE VERDURE A CUBETTI E SALTARLI LEGGERMENTE
- AGGIUNGERE IL CONCENTRATO E LASCIAR TIRARE LEGGERMENTE
- DEGLASSARE COL VINO ROSSO
- AGGIUNGERE I POMODORI CONCASSÉE E SA SALSA POMODORO
- CUOCERE PER 90 MINUTI A FUOCO LENTO CONTROLLANDO SOVENTE EV SGRASSARE
- ALLA FINE DELLA COTTURA AGGIUNGERE LE ERBETTE E LE SPEZIE

SAVERIO PEZZI

SOUS -CHEF

OSPEDALE REGIONALE DI MENDRISIO BEATA VERGINE

SALSA BESCIAPELLA 593 MG DI SODIO PER LITRO

INGREDIENTI	SODIO MG
1200 G LATTE INTERO	585
50 G BURRO	5
60 G FARINA	3
40 G CIPOLLE STECCA(CHIODO GAROFANO, ALLORO ATTENZIONE QUANTITÀ PICCOLE) PEPE NOCE MOSCATA SCORZA LIMONE BIO	

## MISE EN PLACE

- PORTARE IL LATTE AD EBOLLIZIONE

## PREPARAZIONE

- SCIogliere il burro
- Aggiungere la farina e cuocere senza far prendere colore, raffreddare il roux
- Aggiungere il latte caldo portare ad ebollizione, aggiungete la foglia di alloro e chiodi di garofano
- Lasciate cuocere per 30 minuti, mescolando
- Passare la salsa chinois e portare nuovamente ad ebollizione
- Condire con pepe e noce moscata e la scorza

## SUGGERIMENTI

LASAGNE PER 800 G		SODIO MG	
PASTA PER LASAGNE CRUDE	150 G	69.6	
SALSA BOLOGNESE	350 G	189	
SALSA BESCIAMELLA	<u>300 G</u>	<u>180</u>	
TOTALE	800 G	438.6 MG	= 0.44 G

PER 100 G 55 MG DI SODIO

PARMIGIANO 100 G 446 MG DI SODIO

SBRINZ 100 G 710 MG DI SODIO