



2017

Chi non bada a ciò che mangia
difficilmente baderà a qualsiasi altra cosa.

Samuel Johnson





As every year, we are extremely proud to collaborate with many of the most exceptional chefs in the world. It is they who bring our pasta to life. For 2017, we are proud to bring a year of delicious recipes from **Edoardo Estatico**, **Domenico Iavarone**, and **Antonio Mellino**. To them and to their teams who hosted us in their respective restaurants, we are most grateful for the time, passion, and professionalism that they brought to this project. Each recipe is indicated for four people.

Also in this edition, month after month, Dr. **Valentina Di Mauro**, specialist in the science of nutrition, provides us with her contributions

to the nutritional properties of certain ingredients from the Mediterranean diet, such as oil, eggs, and beans. With a varied nutritional intake, a balanced metabolic and psychophysical state can be reached. We would also like to warmly thank many of our loyal contributors for their continued support and collaborations for this 22nd edition:

Anna, Michele Calocero, Nino Carpentieri, Valentina Di Mauro, Giuseppe Durante, Federico, Pietro Ferraro, Famiglia Fiorenza, Giulia, Mary, Raimondo Mautone, Roberto San Severino.



And finally, a special thank you to **Nicoletta Gargiulo**, President of the Association

of Italian Sommeliers of the Campania Region for her invaluable guidance and her profound understanding and experience in selecting the wine pairings for each dish.



Chef Eduardo Estatico



Chef Domenico Iavarone



Chef Antonio Mellino

L'isola azzurra tutta racchiusa all'interno del kitchen, ristorante gastronomico situato all'interno del J.K. place un hotel botique di 22 camere. Ai fornelli lo chef Eduardo Estatico interpreta con estro la memoria del gusto della cucina napoletana. La sua cucina sa di storia e di tradizione, nello stesso tempo semplice e creativa. La sua cucina si presenta contemporanea, rigorosamente di stagione, senza pregiudizi di mare e di terra insieme. Capri è il punto di partenza della sua ispirazione, Napoli la sua città natale, infine la Campania e l'Italia concludono il percorso. L'atmosfera rilassante della terrazza panoramica, con lo scorcio di Marina Grande come sfondo a picco sul mare rende l'esperienza del gusto davvero unica.

J.K. Place Capri
Via Prov. Marina Grande, 225
Capri
Tel. +39 0818384001

Alle porte di Vico Equense, il ristorante Maxi di Capo La Gala è tra i locali premiati dalla Stella Michelin. La sua cucina, curata dallo chef Domenico Iavarone, è contemporanea e originale, e nello stesso tempo strettamente legata ai prodotti del territorio e ai piatti della tradizione. Il locale ha una magnifica vista sul Golfo. La bella terrazza di legno e pietra viva, adagiata sulla roccia e perfettamente integrata nel paesaggio naturale, è ideale per una romantica cena in riva al mare. Il profumo del Mediterraneo entra anche in sala, dove il bianco e il blu sono i colori dominanti, accanto alle vetrate che affacciano direttamente sull'incantevole panorama che va verso il cuore della Penisola Sorrentina.

Il Maxi
Capo la Gala Hotel & Spa
via luigi serio, 8
80069 vico equense, Na
+39 081 801 5757
info@hotelcapolagala.com

Massa Lubrense e la baia di Nerano ospitano il ristorante Quattro Passi. Eccellenza del gusto, con lo chef Antonio Mellino che accoglie i suoi ospiti alle porte della Costiera Amalfitana, tra la terra e il mare, il verde e il blu, l'antico e il moderno. I sapori e i profumi del Mediterraneo regalano un tocco di magia a questo piccolo gioiello incastonato nella roccia, con una magnifica terrazza che sembra protendersi verso il mare e dalla quale i tramonti diventano esperienze memorabili. La ricerca di materie prime genuine è meticolosa, mentre nel piatto avviene la "magia" grazie ad amore, passione e sagacia, che hanno reso questa cucina unica ed inimitabile.

Quattropassi
Via Amerigo Vespucci, 13/N
Nerano, Penisola Sorrentina
Napoli Italia
+39 081 808 12 71
info@ristorantequattropassi.it



2017 Gennaio

Fresh Leonessa Chittara Pasta, warty venus saltwater clams, bergamot orange from the Calabria region and aged Parmigiano-Reggiano cheese

Chef Eduardo Estatico

250g of, 40 warty venus medium-sized saltwater clams, 60g of Parmigiano Reggiano aged cheese, 8 tablespoons of extra virgin olive oil from Vesuvius, 2 cloves of garlic, 1 organic bergamot orange, 1 small red hot pepper, salt to taste

Wash carefully the clams and put them to the side. In a saucepan sauté one clove of garlic with half of the oil indicated. Add the clams along with a small cup of water and cover. Allow the clams to cook for a few minutes. Remove the shells and filter the cooking liquid. Put aside the clams and liquid. In a saucepan, sauté the other clove of garlic (this time smashed) with the remainder of the oil and half of the hot chili pepper, sliced finely. Add the filtered liquid.

Cook the pasta in a large pot of water and remove from the stove just a moment prior to when it's fully cooked. Mix the Parmesan and grated bergamot orange into the pasta and then add the clams.

Wine Pairing

Due to the great structure and balance of the plate, the dish renders a distinct nose-palate aftertaste thanks to the combination of bergamot orange, parmesan cheese and of course the clams with the extra olive oil uniting the aromas. We suggest a Vernaccia wine from San Gimignano as the perfect accompaniment. With its toasty nut notes, vanilla aroma, and exotic fruit aftertaste, the palate will enjoy the vibrant freshness and aftertaste of this wine pairing.

1 Dom

S. Maria Madre di Dio

2 Lun

SS. Nome del Signore

3 Mar

S. Genoveffa

4 Mer

S. Ermete

5 Gio

S. Amelia

6 Ven

Epifania di N. S.

7 Sab

S. Luciano, S. Raimondo

8 Dom

Battesimo del Signore

9 Lun

S. Giuliano martire

10 Mar

S. Aldo eremita

11 Mer

S. Iginio Papa

12 Gio

S. Modesto

13 Ven

S. Ilario

14 Sab

S. Felice martire

15 Dom

S. Mauro Abate

16 Lun

S. Marcello Papa

17 Mar

S. Antonio Abate

18 Mer

S. Liberata

19 Gio

S. Mario martire

20 Ven

S. Sebastiano

21 Sab

S. Agnese

22 Dom

S. Vincenzo martire

23 Lun

S. Emerenziana

24 Mar

S. Francesco di Sales

25 Mer

Conversione di S. Paolo

26 Gio

SS. Tito e Timoteo

27 Ven

S. Angela Merici

28 Sab

S. Tommaso d'Aquino

29 Dom

S. Costanzo

30 Lun

S. Martina

31 Mar

S. Giovanni Bosco

Uova Le uova sono un alimento prezioso per il loro alto valore nutrizionale. Sono fonte di proteine ad elevato valore biologico, in quanto contengono gli amminoacidi essenziali, ossia quelli che il nostro organismo non produce e che devono essere assunti attraverso il cibo. Sono inoltre ricchi di vitamina D, indispensabile per la salute delle ossa, minerali e lipidi; in particolare le uova contengono un'alta percentuale di grassi insaturi, efficaci nel proteggere il sistema cardiovascolare. Nell'adulto sano si consiglia l'assunzione di non più di 4 uova a settimana.



Cercola (Na)
Via Don Minzoni, 231 tel +39 081 5551107
Senza Glutine Via Don Minzoni, 268
tel +39 081 7333681
San Giorgio a Cremano (Na)
Via Manzoni, 54/56 tel +39 081 7714146
Via Bruno Buozzi, 15
(Piazza Municipio) tel +39 081 488300



2017 Febbraio

Leonessa Candela Ziti pasta Genovese style

Chef *Domenico Iavarone*

320g of Candela Ziti pasta by Leonessa, 800g of julienne spring onions, 500g of lean beef, 500ml of Aglianico red wine, 200g of onions (for frying), 200ml of milk, 50g of Pecorino di Fossa cheese, 40g of cubed carrots, 40g of cubed white celery, 4 cherry tomatoes, 1 clove of garlic, 1 fresh hot chili pepper, 1 bay leaf, extra virgin olive oil along with salt, black pepper, basil and parsley to taste

Season the meat with salt and pepper and sauté in with a tablespoon of olive oil. Add the julienned spring onions, cubed celery and carrots, a drizzle of olive oil, fresh hot chili pepper, and cut vegetables. Add wine, cherry tomatoes, bay leaf and salt and black pepper. Cover the saucepan and braise over a low flame until the meat is cooked. Slice the onions finely and place them in milk for approximately 20 minutes. Carefully drain the onions and fry at 165°C and allow them to dry. Cook the Ziti pasta in abundant water for 10 minutes, drain, and combine with the meat adding the pecorino cheese and parsley. Complete the dish with the fried onion.

Wine Pairing

A dish rich with strong and persistent flavors, yet well balanced with sweet and sour notes, lends itself to a perfect pairing with a Morellino di Scansano Riserve. Intriguing with strong bouquet, the wine emits cherry, spice, and mineral overtones providing the perfect intense flavors.

1 Mer

S. Verdiana

2 Gio

Pres. del Signore

3 Ven

S. Biagio, S. Oscar

4 Sab

S. Gilberto

5 Dom

S. Agata

6 Lun

S. Paolo Miki

7 Mar

S. Teodoro martire

8 Mer

S. Girolamo Em.

9 Gio

S. Apollonia

10 Ven

S. Arnaldo, S. Scolastica

11 Sab

B. V. di Lourdes, S. Dante

12 Dom

S. Eulalia

13 Lun

S. Maura

14 Mar

S. Valentino martire

15 Mer

S. Faustino

16 Gio

S. Giuliana vergine

17 Ven

S. Donato martire

18 Sab

Le Ceneri

19 Dom

S. Mansueto, S. Tullio

20 Lun

S. Silvano, S. Eleuterio

21 Mar

S. Eleonora, S. Pier Damiani

22 Mer

S. Margherita

23 Gio

S. Renzo

24 Ven

S. Edilberto Re, S. Mattia

25 Sab

S. Cesario, S. Vittorino

26 Dom

S. Romeo

27 Lun

S. Leandro

28 Mar

S. Romano abate

Olio extravergine d'oliva È la più importante fonte di grassi ed è considerato uno dei prodotti alimentari di maggior valore nutrizionale. Per l'elevato contenuto di acido oleico monoinsaturo e per l'abbondanza di sostanze antiossidanti, l'olio extravergine d'oliva esercita un ruolo benefico preventivo della cardiopatia ischemica aterosclerotica. Facilita inoltre l'assunzione di legumi e di verdura, incrementandone la palatabilità.

Cercola (Na)
Via Don Minzoni, 231 tel +39 081 5551107
Senza Glutine Via Don Minzoni, 268
tel +39 081 7333681
San Giorgio a Cremano (Na)
Via Manzoni, 54/56 tel +39 081 7714146
Via Bruno Buozzi, 15
(Piazza Municipio) tel +39 081 488300





2017 Marzo

Thick Leonessa Spaghettoni pasta with chickpea, codfish, lemon and coffee

Chef Domenico Iavarone

280g of Spaghettoni pasta, 200g of codfish, 100g of chickpeas, 20g of spring onions, extra virgin olive oil, toasted coffee beans, lemon peel, bacon, rosemary, broth, salt & pepper to taste

Soak the chickpeas in water and bicarbonate soda overnight. Cook them in lightly salted water. (Part will be used to create the cream with the rest left whole and peeled.)

For the cream: Heat the olive oil in a saucepan along with the bacon, spring onion, and rosemary. Add the chickpeas and broth. Bring the composition to boil and then cream with a mixer and pass through a strainer to remove any impurities. Clean the codfish and cut into large pieces. Sauté for a few seconds in the oil and onions. Block the heat by adding broth. In the meantime, cook the Spaghettoni for approximately 8 minutes and then transfer to the codfish to complete the cooking. Add the chickpeas and parsley. Serve the Spaghettoni in a nest on the cream of chickpea, already plated and lightly grate the coffee beans and lemon peel to complete.

Wine Pairing

With the sweet overtones of the chickpea and pasta, coffee, lemon, rosemary and spring onion compliment the plate with a persistent flavor palate. The codfish adds acidity to the plate. A Vermentino from the Sardinia region compliments the plate perfectly with its bouquet of chamomile, jasmine, and bergamot orange along with vanilla notes and passion fruit. A combination with a strong and pleasing taste combination, strong and yet in perfect harmony.

| | | | |
|----|-----|--------------------------|------------------------|
| 1 | Mer | Le Ceneri | |
| 2 | Gio | S. Basileo martire | |
| 3 | Ven | S. Cunegonda | |
| 4 | Sab | S. Casimiro, S. Lucio | |
| 5 | Dom | I di Quaresima | |
| 10 | 6 | Lun | S. Marciano |
| 7 | Mar | S. Felicità, S. Perpetua | |
| 8 | Mer | S. Giovanni di Dio | |
| 9 | Gio | S. Francesca R. | |
| 10 | 10 | Ven | S. Semplicio Papa |
| 11 | 11 | Sab | S. Costantino |
| 12 | 12 | Dom | S. Massimiliano |
| 11 | 13 | Lun | S. Arrigo, S. Eufrazia |
| 14 | 14 | Mar | S. Matilde Regina |
| 15 | 15 | Mer | S. Longino, S. Luisa |
| 16 | 16 | Gio | S. Eriberto Vescovo |

Legumi Sono gli alimenti ideali per la prevenzione delle malattie cronico-degenerative; ricche di proteine di buon valore biologico senza una rilevante quantità di grassi saturi sono fornitori di fibra, di carboidrati complessi e quindi di energia. Le proteine contenute in grande quantità nei legumi hanno un basso contenuto di metionina ma sono ricche di lisina. La combinazione dei legumi con i cereali, le cui proteine sono povere di lisina e ricche di metionina, permette di realizzare una "mutua integrazione delle proteine" con il risultato di una qualità proteica notevolmente completa come ad esempio pasta e fagioli, ceci ecc. Nell'adulto sano si consiglia l'assunzione di almeno tre porzioni di legumi a settimana.

| | | | |
|----|-----|--------------------------|----------------------|
| 17 | Ven | S. Patrizio | |
| 18 | Sab | S. Salvatore, S. Cirillo | |
| 19 | Dom | III di Quaresima | |
| 12 | 20 | Lun | S. Claudia |
| 21 | 21 | Mar | S. Benedetto |
| 22 | 22 | Mer | S. Lea |
| 23 | 23 | Gio | S. Turibio di M. |
| 24 | 24 | Ven | S. Romolo |
| 25 | 25 | Sab | Annunc. del Signore |
| 26 | 26 | Dom | IV di Quaresima |
| 13 | 27 | Lun | S. Augusto |
| 28 | 28 | Mar | S. Sisto III Papa |
| 29 | 29 | Mer | S. Secondo martire |
| 30 | 30 | Gio | S. Amedeo |
| 31 | 31 | Ven | S. Beniamino martire |

Cercola (Na)
Via Don Minzoni, 231 tel +39 081 5551107
Senza Glutine Via Don Minzoni, 268
tel +39 081 7333681
San Giorgio a Cremano (Na)
Via Manzoni, 54/56 tel +39 081 7714146
Via Bruno Buozzi, 15
(Piazza Municipio) tel +39 081 488300





2017 Aprile

Leonessa Spaghetino Nerano style Chef Antonio Mellino

350g of Leonessa Spaghetino, 500g of mature Sorrentino tomatoes, 100g of tomato puree, 8 tablespoons of extra virgin olive oil, 30g of parmesan cheese, 20g of butter, 2 cloves of garlic, oregano, salt & pepper to taste

Wash and cube the tomatoes. In a saucepan sauté the oil and garlic along with a few leaves of basil, and as soon as it begins to amalgamate add the tomatoes. Raise the flame allowing the juice from the tomatoes to evaporate. Add the tomato puree and cook another 5 minutes over a high flame. Once the desired consistency has been reached season with fresh basil and oregano. Cook the Spaghetini in abundant salted water, drain, and then combine with the sauce, away from the flame. Add butter and Parmesan and serve immediately.

Wine Pairing

This traditional plate, seasoned with basil and oregano at the completion, along with the Sorrentino tomatoes, contribute to a fresh acidic aftertaste. A **Rosato from Salento**, known for its acidic full-bodied overtones and citrus, floral Mediterranean flavors is a perfect companion to the dish.



- 1 Sab
S. Ugo Vescovo
- 2 Dom
V di Quaresima
- 14 3 Lun
S. Riccardo vescovo
- 4 Mar
S. Isidoro Vescovo
- 5 Mer
S. Vincenzo Ferrer
- 6 Gio
S. Guglielmo, S. Diogene
- 7 Ven
S. Ermanno
- 8 Sab
S. Alberto Dionigi, S. Walter
- 9 Dom
Le Palme
- 15 10 Lun
S. Terenzio martire
- 11 Mar
S. Stanislao Vescovo
- 12 Mer
S. Giulio Papa
- 13 Gio
S. Martino Papa, S. Ida
- 14 Ven
S. Abbondio
- 15 Sab
S. Annibale
- 16 Dom
Pasqua di Resurrezione

- 16 17 Lun
Dell'Angelo
- 18 Mar
S. Galdino Vescovo
- 19 Mer
S. Ermogene martire
- 20 Gio
S. Adalgisa vergine, S. Sara
- 21 Ven
S. Anselmo, S. Silvio
- 22 Sab
S. Caio
- 23 Dom
S. Giorgio martire
- 17 24 Lun
S. Fedele, S. Gastone
- 25 Mar
S. Marco evangelista
- 26 Mer
S. Cleto, S. Marcellino m.
- 27 Gio
S. Zita
- 28 Ven
S. Valeria, S. Pietro Chanel
- 29 Sab
S. Caterina da Siena
- 30 Dom
S. Pio V Papa, S. Mariano

Cercola (Na)
Via Don Minzoni, 231 tel +39 081 5551107
Senza Glutine Via Don Minzoni, 268
tel +39 081 7333681
San Giorgio a Cremano (Na)
Via Manzoni, 54/56 tel +39 081 7714146
Via Bruno Buozzi, 15
(Piazza Municipio) tel +39 081 488300

Pasta e pane La pasta e il pane sono il supporto ideale del modello auspicato di alimentazione sana e naturale. Sono i maggiori apportatori di amido ed il loro utilizzo contribuisce ad un giusto equilibrio delle altre componenti nutritive. Una adeguata assunzione di carboidrati complessi, come la pasta e il pane, favorisce la produzione di serotonina, un ormone che regola funzioni biologiche molto importanti, tra le quali il tono dell'umore e l'assunzione di cibo. Di contro, il deficit di serotonina ha effetti negativi sul nostro organismo come irritabilità e perdita di controllo sul cibo.

18

1 Lun

S. Giuseppe artigiano

2 Mar

S. Cesare, S. Atanasio

3 Mer

S. Filippo, S. Giacomo



4 Gio

S. Silvano, S. Nereo

5 Ven

S. Pellegrino martire

6 Sab

S. Giuditta martire

7 Dom

S. Flavia, S. Fulvio

19

8 Lun

S. Vittore

9 Mar

S. Gregorio V

10 Mer

S. Antonino, S. Cataldo



11 Gio

S. Fabio martire

12 Ven

S. Rossana

13 Sab

S. Emma

14 Dom

S. Mattia Apostolo

20

15 Lun

S. Torquato

16 Mar

S. Ubaldo Vescovo

Pesce Il pesce soddisfa in modo ottimale il fabbisogno dell'organismo in proteine animali. Le caratteristiche nutrizionali più importanti del pesce sono il basso contenuto lipidico globale e la presenza di acidi grassi insaturi della famiglia omega-3, il cui ruolo nella prevenzione dell'aterosclerosi è stato ampiamente analizzato e diffusamente acquisito. Si consiglia il consumo di pesce di almeno tre volte a settimana.



2017

Maggio

Leonessa Bombardoni Rigati pasta with asparagus, shrimp and Kaluga amur caviar

Chef *Eduardo Estatico*

400g of Leonessa Bombardoni Rigati pasta, 24 medium sized shrimps from Capri, 80g pork cheeks, 40g of aged Parmigiano Reggiano cheese, 40g of Pecorino Gran Sardo cheese, 20g of Kaluga Amur caviar, 8 tablespoons of Extra Virgin Olive Oil from Vesuvius, 8 eggs yolks, 2 eggs, 1 glass of Spumante from Vesuvio, 1 small onion, 1 bunch of asparagus, salt and black pepper Sarawak to taste

Clean and finely chop the onion and peel the shrimps. In a bowl combine the eggs, egg yolks, Parmesan, pecorino, and cracked black pepper, amalgamating well the ingredients. Lightly peel the asparagus maintaining the tips, and blanch in salted water for 2-3 minutes. Remove the asparagus from the flame and halt the cooking by placing them quickly in a bowl of water and ice and place aside. In a saucepan, sauté the julienned pork cheeks until crispy and put aside maintaining the half of the fat, which remained in the saucepan for later. Add the oil and finely chopped onions to the pan, and bring cook with the spumante. Sauté the asparagus tips in another saucepan with a drop of oil and put aside. Cook the Bombardoni pasta in abundantly salted water and drain when "al dente". Combine with the bowl of egg mixture and salt to taste. Plate the pasta and garnish with the pork cheek, asparagus tips, a teaspoon of caviar and the raw shrimps lightly drizzled with oil, salt and cracked pepper. Serve warm.

Wine Pairing

With a strong taste palate due to the numerous aromatic ingredients, the wine accompanying this dish must be of smooth texture and provide freshness such as a **Trebbiano Superior from the Abruzzi Region**. Aged in oak and with hints of pineapple, mature mango and spiced with thyme and juniper, this wine marries perfectly to create a subtle yet delicious combination.

17 Mer

S. Pasquale Conf.

18 Gio

S. Giovanni I Papa

19 Ven

S. Pietro di M.



20 Sab

S. Bernardino da S.

21 Dom

S. Vittorio martire

21

22 Lun

S. Rita da Cascia

23 Mar

S. Desiderio Vescovo

24 Mer

B. V. Maria Ausiliatrice

25 Gio

S. Gregorio VII Papa



26 Ven

S. Filippo Neri

27 Sab

S. Agostino

28 Dom

Ascensione del Signore

22

29 Lun

S. Massimino vescovo

30 Mar

S. Felice I Papa, S. Ferdinando

31 Mer

Visitaz. B. V. Maria

Cercola (Na)
Via Don Minzoni, 231 tel +39 081 5551107
Senza Glutine Via Don Minzoni, 268
tel +39 081 7333681
San Giorgio a Cremano (Na)
Via Manzoni, 54/56 tel +39 081 7714146
Via Bruno Buozzi, 15
(Piazza Municipio) tel +39 081 488300





2017 Giugno

Leonessa Nodini pasta, baby peas & squid and black truffle

Chef Antonio Mellino

300g of Leonessa Nodini pasta, 1 kilo of baby peas, 30g of cured bacon, 30g of dirty baby cuttlefish, 30g fiore sardo cheese, 20g of black truffle, 6 tablespoons of extra virgin olive oil, 2 small spring onions, salt and pepper to taste

Brown the chopped spring onion and cured bacon with the oil. Immediately following add the peas and salt and pepper to taste. Add two small cups of water and cook on a low flame for approximately 20 minutes. Remove a third of the composition and cream with a hand blender. Rinse the baby cuttlefish, taking care to leave them whole without disturbing the ink, which will give color to the dish. With the remainder of the sauce cook the Nodini pasta on a high flame to create an almost risotto like composition. With two minutes remaining, add the rest of the composition to create a creamy consistency. Pay close attention to salt the dish accordingly during the preparation. Complete the plate by adding the cuttlefish, which have been already sautéed lightly and add a light coating of the fiore sardo cheese and finely sliced black truffle.

Wine Pairing

With a well-proportioned dish that harks both sweet and sour notes, the intensity of the taste requires a balanced white wine. An ideal companion is the Chardonnay from the Friuli Collio region, aged in oak, who's sweetly spiced notes, yellow fruits and delicate flower palate marry perfectly with the complex tastes of mineral undertones of the dish.

1 Gio

S. Giustino martire



2 Ven

Festa della Repubblica

3 Sab

S. Carlo L. List

4 Dom

Pentecoste

5 Lun

S. Bonifacio Vescovo

6 Mar

S. Norberto Vescovo

7 Mer

S. Roberto Vescovo

8 Gio

S. Medardo Vescovo

9 Ven

S. Primo, S. Efre



10 Sab

S. Diana, S. Marcella

11 Dom

S. Barnaba Apostolo

12 Lun

S. Guido, S. Onofrio

13 Mar

S. Antonio da Padova

14 Mer

S. Eliseo

15 Gio

S. Germano, S. Vito

16 Ven

S. Aureliano

Grassi e riflessioni Esiste un documentato rapporto tra comparsa e sviluppo delle malattie degenerative aterosclerotiche e introito lipidico, ma non tutti i lipidi sono pericolosi e quindi non tutte le sostanze grasse alimentari presentano effetti nocivi in senso aterogenetico. Al momento attuale sappiamo che determinati grassi (quelli saturi, di provenienza sia animale che vegetale) svolgono un ruolo non trascurabile nel processo di aterogenesi e che altri tipi di grassi, quali ad esempio i monoinsaturi e alcuni polinsaturi hanno un effetto preventivo dell'aterosclerosi.

17 Sab

S. Adolfo, S. Gregorio B.



18 Dom

Corpus Domini

19 Lun

S. Gervasio, S. Romualdo Ab.

20 Mar

S. Silverio Papa, S. Ettore

21 Mer

S. Luigi Gonzaga

22 Gio

S. Paolino da Nola

23 Ven

Sacro Cuore di Gesù

24 Sab

Cuore Immacolato di Maria



25 Dom

S. Guglielmo Ab.

26 Lun

S. Vigilio Vescovo

27 Mar

S. Cirillo d'Aless.

28 Mer

S. Attilio

29 Gio

SS. Pietro e Paolo

30 Ven

SS. Primi Martiri

Cercola (Na)
Via Don Minzoni, 231 tel +39 081 5551107
Senza Glutine Via Don Minzoni, 268
tel +39 081 7333681
San Giorgio a Cremano (Na)
Via Manzoni, 54/56 tel +39 081 7714146
Via Bruno Buozzi, 15
(Piazza Municipio) tel +39 081 488300





2017 Luglio

Leonessa Linguine Pasta with sea snails in a puttanesca sauce

Chef Domenico Iavarone

320g of Leonessa Linguine pasta, 500g of mature tomatoes, 100g of cleaned sea snails, 20ml of red wine vinegar, 200g of black olives, 20 fried capers, 1 clove of garlic, 1 bunch of fresh basil, extra virgin olive oil, salt, pepper and parsley to taste

For the gazpacho: Wash and dry the tomatoes, cut into 4 parts and place in a container. Marinate with salt, garlic, basil, and vinegar and leave for 50 minutes at room temperature. Afterwards, blend with a hand mixer the marinated tomatoes, after removing the basil and garlic and conserve in the refrigerator.

Rinse the sea snails and cook in a tall covered pot in order to allow them to eliminate their water. Remove the snails from the shell and clean. Filter the cooking water and conserve. Pit the black olives and allow them to dry in the oven at 60° for 30 approximately 30 minutes. Fry the capers for a few seconds. Cook the Leonessa Linguine pasta for 9 minutes in salted water. Sauté the garlic and chili pepper with the olive oil and then remove the garlic once browned. Add the cooking water conserved from the sea snails, salt as needed and bring to a boil. Drain the pasta and amalgamate with the mixture. Add the diced sea snails and add parsley to taste. Plate the dish first with the chilled tomato gazpacho and place a nest of linguine on top. Complete the dish with a sprinkling of dried pitted chopped olives and fried capers.

Wine Pairing

The chilled tomato gazpacho adds a unique fresh element to the dish that marries well with the acidity tangy elements in the sea snails, dried olives, and most of all fried capers. The red pepper and parsley add to the plate's aroma. The **Inzolia Igt white wine** is the perfect pairing with its penetrating toasty citrus aroma, which is both full and equilibrated.



- 1 Sab S. Teobaldo eremita
- 2 Dom S. Ottone
- 27 3 Lun S. Tommaso Apostolo
- 4 Mar S. Elisabetta, S. Rossella
- 5 Mer S. Antonio M. Z.
- 6 Gio S. Maria Goretti
- 7 Ven S. Edda, S. Claudio
- 8 Sab S. Adriano, S. Priscilla
- 9 Dom S. Armando, S. Letizia
- 28 10 Lun S. Felicità, S. Silvana
- 11 Mar S. Benedetto, S. Olga, S. Fabrizio
- 12 Mer S. Fortunato martire
- 13 Gio S. Enrico Imp.
- 14 Ven S. Camillo de Lellis
- 15 Sab S. Bonaventura
- 16 Dom N. S. del Carmelo

- 29 17 Lun S. Alessio Conf., S. Tiziana
- 18 Mar S. Calogero, S. Federico V.
- 19 Mer S. Giusta, S. Simmaco
- 20 Gio S. Margherita, S. Elia Prof.
- 21 Ven S. Lorenzo da B.
- 22 Sab S. Maria Maddalena
- 23 Dom S. Brigida
- 30 24 Lun S. Cristina
- 25 Mar S. Giacomo Apostolo
- 26 Mer SS. Anna e Gioacchino
- 27 Gio S. Lilliana, S. Aurelio
- 28 Ven S. Nazzario, S. Innocenzo
- 29 Sab S. Marta
- 30 Dom S. Pietro Crisologo
- 31 31 Lun S. Ignazio di Loyola

Cercola (Na)
Via Don Minzoni, 231 tel +39 081 5551107
Senza Glutine Via Don Minzoni, 268
tel +39 081 7333681
San Giorgio a Cremano (Na)
Via Manzoni, 54/56 tel +39 081 7714146
Via Bruno Buozzi, 15
(Piazza Municipio) tel +39 081 488300

Grassi e luoghi comuni A proposito dei grassi circolano idee confuse e messaggi promozionali di incerto e quantomai pericoloso significato: "l'olio d'oliva è più grasso dell'olio di semi", "la margarina è leggera e meno grassa del burro". Gli oli di semi sono grassi come l'olio d'oliva, sviluppano lo stesso numero di kcal. Le margarine cosiddette "vegetali" invece sono prodotti alimentari contenenti acidi grassi trans; è stata stabilita una correlazione causativa positiva tra consumo di acidi grassi trans e rischio di malattia cardiovascolare. La margarina è un surrogato del burro ottenibile con procedimenti chimici da qualsiasi grasso, e come tale deve essere considerata, un grasso di qualità decisamente inferiore e non certo naturale.



2017 Agosto

Leonessa Tagliatelle Nere pasta with cuttlefish sauce, sorrentino tomatoes, wild sea asparagus, and black truffle

Chef Eduardo Estatico

300g of Leonessa Tagliatelle Nere pasta, 300g of fresh cuttlefish, 60g of wild sea asparagus, 60g of black truffle, 8 tablespoons of extra virgin olive oil from Vesuvius, 1 clove of pink garlic, 1 beefsteak tomato, salt and Sarawak pepper to taste.

Rinse and cube the cuttlefish. Wash and slice the tomato into thin carpaccio like slivers. Wash the asparagus and delicately remove the outer layer maintaining the delicate asparagus tips. Rinse the truffle well. In a pan, lightly fry the cuttlefish for several minutes and salt and pepper to taste. Cook the Tagliatelle pasta in abundant salted water and strain when the pasta is "al dente". Amalgamate with the cuttlefish sauce away from the flame. Add the asparagus tips and check for salt. Plate the dish carefully in the center of the slivers of tomato and garnish with the disks of black truffle and a drop of olive oil. Serve immediately.

Wine Pairing

Preparazione di media struttura ben equilibrata tra acidità, untuosità e sapidità.

A well-balanced flavor palate, which combines savory and acidic notes, this dish, pairs exceptionally with the **classic Soave wine**. With its balsamic smoky undertones, toasted vanilla and mineral aroma the final presentation is elegant, lively, and fresh.

1 Mar

S. Alfonso

2 Mer

S. Eusebio, S. Gustavo

3 Gio

S. Lidia

4 Ven

S. Nicodemo, S. Giovanni M. V.

5 Sab

S. Osvaldo

6 Dom

Trasfigurazione di N. S.

7 Lun

S. Gaetano da T.

8 Mar

S. Domenico Conf.

9 Mer

S. Romano, S. Fermo

10 Gio

S. Lorenzo martire

11 Ven

S. Chiara

12 Sab

S. Giuliano, S. Euplio

13 Dom

S. Ippolito, S. Ponziano, S. Filomena

14 Lun

S. Alfredo

15 Mar

Assunzione di Maria Vergine

16 Mer

S. Rocco, S. Serena

Spezie e aromi Sono sostanze di origine vegetale ricavate da foglie, semi, frutti, radici, rizomi, bulbi e cortecce; gli aromi sono da consumarsi freschi come ad esempio cipolla, aglio e basilico, mentre le spezie si consumano dopo l'essiccazione o comunque una lavorazione della materia prima. L'aggiunta di spezie e aromi arricchisce la dieta, rendendola più palatabile. La disponibilità nel bacino del Mediterraneo di molte piante aromatiche consente di arricchire i diversi piatti di sapori particolarmente gradevoli e può contribuire alla riduzione della quantità dei condimenti. Molti dei composti derivati da tali sostanze, come i polifenoli, sono oggetto di grande interesse scientifico perché sono in grado di aiutare a proteggere l'organismo dallo stress ossidativo e dai processi infiammatori.

17 Gio

S. Giacinto

18 Ven

S. Elena Imp.

19 Sab

S. Ludovico, S. Italo, S. Sara

20 Dom

S. Bernardo Abate

21 Lun

S. Pio X Papa

22 Mar

S. Maria Regina

23 Mer

S. Rosa da Lima

24 Gio

S. Bartolomeo Apostolo

25 Ven

S. Ludovico

26 Sab

S. Alessandro martire

27 Dom

S. Monica, S. Anita

28 Lun

S. Agostino

29 Mar

Martirio S. Giovanni Batt.

30 Mer

S. Faustina, S. Rosa, S. Tecla

31 Gio

S. Aristide martire

Cercola (Na)

Via Don Minzoni, 231 tel +39 081 5551107

Senza Glutine Via Don Minzoni, 268

tel +39 081 7333681

San Giorgio a Cremano (Na)

Via Manzoni, 54/56 tel +39 081 7714146

Via Bruno Buozzi, 15

(Piazza Municipio) tel +39 081 488300





2017 Settembre

Triilli di Vallesaccarda pasta with broccoli and clams

Chef Antonio Mellino

350g of Triilli di Vallesaccarda pasta, 1 kilo of broccoli, 800g of clams, 12 tablespoons of extra virgin olive oil, 4 cloves of garlic, bunch of parsley stalks, salt and pepper to taste

Rinse the clams well with abundant running water. In a saucepan, sauté the garlic and parsley stalks with the olive oil. Add the clams and cook until the shells are fully open. Remove the shells, filter, and conserve the cooking liquid for later. Select the broccoli florets, already washed and dried and place the florets blanch in a pot of salted water for 5 minutes. In the meantime, prepare a saucepan with oil, garlic, and red pepper where the broccoli florets and cooking water from the clams will be cooked. Cook the pasta in abundant salted water and drain when "al dente". Complete the cooking of the pasta in the saucepan, adding also the clams and amalgamate.

Wine Pairing

A dish with balance flavors and delicate aromas, thanks to the bitter taste of the broccoli, the sour notes of the clams, the **Pallagrello Bianco**, white wine marries this plate perfectly. Preferably aged in oak, notes of vanilla and flowers will enhance this dish. Fresh yet rich, the wine provides a perfect combination.

| | | | |
|----|-----|--------------------------------|----------------------|
| 1 | Ven | S. Egidio Abate | |
| 2 | Sab | S. Elpidio Vescovo | |
| 3 | Dom | S. Gregorio M. | |
| 36 | 4 | Lun | S. Rosalia |
| 5 | Mar | S. Vittorino Vescovo | |
| 6 | Mer | S. Petronio, S. Umberto | |
| 7 | Gio | S. Regina | |
| 8 | Ven | Natività B. V. Maria | |
| 9 | Sab | S. Sergio Papa | |
| 10 | Dom | S. Nicola da Tolentino | |
| 37 | 11 | Lun | S. Diomedede martire |
| 12 | Mar | SS. Nome di Maria | |
| 13 | Mer | S. Maurizio, S. Giovanni Cris. | |
| 14 | Gio | Esaltazione S. Croce | |
| 15 | Ven | B. V. Maria Addolorata | |
| 16 | Sab | SS. Cornelio e Cipriano | |

Acqua e sue funzioni L'acqua è un nutriente non energetico, pertanto non fa ingrassare, e può essere assunta durante o fuori dai pasti, in qualsiasi momento della giornata; inoltre può contribuire all'apporto giornaliero di minerali (in particolare di calcio, fluoro, sodio ecc.) in ragione della specifica composizione chimica di ciascun tipo di acqua. L'acqua è un elemento indispensabile per la salute delle cellule del nostro organismo, in particolare favorisce l'assorbimento dei nutrienti contenuti negli alimenti, favorisce l'eliminazione delle scorie, delle tossine e anche di eventuali farmaci assunti (azione diuretica), favorisce un buon funzionamento del fegato e dell'apparato digerente (azione digestiva e antistipsi).

| | | | |
|----|-----|----------------------------------|------------------|
| 17 | Dom | S. Roberto Bellarmino | |
| 38 | 18 | Lun | S. Sofia martire |
| 19 | Mar | S. Gennaro Vescovo | |
| 20 | Mer | S. Eustachio, S. Candida | |
| 21 | Gio | S. Matteo Apostolo | |
| 22 | Ven | S. Maurizio martire | |
| 23 | Sab | S. Pio da Pietrelcina | |
| 24 | Dom | S. Pacifico | |
| 39 | 25 | Lun | S. Aurelia |
| 26 | Mar | SS. Cosma e Damiano | |
| 27 | Mer | S. Vincenzo de'Paoli | |
| 28 | Gio | S. Vencenslao martire | |
| 29 | Ven | SS. Michele, Gabriele e Raffaele | |
| 30 | Sab | S. Girolamo | |

Cercola (Na)
Via Don Minzoni, 231 tel +39 081 5551107
Senza Glutine Via Don Minzoni, 268
tel +39 081 7333681
San Giorgio a Cremano (Na)
Via Manzoni, 54/56 tel +39 081 7714146
Via Bruno Buozzi, 15
(Piazza Municipio) tel +39 081 488300





2017 Ottobre

Leonessa Bucatini Pasta with saffron from Pietravairano in a rustic rabbit sauce garnished with Sila porcini mushrooms and provolone cheese dop

Chef Eduardo Estatico

280g Leonessa Bucatini Pasta, 160g of rustic rabbit loin, 100g of porcini mushrooms from Sila, 60g of provolone cheese dop, 8g of Saffron from Pietravairano, 8 Tablespoons of extra virgin olive oil from Vesuvius, 2 sprigs of thyme, 1 small Alife onion, 1 cup of Spumante from Vesuvio, Salt and Sarawak pepper to taste

Rinse the porcini mushrooms, carefully removing any dirt, and trim the stalks. Cube the rabbit loin and chop the onion finely. In a saucepan, fry the onion and thyme with the oil and add the rabbit, taking careful attention to brown all sides. Add the spumante wine and let it evaporate and then add a cup of water and adjust the salt. In a separate saucepan, sauté the garlic clove and sliced porcini mushrooms for one minute. Remove the garlic and salt. Cook the pasta in abundant salted water with half of the saffron. Strain when it is "al dente" and amalgamate into the rabbit sauce. Add the rest of the saffron, grated provolone cheese and finish with a drop of olive oil. Salt and pepper as needed. Center the pasta on a plate and garnish with the sautéed mushrooms, slices of provolone cheese and add a sprig of time. Serve immediately.

Wine Pairing

The saffron, thyme, mushrooms, provolone cheese, and Sarawak pepper are all ingredients that provide intense persistent flavor. Therefore an appropriate wine pairing would be a **Sauvignon from the Friuli Collio Region** with its pleasant, easy to drink bouquet. Its aromas from elder leaves, white peach, melon, apple and sage provide a fresh palate that integrates perfectly with the dish.

1 Dom

S. Teresa del Bambin Gesù

40 **2 Lun**

SS. Angeli Custodi

3 Mar

S. Gerardo Abate

4 Mer

S. Francesco d'Assisi

5 Gio

S. Placido martire



6 Ven

S. Bruno Abate

7 Sab

N. S. del Rosario

8 Dom

S. Brigida

41 **9 Lun**

S. Dionigi, S. Ferruccio

10 Mar

S. Daniele

11 Mer

S. Firmino Vescovo

12 Gio

S. Serafino



13 Ven

S. Edoardo Re

14 Sab

S. Callisto I Papa, S. Fortuna

15 Dom

S. Teresa d'Avila

42 **16 Lun**

S. Edvige

Acqua e fabbisogno giornaliero L'apporto di acqua avviene sia attraverso le bevande, (800-1500 ml, circa il 50% del fabbisogno giornaliero), sia attraverso i cibi che la contengono, in maggiore o minore quantità (acqua nascosta pari a circa 500-700ml/die in media) ed inoltre una certa quota viene prodotta all'interno del nostro organismo durante i vari processi chimici del metabolismo cellulare. Il fabbisogno giornaliero individuale è in linea generale 1,5-2,5 l/die, si consiglia di bere anche in assenza dello stimolo della sete.

17 Mar

S. Rodolfo, S. Ignazio d'Antiochia

18 Mer

S. Luca Evangelista

19 Gio

S. Isacco martire, S. Laura



20 Ven

S. Irene

21 Sab

S. Orsola

22 Dom

S. Donato V., S. Giovanni Paolo II

43 **23 Lun**

S. Giovanni da Capestrano

24 Mar

S. Antonio Maria Claret

25 Mer

S. Crispino

26 Gio

S. Evaristo Papa

27 Ven

S. Fiorenzo Vescovo

28 Sab

S. Simone



29 Dom

N.S. Gesù re dell'Universo

44 **30 Lun**

S. Germano Vescovo

31 Mar

S. Lucilla, S. Quintino

Cercola (Na)

Via Don Minzoni, 231 tel +39 081 5551107

Senza Glutine Via Don Minzoni, 268

tel +39 081 7333681

San Giorgio a Cremano (Na)

Via Manzoni, 54/56 tel +39 081 7714146

Via Bruno Buozzi, 15

(Piazza Municipio) tel +39 081 488300





2017 Novembre

Leonessa Mixed Pasta with cauliflower, truffles, and laver

Chef Domenico Iavarone

250g Leonessa Mixed Pasta, 300g of cauliflower, 24 sea truffles, 1 clove of garlic, extra virgin olive oil, black truffle, Parmigiano Reggiano cheese, laver, parsley, salt, pepper and broth to taste

Rinse the laver under running water for only a few seconds in order to preserve its taste. Dry and fry in oil for a few minutes. Leave it to dry and eliminate the excess oil. Wash the cauliflower and divide into florets. Prepare a deep saucepan and sauté the oil, garlic, and cauliflower until tender. Add vegetable broth and bring to a boil. Add the Pasta Mista for 9 minutes and add oil and parmesan cheese slowly throughout. In the meantime remove the sea truffles from their shell, draining their water and add to the saucepan. Once the Pasta Mista is cooking, add to the sauce with parsley and sliced black truffle. Place the Pasta Mista in a deep plate and garnish with the sea truffles, additional black truffle, and pieces of laver.

Wine Pairing

The unusual combination of ingredients in this plate contributes to its complex structure and taste complex. The **Castello di Jesi Verdicchio Classic** wine, aged in oak, is the perfect compliment with its herb, vanilla, floral, and exotic fruit aromas. A pairing that provides a fresh equilibrated delicate delicacy.

| | | | |
|----|-----|----------------------------|----------------------|
| 1 | Mer | Tutti i Santi | |
| 2 | Gio | Commemorazione dei Defunti | |
| 3 | Ven | S. Martino, S. Silvia | |
| 4 | Sab | S. Carlo Borromeo | |
| 5 | Dom | S. Zaccaria | |
| 45 | 6 | Lun | S. Leonardo Abate |
| 7 | Mar | S. Ernesto Abate | |
| 8 | Mer | S. Goffredo Vescovo | |
| 9 | Gio | S. Oreste, S. Ornella | |
| 10 | Ven | S. Leone Magno | |
| 11 | Sab | S. Martino di Tours | |
| 12 | Dom | S. Renato martire | |
| 46 | 13 | Lun | S. Diego, S. Omobono |
| 14 | Mar | S. Giocondo Vescovo | |
| 15 | Mer | S. Alberto m., S. Arturo | |
| 16 | Gio | S. Margherita di S. | |

Dieta e credenze Sempre più diffuso è il fenomeno della dieta che risolve e corregge malattie e disturbi: non è raro osservare diete per la cellulite, "rimanere in forma". La dietoterapia diventa allora la panacea magica per tutte le malattie. Credenze e luoghi comuni, enfatiche indicazioni su determinati accorgimenti dietetici, testimoniano una situazione non poco trascurabile. Basti citare che secondo molti "esperti" la persona obesa è in eccesso ponderale per fenomeni di intolleranza alimentare. La dietoterapia è tutto altro, è una disciplina medico-nutrizionale con determinati presupposti scientifici basati su informazioni e osservazioni biologiche, cliniche e sperimentali.

| | | | |
|----|-----|-----------------------------|-------------|
| 17 | Ven | S. Elisabetta | |
| 18 | Sab | S. Oddone Abate | |
| 19 | Dom | S. Fausto martire | |
| 47 | 20 | Lun | S. Benigno |
| 21 | Mar | Presentazione B. V. Maria | |
| 22 | Mer | S. Cecilia martire | |
| 23 | Gio | S. Clemente Papa | |
| 24 | Ven | Cristo Re, S. Flora | |
| 25 | Sab | S. Caterina d'Aless. | |
| 26 | Dom | S. Corrado Vescovo | |
| 48 | 27 | Lun | S. Virgilio |
| 28 | Mar | S. Lucio, S. Giacomo Franc. | |
| 29 | Mer | S. Saturnino martire | |
| 30 | Gio | S. Andrea Apostolo | |

Cercola (Na)
Via Don Minzoni, 231 tel +39 081 5551107
Senza Glutine Via Don Minzoni, 268
tel +39 081 7333681
San Giorgio a Cremano (Na)
Via Manzoni, 54/56 tel +39 081 7714146
Via Bruno Buozzi, 15
(Piazza Municipio) tel +39 081 488300





2017 Dicembre

Leonessa Riccioli Pasta, raw shrimps, salted cream, sea urchin, and citrus

Chef Antonio Mellino

300g Leonessa Riccioli Pasta, 8 Tablespoons of Extra Virgin Olive Oil, 50g of sea urchin meat, 4 large red shrimps, 1 clove of garlic, parsley stalks to taste

For the cream: 250g milk, 100g chopped potatoes, 30k diced carrots, 20g butter, 1 orange peel, 1 lemon peel, salt and pepper to taste
For the citrus foam: 300g of orange juice, 2g of soy lecithin

Prepare the foam by whipping the orange juice and soy lecithin and allow reposing in the refrigerator for 2 hours.

Prepare the cream by cooking the potatoes, carrots, milk, butter, and citrus peels for approximately 10 minutes, taking care to not overcook the potatoes. Add the salt and pepper and whip.

Cook the pasta in abundant salted water. In a saucepan, brown the garlic and parsley and then discard. Add a few cups of water. When cooked "al dente" add the pasta to the saucepan and mix with a few tablespoons of cream. Remove from the flame and add the sea urchin mean and a drizzle of olive oil. To plate, create a base with the salted cream and carefully place the pasta and sliced shrimps already lightly seasoned with olive oil.

Use a hand mixer to whip the citrus foam and garnish the shrimps.

Wine Pairing

With a complex preparation that has a sweet tendency due to the shrimps and pasta, sour notes from the sea urchin and acidic due to the citrus a **Gewurztraminer from the Alto Adige wine** region marries well with the dish. With its aromas of white pepper and candied citrus, the palate rejoices in a delicious and smooth acidic taste that is both sour and aromatic.

1 Ven

S. Ansano

2 Sab

S. Savino, S. Bibiana

3 Dom

I d'Avvento



4 Lun

S. Barbara

5 Mar

S. Giulio martire

6 Mer

S. Nicola Vescovo

7 Gio

S. Ambrogio Vescovo

8 Ven

Immacolata Concezione

9 Sab

S. Siro

10 Dom

II d'Avvento



11 Lun

S. Damaso I Papa

12 Mar

S. Amalia, S. Giovanna F.

13 Mer

S. Lucia

14 Gio

S. Giovanni della Croce

15 Ven

S. Valeriano

16 Sab

S. Albina

Allergia e intolleranza alimentare Il termine "allergia alimentare" viene spesso utilizzato in maniera impropria. Spesso vengono diagnosticate "poliallergie/intolleranze alimentari" con una diagnostica di laboratorio non convenzionale, senza il supporto di test di riconosciuta scientificità. Le reazioni agli alimenti dipendono dalla suscettibilità individuale verso alcuni cibi e vengono divisi in immunomediate, "allergie alimentari" e non immunomediate, "intolleranze alimentari". Sono poche le intolleranze alimentari per le quali è noto il meccanismo patogenetico alla base del fenomeno. La più frequente è l'intolleranza al lattosio causata dalla mancanza dell'enzima lattasi indispensabile per la scissione del lattosio, lo zucchero presente nel latte.

17 Dom

III d'Avvento

18 Lun

S. Graziano vescovo

51



19 Mar

S. Dario, S. Fausta

20 Mer

S. Liberato martire

21 Gio

S. Pietro Canisio

22 Ven

S. Francesca Cabrini

23 Sab

S. Vittoria

24 Dom

IV d'Avvento

25 Lun

Natale del Signore

52

26 Mar

S. Stefano protomartire



27 Mer

S. Giovanni Apostolo, S. Rachele

28 Gio

SS. Martiri Innocenti, S. Iolanda

29 Ven

S. Tommaso Becket

30 Sab

S. Eugenio Vescovo

31 Dom

S. Silvestro Papa

Cercola (Na)

Via Don Minzoni, 231 tel +39 081 5551107

Senza Glutine Via Don Minzoni, 268

tel +39 081 7333681

San Giorgio a Cremano (Na)

Via Manzoni, 54/56 tel +39 081 7714146

Via Bruno Buozzi, 15

(Piazza Municipio) tel +39 081 488300





This page is dedicated to the internships that were undertaken by the Institute of Hotel Management of the Campania Region where 30 classes of students from the third year of study competed to express the best of what they had learned that year, both in terms of academic and practical experience. The theme of the internship was the preparation of first courses that could be enjoyed during the holiday season. On May 3rd at the Institute of Hotel Management I.P.S.E.O.A "I. Cavalcanti" of Naples, student from the 10 classes which were finalists, reunited from all parts of Italy including Avellino, Ottaviano, Pollena Trocchia and Naples. They competed at the stovetops and were

judged by a commission of experts comprised of instructors from other hospitality institutes along with experts from the culinary world. They included Master Pastry Chef Cav. **Sabatino Sirica**, journalist **Vincenzo D'Antonio** from the publication *Gusto Mediterraneo*, **Tommaso Luongo** from AIS Campania and **Cosimo Gabbano** from the Association of Chefs from the Province of Naples. At the conclusion of the day, the best recipes were selected for inclusion in this edition of the Leonessa Calendar. Our goals are to provide opportunities for young students and to provide an incentive towards a continued dedication and passion for their studies. A big thank you to the students who participated in this

initiative and we send our best wishes that they may be a chef featured in our calendar at some time in the future. Heartfelt thanks also to Prof. **Carmela Libertino** who is director of the structure who hosted this finale selection and to all of the instructors who taught the students with such care and passion. A special thank you to **Gianluca Dell'Ino, Giuseppina Franzese, Concetta Giordano, Raffaele Madonna, Ciro Sannino, Salvatore Tecchia**.

For those who would like to learn more about the other recipes that were selected as finalists, please scan the indicated QR code below.



Leonessa Manicotti Pasta with rabbit sauce, cream of smoked eggplant and chestnut crumble

Ingredients

360g of Leonessa Manicotti Pasta, 1 kilo rabbit, 1 kilo eggplant, 210g Provolone cheese, 200g of lemon, 150g chestnuts, 100g of Piennolo tomatoes, 12 tablespoons of extra virgin olive oil, 30g of butter, celery, carrot, onion, sage, basil, salt, pepper, mixed herbs, edible flowers, white wine to taste

For the broth: After removing the meat, use the remainder of the rabbit to create a broth by sautéing the garlic, rosemary, and celery with the olive oil. Add water and boil.

For the meat sauce: Cube the rabbit meat and marinate with oil, salt, lemon zest and aromatic herbs for approximately 10 minutes. In the meantime, sauté in a casserole oil, garlic, celery and carrot, all finely chopped. Add the rabbit meat and after 10 minutes of braising add the white wine and allow to evaporate. Add the tomatoes and add additional broth and

allow to cook for 10 minutes.

For the caviar: Place the eggplant in the oven in aluminum foil along with salt, oil and aromatic herbs and cook for approximately 20 minutes at 200°C. Then peel the eggplant, whip with a hand mixer and salt to taste.

For the chestnut crumble: On an oven tray, place the crumbled chestnuts with butter and brown for a few minutes.

Cook the manicotti pasta in abundant salted water. Drain and amalgamate with the rabbit. Add the eggplant cream and fold in the grated provolone cheese. Salt to taste. Plate the pasta vertically and gently garnish with the meat sauce. Finally add the chestnut crumble and garnish with aromatic herbs, edible flowers and serve immediately.

Cook the pasta in abundant salted water until the Leonessa Manicotti pasta is al dente. Drain the pasta and unite it with the sauce while adding the cream of eggplant. Amalgamate the ingredients along with the grated provolone cheese and salt to taste.

Plate the Leonessa Manicotti in a vertical position and spread the sauce on top. Add the chestnut crumble and garnish with aromatic herbs, edible flowers and serve immediately.

The Winners:

Fabrizio Esposito, Lorenzo Liucci e Antonella Pellegrino
Class 3G
Institute of Hotel Management Ippolito Cavalcanti





www.pastaleonessa.it



Download here the digital version
of the Leonessa 2017 Calendar