

FRESCO & VARIO

i surgelati di prima qualità



Le specialità di
Dicembre

Le specialità di Dicembre

Offerte valide dal 29/11/2021 al 05/01/2022 (fino ad esaurimento scorte)

ANTIPASTI E SALSE

crema con dentice 200 g	€ / conf	4,46
filetti di acciughe del cantabrico 50 g	€ / conf	2,88
gamberi boreali lord's in salamoia 450 g	€ / conf	10,62
salmone affumicato a fette 200 g	€ / conf	5,39
salsa ai gamberi 200 g	€ / conf	1,71
seppioline farcite 200 g	€ / conf	4,48



PRIMI PIATTI

gnocchi caserecci 1 kg	€ / conf	2,66
lasagne con radicchio e salsiccia 2,5 kg	€ / conf	22,46
panciotti cappesante e gamberi 285 g (9 pz)	€ / conf	5,71
tortellini bolognesi la sfogliina 500 g	€ / conf	4,76
zuppa di funghi con porcini 600 g	€ / conf	2,94



VERDURE

crocchette di patate patasnella 750 g	€ / conf	2,84
fagioli borlotti green ice 1 kg	€ / conf	1,98
fritto misto pastellato con cipolla 1 kg	€ / conf	6,71
funghi porcini a lamelle 500 g	€ / conf	7,88
insalata russa green ice 1 kg	€ / conf	1,53
purè di patate 600 g	€ / conf	1,37



SNACK

frittelle al gusto di granchio 500 g	€ / conf	1,98
olive ripiene all'ascolana 1 kg	€ / conf	6,29
pizza nduja e caciocavallo 400 g	€ / conf	3,59
pizza salsiccia e friarielli 340 g	€ / conf	3,59
pizzette idea quick 1 kg	€ / conf	6,10
strudel trentino con funghi e speck 550 g	€ / conf	5,35



PESCE

baccalà alla vicentina 1 kg	€/ conf	18,86
canocchie precotte 950 g	€/ conf	12,51
cappesante atlantiche mezzo guscio 750 g	€/ conf	11,95
code di rana pescatrice peso variabile	€/ kg	16,78
cuori di salmone norvegia 250 g	€/ conf	5,38
dentice intero peso variabile	€/ kg	13,05
filetto di orata peso variabile	€/ kg	15,57
gamberi argentina l1 congelati a bordo 2 kg	€/ conf	26,91
gran antipasto di mare precotto 800 g	€/ conf	21,51
il fritto misto di pesce in vassoio 800 g	€/ conf	14,31
seppie pulite 600/1000 peso variabile	€/ kg	12,51
tonno pinne gialle chunks peso variabile	€/ kg	14,58
vongole di mare con guscio 1 kg	€/ conf	8,91
zuppa di pesce 1,28 kg	€/ conf	16,61



CARNI E SUGHI

agnello carré rack peso variabile	€/ kg	25,20
bocconcini di cervo 1 kg	€/ conf	15,21
sugo ai crostacei 300 g	€/ conf	3,86
sugo d'anatra 1 kg	€/ conf	12,83
trippa cotta 1 kg	€/ conf	5,49



krapfen alla crema 530 g (6 pz)	€ / conf	2,57
sgroppino al limone 1000 ml	€ / conf	5,36
strudel di mele melinda 600 g	€ / conf	2,69
trancio di torta millefoglie 1,3 kg	€ / conf	12,15



Offertissima! Sconto del **20%** su:

astice americano precotto in tubo 300 g	€ / conf	8,76
filetto di salmone norvegese 1000/1400 peso variabile	€ / kg	15,48
fondi di carciofi 1 kg	€ / conf	3,96
gamberi sgusciati argentina devenati 500 g	€ / conf	8,78
patate "i cubettoni" mccain 2,5 kg	€ / conf	4,72



Ricetta di Natale: **Panciotti cappesante e gamberi con peperone rosso e vaniglia**



Autore: Surgital

Livello di difficoltà: media

Tempo di preparazione: 35 minuti

Ingredienti per 4 persone:

12 Panciotti con cappesante e gamberi

8 gamberi argentina L1

1 peperone rosso

mezza bacca di vaniglia

g. 5 di aceto

sale

olio extravergine d'oliva

1 spicchio d'aglio

Condire il peperone con il sale e l'olio, metterlo in una teglia con lo spicchio d'aglio schiacciato.

Cuocerlo per 30 minuti in forno a 160°C.

Quando risulterà cotto, spellarlo, togliere i semi e frullarlo aggiungendo sale, olio e la mezza bacca di vaniglia grattugiata.

Realizzare una tartare utilizzando 4 gamberi e scottare gli altri 4 in padella.

Cuocere i Panciotti per 6 minuti, sistemarli nel piatto aggiungendo la crema di peperone, la tartare coppata e i gamberi appena scottati.

Condire con olio evo.



Elisa Bernardi
Biologa Nutrizionista

Le trippe: da piatto tradizionale a cibo fit



La trippa è un alimento consumato da lungo tempo: i greci la cucinavano sulla brace, mentre i romani la utilizzavano per preparare salsicce. **Oggi la trippa costituisce un alimento tradizionale di molte regioni d'Italia.** È un alimento di origine animale che rientra nella categoria delle frattaglie essendo lo stomaco bovino o suino. Non può essere consumata grezza infatti in commercio si trova già pronta solo da cuocere in quanto passa attraverso una raschiatura e un lavaggio e spesso una pre-cottu-

ra in acqua calda in modo da ridurre i tempi di cottura finali. **Non è un alimento grasso, anche se di lunga digestione** ma non dovuta ai grassi bensì alla composizione. Esistono anche le trippe di pesce come quella di merluzzo o di tonno. **La trippa è un alimento magro, ricco di proteine a alto valore biologico, non contiene glucidi o fibre e risulta davvero ipocalorico.** Tra i vari sali minerali spicca il **ferro** per cui è consigliata in casi di anemia, ma ha anche buone quantità di **vitamine del gruppo B.**

La trippa si può usare come condimento del risotto oppure al sugo con pomodoro e aromi. **Ottima sia a pranzo, abbinata a del pane integrale o alla polenta, che a cena come piatto proteico abbinato ad un contorno.**

Nella tradizione comasca la vigilia di Natale la trippa è la protagonista della cena dopo una cottura iniziata dal mattino a fuoco lento. La ricetta tradizionale di Como prevede un soffritto di sedano, carote e cipolle a cui poi si aggiungono i fagioli. Da provare!

Se hai domande da porre alla nostra biologa nutrizionista scrivi pure a info@frescoevorio.it

si trova a:

Oderzo (TV)

Via degli Alpini, 40

Tel. 0422 710159

San Donà di Piave (VE)

Via Como, 27

Tel. 0421 222442

Olmi di S. Biagio di Callalta (TV)

Via Pordenone, 2

Tel. 0422 892279

Castelfranco Veneto (TV)

Via della Borsa, 2

Tel. 0423 724441

Conegliano (TV)

Viale Italia, 202/D

Tel. 0438 411273

Giorni e orari di apertura standard:

- da lunedì a venerdì 9.00 - 13.00 / 15.30 - 19.30
- sabato continuato 9.00 - 19.30

www.frescoevario.it



Aperture straordinarie nel periodo natalizio!

Aperti domenica 12 dicembre con orario normale.

Aperti tutti i giorni dal 13 dicembre al 24 dicembre con orario continuato.

Aperti tutti i giorni dal 27 dicembre al 31 dicembre con orario continuato.

Chiusi i giorni 25 e 26 dicembre; 1, 2 e 6 gennaio.

Prodotti e prezzi sono validi salvo errori e/o omissioni di stampa.

Eventuali errori saranno opportunamente segnalati tramite avvisi nel punto vendita.

Le immagini di questo volantino hanno il semplice scopo di presentare il prodotto.