

EBOOK

RICETTE ANTI-SPRECO



ALTA
Cucina



COSA TROVERAI IN QUESTO RICETTARIO?

Questo ebook fa parte del progetto **#IMercoledìAntispreco** di **Saclà**, una serie di LIVE e videoricette su Instagram, per insegnare al pubblico nuove ricette antispreco.

Quelle che troverai qui sono le 20 migliori ricette realizzate dagli utenti, i quali sono stati sfidati in un contest per realizzare a loro volta ricette di recupero buone e originali.

Buon appetito e soprattutto, buon antispreco!

POLPETTINE DI CECI CON SALSA ALLO YOGURT

INGREDIENTI (per 17 polpette)

Per le polpette:

1 Confezione di ceci prelessati

88 g Pecorino

1 Uovo

q.b. Pangrattato

q.b. Olive denocciolate *Saclà*

q.b. Sale

q.b. Aglio liofilizzato

q.b. Rosmarino tritato

q.b. Prezzemolo tritato

q.b. Pane grattugiato

q.b. Polenta

q.b. Olio di semi

Per la salsa:

1 Vasetto di yogurt naturale

½ Cetriolo tritato

q.b. Sale

q.b. Olio

q.b. Aglio liofilizzato

q.b. Erbetta e peperoncino secco

PROCEDIMENTO

- Sgocciolare i ceci e metterli in una ciotola; schiacciare con una forchetta (l'impasto non deve risultare troppo fine) e unire un uovo, pecorino, erbe e pangrattato. Formare le polpette e inserire un'oliva *Saclà* all'interno.
- Panare le polpette nella polenta e lasciare in frigorifero 20 minuti.
- Cuocere in una padella antiaderente con un filo di olio. Roteare la padella e lasciare cuocere per 10 minuti.
- Servire le polpette al naturale o con una salsa di yogurt con cetriolo tritato, aglio liofilizzato, olio, prezzemolo e peperoncino.

Tempo: 45 minuti



@_paola_catalano

GNOCCHI DI PANE RAFFERMO, CREMA DI POMODORI SECCHI E STRACCIATELLA DI BURRATA

INGREDIENTI (per 2 persone)

125 g Pane raffermo	20 g Parmigiano
100 ml Latte	q.b. Sale e pepe
100 g Farina	q.b. Acqua
1 Uovo piccolo	50 g Stracciatella di burrata
100 g Pomodori secchi Saclà	q.b Basilico per guarnire

PROCEDIMENTO

- Privare il pane raffermo della crosta e tagliarlo a dadini. Disporlo in una casseruola ed aggiungere il latte. Lasciare riposare per 20 minuti. Nel frattempo portare ad ebollizione l'acqua per cuocere gli gnocchi e preparare la crema di pomodori secchi. In un mixer mettere i pomodori secchi e il parmigiano. Azionare il mixer ed aggiungere acqua tiepida q.b. fino ad ottenere una crema liscia.
- Prendere il pane, rimuovere il latte in eccesso strizzandolo e poi aggiungerlo nella casseruola insieme alla farina, l'uovo, il parmigiano, il sale e il pepe. Formare un panetto, infarinare poi la spianatoia, prelevare una porzione d'impasto e con le mani formare delle piccole palline.
- Salare l'acqua che nel frattempo avrà raggiunto l'ebollizione e cuocere gli gnocchi finché non salgono a galla. Nel frattempo disporre la crema di pomodori in un piatto, adagiare sopra gli gnocchi, condire con un giro d'olio a crudo e guarnire con la stracciatella di burrata e foglioline di basilico.

Tempo: 60 minuti



@Manzanitaskitchen

FAGOTTINI DI MELANZANE

INGREDIENTI (per 2 persone)

- | | |
|---|---------------------------------|
| q.b. Melanzane grigliate in precedenza | 10 Olivoli tostate Saclà |
| 6 Pomodorini freschi/passata di pomodoro | q.b. Sale e pepe |
| 6 fette di speck | q.b. Olio Evo |
| 4 fette Emmental | 5 Foglie di basilico |
| | q.b. Origano secco |

PROCEDIMENTO

- Stendere le fette di melanzane grigliate.
- Mettere su ogni fetta i pomodorini schiacciati con le mani o in alternativa un cucchiaino di passata di pomodoro con un pizzico di sale ed origano essicato.
- Denocciolare le olive nere ed aggiungerle spezzettandole con le mani.
- Aggiungere mezza fetta di speck, qualche foglia di basilico e mezza fetta di formaggio.
- Arrotolare le fette e adagiarle in una teglia da forno leggermente unta d'olio.
- Passare in forno caldo e cuocere a 180°C per circa 10 minuti.
- Ecco pronto un piatto sano e saporito!

Tempo: 30 minuti



[@lucianaincucina](#)

COSCE DI POLLO ALLE OLIVE E LIMONE

INGREDIENTI (per 2 persone)

2 Cosce di pollo
1 Limone bio
1 Spicchio Aglio
2 cucchiai di Olio Evo

40 g Olive verdi Saclà
1 Rosmarino fresco
½ bicchiere Vino bianco
q.b Sale e pepe

PROCEDIMENTO

- Tagliare a pezzi le cosce di pollo.
- Eliminare eventuali piumette, sciacquare sotto l'acqua corrente e asciugare con carta da cucina.
- Lavare il limone bio, grattugiare la buccia e spremere il succo.
- Mettere dentro una ciotolina e aggiungere due cucchiai di olio, salare e pepare, ed emulsionare il tutto con una forchetta.
- Versare sulle cosce di pollo, aggiungere uno spicchio di aglio tagliato a metà, gli aghetti di rosmarino e mescolare bene.
- Coprire e lasciare marinare mezz'ora a temperatura ambiente, girando di tanto in tanto.
- Posizionare la carne all'interno di una teglia adatta per il fornello ad aria senza sovrapporle tra loro e versare sopra il succo della marinatura.
- Preriscaldare il fornello a 190° C e, una volta caldo, infornare. Cuocere per 30 minuti spennellandole con il fondo della marinatura.
- Infine, dare una spruzzata di vino bianco e aggiungere le olive.
- Rimettere in forno e lasciare cuocere ancora per dieci minuti sino a doratura del pollo.
- Una volta pronte servire ben calde, buon appetito!

Tempo: 50 minuti



@kettycucinooggi

FUSILLONE CON POMODORO ARROSTO, CRUMBLE DI OLIVE SACLÀ E CREMA DI PARMIGIANO

INGREDIENTI (per 2 persone)

Per la crema di parmigiano:

100 g Parmigiano Reggiano
200 g Latte vaccino
20 g Burro

Per la salsa di pomodoro arrosto:

400 g Pomodorini
2 spicchi Aglio
q.b. Basilico fresco
q.b. Olio Evo e sale
70 g Olivoli Saclà

PROCEDIMENTO

- Lavare, asciugare e tagliare a metà i pomodorini.
- Adagiarli su una teglia con aglio, basilico, pepe, sale e olio evo.
- Infornare a 180° per 30 minuti.
- Frullare il tutto fino a creare una crema liscia ed omogenea.
- Nel frattempo portare a bollore l'acqua salata e calare la pasta.
- Denocciolare le olive, tritare con il coltello e fare cuocere in forno a 100° per 30 minuti.
- In un pentolino fare sciogliere il burro, aggiungere la farina e mescolare.
- Aggiungere il latte e fare cuocere a fuoco lento mescolando di tanto in tanto.
- Aggiungere il Parmigiano.
- Mantecare la pasta con la salsa di pomodoro arrosto, guarnire con il crumble di olive Saclà, la crema di Parmigiano e qualche fogliolina di basilico.

Tempo: 50 minuti



@ciroguerrierofood

SPAGHETTI CON PESTO DI OLIVE E CAPPERI SACLÀ, POMODORO E PEPERONCINO

INGREDIENTI (per 2 persone)

100 g Olive verdi e nere snocciolate <i>Saclà</i>	q.b. Olio Evo
2 cucchiaini Capperi <i>Saclà</i>	30 g Grana Padano
30 g Mandorle tostate	180 g Spaghetti
1 spicchio Aglio	200 g Polpa di pomodoro
	q.b. Sale e pepe

PROCEDIMENTO

- Per prima cosa preparare una pentola con abbondante acqua per cuocere la pasta e cuocere gli spaghetti tenendo da parte un po' di acqua di cottura. Nel frattempo frullare le olive con i capperi, l'olio, le mandorle ed il grana aggiungendo un mestolo di acqua di cottura.
- In una padella fare soffriggere uno spicchio d'aglio con olio extravergine e versare la polpa di pomodoro. Aggiungere il pesto e diluire il tutto con due mestoli di acqua di cottura. Una volta pronta la pasta, mantecarla nel condimento.
- Impiattare aggiungendo il peperoncino, il pepe e l'olio extravergine di oliva a crudo per dare ancora più carattere alla ricetta.

Tempo: 30 minuti



[@giadaconti](#)

CESTINI DI PANE CON CREMA DOLCE DI BUFALA E FICHI

INGREDIENTI (per 4 persone)

500 g Pane raffermo

6 Fichi

200 g Bufala

100 g Barbabietole rosse *Saclà*

2 Uova

150 ml Latte alla mandorla

30 g Zucchero

q.b. Burro

q.b. Lamelle di mandorle

PROCEDIMENTO

- In una grossa ciotola lavorare a mano il pane tagliato a cubetti con le uova e il latte di mandorla fino a ottenere un composto morbido. Poi imburrare uno stampo per muffin o dei pirottini e modellare l'impasto di pane in modo da formare dei cestini.
- Cuocere in forno ventilato a 180° per 15 minuti circa, poi sfornare e lasciare intiepidire.
- Nel frattempo frullare in un mixer la mozzarella di bufala con lo zucchero e le barbabietole Saclà tagliate a cubetti fino ad ottenere un composto liscio ma consistente.
- Con una sac a poche inserire la crema nei cestini di pane e guarnire con i fichi tagliati a spicchi e caramellati in padella e qualche lamella di mandorla a piacere.

Tempo: 30 minuti



@simonec

POLPETTE DI RISOTTO ALL'AMARONE E OLIVE ACCOMPAGNATE CON SALSINA DI OLIVE E CETRIOLINI

INGREDIENTI (per 2 persone)

Per le polpette:

- 2 Uova
- q.b.** Risotto all'amarone avanzato
- q.b.** Pangrattato
- q.b.** Olive a pezzettini Saclà
- q.b.** Olio per friggere

Per la salsina:

- ½ **vasetto** Olive Saclà
- ½ **vasetto** Cetriolini Saclà
- q.b.** Olio Evo
- 1 cc** Salsa tahina
- q.b.** Grana Padano grattugiato

PROCEDIMENTO

- Mettere in un piatto le uova sbattute e in un altro piatto il pangrattato. Prendere il risotto all'amarone, formare una polpetta e mettere al centro alcuni pezzetti di olive. Chiudere bene la polpetta e continuare così fino a finire tutto il risotto avanzato.
- Passare ogni polpetta prima nell'uovo e poi nel pangrattato ripetendo la cosa per ottenere una doppia panatura.
- Mettere a scaldare l'olio per friggere e, una volta caldo, immergerci le polpette e friggerle.
- Nel frattempo in un mixer mettere le olive tagliate a pezzetti, i cetrioli, la salsa tahina, un goccio di acqua, una spolverata abbondante di Grana Padano grattugiato, un filo di olio e frullare. (Se la salsina risultasse troppo secca mettere ancora un filo di olio)
- Servire le polpette e la salsina come piatto unico o da aperitivo!

Tempo: 35 minuti



@Past_icciareincucina

CREMA ALLE SARDINE E OLIVE

INGREDIENTI (per 5 persone)

1 Confezione di sardine
70 g Burro
200 g Bufala

30 g Olivoli denocciolate *Saclà*
30 g Olive verdi denocciolate *Saclà*
1 cucchiaino Olio Evo

PROCEDIMENTO

- Mettere nel contenitore del mixer le sardine sgocciolate, il succo di limone, il burro e frullare fino a ottenere una crema. Schiacciare grossolanamente con una forchetta le sardine rimaste e incorporarle delicatamente nella crema. Fare a pezzetti le olive verdi e nere e unirle alla crema.
- Il composto è pronto per essere spalmato su piccole fette di pane casereccio o dei mini tost.
- In una bowl mischiare le olive avanzate!

Tempo: 10 minuti



@Manufoodwriter

TORTA AL CIOCCOLATO FONDENTE, CAFFÈ E BALSAMICO

INGREDIENTI (per 6 persone)

220 g Cioccolato fondente	50 g Mandorle tostate
120 g Burro	1 Fondo di caffè
160 g Zucchero	1 pizzico Sale
70 g Arachidi non salate tostate	q.b. Gelato alla vaniglia
4 Uova	q.b. Glassa di aceto balsamico <i>Saclà</i>

PROCEDIMENTO

- Sciogliere il cioccolato con il burro e il fondo di caffè a fuoco basso mescolando.
- A parte lavorare i tuorli con lo zucchero, poi unire il composto di cioccolato intiepidito.
- Montare i bianchi a neve ferma con un pizzico di sale.
- Aggiungere i bianchi all'impasto mescolando delicatamente dal basso verso l'alto.
- Infine, unire la frutta secca tostata ridotta in farina.
- Trasferire l'impasto in una tortiera rivestita con carta forno. Cuocere per 25 minuti in forno preriscaldato a 170° (fare la prova stecchino).
- Una volta fredda, tagliare a cubotti, impiattare con una pallina di gelato e glassare con l'aceto balsamico Saclà.

Tempo: 60 minuti



[@gusicancelliere93](#)

CESTINI DI PANE RAFFERMO

INGREDIENTI (per 5 persone)

500 g Pane raffermo
500 g Spinaci
½ Cipolla
2 Uova
6 g Sale
150 g Robiola

100 g Formaggio grattugiato
1 cucchiaino Miele
q.b. Latte
q.b. Olio
95 g Olive Verdi Snocciolate Saclà

PROCEDIMENTO

- Nel mixer unire il pane raffermo tagliato a pezzetti, aggiungere il latte, il sale, le uova e il formaggio.
- Tritare tutto alla massima velocità fino a quando il composto si amalgama.
- Creare delle polpette e con l'aiuto di un cucchiaio svuotare al centro, creando la forma di un cestino. Infornare in forno ventilato a 190°C per circa 20 minuti (saranno pronti quando raggiungeranno la doratura).
- Nel frattempo saltare la cipolla con un po' d'olio, aggiungere gli spinaci lavati e saltare. Lasciare intiepidire.
- Amalgamare la robiola con il miele.
- Quando le polpette di pane saranno pronte, adagiare gli spinaci saltati e con l'aiuto di una sac a poche, fare uno spuntone al centro del cestino e decorare con Olivoli.

Tempo: 40 minuti



@giovanna.1981

PENNE VERDE BRILLANTE CON PESTO DI OLIVE

INGREDIENTI (per 2 persone)

160 g Pasta	q.b. Sale e pepe
100 g Olive verdi snocciolate Saclà	q.b. Olio Evo
50 g Pinoli	50 g Formaggio grattugiato
2 spicchi Aglio	q.b. Basilico fresco

PROCEDIMENTO

- Cuocere la pasta in abbondante acqua salata seguendo le istruzioni sulla confezione. Scolarla al dente e conservare un po' di acqua di cottura.
- Nel frattempo preparare il pesto: in un frullatore, unire le olive verdi Saclà, i pinoli, l'aglio e il formaggio grattugiato. Frullare il tutto aggiungendo gradualmente l'olio d'oliva fino a ottenere una consistenza cremosa. Regolare di sale e pepe a piacere.
- Versare il pesto ottenuto nella pentola con la pasta cotta e mescolare bene, aggiungendo un po' di acqua di cottura se necessario per ottenere una consistenza cremosa.
- Servire la pasta al pesto con olive verdi Saclà, guarnire con foglie di basilico fresco e una spolverata di formaggio grattugiato extra.

Tempo: 20 minuti



@adrido

FILETTI DI BRANZINO CON OLIVE E POMODORINI

INGREDIENTI (per 4 persone)

- | | |
|--|-------------------------------|
| 8 Filetti di branzino surgelati | 1 spicchio Aglio |
| 240 g Pomodorini pelati | q.b. Sale |
| 50 g Olive verdi Saclà | 2 cucchiai Olio Evo |
| 50 g Olivoli Saclà | q.b. Origano essiccato |

PROCEDIMENTO

- In una padella scaldare l'olio extravergine d'oliva a fuoco medio. Aggiungere l'aglio tritato e soffriggere un minuto finchè diventa dorato.
- Aggiungere i pomodorini pelati leggermente schiacciati con una forchetta, il sale e l'origano essiccato. Lasciare cuocere per circa 10-15 minuti o finchè i pomodorini si sono scomposti e la salsa si è addensata.
- Aggiungere le olive verdi e nere. Continuare a cuocere per altri 10 minuti in modo che le olive si scaldino e assorbano i sapori della salsa.
- Nel frattempo sciacquare i filetti di branzino scongelati sotto l'acqua corrente fredda e tamponarli con carta assorbente per rimuovere l'umidità in eccesso.
- Adagiare i filetti di branzino nella padella e cuocere per 15 minuti finchè il pesce è cotto e si sfalda con una forchetta.
- È possibile accompagnare il piatto con patate arrosto o verdure al vapore.

Tempo: 40 minuti



@clapfood.10

LINGUINE AL SUGO DI OLIVE NERE

INGREDIENTI (per 2 persone)

200 g Linguine
100 g Olivoli Saclà
150 ml Birra

30 g Burro
q.b. Pepe nero

PROCEDIMENTO

- Frullare finemente le olive nere assieme ad un tocchetto di burro e versare in una padella con del burro fuso. Mescolare e cuocere aggiungendo la birra. Aggiungere una giratina di pepe nero e spegnere il fuoco prima che il sugo si rapprenda troppo.
- Cuocere la pasta in acqua salata, scolarla al dente e mantecare nella padella con il sugo alle olive e birra, aggiungendo un mestolo di acqua di cottura.
- Mantecare per circa un minuto e servire.

Tempo: 10 minuti



@gio_table

CANEDERLI IN BRODO DI CROSTE DI FORMAGGIO

INGREDIENTI (per 2 persone)

- | | |
|--|---|
| q.b. Pane raffermo | q.b. Carciofini sott'olio <i>Saclà</i> |
| q.b. Uova fresche | q.b. Sale e pepe |
| q.b. Carne arrosto avanzata
(Manzo/Pollo/Maiale) | q.b. Patata lessata |
| q.b. Prezzemolo | q.b. Croste di formaggio |

PROCEDIMENTO

- Tritare grossolanamente il pane raffermo e schiacciare a mo di purè la patata lessata.
- Aggiungere tutti gli ingredienti in una terrina e mescolare.
- Aggiungere l'uovo fresco, il sale e il pepe.
- Impastare tutti gli ingredienti e ricavare delle polpette con diametro di circa 7 cm.
- Preparare il brodo aggiungendo in una pentola acqua e le croste di formaggio, lasciare sobbollire per circa 20 minuti.
- Filtrare il brodo e cuocere nello stesso i canederli per circa 12-15 minuti.
- Servire in un piatto fondo 2-3 canederli per commensale con 2 mestoli di brodo.

Tempo: 60 minuti



@Flairjob

CROSTONI D'AUTUNNO

INGREDIENTI (per 2 persone)

4 Fette di pane raffermo
2 Patate
50 g Emmental
1 Noce di burro

$\frac{1}{2}$ **bicchiere** Latte
q.b. Sale
1 Rametto di rosmarino
50 g Funghetti trifolati *Saclà*

PROCEDIMENTO

- Tostare le fette di pane in una padella antiaderente con il burro.
- Far lessare le patate, schiacciarle e creare una crema amalgamando burro e latte.
- Saltare brevemente i funghetti trifolati Saclà in un pentolino con rosmarino.
- Mettere sulle fette di pane la purea di patate, i funghetti e scaglie di emmental.

Tempo: 40 minuti



@lauretta268

MARTINI BIANCO, OLIVE VERDI E CIOCCOLATO FONDENTE

INGREDIENTI (per 4 persone)

4 bicchieri Martini bianco
8 Olive verdi Saclà

q.b. Cioccolato fondente amaro

PROCEDIMENTO

- Fondere il cioccolato al microonde o a bagnomaria.
- Immergere con uno stuzzicadenti le olive nel cioccolato, lasciando una parte verde visibile.
- Adagiare su carta forno e mettere in frigo.
- Inserire 4 olive in 4 spiedini.
- Preparare il martini in 4 bicchieri e dentro ciascuno inserire un'oliva al cioccolato.

Tempo: 10 minuti



@pupiepappe

ZUCCHINE TONDE RIPIENE

INGREDIENTI (per 4 persone)

- | | |
|-------------------------|---|
| 5 Zucchine tonde | 6 Pomodori secchi sott'olio <i>Saclà</i> |
| 250 g Ricotta | 3 Acciughe sotto sale |
| q.b. Sale e pepe | 4 Foglie di basilico |
| q.b. Olio | |

PROCEDIMENTO

- Per prima cosa portare a bollire una pentola di acqua salata. Lavare bene le zucchine, tagliare la calotta e con l'aiuto di uno scavino (oppure con un cucchiaino), scavare l'interno, prelevando tutta la polpa. (In questa ricetta la polpa non è utilizzata, ma è possibile inserirla dopo averla cotta in padella).
- Quando l'acqua bolle, calare all'interno le zucchine, e cuocere per 8/10 minuti. A cottura pronta, prelevare le zucchine dall'acqua con una schiumarola, adagiarle su un canovaccio e lasciare che scolino l'acqua in eccesso.
- Intanto in una ciotola versare la ricotta, i pomodori secchi tagliuzzati, la provola, il pepe, il sale, il basilico e le acciughe anch'esse tagliate finemente. Mescolare il tutto con un cucchiaio.
- Posizionare tutte le zucchine in una teglia, riempirle con il composto ottenuto, irrorare con dell'olio evo e infornare a 180° in forno preriscaldato ventilato. A fine cottura mettere modalità grill per 5 minuti.
- Servire calde e buon appetito!

Tempo: 20 minuti



@simoneantonella54

MEZZE PENNE RIGATE ALLA PUTTANESCA

INGREDIENTI (per 2 persone)

q.b. Polpa di pomodoro
q.b. Olivoli denocciolate Saclà
q.b. Filetti di tonno

q.b. Olio
1 spicchio Aglio
200 g Mezze penne rigate

PROCEDIMENTO

- Mettere in padella l'olio e lo spicchio d'aglio.
- Aggiungere i filetti di tonno e farli soffriggere.
- Aggiungere le olive sminuzzate, la salsa di pomodoro e fare cuocere.
- Cuocere la pasta e terminare la cottura in padella nel preparato.

Tempo: 20 minuti



@maira.falcone

PIATTO GREEN

INGREDIENTI (per 1 persona)

q.b. Quinoa
q.b. Fagiolini
120 g Piselli

q.b. Basilico
15 g Olive verdi *Saclà*

PROCEDIMENTO

- Cuocere la quinoa come indicato sulla confezione.
- Cuocere a vapore i fagiolini e saltarli in padella con aglio, olio e peperoncino.
- Scongellare i piselli e cuocerli per una decina di minuti.
- Quando tutti gli ingredienti sono freddi, unire le olive verdi, il basilico e servire.

Tempo: 30 minuti



@annarita528



ALTA
Cucina