

RICETTARIO

**DIETE RISERVATE AI
NEFROPATICI E DIALIZZATI**

CONTENENTI SAPORI

“ IL GUSTO NEL PIATTO “

COME RITORNARE AL GUSTO

PER IL CIBO

PROGETTO REALIZZATO DALL'

ASSOCIAZIONE NAZIONALE

TRAPIANTATI RENE, ANTR

**ASSOCIAZIONE NAZIONALE TRAPIANTATI RENE-ANTR- sede nazionale c/o Policlinico S. Orsola,
Pad 15 – via Massarenti 9- Bologna – cell. 3386363954 – email assorene@antr.it –**

I fini istituzionali dell' ANTR riguardano, non solo i trapiantati, ma l' intera categoria comprendendo quindi nefropatici e dializzati. Dalla fondazione, ci siamo sempre occupati della realizzazione di progetti destinati a migliorare la qualità della vita dei malati di rene. Il progetto " **Il gusto nel piatto** " è l' ultimo in ordine di tempo e prevede l' organizzazione di incontri con i pazienti nefropatici e dializzati in tutto il territorio dell' Emilia-Romagna al fine di fare in modo che tutti possano assaggiare piatti con sapori. **Al termine della manifestazioni saranno distribuiti dei ricettari. L' ANTR è in grado di esservi d' aiuto su diversi piani per l' approfondita conoscenza delle tematiche inerenti i problemi della categoria, ad esempio le patenti e i diritti non sempre riconosciuti. Siamo a disposizione, contattateci e ne parleremo.**

MEVALIA – DR. SCHAER AG SPA – Winkelau 9 – I-39034 Bugstall/Postal – tel. 0473293631 –
www.mevalia.com - **MEVALIA LOW PROTEIN** è la linea studiata appositamente per chi deve seguire una dieta a basso contenuto proteico offrendo una vasta gamma di prodotti, a costo contenuto, atti a poter soddisfare le esigenze nutrizionali e del gusto. L' obiettivo è di migliorare la qualità della vita dei pazienti malati di rene supportandoli nel percorso dietetico tramite anche nuovi prodotti e nella massima sicurezza. **Disponiamo di un servizio di consulenza on line.** I nostri prodotti, oltre che disponibili nelle farmacie, possono essere ordinati attraverso le stesse farmacie.

ILS- ISTITUTO ALBERGHIERO " BARTOLOMEO SCAPPI " via Cimabue 1- Casalecchio di Reno (BO)
– scuola professionale a indirizzo alberghiero e ristorazione – tel. 0516132403 – Dotato di attrezzature e laboratori d' avanguardia, l' istituto è impegnato nella promozione di progetti dedicati alla cultura dell' alimentazione, la prevenzione, la donazione di organi, enogastronomia. Gli studenti della scuola di cucina, insieme ai loro insegnanti, sono attori protagonisti nel fare ed elaborare esperienze conoscitive e formative. La partecipazione al progetto ANTR " **Il gusto nel piatto** " è la logica conseguenza di questa politica che porta gli studenti, fra l' altro, a sperimentare una nuova didattica ideando ricette e piatti creati da loro e indirizzati all' alto valore sociale del progetto comunicando l' importanza della solidarietà.

MENU' PER NEFROPATICI A PERSONA

Insalata di riso e verdure piccanti

Rice Mevalia 50 gr.

Zucca 20 gr.

Peperoni 20 gr.

Carote 20gr.

Zucchine 20g

Sedano 20gr.

Cipollotti 20gr.

Pomodori datterini 10gr.

Olio extravergine 15 ml.

Aceto bianco 5 ml.

Zucchero 3 gr.

Aglio

Peperoncino piccante

Basilico

Attenzione : Tagliare a cubetti le verdure, sbollentarle in abbondante acqua e raffreddarle in acqua fredda.

Insaporirle in padella con aglio, olio e peperoncino, sfumare con aceto e aggiungere lo zucchero.

Lessare il rice Mevalia, raffreddarlo con acqua fredda e condire con le verdure

RIGATONI AL FRIGGIONE BOLOGNESE A PERSONA

Rigatoni Mevalia 70gr.

Cipolle dorate 60 gr.

Polpa di pomodoro 50 gr.

Olio extravergine 12 ml.

Parmigiano reggiano 3 gr.

Alloro

Pepe

Attenzione : Tagliare a la julienne le cipolle e farle stufare a fuoco dolce con olio extravergine di olive e una foglia di alloro.

Aggiungere la polpa di pomodoro e cuocere per circa 40'.

Lessare la pasta e mescolarla con il friggione.

Spolverare con poco parmigiano reggiano

MENU' PER DIALIZZATI A PERSONA

Torta salata ai funghi porcini

Pasta brisèe :

Farina 50 gr.

Olio extravergine di olive 20 ml.

Acqua 15 ml.

Farciture a :

latte di riso 50 ml.

Albume 30 gr.

Funghi porcini 30 gr.

Olio extravergine di olive 2 ml.

Prezzemolo

Aglione

Pepe

Noce moscata

Attenzione : Impastare molto brevemente gli ingredienti della pasta brisèe, farla riposare in frigorifero e poi stenderla e foderare una tortiera.

Tagliare a fettine i porcini trifolati con gli altri ingredienti della farcitura.

Mescolare i porcini con gli altri ingredienti della farcitura.

Riempire le tortiere foderate di pasta brisèe e cuocere in forno a 160° per circa 30 minuti.

Insalata di pollo marinato al' aceto balsamico a persona

Petto di pollo 100 gr.

Aceto balsamico tradizionale di Modena 10 ml.

Olio extravergine di olive 15 ml.

Insalatina mista 50 gr.

Pinoli 10 gr.

Rosmarino, salvia, timo

Attenzione : Cuocere il petto di pollo intero in acqua a 70/80° per circa 30 minuti.

Appena cotto scolarlo dall' acqua, condirlo con l' aceto balsamico e le erbe aromatiche tritate e avvolgerlo nella pellicola, lasciar riposare alcune ore.

Affettare sottilmente il pollo, mescolarlo all' insalata e condire con olio, aceto balsamico e alcuni pinoli tostiti.