



Looking for  
= THE PERFECT  
**FOOD**  
OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA EUROPEO  
UNICO COME LA SUA QUALITÀ

**ENJOY  
IT'S FROM  
EUROPE**



# Così unico così gustoso

**Tante irresistibili ricette  
con il sapore unico dell'olio  
extravergine d'oliva con  
i marchi di qualità europei**

# Una questione di etichetta, l'eccellenza è ben garantita

La qualità unica dell'olio extravergine di oliva europeo è tutelata dai marchi DOP (denominazione di origine protetta) e IGP (indicazione geografica protetta).

I marchi, posti sull'etichetta della bottiglia, ti garantiscono la provenienza certa dell'olio extravergine dai Paesi dell'Unione Europea.

Solo il vero, autentico extravergine ha questa garanzia, per proteggerti dalle imitazioni.

## CURIOSITÀ E SEGRETI

20 grammi al giorno, la dose della salute.

Circa 20 grammi di olio extravergine di oliva europeo, in una dieta giornaliera equilibrata, aiutano il tuo fisico a mantenersi in salute.

# BIO, il marchio tutta natura

BIO significa biologico e definisce i prodotti dell'agricoltura biologica, ottenuti grazie alla naturale fertilità del suolo. La caratteristica fondamentale di un prodotto BIO è l'assenza di sostanze chimiche durante le fasi di produzione e l'esclusivo impiego di antiparassitari di origine naturale. Chi sceglie BIO sceglie il benessere.



© shutterstock

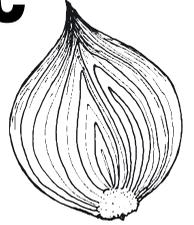


Non esistono due palati identici, ma l'olio d'oliva extravergine di alta qualità sa farsi apprezzare davvero da tutti. Per stimolare la curiosità e la riflessione su quale sia il vostro

olio preferito proponiamo degli abbinamenti con alcuni dei migliori oli extravergine d'oliva europei scelti per la straordinaria qualità, per il gusto e per la dedizione che ogni giorno i produttori dedicano alla produzione: naturalmente, l'invito è di cimentarsi con tutti gli oli certificati DOP, IGP e BIO, per scoprire i vostri abbinamenti preferiti!



# Focaccia alle cipolle con olio extravergine d'oliva DOP "Riviera del Ponente Savonese"



- Ingredienti per 4 persone:*
- 350 g di acqua
  - 500 g di farina
  - 1 pizzico di zucchero
  - 100 g di semola di grano duro
  - Olio extravergine di oliva DOP Riviera ligure "Riviera del Ponente Savonese" q.b.
  - 1 kg di cipolle dorate
  - Sale q.b.
  - 12 g di lievito di birra

Per prima cosa setacciate farina e semola, poi versate le due farine su una spianatoia per formare la fontana. Aggiungete un pizzico di sale e uno di zucchero. Scaldate l'acqua, sciogliete dentro il lievito e versatela nella fontana, cominciando a impastare lentamente. Quando l'impasto è solido, continuate a lavorarlo per qualche minuto fino a renderlo compatto e liscio. Fatelo lievitare per circa 2 ore, coprendolo con della pellicola trasparente. Nel frattempo pulite e tagliate le cipolle, ungendole poi d'olio. Stendete l'impasto in una teglia ben unta, allargandolo con le dita. Lasciatelo lievitare per un'altra ora. In una ciotola mescolate quattro cucchiai di olio extravergine d'oliva DOP Riviera ligure "Riviera del Ponente Savonese" con quattro cucchiai d'acqua e mescolate bene. Versatene metà sulla focaccia, aggiustando poi di sale. Ricoprite l'impasto con le cipolle e con il restante condimento di acqua e olio. Informate la focaccia a 220° C in forno statico caldo, fino a che le cipolle cominciano a dorarsi. Servite tiepida o calda.

# Crespelle ai funghi con olio extravergine d'oliva DOP Garda "Trentino"



© Diana - AdobeStock

## Ingredienti per 6 persone:

- 60 g di olio extravergine d'oliva DOP Garda "Trentino"
- 200 g di farina 00
- 500 g di latte intero
- 3 Uova
- Sale fino q.b.
- 500 g di funghi champignon
- 1 pizzico di pepe nero
- 200 g di Fontina

Preparate le crepes mescolando 3 uova, 500 g di latte e un pizzico di sale con una forchetta. Setacciate 200 g di farina e versatela nel composto. A questo punto unite 40 g di olio EVO DOP Garda "Trentino" e mescolate con una frusta fino ad ottenere un composto liscio e vellutato. Coprite l'impasto con la pellicola trasparente e lasciatelo in frigorifero per circa 30 minuti. Nel frattempo preparate la besciamella. Pulite e tagliate i funghi, cuoceteli per 5-10 minuti in una padella con poco olio e trasferitene poi metà nel mixer, unendo anche la besciamella. Frullate per pochi istanti e poi versate la besciamella di funghi nel tegame, regolando di sale e pepe. Preparate le crepes: versate un mestolo di composto nella padella ben calda e cuocete per un minuto per lato. Continuate fino a finire l'impasto disponibile. Tagliate la fontina a cubetti, scaldare leggermente la besciamella di funghi e poi componete il piatto: spargete la besciamella su una crepes, poi aggiungete qualche cubetto di fontina e qualche fungo. Arrotolate e posizionate la crepes in una pirofila. Continuate con questo procedimento fino a che non finite le crepes. Ricoprite le crespelle con la besciamella, la fontina e i funghi avanzati, quindi passate in forno in modalità grill per 2-3 minuti.



© anna shepulova - AdobeStock



# Risotto all'uva, prosciutto crudo e olio extravergine d'oliva BIO



## Ingredienti per 4 persone:

- 350 g di riso Carnaroli
- 450 g di uva bianca  
varietà Italia
- 80 g di olio extravergine  
d'oliva BIO
- 1 scalogno
- Sale fino q.b.
- 1 l di brodo vegetale
- 70 g di robiola
- 4 fette sottili di  
prosciutto crudo
- Pepe rosa q.b.
- Prezzemolo q.b

Abbrustolite il prosciutto in una padella antiaderente, dopodiché mettetelo a raffreddare su una gratella. Mettete qualche acino d'uva da parte per la decorazione del piatto e versate tutti gli altri in un passaverdure per ottenerne il succo. Scaldate l'olio extravergine d'oliva BIO e poi unitevi lo scalogno tritato lasciandolo appassire, mescolando spesso. Dopo una decina di minuti, alzate un po' la fiamma e versate il riso. Lasciatelo tostare per qualche minuto: non appena i chicchi risulteranno trasparenti, potrete sfumare con il succo d'uva. Una volta asciugato, aggiungete il brodo vegetale caldo e già salato a mestolate fino ad ultimare la cottura, senza mescolare troppo. A fine cottura, spegnete la fiamma e mantecate il risotto aggiungendo gli acini d'uva tagliati in quarti e privati dei semi, la robiola, e un pizzico di pepe rosa e mescolate bene. Impiattate e guarnite con il prosciutto abbrustolito sbriciolato a mano e un po' di prezzemolo tritato.

# Insalata di farro con verdure e olio extravergine d'oliva DOP Terre Aurunche



© airindzain - AdobeStock

## Ingredienti per 4 persone:

- 240 g di farro perlato
- 100 g di fagiolini
- 350 g di broccoli
- 350 g di pomodorini ciliegino
- 200 g di noci
- Olio extravergine d'oliva DOP Terre Aurunche q.b.
- 1 scorza di limone
- Sale grosso q.b.
- 5 foglie di basilico

Fate bollire il farro per circa una ventina di minuti in acqua salata e nel frattempo preparate il condimento. Lavate e tagliate in quarti i pomodorini, lavate e tagliate le cimette di broccolo a metà e scottatele in un tegame per pochi minuti, spuntate i fagiolini e cuoceteli allo stesso modo del broccolo.

Quando il farro è cotto passatelo sotto l'acqua fredda e poi unite i pomodorini, i fagiolini e il broccolo tiepidi. Aggiungete anche le noci tagliate grossolanamente, la buccia di limone grattugiata e il basilico fresco. Aggiungete un filo d'olio extravergine d'oliva DOP Terre Aurunche e gustate l'insalata di farro e verdure fredda.

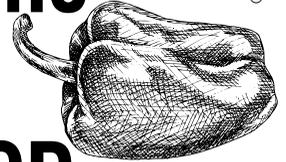


© Alessio Orrù - AdobeStock



© anna shepulova - AdobeStock

# Peperoni ripieni con olio extravergine d'oliva di Calabria IGP



© lemonareadass - AdobeStock

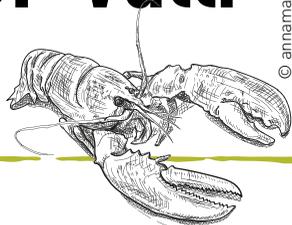
## Ingredienti per 4 persone:

- 800 g di peperoni
- 300 g di vitello macinato
- 150 g di mollica di pane r affermo
- 65 g di Parmigiano Reggiano DOP grattugiato
- 50 g di pecorino grattugiato
- 150 g di latte intero
- 2 uova
- Prezzemolo tritato q.b.
- Sale fino q.b.
- P • epe nero q.b.
- 1 • 5 g di pangrattato
- 20 g di olio extravergine d'oliva di Calabria IGP

Tagliate a cubetti il pane rafferma, mettetelo in una ciotola e copritelo con il latte, pressandolo leggermente perché lo assorba bene. Aprite le salsicce e versatele in una ciotola con la carne di vitello tritata, il parmigiano e il pecorino grattugiati. Unite anche le uova intere, il sale, il pepe e il prezzemolo. Aggiungete anche il pane strizzato e impastate con le mani fino ad ottenere un composto omogeneo. Lavate e asciugate i peperoni, tagliate via la calotta superiore e privatela del picciolo, poi estraete i filamenti e i semi interni. Riempite i peperoni fino al bordo e in una ciotolina mescolate il pangrattato con il parmigiano. Adagiate i peperoni e le calotte su una teglia rivestita di carta forno, spolverizzate la superficie con il pangrattato e parmigiano, condite con un giro di olio extravergine d'oliva di Calabria IGP e cuocete in forno statico preriscaldato a 180° per 40 minuti, poi passate alla modalità ventilata e proseguite la cottura per altri 20 minuti. Sfornate i peperoni e serviteli caldi.



# Astice alla catalana con olio extravergine d'oliva DOP Valli Trapanesi



© annamagyak - AdobeStock

## *Ingredienti per 6 persone:*

- 1 kg di astice
- 1 cipolla rossa
- 1 cucchiaino di aceto di vino bianco
- 250 g di pomodoro ciliegino
- 150 ml di olio extravergine d'oliva DOP Valli Trapanesi
- Sale q.b.
- Pepe q.b.
- Succo di mezzo limone

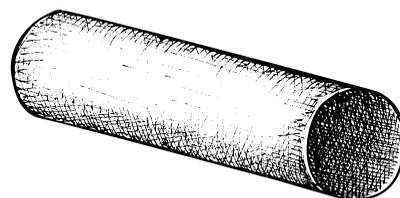
Tagliate la cipolla rossa a rondelle finissime e versatela in una ciotola con acqua e aceto, lasciandola riposare per 20 minuti. Portate a ebollizione l'acqua in una pentola capiente e ponete dentro l'astice, lasciandolo cuocere con il coperchio per 10 minuti. Estraiete la polpa dell'astice, partendo dalla coda, facendo attenzione a staccarla tutta.

Una volta che avrete estratto tutta la polpa, preparate la salsa: in una ciotola versate il succo di mezzo limone, il contenuto della testa dell'astice, l'olio extravergine d'oliva DOP Valli Trapanesi, sale e pepe, mescolando bene il tutto. Unite anche la salsa e servite la vostra insalata di astice all'interno del carapace diviso a metà. Servite l'astice alla catalana freddo.

# Cannelloni ripieni di carne con olio extravergine d'oliva DOP Colline di Romagna

*Ingredienti per 4 persone:*

- 16 cannelloni vuoti
- 250 g di passata di pomodoro
- 20 g di olio extravergine d'oliva DOP Colline di Romagna
- Sale fino q.b.
- Pepe nero q.b.
- 200 g di salsiccia
- 300 g di carne bovina trita
- 2 uova medie
- 115 g di parmigiano Reggiano DOP grattugiato
- 80 g di cipolle
- 60 g di sedano
- 80 g di carote
- 20 g di Vino rosso



© geraria - AdobeStock



© azurita - AdobeStock

Per prima cosa preparate il sugo: versate l'olio EVO DOP Colline di Romagna in un tegame insieme all'aglio, fate imbiondire e poi unite la passata di pomodoro. Coprite con il coperchio e lasciate cuocere per circa 30 minuti a fiamma moderata, mescolando di tanto in tanto.

Preparate quindi la besciamella, quando è pronta copritela con una pellicola a contatto e tenetela da parte.

Preparate il ripieno: tagliate finemente sedano, carota, cipolla e soffriggeteli in un tegame con un filo d'olio EVO DOP Colline di Romagna. Unite quindi la carne tritata e la salsiccia sbriciolata, privata del budello, lasciando rosolare il tutto, mescolando spesso. Salate, pepate e sfumate con il vino rosso. Cuocete ancora per 10 minuti e poi lasciate raffreddare. Quando la carne sarà fredda unite le uova e farcite i cannelloni.

Stendete un po' di besciamella sul fondo di una teglia e adagiateci i cannelloni uno accanto a l'altro. Ricoprite il tutto con il sugo di pomodoro e la restante besciamella, spolverizzando infine con il parmigiano grattugiato. Cuocete per 15 minuti in forno statico preriscaldato a 180° per 15 minuti e poi per 3 minuti azionando la funzione grill. Sfornate e servite ancora caldi.



# Spaghetti alle vongole con olio extravergine d'oliva DOP Vulture



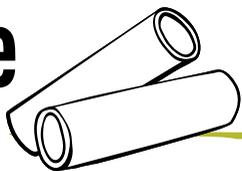
## Ingredienti per 4 persone:

- 320 g di spaghetti
  - 1 kg di vongole
  - 1 spicchio d'aglio
  - 1 mazzetto di prezzemolo
  - Olio extravergine d'oliva
- DOP Vulture q.b.
  - Pepe nero q.b.
  - Sale fino q.b.
  - Sale grosso per le vongole q.b.

Pulite bene le vongole battendole sul lavandino per eliminare la sabbia, poi sciacquatele e ponetele in una ciotola piena d'acqua e sale grosso. Lasciatele in ammollo per 2-3 ore. Scolate le vongole e sciacquatele nuovamente, nel frattempo scaldate l'olio extravergine d'oliva DOP Vulture in una padella con uno spicchio d'aglio. Aggiungete quindi le vongole, chiudete con un coperchio e lasciate cuocere a fiamma alta per qualche minuto. Quando saranno tutte aperte spegnete il fuoco e scartate l'aglio, raccogliendo poi il succo uscito in un recipiente. Cuocete gli spaghetti in abbondante acqua salata e scolateli a metà cottura circa.

Versate gli spaghetti nella padella con le vongole e aggiungete poco a poco il succo che avete tenuto da parte. Quando la pasta è cotta aggiungete anche il prezzemolo tritato e servite ben calda.

# Genovese con olio extravergine d'oliva DOP Colline Salernitane



© Sergey - AdobeStock

## Ingredienti per 4 persone:

- 320 g di ziti
- 600 g di manzo
- 1 kg di cipolle dorate
- 60 g di sedano
- 60 g di carote
- 1 ciuffo di prezzemolo
- 1 foglia di alloro
- 100 g di vino bianco
- Olio extravergine d'oliva DOP Colline Salernitane
- Sale fino q.b.
- Pepe nero q.b.
- Parmigiano Reggiano DOP q.b.

Pulite e tagliate le cipolle, affettandole sottilmente. Tagliate anche cipolla e sedano, tenendo da parte le foglie del sedano. Tagliate il pezzo di carne a pezzettoni abbastanza grandi e teneteli da parte. Preparate un mazzetto di odori con le foglie del sedano, il prezzemolo e l'alloro.

In una pentola profonda versate abbondante olio extravergine d'oliva DOP Colline Salernitane e cipolle, sedano e carota, lasciando insaporire per un paio di minuti a fuoco dolce. Aggiungete poi la carne, il mazzetto di odori e un pizzico di sale, mescolando. Abbassate la fiamma, coprite con il coperchio e lasciate cuocere per almeno tre ore, controllando di tanto in tanto. Dopo tre ore di cottura aggiungete il vino, togliete gli odori e alzate la fiamma, mescolando. Cuocete la genovese senza coperchio per un'altra ora circa, mescolando spesso e bagnando con il vino man mano che il fondo si sarà asciugato. A questo punto togliete un pezzo di carne, sminuzzatelo e tenete da parte.

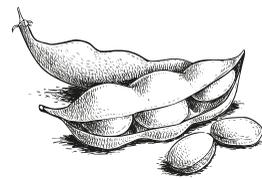
Quindi cuocete gli ziti spezzati in acqua bollente salata, scolateli e mescolateli con la genovese. Servite la pasta con sopra qualche pezzetto di carne e con parmigiano grattugiato.

© Vincenzo De Bernardis - AdobeStock





# Fagioli all'ucelletto con salsicce e olio extravergine d'oliva DOP Chianti Classico



- Ingredienti per 4 persone:*
- 300 g di fagioli  
cannellini
  - 200 g di passata di  
pomodoro
  - 2 spicchi d'aglio
  - 4 salsicce
  - Salvia q.b.
  - Olio extravergine d'oliva
  - DOP Chianti Classico q.b.
  - Sale fino q.b.
  - Pepe nero q.b.

In una pentola abbastanza capiente versate un filo d'olio extravergine d'oliva DOP Chianti Classico, l'aglio e la salvia, lasciando insaporire per qualche minuto. Unite la passata di pomodoro e continuate a cuocere per qualche minuto a fuoco lento.

Infine aggiungete i fagioli, il sale, il pepe e le salsicce, aggiungendo anche dell'acqua se necessario.

Coprite con il coperchio e cuocete per circa 20 minuti a fiamma media, mescolando di tanto in tanto.

Servite i fagioli con le salsicce ben caldi.



CAMPAGNA FINANZIATA  
CON L'AIUTO  
DELL'UNIONE EUROPEA



---

[www.lookingfortheperfectfood.eu](http://www.lookingfortheperfectfood.eu)

Il contenuto di questa campagna promozionale rappresenta soltanto le opinioni dell'autore ed è di sua esclusiva responsabilità. La Commissione europea e l'Agenzia esecutiva per i consumatori, la salute, l'agricoltura e la sicurezza alimentare (Chafea) non accettano alcuna responsabilità riguardo al possibile uso delle informazioni che include.