

The logo for Cottin Tavola is centered on a white oval background, which is itself set against a larger yellow oval. The text "Cottin" is in a green, cursive-style font, and "tavola" is in a similar green font but with a white outline. A stylized yellow fork is positioned behind the "n" in "Cottin" and the "v" in "tavola". A registered trademark symbol (®) is located to the upper right of the word "tavola".

**Cottin
tavola®**



BROCCOLI AL VAPORE

il bello e il buono dell'orto pronto in tavola in pochi minuti!

L'eventuale presenza di liquido nella confezione è dovuta al naturale rilascio del prodotto.

MODI D'IMPIEGO:

- **A temperatura ambiente** disporre su un piatto e condire a piacere
- **Al forno o ai fuochi** dopo aver versato il contenuto in idonei contenitori
- **Al microonde** dopo aver tolto il prodotto dalla confezione, forare l'involucro e **scaldare 1 minuto a 800 W.**



Per chi ha solo un poco di tempo in più, ecco alcune nostre ricette semplici e veloci:

BROCCOLI FILANTI: Preparare una teglia leggermente imburrata. Disporre uno strato di broccoli dopo averli saltati in padella, ricoprire con uno strato di formaggio filante, prosciutto cotto a cubetti e un leggero strato di besciamella, aggiungere infine qualche fiocchetto di burro e formaggio grana. Il tutto in forno a 190 °C per 15 minuti.

BROCCOLI IN PASTELLA: Preparare una pastella con 100 g di farina, 1 uovo, 10 g di lievito di birra, 1 cucchiaino di zucchero. Diluire il tutto con birra fino ad ottenere una pastella piuttosto morbida che va fatta riposare in luogo caldo per 15 minuti. Immergere i broccoli nella pastella e quindi friggerli fino a doratura. Salare solo prima di servire.

BROCCOLI IN SAVOR: Frullare in modo grossolano: 1 spicchio di aglio, 2 filetti di alici dissalati, 100 g di panna da cucina, un cucchiaino di olio extra vergine di oliva. Scaldare il preparato così ottenuto in una padella antiaderente per 3-4 minuti, quindi aggiungere i broccoli e scaldare per altri 5 minuti. Volendo, aggiungere un pizzico di peperoncino.

TORTA SALATA AI BROCCOLI: Foderare una teglia con una pasta per torte salate, ricoprire con uno strato di pancetta affumicata e con un successivo strato di emmenthal a fette. Preparare un impasto con broccoli grossolanamente tritati, 200 g di panna da cucina, 2 uova, 50 cc di latte, 40 g di formaggio grana, sale e pepe. Disporre l'impasto ottenuto a ricoprire gli strati precedenti per circa 1 cm di spessore. Mettere in forno a 180 °C per 40 minuti.



Cottin tavola®

CARCIOFI AL VAPORE

il bello e il buono dell'orto pronto in tavola in pochi minuti!

L'eventuale presenza di liquido nella confezione è dovuta al naturale rilascio del prodotto.

MODI D'IMPIEGO:

- **A temperatura ambiente** disporre su un piatto e condire a piacere
- **Al forno o ai fuochi** dopo aver versato il contenuto in idonei contenitori
- **Al microonde** dopo aver tolto il prodotto dalla confezione, forare l'involucro e **scaldare 1 minuto a 800 W.**



Per chi ha solo un poco di tempo in più, ecco alcune nostre ricette semplici e veloci:

TAGLIATELLE CARCIOFI E PANCETTA: Saltare in padella i carciofi con olio, 1 spicchio d'aglio, prezzemolo, sale e pepe. Aggiungere 50 g di pancetta tagliata a dadini e far rosolare il tutto. A parte cuocere 400 g di tagliatelle al dente. Una volta cotte aggiungere il condimento ottenuto con i carciofi, un po' di olio d'oliva a crudo, del formaggio grana grattugiato, mescolare e servire.

CARCIOFI AL FORNO: In una padella far sciogliere un po' di burro e aggiungere i carciofi. Farli rosolare per qualche minuto e nel frattempo imburrare una pirofila. Togliere dal fuoco i carciofi e metterli nella pirofila. Spolverare una manciatina di pangrattato, versare 3 cucchiaini di panna e 6 cucchiaini di latte mescolati precedentemente insieme, spolverare 3 cucchiaini di formaggio grana e un po' di prezzemolo in modo uniforme. Far cuocere e rosolare a piacimento in forno già caldo per ca. 15 minuti a 180°C. Una volta cotti, servire caldi.

FRITTATA AI CARCIOFI: Tagliare 2 scalogni a spicchietti, scaldare 2 cucchiaini di olio in una padella ampia e far rosolare gli scalogni con 3 foglie di salvia. Tagliare a spicchi i carciofi e metterli in padella, togliere le foglie di salvia, salare e far cuocere per qualche minuto. Sbattere 4 uova con sale e pepe. Far sciogliere un po' di burro a parte e aggiungere lo stesso con le uova al composto della padella. Far cuocere e girare la frittata fino alla desiderata doratura. Servire calda o tiepida.



Cottin tavola®

CAVOLFIORI AL VAPORE

**il bello e il buono dell'orto
pronto in tavola in pochi minuti!**

L'eventuale presenza di liquido nella confezione è dovuta al naturale rilascio del prodotto.

MODI D'IMPIEGO:

- **A temperatura ambiente** disporre su un piatto e condire a piacere
- **Al forno o ai fuochi** dopo aver versato il contenuto in idonei contenitori
- **Al microonde** dopo aver tolto il prodotto dalla confezione, forare l'involucro e **scaldare 1 minuto a 800 W.**



Per chi ha solo un poco di tempo in più, ecco alcune nostre ricette semplici e veloci:

CAVOLFIORI STRASCINATI: In una padella con pochissimo olio rosolare per 5 minuti 100 g di pancetta affumicata, 1 spicchio di aglio, 100 g di cubetti di patate bollite. Aggiungere i cavolfiori e cuocere per altri 5 minuti.

CAVOLFIORI SFIZIOSI: Avvolgere i fiori di cavolfiori in una sottile fetta di pancetta affumicata, disporli quindi su una teglia da forno, cospargerli con un filo d'olio extravergine d'oliva, infornare a 180 °C per 20 minuti.

CAVOLFIORI SPEZIATI: In una padella antiaderente fondere una noce di burro; appena caldo aggiungere i cavolfiori, spolverare con noce moscata e un pizzico di sale. Cuocere per 5 minuti.

CAVOLFIORI GRATINATI: Scaldare il forno a 250 °C. Disporre i cavolfiori in una teglia imburrata, salare, cospargere di formaggio grana grattugiato e infornare per 20 minuti.

CAVOLFIORI FILANTI: Preparare una teglia leggermente imburrata. Disporre uno strato di cavolfiori dopo averli saltati in padella, ricoprire con uno strato di formaggio filante, prosciutto cotto a cubetti e un leggero strato di besciamella, aggiungere infine qualche fiocchetto di burro e formaggio grana. Il tutto in forno a 190 °C per 15 minuti.



Cottin[®] tavola

CAVOLINI DI BRUXELLES AL VAPORE

**il bello e il buono dell'orto
pronto in tavola in pochi minuti!**

L'eventuale presenza di liquido nella confezione è dovuta al naturale rilascio del prodotto.

MODI D'IMPIEGO:

- **A temperatura ambiente** disporre su un piatto e condire a piacere
- **Al forno o ai fuochi** dopo aver versato il contenuto in idonei contenitori
- **Al microonde** dopo aver tolto il prodotto dalla confezione, forare l'involucro e **scaldare 1 minuto a 800 W.**



Per chi ha solo un poco di tempo in più, ecco alcune nostre ricette semplici e veloci:

CAVOLINI AL GORGONZOLA E NOCI: Tritare 3 noci e tagliare a pezzettini 60 gr. di gorgonzola. Disporre in una pirofila imburrata i cavolini aggiungendovi il gorgonzola e 20 gr. di pangrattato. A parte far sciogliere in un pentolino un po' di burro con le noci tritate, distribuire il tutto sui cavolini e mettere in forno già caldo per 15 minuti.

UOVA CON CAVOLINI DI BRUXELLES: In un tegame scaldare 20 gr. di burro a cui vanno aggiunti 1 fettina di prosciutto cotto e ½ cipolla tritata. Aggiungere 1 cucchiaino scarso di farina, un mestolino d'acqua calda cuocendo per 10 minuti, dopodiché aggiungere 1 bicchierino di panna, un pizzico di sale e pepe.

A parte in una padella far sciogliere un po' di burro e aggiungere 4 uova e un pizzico di sale. Far cuocere a fuoco moderato all'occhio di bue. Disporre in un piatto da portata i cavolini con sopra la salsina al prosciutto e a fianco le uova.

STRACCETTI DI VITELLO CON CAVOLINI: Far scottare in una padella con dell'olio di oliva 250 gr. di fettine di vitello tagliate sottili e 2 foglie di alloro. A parte far saltare i cavolini con un po' d'olio di oliva, 2 spicchi d'aglio, un pizzico di sale e pepe. Tagliare a dadini 50 gr. di emmenthal, aggiungerli ai cavolini insieme a 2 cucchiaini di latte o 1 cucchiaino di panna da cucina. Mescolare il tutto e in un piatto da portata servire ben caldi gli straccetti con accanto i cavolini saltati.





FINOCCHI AL VAPORE

il bello e il buono dell'orto pronto in tavola in pochi minuti!

L'eventuale presenza di liquido nella confezione è dovuta al naturale rilascio del prodotto.

MODI D'IMPIEGO:

- **A temperatura ambiente** disporre su un piatto e condire a piacere
- **Al forno o ai fuochi** dopo aver versato il contenuto in idonei contenitori
- **Al microonde** dopo aver tolto il prodotto dalla confezione, forare l'involucro e **scaldare 1 minuto a 800 W.**



Per chi ha solo un poco di tempo in più, ecco alcune nostre ricette semplici e veloci:

FINOCCHI IN BESCIAAMELLA: Scaldare il forno a 250 °C. Disporre i finocchi in una teglia imburrata. Salare, coprire con besciamella morbida e cospargere con formaggio grana grattugiato. Infornare per 30 minuti.

TORTA SALATA AI FINOCCHI: Foderare una teglia con una pasta per torte salate, ricoprire con uno strato di pancetta affumicata e con un successivo strato di emmenthal a fette. Preparare un impasto con finocchi grossolanamente tritati, 200 g di panna da cucina, 2 uova, 50 cc di latte, 40 g di formaggio grana, sale e pepe. Disporre l'impasto ottenuto a ricoprire gli strati precedenti per circa 1 cm di spessore. Mettere in forno a 180 °C per 40 minuti.

FINOCCHI AL PROSCIUTTO: Lasciar stufare in una padella del burro con una cipolla affettata e del prosciutto a dadini. Aggiungere i finocchi e saltare per 5 minuti. La stessa ricetta può essere proposta anche con pancetta.

FINOCCHI FILANTI: Preparare una teglia leggermente imburrata. Disporre uno strato di finocchi dopo averli saltati in padella. ricoprire con uno strato di formaggio filante, prosciutto cotto a cubetti e un leggero strato di besciamella, aggiungere infine qualche fiocchetto di burro e formaggio grana. Il tutto in forno a 190 °C per 15 minuti.





PISELLI AL VAPORE

il bello e il buono dell'orto pronto in tavola in pochi minuti!

L'eventuale presenza di liquido nella confezione è dovuta al naturale rilascio del prodotto.

MODI D'IMPIEGO:

- **A temperatura ambiente** disporre su un piatto e condire a piacere
- **Al forno o ai fuochi** dopo aver versato il contenuto in idonei contenitori
- **Al microonde** dopo aver tolto il prodotto dalla confezione, forare l'involucro e **scaldare 1 minuto a 800 W.**



Per chi ha solo un poco di tempo in più, ecco alcune nostre ricette semplici e veloci:

PISELLI BURRO E SALVIA: Sciogliere il burro in un pentolino e unire la salvia. Aggiungere 1 confezione di piselli, il sale e far andare a fuoco lento per ca. 5 minuti, versare il vino bianco fino a farlo evaporare insieme al prosciutto cotto tagliato a striscioline e far andare ancora per 10 minuti ca. fino a far rosolare il prosciutto.

FARFALLE PISELLI E GAMBERETTI: Cuocere 300 g di pasta tipo farfalle in acqua salata. Far rosolare 2 spicchi d'aglio in un tegamino con l'olio d'oliva, aggiungere 400 g di gamberetti surgelati e 1 confezione di piselli. Una volta cotta la pasta aggiungerla ai gamberetti e piselli e farla saltare in padella.

PICCATINE DI VITELLO CON PISELLI: Tagliare finemente 50 g di insalata scarola e 20 g di prosciutto cotto in striscioline. Far sciogliere 60 g di burro, unire 400 g di fettine di vitello e portare a cottura. Aggiungere 1 confezione di piselli il prosciutto e la scarola. Quasi a fine cottura, una volta ben cotta la carne e rosolato il prosciutto, aggiungere $\frac{1}{2}$ bicchiere di vino bianco fino ad evaporazione.





CIPOLLINE GRIGLIATE

il bello e il buono dell'orto pronto in tavola in pochi minuti!

L'eventuale presenza di liquido nella confezione è dovuta al naturale rilascio del prodotto.

MODI D'IMPIEGO:

- **A temperatura ambiente** disporre su un piatto e condire a piacere
- **Al forno o ai fuochi** dopo aver versato il contenuto in idonei contenitori
- **Al microonde** dopo aver tolto il prodotto dalla confezione, forare l'involucro e **scaldare 1 minuto a 800 W.**



Per chi ha solo un poco di tempo in più, ecco alcune nostre ricette semplici e veloci:

TORTA ALL'ARANCIA CON CIPOLLINE: In una pentola mettere una noce di burro e un cucchiaino di olio. Passare le cipolle a fuoco vivo aggiungendo, quando sono calde, due cucchiaini di zucchero. Far caramellare leggermente e aggiungere il succo d'arancia facendolo parzialmente assorbire. Versare il contenuto sulla pasta brisé srotolata sulla teglia da forno. Cuocere nel forno tradizionale a 170/180 °C per 30 minuti circa; oppure nel forno a microonde combinato, sul piatto crisp and grill per 10 minuti.

CIPOLLINE ALLA MARINARA: Mettere nel frullatore 50 g di prezzemolo, 1 spicchio d'aglio, 2 filetti di alici dissalate, 50 g di olio extravergine, 1 cucchiaino di aceto rosso, sale e pepe quanto basta. Condire le cipolline con questa salsa, e lasciare marinare per 1 ora.

CIPOLLINE IN BOMBONIERA: Condire una confezione di cipolline con poco olio extravergine di oliva e abbondante timo fresco in foglioline. Avvolgere le cipolline in una fettina di pancetta affumicata cruda, disporre il tutto su un foglio di carta forno e passare in forno a 200 °C per 6 minuti circa (la pancetta dovrà essere croccante).

CIPOLLINE BRASATE: Fondere in una padella del burro con pancetta grossolanamente tritata. Aggiungere a fuoco vivo le cipolline, un rametto di salvia, sale e pepe. Aggiungere poca acqua e cuocere per 20 minuti.





PEPERONI GRIGLIATI

il bello e il buono dell'orto pronto in tavola in pochi minuti!

L'eventuale presenza di liquido nella confezione è dovuta al naturale rilascio del prodotto.

MODI D'IMPIEGO:

- **A temperatura ambiente** disporre su un piatto e condire a piacere
- **Al forno o ai fuochi** dopo aver versato il contenuto in idonei contenitori
- **Al microonde** dopo aver tolto il prodotto dalla confezione, forare l'involucro e **scaldare 1 minuto a 800 W.**



Per chi ha solo un poco di tempo in più, ecco alcune nostre ricette semplici e veloci:

PEPERONI RIPIENI: Scaldare il forno a 250 °C. Sistemare le falde di peperone su una teglia leggermente unta d'olio e disporre su ciascuna una fettina di fontina, un filetto di acciuga e due o tre capperi. Infornare per 30 minuti.

PEPERONI ALLA MARINARA: Frullare 50 g di prezzemolo, 1 spicchio d'aglio, 2 filetti di alici dissalate, 50 g di olio extravergine, 1 cucchiaino di aceto rosso, sale e pepe. Condire i peperoni con questa salsa dopo averli tagliati a filetti; lasciare marinare per 1 ora.

PEPERONI ALLA BAGNA CAUDA: Soffriggere leggermente in padella due spicchi di aglio nell'olio. Passarvi velocemente i peperoni e toglierli. Mettere in padella le acciughe a pezzetti e, a fiamma bassa, farle disfare. Rimettere i peperoni e passarli nella salsa per 2 minuti.

PEPERONI IN AGRODOLCE: Passare velocemente i peperoni in padella a fuoco vivo in poco olio. Accantonarli e aggiungere in padella 1 cucchiaio di zucchero e 2 cucchiaini di aceto, mescolando vivacemente e lasciando sobbollire per 2 minuti. Aggiungere i peperoni e lasciarli insaporire per altri 2 minuti.

PEPERONI AL FORNO: Scaldare il forno a 250 °C. Disporre le falde di peperone su una teglia leggermente unta d'olio. Salare e cospargere con origano. Infornare per 20 minuti.





TRIS GRIGLIATO

il bello e il buono dell'orto pronto in tavola in pochi minuti!

L'eventuale presenza di liquido nella confezione è dovuta al naturale rilascio del prodotto.

MODI D'IMPIEGO:

- **A temperatura ambiente** disporre su un piatto e condire a piacere
- **Al forno o ai fuochi** dopo aver versato il contenuto in idonei contenitori
- **Al microonde** dopo aver tolto il prodotto dalla confezione, forare l'involucro e **scaldare 1 minuto a 800 W.**



Per chi ha solo un poco di tempo in più, ecco alcune nostre ricette semplici e veloci:

TORTA SALATA ALLE VERDURE GRIGLIATE: Stendere in una pirofila della pasta sfoglia con la carta da forno. Tagliare della fontina a listarelle sottili e foderare completamente la sfoglia. Aggiungere le verdure ben scolate, poco sale e un filo d'olio. Cuocere nel forno tradizionale a 170/180 °C per 30 minuti circa; nel forno a microonde combinato sul piatto crisp and grill per 10 minuti.

PASTA ALLE VERDURE GRIGLIATE: Cuocere la pasta (fusilli o altro) e scolarla al dente. Tagliare le verdure a pezzetti. In una padella antiaderente mettere poco olio, del formaggio spalmabile, aggiungere 2 o 3 cucchiaini di acqua di cottura dopo averla salata e stemperare il tutto. Scolare la pasta, aggiungere le verdure e far saltare il tutto per due minuti con poco olio crudo. Completare con sale, pepe e foglioline di menta.

TRIS DI GRIGLIATI AL FORNO: Scaldare il forno a 250 °C. Disporre le fette di verdura su una teglia leggermente unta d'olio. Salare e cospargere con origano. Infornare per 20 minuti.

VERDURE GRIGLIATE ALLA BAGNA CAUDA: Soffriggere leggermente in padella due spicchi di aglio nell'olio. Passarvi velocemente le verdure e toglierle. Mettere in padella le acciughe a pezzetti e, a fiamma bassa, farle disfare. Rimettere le verdure e passarle nella salsa per 2 minuti.



**Cottin[®]
tavola**

ZUCCHINE GRIGLIATE

il bello e il buono dell'orto pronto in tavola in pochi minuti!

L'eventuale presenza di liquido nella confezione è dovuta al naturale rilascio del prodotto.

MODI D'IMPIEGO:

- **A temperatura ambiente** disporre su un piatto e condire a piacere
- **Al forno o ai fuochi** dopo aver versato il contenuto in idonei contenitori
- **Al microonde** dopo aver tolto il prodotto dalla confezione, forare l'involucro e **scaldare 1 minuto a 800 W.**



Per chi ha solo un poco di tempo in più, ecco alcune nostre ricette semplici e veloci:

TORTA SAPORITA DI ZUCCHINE: Foderare una teglia con una pasta per torte salate, ricoprire con uno strato di pancetta affumicata e con un successivo strato di emmenthal a fette. Preparare un impasto con zucchine grigliate, grossolanamente tritate, 200 g di panna da cucina, 2 uova, 50 cc di latte, formaggio grana, sale e pepe. Disporre l'impasto ottenuto a ricoprire gli strati precedenti per circa 1 cm di spessore. Mettere in forno a 180 °C per 40 minuti.

PASTA ALLE ZUCCHINE: Cuocere la pasta (fusilli o altro) e scolarla al dente. Tagliare le zucchine a pezzetti. In una padella antiaderente mettere poco olio, del formaggio spalmabile, aggiungere 2 o 3 cucchiaini di acqua di cottura dopo averla salata, stemperare il tutto. Scolare la pasta, aggiungere le zucchine e far saltare il tutto per due minuti con poco olio crudo. Completare con sale, pepe e foglioline di menta.

ZUCCHINE AL PROSCIUTTO: Fondere in una padella del burro e soffriggere con cipolla, qualche foglia di salvia, sale e pepe. Aggiungere le zucchine dopo averle tagliate a pezzetti e il prosciutto cotto a cubetti. Saltare per 5/10 minuti.

ZUCCHINE AL FORNO: Scaldare il forno a 250 °C. Disporre le fette di zuccina su una teglia leggermente unta d'olio. Salare e cospargere con origano. Infornare per 20 minuti.

