

PROGETTO EDITORIALE

Chef Costantino Collection

Una collana di ricettari digitali professionali dedicata alla cucina contemporanea, alla cultura gastronomica e all'innovazione nel settore Ho.Re.Ca.

Ricette, tecnica, presentazione e food cost diventano strumenti concreti per ispirare appassionati e professionisti.



La Collection

GUIDA EDITORIALE DEL PROGETTO

Chef Costantino Collection è una collana di ricettari digitali gratuiti progettata per dare valore a ricette, tecnica, impiattamento, food cost e organizzazione del lavoro in cucina.

Ogni volume è costruito come un prodotto editoriale riconoscibile e collezionabile, utile sia agli appassionati sia ai professionisti del settore Ho.Re.Ca.

PUNTI CHIAVE

- Formato digitale, gratuito e collezionabile
- Ricette professionali, replicabili e narrative
- Attenzione a mise en place, servizio e impiattamento
- Food cost e logica professionale integrati in ogni scheda

STRUTTURA DEL RICETTARIO

- 01 Copertina editoriale
- 02 Presentazione della Collection
- 03 Pagina dedicata a Chef Costantino
- 04 Pagina categoria del volume
- 05 Schede ricetta professionali
- 06 Pagina finale di valorizzazione del progetto

Chef Costantino

BIOGRAFIA · IDENTITÀ EDITORIALE · CANALI UFFICIALI



Chef Costantino è un progetto editoriale dedicato al mondo della cucina, della gastronomia e dell'innovazione professionale, nato per condividere idee, ricette, tecniche e approfondimenti rivolti ad appassionati e professionisti del settore.

Attraverso una visione moderna della cucina, Chef Costantino racconta il valore degli ingredienti, delle tradizioni gastronomiche e delle tecnologie che contribuiscono all'evoluzione del mondo culinario. Ogni contenuto nasce con l'obiettivo di ispirare, informare e valorizzare la cultura del buon cibo, unendo creatività, ricerca e innovazione.

Ricette italiane e internazionali, consigli pratici, approfondimenti sulle attrezzature professionali e curiosità dal panorama gastronomico diventano parte di un percorso editoriale pensato per chi desidera vivere la cucina con passione, competenza e continua voglia di scoprire.

Chef Costantino rappresenta una firma editoriale che interpreta la cucina come un luogo d'incontro tra tradizione, innovazione e cultura, offrendo contenuti capaci di ispirare ogni giorno chi ama il mondo della gastronomia.



SITO



INSTAGRAM

UNA FIRMA EDITORIALE PER LA CUCINA CONTEMPORANEA

Tradizione, tecnica, innovazione e cultura gastronomica: contenuti pensati per ispirare chi vive la cucina con passione e competenza.



Volume 01 · Antipasti Gourmet

Il primo volume della Chef Costantino Collection.

FOCUS DEL VOLUME

Un viaggio tra antipasti contemporanei, eleganti e replicabili, pensati per trasformare l'apertura del menu in un'esperienza memorabile.

Le ricette del Volume 01 uniscono tecnica, stagionalità e forte impatto visivo, con indicazioni chiare su ingredienti, preparazioni, servizio, food cost e logica professionale. Ogni piatto è costruito per adattarsi a ristoranti, bistrot, wine bar, hotel e catering, offrendo idee concrete per valorizzare il menu e rendere il servizio più efficace.

Antipasti Gourmet è il punto di partenza della Collection: una proposta editoriale moderna, utile e riconoscibile, dove creatività e organizzazione lavorano insieme.



Insalata di Polpo Arrostito

con Patate Prezzemolate

Secondo piatto freddo/tiepido progettato per offrire freschezza, forte impatto visivo e ottima gestione del servizio. Il polpo viene cotto lentamente e successivamente arrostito per ottenere una consistenza morbida all'interno e leggermente croccante all'esterno. Le patate prezzemolate, i pomodorini colorati e il sedano croccante completano il piatto con equilibrio e leggerezza. Ideale per bistrot di mare, ristoranti mediterranei e menu estivi.



CATEGORIA

Secondo freddo di mare

PORZIONI

4

FOOD COST TARGET

24-30%

TEMPO SERVIZIO

8 minuti

DIFFICOLTÀ

Media

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Polpo arrostito: 180 g
- Patate prezzemolate: 150 g
- Pomodorini misti: 60 g
- Sedano croccante: 15 g
- Maionese al limone: 10 g
- Finiture: 5 g

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 1,2 kg polpo intero
- 1 carota
- 1 costa di sedano
- 1 cipolla bianca
- 1 foglia di alloro
- pepe nero in grani
- sale
- 600 g patate novelle
- 20 ml olio extravergine d'oliva
- prezzemolo fresco tritato
- 250 g pomodorini misti gialli, rossi e verdi
- 2 coste di sedano
- 40 g maionese al limone
- olio extravergine d'oliva
- sale
- pepe
- scorza di limone grattugiata

PREPARAZIONI BASE (PREP)

POLPO

- 01** Cuocere il polpo in acqua aromatizzata con carota, sedano, cipolla e alloro.
- 02** Raffreddare nel suo liquido, tagliare i tentacoli e porzionare.
- 03** Arrostitire velocemente su piastra o padella molto calda prima del servizio.

PATATE

- 01** Cuocere le patate con la buccia in acqua salata.
- 02** Raffreddare, pelare e tagliare a rondelle spesse.
- 03** Condire con olio, sale, pepe e prezzemolo.

SEDANO CROCCANTE

- 01** Tagliare il sedano molto sottile con mandolina o pelapatate.
- 02** Immergere in acqua e ghiaccio per arricciarlo e renderlo croccante.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Arrostisci il polpo solo all'ultimo momento e asciugalo bene prima della piastra: otterrai una superficie dorata senza perdere morbidezza interna.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Scaldare leggermente le patate prezzemolate.
- 02 Arrostire il polpo fino a ottenere una superficie ben dorata.
- 03 Disporre le patate sul fondo del piatto.
- 04 Aggiungere i pomodorini misti e posizionare il polpo al centro.
- 05 Completare con sedano croccante e piccoli punti di maionese al limone.
- 06 Finire con olio EVO, pepe e scorza di limone e servire subito.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- 01 Polpo: evitare la sovracottura in bollitura.
- 02 Arrostimento: eseguire rapidamente e ad alta temperatura.
- 03 Patate: non cuocerle troppo per evitare rotture.
- 04 Sedano: deve rimanere fresco e croccante.
- 05 Equilibrio: il piatto deve risultare leggero e non eccessivamente condito.

PREPARAZIONE

40 min

COTTURA

60 min

SERVIZIO

8 min

PRESENTAZIONE

- 01** Usare un piatto fondo ampio effetto pietra o ceramica artigianale.
- 02** Disporre le patate a corona e il polpo al centro con volume.
- 03** Distribuire i pomodorini lateralmente per aggiungere colore.
- 04** Completare con sedano croccante, maionese al limone, prezzemolo, scorza di limone e filo di olio EVO.

ERRORI DA EVITARE

-  Polpo eccessivamente cotto o asciutto.
-  Patate troppo molli o spezzate nell'impiattamento.
-  Sedano non croccante o appassito.
-  Condimento eccessivo che appesantisce il piatto.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Polpo	€ 8,00
Patate	€ 1,00
Pomodorini + sedano	€ 1,50
Maionese + aromi	€ 0,80
Totale	€ 11,30
Costo porzione	€ 2,83

LOGICA PROFESSIONALE

Piatto progettato per unire impatto visivo, freschezza e facilità di servizio. La qualità finale dipende dalla corretta cottura del polpo, dalla consistenza delle patate e dal contrasto tra sedano croccante e pomodorini freschi. È una proposta versatile, elegante e adatta a un servizio organizzato, anche in contesti di alto turnover estivo.



Antipasto Sfizioso Autunnale

con Polenta, Speck, Formaggio e Funghi

Antipasto progettato per offrire una proposta stagionale, semplice da preparare e ad alto impatto visivo. La base di polenta arrostita garantisce struttura e croccantezza, mentre il formaggio fuso, lo speck croccante e i funghi saltati completano il piatto con sapidità e profondità aromatica. Ideale per wine bar, bistrot, aperitivi gourmet e menu autunnali.



CATEGORIA

Antipasto

PORZIONI

4

FOOD COST TARGET

22-28%

TEMPO SERVIZIO

5 minuti

DIFFICOLTÀ

Bassa

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Polenta arrostita: 60 g
- Formaggio filante: 25 g
- Speck croccante: 10 g
- Funghi trifolati: 20 g
- Salvia fresca: 1 foglia

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 300 g polenta già soda
- 120 g formaggio filante tipo fontina o scamorza
- 40 g speck a fette sottili
- 120 g funghi porcini o champignon
- 20 g burro
- 1 spicchio d'aglio
- 8 foglie di salvia
- olio extravergine d'oliva
- sale
- pepe

PREPARAZIONI BASE (PREP)

POLENTA

- 01 Cuocere la polenta e stenderla in una teglia.
- 02 Raffreddare completamente.
- 03 Tagliare rettangoli o quadrati regolari.
- 04 Arrostire in forno o su piastra.

FUNGHI

- 01 Saltare i funghi con burro, aglio e pepe.
- 02 Regolare di sale.
- 03 Conservare pronti per il servizio.

SPECK

- 01 Rendere croccante lo speck in forno o in padella.
- 02 Conservare asciutto.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Asciuga bene i funghi e arrostiti la polenta su una superficie molto calda: il contrasto tra crosta dorata e interno morbido è il vero elemento distintivo del piatto.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Scaldare la base di polenta.
- 02 Posizionare il formaggio sopra la polenta e lasciarlo sciogliere leggermente.
- 03 Aggiungere lo speck croccante.
- 04 Completare con i funghi trifolati.
- 05 Decorare con una foglia di salvia.
- 06 Servire caldo.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- 01 Polenta: croccante fuori e morbida all'interno.
- 02 Formaggio: fuso ma senza colature eccessive.
- 03 Speck: croccante e non bruciato.
- 04 Funghi: ben asciutti, saporiti e privi di acqua di vegetazione.

PREPARAZIONE
35 min

COTTURA
20 min

SERVIZIO
5 min

PRESENTAZIONE

- 01** Usare un piatto rettangolare bianco o una lastra di ardesia.
- 02** Disporre tre pezzi per porzione con andamento regolare.
- 03** Lasciare ben visibile la polenta dorata.
- 04** Completare con salvia fresca, pepe nero e un filo leggero di olio EVO.

ERRORI DA EVITARE

-  Polenta pallida, molle o poco arrostita.
-  Formaggio eccessivamente colato sul piatto.
-  Speck bruciato o non croccante.
-  Funghi acquosi che compromettono la base.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Polenta	€ 0,80
Formaggio	€ 1,20
Speck	€ 1,00
Funghi	€ 1,20
Totale	€ 4,20
Costo porzione	€ 1,05
Prezzo consigliato	€ 8-12

LOGICA PROFESSIONALE

Piatto progettato per offrire forte impatto visivo, alta marginalità, preparazione anticipata e servizio rapido. La qualità finale dipende dalla corretta doratura della polenta, dalla cremosità del formaggio, dalla croccantezza dello speck e da funghi ben asciutti e saporiti. La costruzione modulare consente una gestione ordinata della mise en place e una finitura espressa in pochi minuti.



Baccalà Mantecato

su Crostini di Polenta Arrostita

Antipasto pensato per offrire una proposta elegante ma semplice da gestire in servizio. Il baccalà mantecato garantisce cremosità e forte identità mediterranea, mentre la polenta arrostita aggiunge struttura e croccantezza. Pomodorini secchi e olive nere completano il piatto con note sapide e aromatiche. Ideale per bistrot, wine bar evoluti e ristorazione di pesce.



CATEGORIA

Antipasto

PORZIONI

4

FOOD COST TARGET

24-30%

TEMPO SERVIZIO

5 minuti

DIFFICOLTÀ

Media

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Baccalà mantecato: 90 g
- Polenta arrostita: 60 g
- Pomodorini secchi: 10 g
- Olive nere: 8 g
- Olio EVO: 5 ml

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 400 g baccalà già dissalato
- 150 ml olio extravergine d'oliva
- 100 ml latte
- 1 spicchio d'aglio
- pepe bianco
- 250 g farina di mais per polenta
- 1 l acqua
- 10 g sale
- 20 g burro
- 40 g pomodorini secchi
- 30 g olive nere denocciolate
- prezzemolo fresco
- olio EVO

PREPARAZIONI BASE (PREP)

BACCALÀ MANTECATO

- 01** Cuocere il baccalà in acqua o latte.
- 02** Eliminare pelle e lisce.
- 03** Frullare incorporando olio a filo fino a ottenere una consistenza cremosa.
- 04** Regolare di pepe e conservare a +4°C.

POLENTA

- 01** Cuocere la polenta fino a ottenere una consistenza soda.
- 02** Stendere in teglia e raffreddare.
- 03** Tagliare rettangoli o quadrati.
- 04** Arrostiti su piastra o in forno.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Mantieni la mantecatura morbida ma stabile: il baccalà deve creare volume sul crostino senza colare.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Rigenerare leggermente il baccalà mantecato.
- 02 Scaldare i crostini di polenta.
- 03 Disporre il baccalà sopra la polenta.
- 04 Completare con pomodorini secchi e olive nere.
- 05 Aggiungere prezzemolo e olio EVO.
- 06 Servire immediatamente.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- 01 Baccalà: consistenza cremosa ma stabile.
- 02 Polenta: esterno croccante, interno morbido.
- 03 Olive e pomodorini: dosati per non coprire il pesce.
- 04 Temperatura: servire tiepido.

PREPARAZIONE
35 min

COTTURA
45 min

SERVIZIO
5 min

PRESENTAZIONE

- 01** Usare un piatto rettangolare bianco o ardesia nera.
- 02** Disporre tre crostini per porzione.
- 03** Mantenere il baccalà ben visibile e voluminoso.
- 04** Completare con pomodorini secchi, olive nere, prezzemolo e filo di olio EVO.

ERRORI DA EVITARE

-  Baccalà troppo liquido o eccessivamente salato.
-  Polenta morbida e priva di croccantezza.
-  Finiture troppo abbondanti che coprono il pesce.
-  Servizio a temperatura troppo fredda.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Baccalà	€ 4,50
Polenta	€ 0,70
Olive + pomodorini	€ 0,80
Totale	€ 6,00
Costo porzione	€ 1,50

LOGICA PROFESSIONALE

Piatto progettato per preparazione anticipata, forte identità mediterranea ed equilibrio tra cremosità e croccantezza. La qualità finale dipende dalla corretta mantecatura del baccalà, dalla croccantezza della polenta e dal dosaggio delle finiture, che devono valorizzare il pesce senza coprirne il sapore.

Cestini di Polenta



con Carne, Porcini e Formaggio

Antipasto caldo pensato per offrire una proposta rustica ma raffinata, adatta sia al servizio à la carte sia a buffet ed eventi. La polenta crea una struttura croccante all'esterno e morbida all'interno, mentre il ripieno di carne, porcini e formaggio garantisce comfort food, forte percezione di valore e ottima tenuta in servizio.



CATEGORIA

Finger food caldo

PORZIONI

4

FOOD COST TARGET

22-30%

TEMPO SERVIZIO

8 minuti

DIFFICOLTÀ

Media

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Polenta cotta: 120 g
- Bocconcini di carne: 50 g
- Funghi porcini: 35 g
- Formaggio filante: 20 g
- Salsa fondo carne: 15 ml

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 300 g farina di mais per polenta
- 1,2 l acqua
- 10 g sale
- 20 g burro
- 200 g bocconcini di manzo piccoli
- 140 g funghi porcini freschi o surgelati
- 80 g formaggio filante
- 1 scalogno piccolo
- 20 ml olio extravergine d'oliva
- 40 ml fondo bruno o brodo ristretto
- 20 ml panna fresca
- prezzemolo
- sale
- pepe

PREPARAZIONI BASE (PREP)

POLENTA

- 01** Cuocere la polenta fino a ottenere una consistenza compatta.
- 02** Inserire burro e regolare di sale.
- 03** Modellare negli stampi creando un incavo centrale.
- 04** Raffreddare completamente.

RIPIENO

- 01** Rosolare lo scalogno con olio.
- 02** Aggiungere i bocconcini di carne e i porcini.
- 03** Unire fondo e panna.
- 04** Ridurre fino a consistenza cremosa e completare con formaggio.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Raffredda bene i cestini prima di sfarmarli: manterranno una struttura netta durante farcitura e gratinatura.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Riempire i cestini di polenta con il ripieno.
- 02 Gratinare brevemente in forno.
- 03 Verificare che il formaggio sia fuso.
- 04 Completare con prezzemolo fresco.
- 05 Servire immediatamente.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- 01 Polenta: deve mantenere struttura senza rompersi.
- 02 Ripieno: non troppo liquido.
- 03 Formaggio: filante ma non eccessivo.
- 04 Gratinatura: breve per evitare asciugatura.

PREPARAZIONE

50 min

COTTURA

40 min

SERVIZIO

8 min

PRESENTAZIONE

- 01** Usare un piatto ovale bianco.
- 02** Disporre tre o quattro cestini per porzione.
- 03** Mantenere visibile la struttura della polenta.
- 04** Completare con prezzemolo, pepe nero e gocce di fondo carne.

ERRORI DA EVITARE

-  Cestini fragili o deformati.
-  Ripieno acquoso che ammorbidisce la polenta.
-  Formaggio eccessivo o bruciato.
-  Gratinatura prolungata che asciuga carne e funghi.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Polenta	€ 0,80
Carne	€ 2,50
Porcini	€ 2,00
Formaggio	€ 0,80
Totale	€ 6,10
Costo porzione	€ 1,52

LOGICA PROFESSIONALE

Piatto progettato per preparazione anticipata, ottima tenuta in servizio e forte percezione rustica e artigianale. La qualità finale dipende dalla struttura della polenta, dalla densità del ripieno, dalla corretta gratinatura e dall'equilibrio tra carne, porcini e formaggio.

Salmone Marinato



all'Arancia e Zenzero

Antipasto freddo elegante e contemporaneo, costruito sull'equilibrio tra la morbidezza del salmone, la freschezza dell'arancia e la nota speziata dello zenzero. La preparazione anticipata facilita il servizio, mentre il taglio sottile e la finitura aromatica valorizzano un ingrediente premium con grande impatto visivo.

**CATEGORIA****Antipasto freddo****PORZIONI****4****FOOD COST TARGET****25-32%****TEMPO SERVIZIO****4 minuti****DIFFICOLTÀ****Media**

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Salmone fresco: 120 g
- Infuso arancia e zenzero: 20 ml
- Olio EVO: 5 ml
- Scorza di arancia: q.b.
- Erbe fresche: q.b.

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 500 g filetto di salmone abbattuto e spinato
- 120 g sale fino
- 80 g zucchero semolato
- scorza di 2 arance
- 20 g zenzero fresco
- 80 ml succo d'arancia filtrato
- 20 ml acqua
- 20 ml olio extravergine d'oliva
- aneto o erbe fresche
- pepe bianco

PREPARAZIONI BASE (PREP)

MARINATURA SALMONE

- 01 Miscelare sale, zucchero, scorza di arancia e zenzero grattugiato.
- 02 Coprire completamente il salmone.
- 03 Lasciare marinare 8-10 ore a +4°C.
- 04 Sciacquare rapidamente, asciugare e conservare coperto.

INFUSO ARANCIA E ZENZERO

- 01 Scaldare succo d'arancia, acqua e fettine di zenzero.
- 02 Lasciare in infusione 15 minuti.
- 03 Filtrare e raffreddare.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Taglia il salmone ben freddo con lama lunga e affilata: otterrai fette regolari, lucide e pulite.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Affettare il salmone sottilmente.
- 02 Disporre nel piatto con volume leggero.
- 03 Condire con infuso all'arancia e zenzero.
- 04 Completare con olio EVO, scorza fresca ed erbe.
- 05 Servire immediatamente.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- 01 Salmone: utilizzare prodotto abbattuto.
- 02 Marinatura: non superare le 10 ore.
- 03 Asciugatura: fondamentale per ottenere un taglio pulito.
- 04 Infuso: delicato e non dominante.

PREPARAZIONE

25 min

MARINATURA

8-10 h

SERVIZIO

4 min

PRESENTAZIONE

- 01** Usare un piatto piano bianco o in pietra scura.
- 02** Disporre le fette leggermente sovrapposte.
- 03** Creare un volume leggero e ordinato.
- 04** Completare con zest di arancia, aneto, pepe bianco e gocce di infuso.

ERRORI DA EVITARE

-  Marinatura troppo lunga e salmone eccessivamente sapido.
-  Fette irregolari o strappate.
-  Infuso troppo intenso o zuccherino.
-  Servizio a temperatura non controllata.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Salmone	€ 6,50
Arancia + zenzero	€ 1,00
Olio + aromi	€ 0,50
Totale	€ 8,00
Costo porzione	€ 2,00

LOGICA PROFESSIONALE

Piatto progettato per preparazione anticipata, forte impatto visivo e ottima marginalità su un prodotto premium. La qualità finale dipende dalla precisione della marinatura, dalla temperatura di servizio e dall'equilibrio aromatico tra agrume e zenzero.



Tuorlo Croccante

Fonduta di Parmigiano e Porcini Scottati al Timo

Antipasto ad alto impatto visivo e sensoriale, costruito su contrasti netti: croccantezza esterna e cuore fluido del tuorlo, cremosità avvolgente della fonduta e intensità aromatica del porcino scottato. Piatto ideale per ristorazione contemporanea, bistrot gourmet e percorsi degustazione.

**CATEGORIA****Antipasto****PORZIONI****4****FOOD COST TARGET****25-30%****TEMPO SERVIZIO****6-8 minuti****DIFFICOLTÀ****Media**

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Tuorlo croccante: 1 pz
- Fonduta di Parmigiano: 60 g
- Porcini scottati: 70–80 g
- Finitura (olio/fiori): q.b.

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 4 tuorli d'uovo freschissimi (categoria A)
- 150 g panko
- olio di arachide per frittura
- 320 g porcini freschi
- 30 g burro
- 10 g olio EVO
- 1 spicchio d'aglio in camicia
- timo fresco
- sale e pepe
- 200 g panna fresca
- 160 g Parmigiano Reggiano 24–30 mesi
- 1 tuorlo
- noce moscata
- fiori eduli
- olio EVO delicato

PREPARAZIONI BASE (PREP)

TUORLO PANATO

- 01 Separare i tuorli mantenendoli integri.
- 02 Rassodarli leggermente in abbattitore o freezer per 20–30 minuti.
- 03 Panare delicatamente nel panko e conservare pronti alla frittura.

FONDUTA

- 01 Scaldare la panna senza bollire.
- 02 Inserire il Parmigiano e mescolare fino a fusione.
- 03 Aggiungere il tuorlo fuori fuoco ed emulsionare.
- 04 Tenere in caldo a 60°C.

PORCINI

- 01 Pulire e tagliare in pezzi regolari.
- 02 Scottare con olio e burro, aromatizzando con aglio e timo.
- 03 Rosolare mantenendo struttura soda.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Congela superficialmente il tuorlo solo quanto basta per manipolarlo: la panatura sarà uniforme e il cuore resterà fluido dopo la frittura.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Friggere il tuorlo a 170–175°C per 40–50 secondi.
- 02 Scolare su carta assorbente.
- 03 Scaldare rapidamente i porcini.
- 04 Stendere la fonduta calda sul fondo del piatto.
- 05 Posizionare il tuorlo al centro e i porcini attorno.
- 06 Completare con fiori eduli e filo d'olio.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- 01 Tuorlo croccante fuori e perfettamente fluido all'interno.
- 02 Temperatura di frittura stabile per evitare rottura o assorbimento di olio.
- 03 Fonduta liscia, senza separazione dei grassi.
- 04 Porcini ben rosolati ma non acquosi.

PREPARAZIONE
35 min

COTTURA
10 min

SERVIZIO
6–8 min

PRESENTAZIONE

- 01** Usare un piatto fondo bianco.
- 02** Stendere la fonduta a specchio.
- 03** Collocare il tuorlo al centro come elemento protagonista.
- 04** Disporre i porcini in modo tridimensionale e completare con petali e micro gocce di olio.

ERRORI DA EVITARE

-  Tuorlo troppo cotto e non più fluido.
-  Fonduta troppo densa o separata.
-  Porcini poco rosolati o acquosi.
-  Impiattamento disordinato.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Uova	€ 1,20
Parmigiano	€ 3,00
Porcini	€ 5,00
Panna + altri	€ 1,50
Totale	€ 10,70
Costo porzione	€ 2,70

LOGICA PROFESSIONALE

Piatto progettato per creare un forte contrasto tra texture, alta percezione premium e costruzione modulare con preparazioni anticipabili. La riuscita dipende dalla precisione della frittura del tuorlo e dalla qualità della fonduta, elementi che determinano l'esperienza sensoriale complessiva.



Burrata su Crema di Piselli

Gamberetti Scottati e Chips di Pancetta Croccante

Antipasto gourmet contemporaneo che unisce delicatezza, freschezza e contrasti di consistenze. La dolcezza naturale della crema di piselli incontra la morbidezza della burrata fresca e la sapidità elegante dei gamberetti scottati. Le chips di pancetta croccante aggiungono una nota intensa e affumicata.



CATEGORIA

Antipasto gourmet

PORZIONI

4

FOOD COST TARGET

24-32%

TEMPO SERVIZIO

8 minuti

DIFFICOLTÀ

Media

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Crema di piselli: 70 g
- Burrata fresca: 125 g
- Gamberetti scottati: 4 pz
- Chips di pancetta: 1 pz
- Olio EVO al basilico: q.b.
- Microgreens: q.b.

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 500 g piselli freschi o surgelati premium
- 1 scalogno piccolo
- brodo vegetale leggero
- olio EVO
- sale Maldon e pepe bianco
- 2 burrate fresche da 250 g
- 16 gamberetti sgusciati
- scorza di lime
- fleur de sel
- 8 fette sottili di pancetta tesa artigianale
- germogli freschi
- basilico micro
- pepe rosa leggermente pestato
- zest di lime

PREPARAZIONI BASE (PREP)

CREMA DI PISELLI

- 01 Rosolare delicatamente lo scalogno con poco olio EVO.
- 02 Aggiungere piselli e poco brodo.
- 03 Cuocere brevemente mantenendo il colore brillante.
- 04 Frullare fino a ottenere una crema liscia e raffreddare leggermente.

CHIPS DI PANCETTA

- 01 Disporre la pancetta tra due fogli di carta forno.
- 02 Cuocere fino a renderla croccante, asciutta e leggermente caramellata.
- 03 Raffreddare su griglia.

GAMBERETTI

- 01 Scottare rapidamente in padella molto calda con olio EVO.
- 02 Terminare con lime e fleur de sel.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Servi la burrata temperata per 15–20 minuti fuori frigorifero: la cremosità risulterà piena senza compromettere sicurezza e freschezza.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Distribuire la crema di piselli alla base del piatto.
- 02 Posizionare la burrata al centro.
- 03 Disporre i gamberetti in modo armonico attorno alla burrata.
- 04 Inserire la chips di pancetta in verticale per dare volume.
- 05 Completare con olio al basilico, microgreens, pepe rosa e zest di lime.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- 01 Piselli: mantenere colore verde brillante.
- 02 Burrata: servire fresca ma non fredda di frigorifero.
- 03 Gamberetti: cottura rapidissima.
- 04 Pancetta: perfettamente croccante senza eccesso di grasso.
- 05 Impiattamento: elegante e pulito.

PREPARAZIONE

30 min

COTTURA

12 min

SERVIZIO

8 min

PRESENTAZIONE

- 01** Usare un piatto piano bianco o stoneware chiaro.
- 02** Creare una presentazione centrale moderna.
- 03** Valorizzare il contrasto cromatico tra verde, bianco e rosa.
- 04** Dare altezza con la chips di pancetta e completare con microgreens.

ERRORI DA EVITARE

-  Burrata servita troppo fredda.
-  Gamberetti eccessivamente cotti e asciutti.
-  Crema di piselli liquida o dal colore spento.
-  Pancetta non perfettamente croccante.
-  Impiattamento disordinato.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Burrata premium	€ 12,00
Gamberetti	€ 10,00
Piselli e garnish	€ 6,00
Pancetta e finishing	€ 4,00
Totale	€ 32,00
Costo porzione	€ 8,00

LOGICA PROFESSIONALE

Piatto progettato per equilibrio tra dolcezza e sapidità, contrasto tra cremosità e croccantezza, forte impatto visivo e valorizzazione della materia prima fresca. La qualità finale dipende dalla freschezza della burrata, dalla corretta cottura dei gamberetti e dall'equilibrio con la pancetta croccante.



Asparagi Bianchi

Zabaione Salato al Passito e Prosciutto di San Daniele

Un antipasto raffinato che esalta la delicatezza degli asparagi bianchi attraverso uno zabaione salato vellutato e la sapidità del Prosciutto di San Daniele DOP. Un piatto elegante, tipico della cucina del Nord Italia, ideale per menu primaverili, ristoranti gourmet e wine bar di alto livello.



CATEGORIA

Antipasto gourmet

PORZIONI

4

FOOD COST TARGET

25-30%

TEMPO SERVIZIO

15 minuti

DIFFICOLTÀ

Media

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Asparagi bianchi: 2 pezzi
- Prosciutto di San Daniele DOP: 25 g
- Zabaione salato: 45 g
- Parmigiano Reggiano: 10 g
- Passito: 10 ml
- Pepe nero macinato fresco

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 8 asparagi bianchi medi
- 100 g Prosciutto di San Daniele DOP
- 3 tuorli d'uovo freschi
- 40 ml vino Passito
- 40 g Parmigiano Reggiano grattugiato
- 30 ml acqua
- olio extravergine d'oliva q.b.
- sale e pepe nero
- bicarbonato q.b.
- erba cipollina o germogli facoltativi

PREPARAZIONI BASE (PREP)

ASPARAGI

- 01 Mondare eliminando la parte finale dura e fibrosa.
- 02 Cuocere in acqua salata con poco bicarbonato per 10–12 minuti.
- 03 Raffreddare rapidamente in acqua e ghiaccio.

ZABAIONE SALATO

- 01 Unire tuorli, Passito e acqua.
- 02 Cuocere a bagnomaria montando continuamente.
- 03 Quando è soffice e cremoso, incorporare il Parmigiano.
- 04 Regolare di sale e pepe.

PROSCIUTTO

- 01 Lasciare il Prosciutto a temperatura ambiente.
- 02 Facoltativamente rendere una parte croccante in forno a 160°C.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Mantieni lo zabaione sotto gli 82°C e montalo costantemente: otterrai una salsa soffice, stabile e priva di sentori di uovo cotto.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Stendere lo zabaione salato sul fondo con una pennellata elegante.
- 02 Adagiare gli asparagi leggermente sovrapposti.
- 03 Completare con il Prosciutto disposto in modo naturale.
- 04 Aggiungere scaglie di Parmigiano.
- 05 Terminare con pepe nero, filo di olio EVO e germogli.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- 01 Non cuocere eccessivamente gli asparagi.
- 02 Lo zabaione deve rimanere soffice senza superare gli 82°C.
- 03 Il Prosciutto va aggiunto solo al momento del servizio.
- 04 Servire immediatamente mantenendo lo zabaione caldo.

PREPARAZIONE
25 min

COTTURA
15 min

SERVIZIO
15 min

PRESENTAZIONE

- 01** Usare un grande piatto piano bianco o nero.
- 02** Creare una pennellata artistica di zabaione.
- 03** Disporre gli asparagi parallelamente.
- 04** Adagiare il Prosciutto con morbide pieghe naturali e completare con microgreens.

ERRORI DA EVITARE

-  Asparagi troppo cotti e sfibrati.
-  Zabaione surriscaldato o granuloso.
-  Prosciutto aggiunto troppo presto e scaldato.
-  Eccesso di Parmigiano o Passito che copre gli asparagi.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Asparagi bianchi	€ 6,50
San Daniele DOP	€ 4,50
Zabaione salato	€ 2,00
Parmigiano + finiture	€ 1,50
Totale	€ 14,50
Costo porzione	€ 3,63

LOGICA PROFESSIONALE

Piatto progettato per valorizzare materie prime stagionali, equilibrio tra dolcezza, sapidità e cremosità, forte eleganza nell'impiattamento e servizio espresso con preparazioni anticipabili. La qualità finale dipende dalla cottura degli asparagi, dalla consistenza dello zabaione e dal Prosciutto servito a temperatura ambiente.



Tartare di Tonno, Mango

e Cipollotto Croccante

Un antipasto fresco, elegante e contemporaneo che unisce la delicatezza del tonno crudo alla dolcezza del mango maturo e alla nota croccante del cipollotto fritto. Ponzu, lime e olio di sesamo donano equilibrio e profondità aromatica. Ideale per menu estivi, ristoranti gourmet e wine bar.



CATEGORIA

Antipasto gourmet

PORZIONI

4

FOOD COST TARGET

26-32%

TEMPO SERVIZIO

15 minuti

DIFFICOLTÀ

Bassa

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Tartare di tonno: 120 g
- Mango: 70 g
- Cipollotto croccante: 20 g
- Salsa ponzu: 12 g
- Olio di sesamo: 3 g
- Semi di sesamo tostati: 2 g
- Menta fresca: q.b.

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 480 g tonno fresco abbattuto
- 2 mango maturi ma sodi
- 4 cipollotti Nocerino DOP
- 50 g salsa ponzu
- 1 lime (succo e scorza)
- 1 cucchiaio olio di sesamo tostato
- olio di semi per friggere
- semi di sesamo bianchi e neri
- menta fresca
- peperoncino q.b.
- sale Maldon o fleur de sel
- olio EVO q.b.

PREPARAZIONI BASE (PREP)

TARTARE

- 01 Tagliare il tonno al coltello in cubetti regolari.
- 02 Condire con ponzu, scorza e poche gocce di lime e pochissimo olio di sesamo.
- 03 Conservare in frigorifero fino al servizio.

MANGO

- 01 Tagliare in cubetti della stessa dimensione del tonno.
- 02 Conservare ben freddo.

CIPOLLOTTO CROCCANTE

- 01 Affettare finemente i cipollotti.
- 02 Friggere a 160°C fino a leggera doratura.
- 03 Scolare, asciugare e salare leggermente.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Condisci il tonno solo pochi minuti prima del servizio per preservare colore, consistenza e brillantezza.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Mescolare delicatamente tonno e mango mantenendo i cubetti distinti.
- 02 Formare una tartare compatta con un coppapasta.
- 03 Distribuire sopra il cipollotto croccante.
- 04 Completare con semi di sesamo tostati e menta fresca.
- 05 Terminare con scorza di lime, olio EVO e peperoncino.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- 01 Utilizzare esclusivamente tonno abbattuto certificato.
- 02 Il mango deve essere maturo ma consistente.
- 03 Condire il tonno solo pochi minuti prima del servizio.
- 04 Il cipollotto deve rimanere perfettamente croccante.
- 05 Servire il piatto ben freddo.

PREPARAZIONE

20 min

COTTURA

5 min

SERVIZIO

15 min

PRESENTAZIONE

- 01** Usare un grande piatto piano bianco o nero opaco.
- 02** Realizzare una tartare cilindrica con coppapasta.
- 03** Creare una pennellata laterale di salsa ponzu.
- 04** Disporre il cipollotto in altezza e completare con microgreens, menta e sesamo.

ERRORI DA EVITARE

-  Tonno non correttamente abbattuto o tagliato male.
-  Mango troppo maturo e sfaldato.
-  Condimento eccessivo che copre il pesce.
-  Cipollotto molle o troppo scuro.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Tonno fresco	€ 16,00
Mango	€ 4,00
Cipollotti	€ 1,20
Ponzu, lime e condimenti	€ 2,30
Totale	€ 23,50
Costo porzione	€ 5,90

LOGICA PROFESSIONALE

Preparazione essenziale ma tecnicamente precisa: il tonno mantiene morbidezza, il mango dona una nota dolce e tropicale e il cipollotto croccante aggiunge carattere. Il risultato è un antipasto moderno, leggero e di forte impatto visivo, ideale per una ristorazione contemporanea.



Catalana di Crostacei Gourm

con Verdure Fresche e Vinaigrette agli Agrumi

Una reinterpretazione elegante della tradizione mediterranea: crostacei di alta qualità, ortaggi freschi e una vinaigrette leggera agli agrumi. La versione Chef Costantino valorizza la materia prima con una presentazione raffinata, ideale per ristoranti di pesce, bistrot gourmet e locali fine dining.



CATEGORIA

Piatto freddo di mare

PORZIONI

4

FOOD COST TARGET

28-35%

TEMPO SERVIZIO

10 minuti

DIFFICOLTÀ

Media

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Gamberi rossi di Mazara: 75 g
- Scampi: 75 g
- Patate: 75 g
- Pomodori misti: 110 g
- Rughetta: 25 g
- Cipolla rossa marinata: 20 g
- Vinaigrette agli agrumi: 25 ml

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 300 g patate a pasta gialla
- 300 g gamberi rossi di Mazara
- 300 g scampi freschi
- 150 g pomodori Torpedino
- 150 g datterini rossi
- 150 g Pachino gialli
- 100 g rughetta fresca
- 1 cipolla rossa
- 80 ml olio EVO
- 20 ml succo di limone
- 15 ml aceto di vino bianco
- scorza di 1/2 limone
- sale e pepe
- basilico, germogli, sale Maldon

PREPARAZIONI BASE (PREP)

CROSTACEI

- 01 Cuocere separatamente gamberi e scampi a vapore per 3-4 minuti.
- 02 Raffreddare subito in abbattitore o acqua e ghiaccio.
- 03 Pulire lasciando alcuni esemplari interi per la presentazione.

PATATE E CIPOLLA

- 01 Cuocere le patate a vapore, raffreddare e tagliare in cubi regolari.
- 02 Affettare finemente la cipolla e lasciarla in acqua e ghiaccio per 30 minuti.

VINAIGRETTE

- 01 Emulsionare olio, limone, aceto, scorza, sale e pepe fino a ottenere una salsa brillante.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Raffredda rapidamente i crostacei dopo la cottura: conserveranno succosità, brillantezza e consistenza.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Disporre la rughetta sul fondo del piatto.
- 02 Aggiungere patate, pomodorini e cipolla marinata.
- 03 Condire con parte della vinaigrette.
- 04 Adagiare gamberi rossi e scampi alternandoli per creare volume.
- 05 Completare con basilico, germogli, sale Maldon e vinaigrette.
- 06 Servire ben fredda.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- 01 Cuocere i crostacei delicatamente per preservarne la consistenza.
- 02 Raffreddare rapidamente dopo la cottura.
- 03 Usare patate asciutte per evitare rilascio di acqua.
- 04 Emulsionare la vinaigrette poco prima del servizio.
- 05 Impiattare all'ultimo momento.

PREPARAZIONE

35 min

COTTURA

15 min

SERVIZIO

10 min

PRESENTAZIONE

- 01** Usare un grande piatto ovale bianco in ceramica.
- 02** Creare una base uniforme di verdure e patate.
- 03** Disporre gli scampi aperti al centro come elemento principale.
- 04** Alternare i gamberi rossi e completare con basilico, germogli e pepe.

ERRORI DA EVITARE

- ☒ Crostacei eccessivamente cotti e poco succosi.
- ☒ Patate troppo morbide o acquose.
- ☒ Vinaigrette non ben emulsionata.
- ☒ Verdure umide o impiattamento privo di volume.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Gamberi rossi	€ 16,00
Scampi	€ 12,00
Verdure e patate	€ 4,00
Condimenti	€ 2,00
Totale	€ 34,00
Costo porzione	€ 8,50

LOGICA PROFESSIONALE

Piatto fondato sulla qualità della materia prima e sulla freschezza. La cottura delicata preserva la naturale dolcezza dei crostacei, mentre la vinaigrette agli agrumi dona vivacità senza coprirne il sapore. L'impiattamento scenografico valorizza il prodotto anche nella comunicazione fotografica.



Sformatini di Indivia Belga

con Fonduta di Gorgonzola e Noci

Un antipasto raffinato che valorizza un ortaggio spesso sottovalutato, trasformandolo in una preparazione morbida e delicata. La nota amarognola dell'indivia è bilanciata dalla ricotta e dalla fonduta di Gorgonzola DOP, mentre le noci aggiungono croccantezza. Ideale per menu autunnali e invernali.



CATEGORIA

Antipasto gourmet

PORZIONI

4

FOOD COST TARGET

24-30%

TEMPO SERVIZIO

8 minuti

DIFFICOLTÀ

Media

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Sformatino di indivia: 170 g
- Fonduta al Gorgonzola: 50 g
- Noci tostate: 10 g
- Prezzemolo fresco: 2 g

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 500 g indivia belga
- 1 patata grande (250 g)
- 1/2 cipolla o 1 scalogno
- 100 g ricotta vaccina
- 2 uova
- 40 g Grana Padano totali
- 1 cucchiaio fecola di patate
- 20 g burro
- olio EVO, sale, pepe e noce moscata
- 40 g noci o pecan
- 130 g Gorgonzola dolce DOP
- 50 ml latte intero
- 1 cucchiaino maizena facoltativa
- prezzemolo, maggiorana e germogli

PREPARAZIONI BASE (PREP)

VERDURE

- 01 Rosolare dolcemente cipolla e burro con poco olio.
- 02 Aggiungere indivia e patata a cubetti.
- 03 Cuocere fino a completa morbidezza ed eliminare tutta l'acqua di vegetazione.

IMPASTO

- 01 Frullare le verdure fino a ottenere una crema liscia.
- 02 Unire ricotta, uova, fecola, Grana, noce moscata, pepe e noci tritate.
- 03 Mescolare fino a ottenere un composto omogeneo.

FONDUTA

- 01 Sciogliere lentamente Gorgonzola, latte e Grana.
- 02 Mescolare fino a ottenere una salsa liscia e vellutata.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Asciuga perfettamente le verdure prima di frullarle: è il passaggio decisivo per uno sformatino stabile e soffice.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Imburrare gli stampini monoporzione.
- 02 Riempire per circa tre quarti della capacità.
- 03 Cuocere a bagnomaria in forno statico a 180°C per circa 20 minuti.
- 04 Lasciare riposare alcuni minuti e sformare delicatamente.
- 05 Versare la fonduta calda sul fondo del piatto.
- 06 Posizionare lo sformatino e completare con noci, prezzemolo, pepe e germogli.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- 01 Eliminare tutta l'acqua delle verdure prima di frullare.
- 02 Il composto deve risultare cremoso ma stabile.
- 03 Cuocere a bagnomaria per mantenere lo sformatino soffice.
- 04 Non portare mai la fonduta a bollore.
- 05 Servire con fonduta ben calda.

PREPARAZIONE
35 min

COTTURA
25 min

SERVIZIO
8 min

PRESENTAZIONE

- 01** Usare un grande piatto piano bianco.
- 02** Realizzare uno specchio di fonduta leggermente decentrato.
- 03** Posizionare lo sformatino sopra la salsa.
- 04** Completare con noci, germogli, prezzemolo, pepe e un filo di olio EVO.

ERRORI DA EVITARE

-  Verdure non sufficientemente asciutte.
-  Composto troppo liquido e instabile.
-  Cottura aggressiva senza bagnomaria.
-  Fonduta bollita, separata o troppo densa.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Indivia e patate	€ 2,80
Ricotta e uova	€ 2,30
Gorgonzola	€ 3,20
Grana e noci	€ 2,70
Condimenti	€ 1,00
Totale	€ 12,00
Costo porzione	€ 3,00

LOGICA PROFESSIONALE

Ingredienti semplici valorizzati da tecniche che ne esaltano consistenza ed equilibrio. La patata attenua l'amaro dell'indivia, la fonduta aggiunge intensità e cremosità e le noci creano contrasto. È un antipasto raffinato, replicabile e adatto sia alla carta sia ai menu degustazione.



Indivia Belga Gratinata

con Prosciutto Cotto e Fonduta di Fontina DOP

L'Indivia Belga Gratinata è un classico del Nord Europa reinterpretato in chiave italiana con Fontina DOP e prosciutto cotto. La cottura lenta attenua la nota amarognola, mentre la fonduta dona cremosità e carattere. Presentata in stile fine dining, è ideale come antipasto caldo o secondo con variante al prosciutto.



CATEGORIA

Antipasto gourmet

PORZIONI

4

FOOD COST TARGET

22-28%

TEMPO SERVIZIO

8 minuti

DIFFICOLTÀ

Media

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Indivia belga: 2 mezzi cespi (circa 180 g)
- Prosciutto cotto: 40 g
- Fonduta di Fontina: 70 g
- Decorazione gourmet: 10 g

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 8 cespi piccoli di indivia belga
- 8 fette spesse di prosciutto cotto di alta qualità
- 80 g Fontina DOP
- 360 g latte intero
- 25 g farina 00
- 90 g burro
- sale, pepe nero e noce moscata
- germogli misti
- chips sottili di indivia essiccata
- olio EVO delicato, erba cipollina e paprika dolce facoltativa

PREPARAZIONI BASE (PREP)

INDIVIA

- 01 Pulire eliminando le foglie esterne e accorciare leggermente il gambo.
- 02 Cuocere lentamente con burro, sale e pepe per circa 30 minuti.
- 03 Raffreddare e asciugare accuratamente.

FONDUTA DI FONTINA

- 01 Preparare un roux con burro e farina.
- 02 Versare il latte caldo poco alla volta e cuocere fino a ottenere una besciamella liscia.
- 03 Fuori dal fuoco incorporare la Fontina DOP grattugiata.

ASSEMBLAGGIO

- 01 Avvolgere ogni cespo con una fetta di prosciutto cotto.
- 02 Disporre in pirofila con uno strato sottile di fonduta.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Asciuga perfettamente l'indivia prima dell'assemblaggio: eviterai rilascio d'acqua e manterrai la gratinatura compatta e pulita.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Infornare a 180°C per 20-25 minuti fino a gratinatura dorata.
- 02 Lasciare riposare 2 minuti.
- 03 Creare nel piatto una pennellata artistica di fonduta.
- 04 Posizionare un involtino di indivia leggermente inclinato.
- 05 Completare con germogli, chips di indivia, erba cipollina, pepe e olio EVO.
- 06 Servire immediatamente.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- Non sfaldare l'indivia durante la cottura.
- Eliminare tutta l'acqua prima del gratin.
- Fonduta liscia e senza grumi.
- Gratinatura leggera, mai eccessiva.
- Servire molto caldo.

PREPARAZIONE

35 min

COTTURA

50 min

SERVIZIO

8 min

PRESENTAZIONE

- 01** Utilizzare un piatto ovale verde opaco di grandi dimensioni.
- 02** Realizzare una pennellata di fonduta leggermente decentrata.
- 03** Posizionare un involtino al centro lasciando molto spazio libero.
- 04** Completare con germogli, chips di indivia, pepe, olio EVO e piccole gocce di fonduta.

ERRORI DA EVITARE

-  Indivia sfaldata o ancora acquosa.
-  Fonduta grumosa o separata.
-  Gratinatura troppo scura e asciutta.
-  Impiattamento sovraccarico che nasconde il protagonista.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Indivia belga	€ 4,50
Prosciutto cotto	€ 4,20
Fontina DOP	€ 3,80
Latte, burro e farina	€ 1,80
Decorazioni	€ 1,20
Totale	€ 15,50
Costo per porzione	€ 3,90

LOGICA PROFESSIONALE

L'indivia belga gratinata unisce semplicità e raffinatezza. La lenta cottura attenua la nota amarognola, mentre la Fontina DOP crea una fonduta morbida che esalta il prosciutto cotto. L'impiattamento minimalista valorizza il prodotto e rende la preparazione adatta sia come antipasto gourmet sia come elegante secondo con variante al prosciutto.



Bruschetta Gourmet

con Burrata, Pomodorini Confit e Basilico

La Bruschetta Gourmet evolve un grande classico italiano. Il pane casereccio tostato diventa la base per burrata cremosa, pomodorini confit e basilico fresco, creando equilibrio tra sapidità, dolcezza e freschezza. È ideale per bistrot, wine bar, ristoranti, hotel e catering.



CATEGORIA

Antipasto gourmet

PORZIONI

4

FOOD COST TARGET

24-28%

TEMPO SERVIZIO

5 minuti

DIFFICOLTÀ

Bassa

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Pane casereccio: 100 g
- Burrata: 75 g
- Pomodorini ciliegino: 80 g
- Olio EVO: 10 ml
- Basilico fresco: 3 g
- Origano: 1 g
- Sale e pepe: q.b.

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 400 g pane casereccio
- 300 g burrata
- 320 g pomodorini ciliegino
- 40 ml olio extravergine di oliva
- basilico fresco
- origano secco
- sale
- pepe nero

PREPARAZIONI BASE (PREP)

POMODORINI CONFIT

- 01 Tagliare i pomodorini a metà.
- 02 Condire con olio EVO, sale e origano.
- 03 Cuocere a 140°C per circa 60 minuti e lasciare raffreddare.

PANE

- 01 Tagliare il pane in fette regolari.
- 02 Tostare su griglia o piastra fino a ottenere una superficie croccante.

BURRATA

- 01 Estrarre dal frigorifero circa 20 minuti prima del servizio.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Assembla la bruschetta solo all'ultimo momento: il pane resterà croccante e la burrata manterrà tutta la sua cremosità.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Disporre le fette di pane tostato sul piatto.
- 02 Aggiungere la burrata.
- 03 Distribuire i pomodorini confit.
- 04 Completare con basilico fresco, olio EVO e pepe nero macinato al momento.
- 05 Servire immediatamente.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- Tostare il pane poco prima del servizio.
- Servire la burrata a temperatura ambiente.
- Non eccedere con la cottura dei pomodorini.
- Assemblare solo al momento per evitare umidità nel pane.
- Utilizzare olio EVO di alta qualità.

PREPARAZIONE

65 min

COTTURA

60 min

SERVIZIO

5 min

PRESENTAZIONE

- 01** Servire su piatto in ardesia o tagliere in legno.
- 02** Disporre le bruschette in modo ordinato e dinamico.
- 03** Completare con foglie di basilico, olio EVO e pepe nero.
- 04** La presentazione deve risultare elegante, fresca e ricca di colori.

ERRORI DA EVITARE

- ✗ Pane poco tostato o già ammorbidito.
- ✗ Burrata troppo fredda e poco cremosa.
- ✗ Pomodorini eccessivamente asciutti.
- ✗ Assemblaggio anticipato che compromette la croccantezza.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Pane casereccio	€ 2,80
Burrata	€ 6,40
Pomodorini ciliegino	€ 3,20
Olio EVO	€ 1,20
Basilico e aromi	€ 0,90
Totale	€ 14,50
Costo per porzione	€ 3,60

LOGICA PROFESSIONALE

La Bruschetta Gourmet valorizza ingredienti semplici con una preparazione curata e una presentazione contemporanea. La croccantezza del pane, la cremosità della burrata e la dolcezza dei pomodorini confit creano un equilibrio immediato. È una proposta ad alta rotazione, organizzabile con prep anticipata e assemblaggio espresso, ideale per rapidità, costanza qualitativa e forte percezione di valore.



Tartare di Tonno

con Avocado, Mango, Lime e Sesamo Croccante

Piatto freddo contemporaneo pensato per ristoranti, hotel, beach club, lounge bar, bistrot e catering. La struttura carnosa del tonno incontra la cremosità dell'avocado, la dolcezza e acidità del mango, la freschezza del lime e la componente croccante del sesamo tostato. Ideale per menu estivi, aperitivi gourmet e light dinner.



CATEGORIA

Piatto freddo gourmet

PORZIONI

4

FOOD COST TARGET

28-32%

TEMPO SERVIZIO

5 minuti

DIFFICOLTÀ

Media

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Tonno pulito: 120 g
- Avocado condito: 50 g
- Mango: 35 g
- Condimento al lime: 15 g
- Sesamo tostato: 5 g
- Elementi di finitura: 5 g
- Peso indicativo finale: circa 230 g

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 480 g tonno idoneo al consumo crudo
- 20 ml olio EVO
- 12 ml succo di lime
- 4 g scorza di lime non trattato
- sale fino e pepe nero q.b.
- 200 g polpa di avocado
- 15 ml succo di lime e 10 ml olio EVO per avocado
- 140 g polpa di mango maturo ma consistente
- 5 ml succo di lime per mango
- 20 g semi di sesamo
- germogli o microgreens
- scorza di lime e poche gocce di olio EVO

PREPARAZIONI BASE (PREP)

TONNO

- 01 Utilizzare materia prima idonea al consumo crudo e mantenerla sempre refrigerata.
- 02 Tagliare a fette, poi a bastoncini e infine a cubetti di 7-8 mm.

AVOCADO

- 01 Prelevare la polpa e schiacciare grossolanamente o tagliare a cubetti.
- 02 Condire con lime, olio EVO e poco sale; mantenere una consistenza cremosa ma non omogenea.

MANGO

- 01 Sbucciare e tagliare a cubetti regolari di circa 5 mm.
- 02 Condire leggermente con succo di lime.

SESAMO

- 01 Tostare i semi a secco e lasciare raffreddare completamente.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Condisci il tonno solo pochi minuti prima dell'uscita: lime e sale modificano rapidamente colore e consistenza del pesce.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Preparare il piatto solo al momento dell'ordine.
- 02 Condire 120 g di tonno con olio EVO, lime, scorza, sale e pepe.
- 03 Posizionare un coppapasta al centro del piatto.
- 04 Distribuire 50 g di avocado sul fondo senza comprimere.
- 05 Aggiungere 120 g di tartare di tonno e 35 g di mango.
- 06 Rimuovere il coppapasta e completare con sesamo, microgreens, scorza di lime e olio EVO.
- 07 Servire immediatamente.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- Utilizzare tonno da fornitore qualificato e correttamente tracciato.
- Rispettare le prescrizioni applicabili al consumo crudo e al rischio parassitario.
- La refrigerazione non sostituisce l'eventuale trattamento di bonifica richiesto.
- Evitare di condire il tonno con largo anticipo.
- Preparare e servire la tartare il più vicino possibile all'ordine.

PREPARAZIONE
25 min

COTTURA
Nessuna

SERVIZIO
5 min

PRESENTAZIONE

- 01** Utilizzare un piatto piano ampio, chiaro o con superficie neutra.
- 02** Mantenere una composizione pulita e verticale.
- 03** Stratificare: avocado, tartare di tonno, mango, sesamo e microgreens.
- 04** Valorizzare il contrasto tra verde, rosso e giallo-arancio.
- 05** Evitare decorazioni eccessive: la tartare deve restare protagonista.

ERRORI DA EVITARE

-  Utilizzare tonno non idoneo al consumo crudo.
-  Condire il tonno con troppo anticipo.
-  Usare mango troppo maturo e privo di struttura.
-  Comprimere eccessivamente gli ingredienti nel coppapasta.
-  Eccedere con sesamo o decorazioni.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Tonno	€ 16,80
Avocado	€ 2,20
Mango	€ 1,50
Lime	€ 0,80
Olio EVO	€ 0,80
Sesamo	€ 0,30
Microgreens e finiture	€ 1,60
Totale	€ 24,00
Costo per porzione	€ 6,00

LOGICA PROFESSIONALE

La Tartare di Tonno con Avocado, Mango, Lime e Sesamo Croccante è una proposta contemporanea, standardizzabile e adattabile a diverse occasioni di consumo. La qualità dipende dalla materia prima, dalla corretta gestione del pesce destinato al consumo crudo, dal mantenimento della catena del freddo e dalla preparazione espressa.

Insalata Gourmet

con Verdure Croccanti, Burrata, Agrumi e Pistacchi

Antipasto fresco e contemporaneo pensato per ristoranti, hotel, bistrot, beach club e servizi di catering. L'equilibrio tra verdure croccanti, burrata cremosa, agrumi freschi e pistacchi tostati crea un piatto elegante, leggero e adatto ai menu estivi e gourmet.



CATEGORIA

Antipasto Gourmet

PORZIONI

4

FOOD COST TARGET

24-28%

TEMPO SERVIZIO

5 minuti

DIFFICOLTÀ

Facile

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Lattuga gentile: 30 g
- Songino: 20 g
- Radicchio tardivo: 20 g
- Rucola: 10 g
- Burrata fresca: 100 g
- Arancia: 1/4
- Pompelmo rosa: 1/4
- Pistacchi tostatati: 10 g
- Olio EVO: 10 ml

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 120 g lattuga gentile
- 80 g songino
- 80 g radicchio tardivo
- 40 g rucola
- 400 g burrata fresca
- 1 arancia
- 1 pompelmo rosa
- 40 g pistacchi tostatati
- germogli misti q.b.
- 40 ml olio EVO
- sale Maldon
- pepe nero macinato fresco

PREPARAZIONI BASE (PREP)

VERDURE

- 01** Lavare accuratamente tutte le verdure e asciugarle perfettamente.

AGRUMI

- 01** Pelare arancia e pompelmo a vivo e ricavare gli spicchi.

PISTACCHI

- 01** Tritare grossolanamente i pistacchi tostatati.

MISE EN PLACE

- 01** Conservare gli ingredienti refrigerati fino al momento del servizio.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Asciugare perfettamente le foglie: l'acqua residua diluisce il condimento e riduce la croccantezza.

PROCEDURA DI SERVIZIO

01 Disporre le foglie al centro del piatto creando volume.

02 Posizionare la burrata come elemento centrale.

03 Aggiungere gli spicchi di arancia e pompelmo.

04 Distribuire uniformemente i pistacchi tostiti.

05 Completare con germogli, olio EVO, sale Maldon e pepe nero.

06 Servire immediatamente.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- Lavare accuratamente tutte le verdure.
- Asciugare completamente le foglie.
- Conservare la burrata sempre refrigerata.
- Condire solo prima del servizio.
- Evitare ristagni d'acqua sulle verdure.

PREPARAZIONE

20 min

COTTURA

Nessuna

SERVIZIO

5 min

PRESENTAZIONE

- 01 Utilizzare un piatto piano da circa 30 cm.
- 02 Creare una composizione alta e naturale.
- 03 Posizionare la burrata come punto focale.
- 04 Distribuire gli agrumi per creare colore ed equilibrio.
- 05 Completare con pistacchi e germogli per texture e leggerezza.

ERRORI DA EVITARE

- ✗ Foglie non perfettamente asciutte.
- ✗ Burrata servita troppo fredda.
- ✗ Condire l'insalata con troppo anticipo.
- ✗ Eccedere con agrumi o pistacchi, coprendo la burrata.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Verdure miste	€ 2,80
Burrata	€ 8,00
Arancia e pompelmo	€ 1,50
Pistacchi	€ 1,80
Condimenti	€ 0,60
Totale ricetta	€ 14,70
Costo per porzione	€ 3,68

LOGICA PROFESSIONALE

Questa preparazione valorizza ingredienti freschi con una lavorazione semplice ma estremamente curata. La corretta gestione delle verdure permette di preservare croccantezza e freschezza, mentre l'assemblaggio espresso mantiene la burrata protagonista. La ricetta è facilmente replicabile e adatta a ristoranti, hotel, bistrot, beach club e catering.

Tartare Gourmet di Manzo

con Erbe Aromatiche, Senape Antica e Parmigiano

Preparazione elegante e contemporanea, ideale per ristoranti, bistrot, hotel e wine bar. Il filetto di manzo viene lavorato con delicatezza per mantenere una consistenza strutturata, poi completato dalla sapidità del Parmigiano Reggiano, dalla freschezza delle erbe aromatiche e dalla nota intensa della senape antica.



CATEGORIA

Antipasti Gourmet

PORZIONI

4

FOOD COST TARGET

28-32%

TEMPO PREPARAZIONE

20 minuti

DIFFICOLTÀ

Media

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Filetto di manzo: 180 g
- Parmigiano Reggiano: 15 g
- Senape antica: 8 g
- Olio extravergine d'oliva: 10 ml
- Erba cipollina: 3 g
- Prezzemolo fresco: 2 g
- Capperi: 5 g
- Sale Maldon: q.b.
- Pepe nero macinato fresco: q.b.

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 720 g filetto di manzo
- 60 g Parmigiano Reggiano a scaglie
- 30 g senape antica
- 40 ml olio extravergine d'oliva
- erba cipollina fresca
- prezzemolo fresco
- 20 g capperi
- sale Maldon
- pepe nero

PREPARAZIONI BASE (PREP)

CARNE

Mondare il filetto eliminando eventuali parti di grasso o nervature. Tagliare la carne a cubetti regolari.

LAVORAZIONE

Lavorare la carne per pochi secondi, mantenendo una consistenza omogenea ma ancora ben strutturata.

CONDIMENTO

Unire senape antica, olio EVO, capperi tritati, erba cipollina, prezzemolo, sale e pepe. Mescolare delicatamente.

RIPOSO

Lasciare riposare in frigorifero per circa 10 minuti prima dell'impiattamento.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Lavorare la carne il minimo indispensabile: la tartare deve restare strutturata e mai assumere una consistenza cremosa.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Prelevare la tartare refrigerata poco prima del servizio.
- 02 Posizionare un coppapasta al centro del piatto.
- 03 Modellare la carne senza comprimerla eccessivamente.
- 04 Completare con scaglie di Parmigiano Reggiano e germogli freschi.
- 05 Aggiungere un filo di olio extravergine d'oliva e una leggera macinata di pepe nero.
- 06 Servire immediatamente, accompagnando eventualmente con pane croccante o crostini artigianali.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- Utilizzare carne freschissima destinata al consumo a crudo.
- Mantenere sempre la catena del freddo.
- Non lavorare eccessivamente la carne.
- Preparare la tartare poco prima del servizio.

PREPARAZIONE
20 min

RIPOSO
10 min

SERVIZIO
Espresso

PRESENTAZIONE

- 01 Utilizzare un piatto piano di grandi dimensioni, preferibilmente in ceramica bianca o ardesia nera.
- 02 Posizionare la tartare al centro con un coppapasta in acciaio inox, ottenendo una forma cilindrica regolare.
- 03 Completare con scaglie di Parmigiano Reggiano, germogli freschi e prezzemolo.
- 04 Terminare con pepe nero macinato al momento e un filo leggero di olio EVO.
- 05 Servire a lato pane croccante o crostini artigianali leggermente tostati.

ERRORI DA EVITARE

- ✗ Lavorare eccessivamente la carne.
- ✗ Interrompere la catena del freddo.
- ✗ Comprimere troppo la tartare nel coppapasta.
- ✗ Condire con largo anticipo prima del servizio.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Filetto di manzo	€ 22,00
Parmigiano Reggiano	€ 2,20
Senape antica	€ 0,90
Olio extravergine d'oliva	€ 1,20
Erbe aromatiche	€ 0,80
Capperi	€ 0,70
Sale e pepe	€ 0,30
Totale ricetta	€ 28,10
Costo per porzione	€ 7,03

LOGICA PROFESSIONALE

La tartare richiede una lavorazione rapida e controllata, capace di preservare la struttura della fibra e la qualità della materia prima. Una preparazione standardizzata consente di distribuire uniformemente il condimento, velocizzare il servizio e mantenere costante la presentazione, senza compromettere consistenza, freschezza e identità del manzo.

Millefoglie Croccante al Taleggio

con Coulis di Pomodorini Confit

Antipasto gourmet che unisce la fragranza della pasta sfoglia alla cremosità del Taleggio DOP. Il coulis di pomodorini, leggermente agrodolce e profumato al basilico, dona freschezza e vivacità, creando un contrasto equilibrato con la crema al formaggio. Una proposta elegante e contemporanea, ideale per ristoranti, hotel, wine bar e locali fine dining.



CATEGORIA

Antipasti Gourmet

PORZIONI

4

FOOD COST TARGET

20-24%

TEMPO PREPARAZIONE

30 minuti

DIFFICOLTÀ

Facile

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Pasta sfoglia: 60 g
- Taleggio DOP: 40 g
- Panna fresca: 12 g
- Pomodorini datterini: 30 g
- Aceto di mele: 3 ml
- Olio EVO: 5 ml
- Salsa Worcestershire: 2 gocce
- Salsa piccante: 1 goccia
- Basilico e pepe nero: q.b.

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 2 rotoli di pasta sfoglia rettangolare
- 160 g Taleggio DOP
- 50 g panna fresca
- 120 g pomodorini datterini
- 1 cucchiaino di aceto di mele
- 2 gocce salsa Worcestershire
- 1 goccia salsa piccante
- olio extravergine di oliva
- sale e pepe nero
- basilico fresco
- germogli misti
- cuore di sedano, facoltativo

PREPARAZIONI BASE (PREP)

SFOGLIA

Stendere leggermente la pasta sfoglia, bucherellarla e cuocerla a 180°C per 12-15 minuti. Raffreddare e ricavare dodici rettangoli regolari.

CREMA AL TALEGGIO

Eliminare la crosta e lavorare il Taleggio con la panna fredda fino a ottenere una crema liscia. Trasferire in sac à poche e refrigerare.

COULIS

Frullare i pomodorini con Worcestershire, salsa piccante, sale, pepe e olio EVO. Filtrare e completare con aceto di mele.

ASSEMBLAGGIO

Alternare tre strati di sfoglia con due strati di crema al Taleggio, mantenendo la struttura leggera e regolare.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Assemblare la millefoglie solo poco prima del servizio: è il passaggio decisivo per preservare la croccantezza della sfoglia.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Prelevare dal frigorifero la crema al Taleggio poco prima dell'assemblaggio.
- 02 Alternare tre rettangoli di sfoglia con due strati regolari di crema al Taleggio.
- 03 Posizionare la millefoglie al centro o leggermente decentrata sul piatto.
- 04 Distribuire il coulis di pomodorini attorno alla preparazione.
- 05 Completare con basilico fresco, germogli e, se desiderato, una julienne sottile di sedano.
- 06 Terminare con pepe nero e un filo leggero di olio EVO. Servire a temperatura ambiente.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- Raffreddare completamente la pasta sfoglia prima dell'assemblaggio.
- Utilizzare Taleggio ben freddo per ottenere una crema stabile.
- Filtrare accuratamente il coulis per una consistenza vellutata.
- Assemblare poco prima del servizio per preservare la croccantezza.
- Dosare con moderazione la salsa piccante.

PREPARAZIONE

30 min

COTTURA

15 min

SERVIZIO

Espresso

PRESENTAZIONE

- 01 Utilizzare un piatto piano in ceramica chiara o ardesia.
- 02 Posizionare la millefoglie leggermente decentrata, mantenendo ben visibili gli strati.
- 03 Distribuire il coulis con piccole gocce o pennellate attorno alla preparazione.
- 04 Completare con basilico fresco, germogli e sottili lamelle di sedano croccante.
- 05 Terminare con pepe nero e un filo di olio EVO per brillantezza e armonia.

ERRORI DA EVITARE

- ⊗ Assemblare la millefoglie con troppo anticipo.
- ⊗ Utilizzare sfoglia ancora tiepida.
- ⊗ Preparare una crema al Taleggio troppo fluida.
- ⊗ Eccedere con coulis o salsa piccante.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Pasta sfoglia	€ 2,00
Taleggio DOP	€ 3,80
Panna fresca	€ 0,60
Pomodorini datterini	€ 1,20
Basilico	€ 0,40
Condimenti	€ 0,60
Decorazioni	€ 0,50
Totale ricetta	€ 9,10
Costo per porzione	€ 2,28

LOGICA PROFESSIONALE

Le basi di sfoglia possono essere cotte in anticipo e conservate in contenitori ermetici. Crema al Taleggio e coulis possono essere preparati e mantenuti refrigerati separatamente. L'assemblaggio espresso richiede pochi minuti, preserva la fragranza e consente una gestione efficace anche nei servizi con numerosi coperti.

Crema al Basilico con Nettareine,

Prosciutto Crudo e Nocciole Croccanti

Antipasto gourmet fresco e raffinato, ideale per la stagione estiva. La vellutata di zucchine e formaggio fresco, profumata con basilico e menta, incontra la dolcezza della nettarina, la sapidità del prosciutto stagionato e la croccantezza delle nocciole tostate. Un equilibrio di consistenze e sapori pensato per ristoranti, bistrot, hotel e locali fine dining.



CATEGORIA

Antipasti Gourmet

PORZIONI

4

FOOD COST TARGET

18-22%

TEMPO PREPARAZIONE

30 minuti

DIFFICOLTÀ

Facile

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Zucchine: 100 g
- Formaggio fresco spalmabile: 25 g
- Basilico fresco: 4 g
- Menta fresca: 2 g
- Nettarina: 1/4
- Prosciutto crudo stagionato: 1 fetta
- Formaggio di capra fresco: 20 g
- Nocciole tostate: 10 g
- Olio EVO: 5 ml
- Paprika dolce affumicata: q.b.

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 400 g zucchine
- 100 g formaggio fresco spalmabile
- 15 foglie basilico fresco
- 8 foglie menta
- olio extravergine di oliva
- sale e pepe bianco
- 1 nettarina matura ma soda
- 4 fette prosciutto crudo stagionato
- 80 g formaggio di capra fresco
- 40 g nocciole pelate
- succo di 1/2 limone
- paprika dolce affumicata

PREPARAZIONI BASE (PREP)

CREMA

Affettare le zucchine e grigliarle con poco olio EVO fino a leggera doratura. Raffreddare e frullare con formaggio fresco, basilico, menta, olio e sale fino a ottenere una crema liscia.

NETTARINA

Lavare la nettarina, mantenerne la buccia e tagliarla a piccoli cubetti. Condire con poche gocce di succo di limone.

NOCCIOLE

Tostare leggermente le nocciole in padella asciutta. Insaporire con poca paprika affumicata e tritare grossolanamente.

PROSCIUTTO

Arrotolare delicatamente ogni fetta formando una piccola rosa o un ciuffo elegante, pronto per la finitura.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Preparare la crema con alcune ore di anticipo e mantenerla ben refrigerata; tagliare invece la nettarina solo poco prima del servizio.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Distribuire la crema al basilico sul fondo di quattro bicchieri o coppette gourmet.
- 02 Aggiungere i cubetti di nettarina in modo regolare.
- 03 Distribuire il formaggio di capra fresco sbriciolato.
- 04 Aggiungere le nocciole tostate e croccanti.
- 05 Completare con il prosciutto crudo disposto con volume.
- 06 Terminare con basilico, menta fresca e un filo leggero di olio extravergine. Servire subito.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- Grigliare le zucchine senza eccedere nella cottura per preservarne il colore.
- Frullare la crema fino a ottenere una consistenza perfettamente omogenea.
- Tostare le nocciole solo leggermente per mantenerne l'aroma.
- Condire la frutta pochi minuti prima del servizio.
- Assemblare il piatto all'ultimo momento per mantenerne la freschezza.

PREPARAZIONE
30 min

COTTURA
10 min

SERVIZIO
Espresso

PRESENTAZIONE

- 01 Servire in eleganti bicchieri trasparenti oppure in piccole coppette di ceramica bianca.
- 02 Creare una composizione ordinata che lasci ben visibile la crema verde alla base.
- 03 Alternare i colori della nettarina, del prosciutto e del formaggio per dare leggibilità al piatto.
- 04 Completare con nocciole spezzettate, germogli, basilico e qualche foglia di menta.
- 05 Terminare con una leggera spolverata di paprika affumicata senza coprire gli altri ingredienti.

ERRORI DA EVITARE

- ✗ Cuocere eccessivamente le zucchine.
- ✗ Preparare una crema troppo liquida.
- ✗ Tagliare la nettarina con troppo anticipo.
- ✗ Tostare eccessivamente le nocciole.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Zucchine	€ 1,60
Formaggio fresco	€ 1,80
Prosciutto crudo	€ 3,50
Formaggio di capra	€ 2,00
Nettarina	€ 0,90
Nocciole	€ 1,30
Basilico e menta	€ 0,60
Condimenti	€ 0,40
Totale ricetta	€ 12,10
Costo per porzione	€ 3,03

LOGICA PROFESSIONALE

La crema può essere preparata con alcune ore di anticipo e conservata refrigerata. Le nocciole possono essere tostate preventivamente, mentre la frutta va tagliata e condita poco prima del servizio per preservarne colore e consistenza. L'assemblaggio finale è rapido e consente un servizio preciso anche nei momenti di maggiore affluenza.

Vol-au-Vent con Baccalà Mantecato

e Crema di Anacardi alle Erbe

Antipasto gourmet che unisce la fragranza della pasta sfoglia alla delicatezza del baccalà e alla cremosità della frutta secca. La crema di anacardi alle erbe e pistacchi dona morbidezza e una piacevole nota vegetale, mentre il baccalà completa il piatto con eleganza. Una proposta raffinata ideale per ristoranti, hotel, catering e locali fine dining.



CATEGORIA

Antipasti Gourmet

PORZIONI

4

FOOD COST TARGET

26-30%

TEMPO PREPARAZIONE

45 minuti

DIFFICOLTÀ

Media

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Pasta sfoglia: 60 g
- Baccalà dissalato: 50 g
- Crema di anacardi: 35 g
- Pistacchi tritati: 4 g
- Germogli o tarassaco: q.b.
- Olio EVO: 5 ml

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 2 rotoli pasta sfoglia rettangolare
- 200 g baccalà già dissalato
- 1 uovo per spennellare
- burro fuso q.b.
- 120 g anacardi al naturale
- 35 g pinoli
- 20 g pistacchi sgusciati
- tarassaco giovane o spinacino
- succo di 1/2 limone
- 3 cucchiai olio EVO
- 2 cucchiai acqua
- 1 spicchio aglio
- 2 rametti prezzemolo
- 150 ml latte
- 1 peperoncino fresco
- germogli misti e petali edibili

PREPARAZIONI BASE (PREP)

CREMA ANACARDI

Ammollare gli anacardi 12 ore. Scolare e frullare con pinoli, pistacchi, tarassaco, limone, olio, acqua e sale fino a ottenere una crema liscia e compatta. Refrigerare.

VOL-AU-VENT

Spennellare la sfoglia con poco burro, ripiegarla e ricavare basi e anelli. Spennellare con uovo e cuocere a 200°C per 18-20 minuti. Raffreddare.

BACCALÀ

Cuocere dolcemente nel latte con aglio, prezzemolo e peperoncino per circa 10 minuti senza bollire. Scolare, intiepidire e sfaldare a mano.

ASSEMBLAGGIO

Farcire ogni vol-au-vent con crema agli anacardi, aggiungere il baccalà e completare con pistacchi tritati e germogli.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Cuocere i vol-au-vent in anticipo, ma farcirli solo poco prima del servizio: la sfoglia resterà fragrante e ben strutturata.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Portare i vol-au-vent a una temperatura leggermente tiepida senza asciugare la sfoglia.
- 02 Distribuire uno strato regolare di crema agli anacardi all'interno di ogni vol-au-vent.
- 03 Adagiare sopra il baccalà sfaldato mantenendo una composizione naturale e leggera.
- 04 Completare con pistacchi tritati e germogli freschi.
- 05 Aggiungere un filo leggero di olio extravergine di oliva.
- 06 Terminare con pochi petali di fiore edibile certificato e servire immediatamente.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- Ammollare correttamente gli anacardi per ottenere una crema perfettamente liscia.
- Cuocere il baccalà senza raggiungere il bollore per mantenerlo morbido.
- Lasciare raffreddare completamente i vol-au-vent prima della farcitura.
- Assemblare poco prima del servizio per preservare la croccantezza della sfoglia.
- Utilizzare esclusivamente fiori edibili certificati.

PREPARAZIONE

45 min

COTTURA

30 min

SERVIZIO

Espresso

PRESENTAZIONE

- 01 Disporre due vol-au-vent per piatto su una base in ceramica chiara o pietra naturale.
- 02 Mantenere la sfoglia ben visibile e valorizzare il volume del baccalà in superficie.
- 03 Decorare con germogli freschi e pistacchi tritati grossolanamente.
- 04 Aggiungere pochi petali di fiore edibile e, se desiderato, una leggera polvere di pistacchio.
- 05 Terminare con scorza di limone finemente grattugiata e qualche goccia di olio EVO.

ERRORI DA EVITARE

- ✗ Farcire la sfoglia con troppo anticipo.
- ✗ Portare il latte a forte bollore durante la cottura del baccalà.
- ✗ Preparare una crema agli anacardi troppo liquida.
- ✗ Eccedere con decorazioni e pistacchi.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Pasta sfoglia	€ 2,20
Baccalà dissalato	€ 6,50
Anacardi	€ 2,00
Pinoli	€ 1,60
Pistacchi	€ 1,20
Tarassaco e aromi	€ 0,60
Latte e condimenti	€ 0,70
Decorazioni	€ 0,80
Totale ricetta	€ 15,60
Costo per porzione	€ 3,90

LOGICA PROFESSIONALE

La crema agli anacardi può essere preparata il giorno precedente e conservata refrigerata. I vol-au-vent possono essere cotti in anticipo e mantenuti in contenitori ermetici. Il baccalà viene cotto e sfaldato vicino al servizio, mentre l'assemblaggio espresso richiede pochi minuti e assicura rapidità operativa e uno standard qualitativo costante.

Supplì di Riso ai Frutti di Mare

con Maionese al Lime e Zenzero

Raffinata reinterpretazione del classico supplì italiano: riso ai frutti di mare, cozze e scamorza affumicata racchiusi in una panatura croccante al panko. La maionese al lime e zenzero dona freschezza e valorizza la sapidità marina. Una proposta gourmet ideale per ristoranti, bistrot, hotel, wine bar e servizi di catering.



CATEGORIA

Antipasti Gourmet

PORZIONI

14 supplì

FOOD COST TARGET

24-28%

TEMPO PREPARAZIONE

35 minuti

DIFFICOLTÀ

Media

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Riso Carnaroli cotto: 45 g
- Cozze sgusciate: 18 g
- Pecorino Romano DOP: 6 g
- Scamorza affumicata: 6 g
- Uovo: q.b.
- Panko: 10 g
- Maionese: 20 g
- Zenzero fresco: 2 g
- Succo di lime: 2 ml
- Liquido filtrato delle cozze: 5 ml

INGREDIENTI TOTALI (14 SUPPLÌ)

- 650 g risotto ai frutti di mare raffreddato
- 500 g cozze fresche
- 90 g Pecorino Romano DOP
- 90 g scamorza affumicata
- 2 uova
- 220 g pane panko
- sale e pepe nero
- 250 ml olio di semi
- 1 uovo intero + 1 tuorlo
- 15 g zenzero fresco
- succo di 1/2 lime
- 30 ml liquido filtrato delle cozze
- olio di arachide per friggere

PREPARAZIONI BASE (PREP)

COZZE

Pulire accuratamente le cozze e cuocerle in casseruola coperta fino all'apertura. Eliminare quelle chiuse, filtrare il liquido, sgusciare e tritare grossolanamente.

MAIONESE

Frullare uovo, tuorlo, lime, zenzero, liquido filtrato delle cozze e sale. Versare l'olio a filo fino a ottenere una salsa liscia e stabile. Refrigerare.

RIPIENO

Mescolare il risotto con cozze tritate e Pecorino. Inserire al centro un cubetto di scamorza e modellare supplì regolari.

PANATURA E FRITTURA

Passare ogni supplì nell'uovo e poi nel panko. Friggere pochi pezzi per volta a 170-175°C fino a doratura uniforme.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Formare e panare i supplì in anticipo, ma friggerli solo al momento: la panatura resterà croccante e il cuore caldo e filante.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Portare i supplì refrigerati alla postazione di frittura mantenendo la corretta catena del freddo.
- 02 Friggere pochi supplì per volta in olio di arachide a 170-175°C fino a doratura uniforme.
- 03 Scolare accuratamente su carta assorbente senza comprimere la panatura.
- 04 Stendere sul piatto una base lineare di maionese al lime e zenzero.
- 05 Disporre tre o quattro supplì ben caldi mantenendo ordine e distanza regolare.
- 06 Completare con scorza di lime, germogli freschi e servire immediatamente.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- Eliminare accuratamente eventuali cozze rimaste chiuse dopo la cottura.
- Filtrare perfettamente il liquido di cottura.
- Raffreddare completamente il riso prima della formatura.
- Mantenere l'olio di frittura tra 170°C e 175°C.
- Servire immediatamente per preservare la croccantezza.

PREPARAZIONE

35 min

COTTURA

15 min

SERVIZIO

Espresso

PRESENTAZIONE

- 01 Utilizzare un piatto in ardesia o ceramica opaca per valorizzare il contrasto cromatico.
- 02 Realizzare una spatolata lineare di maionese al lime e zenzero come base.
- 03 Disporre tre o quattro supplì mantenendo volume, ordine e distanza regolare.
- 04 Completare con germogli freschi e scorza di lime finemente grattugiata.
- 05 Terminare con pepe nero e poche gocce di olio EVO senza appesantire il piatto.

ERRORI DA EVITARE

- ✗ Utilizzare cozze non correttamente selezionate.
- ✗ Formare i supplì con riso ancora caldo.
- ✗ Friggere a temperatura troppo bassa.
- ✗ Sovraccaricare la friggitrice.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Riso	€ 2,20
Cozze	€ 4,80
Pecorino Romano	€ 1,50
Scamorza	€ 1,60
Uova	€ 0,80
Pane Panko	€ 0,90
Maionese e aromi	€ 1,40
Olio per frittura	€ 1,50
Totale ricetta	€ 14,70
Costo per supplì	€ 1,05

LOGICA PROFESSIONALE

Il composto di riso può essere preparato in anticipo e i supplì possono essere formati e conservati refrigerati già panati. La maionese al lime e zenzero può essere preparata il giorno precedente e mantenuta a temperatura controllata. Durante il servizio sarà sufficiente friggere i supplì al momento, garantendo croccantezza, cuore caldo e filante e tempi operativi rapidi anche nei servizi con elevati volumi.

Carpaccio di Gamberi Rossi,

Nettarine e Agrumi

Antipasto gourmet che esalta la freschezza del pescato attraverso una preparazione essenziale ed elegante. Le code di gambero, delicatamente battute, incontrano la dolcezza delle nettarine mature e la nota agrumata del lime, creando equilibrio tra sapidità, acidità e profumi mediterranei. Ideale per ristoranti di pesce, hotel, bistrot e locali fine dining.



CATEGORIA

Antipasti Gourmet

PORZIONI

4

FOOD COST TARGET

30-35%

TEMPO PREPARAZIONE

25 minuti

DIFFICOLTÀ

Facile

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Gamberi rossi: 4 pz
- Nettarina: 1/2
- Lime: 1/4
- Olio extravergine di oliva: 8 ml
- Fior di sale: q.b.
- Pepe rosa macinato: q.b.
- Timo limonato: q.b.
- Basilico greco: q.b.

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 16 gamberi rossi freschissimi
- 2 nettarine a polpa gialla
- 1 lime biologico
- olio extravergine di oliva delicato
- fior di sale
- pepe rosa
- timo limonato fresco
- basilico greco o micro basilico

PREPARAZIONI BASE (PREP)

GAMBERI

Sgusciare accuratamente i gamberi lasciando integre le code. Incidere il dorso ed eliminare il filo intestinale. Aprire a libro, adagiare tra due fogli di carta alimentare e battere delicatamente fino a ottenere uno spessore uniforme.

FRUTTA

Lavare le nettarine e affettarle molto sottilmente con una mandolina. Tagliare il lime in fettine sottili oppure ricavarne alcuni spicchi pelati a vivo.

CONDIMENTO

Emulsionare l'olio extravergine con poche gocce di succo di lime. Insaporire con fior di sale e una leggera macinata di pepe rosa.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Preparare in anticipo gamberi puliti e frutta affettata, ma condire il carpaccio solo pochi minuti prima del servizio per preservare struttura e freschezza.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Disporre il carpaccio di gamberi al centro del piatto mantenendo la polpa uniforme e ben leggibile.
- 02 Alternare armoniosamente le fettine sottili di nettarina creando movimento cromatico.
- 03 Distribuire con precisione l'emulsione di olio extravergine e lime.
- 04 Completare con timo limonato, basilico greco fresco e sottili fettine di lime.
- 05 Terminare con fior di sale, pepe rosa e una leggera scorza di lime grattugiata.
- 06 Servire immediatamente ben freddo.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- Utilizzare esclusivamente gamberi idonei al consumo crudo e sottoposti ai trattamenti previsti dalla normativa applicabile.
- Eliminare completamente il filo intestinale.
- Battere la polpa con estrema delicatezza per mantenerne la struttura.
- Condire soltanto pochi minuti prima del servizio.
- Servire a temperatura refrigerata.

PREPARAZIONE
25 min

RIPOSO
10 min

SERVIZIO
Espresso

PRESENTAZIONE

- 01 Utilizzare un piatto bianco o in ceramica effetto pietra, ampio e pulito.
- 02 Disporre le code di gambero in modo ordinato, creando una composizione allungata o a raggiera.
- 03 Alternare le fettine di nettarina per creare movimento e contrasto cromatico.
- 04 Rifinire con germogli freschi, pepe rosa, timo limonato e basilico greco.
- 05 Completare con piccole gocce di emulsione agli agrumi e scorza di lime grattugiata al momento.

ERRORI DA EVITARE

- ⊗ Rompere la polpa durante la battitura.
- ⊗ Lasciare il filo intestinale.
- ⊗ Condire il carpaccio con troppo anticipo.
- ⊗ Servire il piatto a temperatura non refrigerata.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Gamberi rossi	€ 14,50
Nettarine	€ 1,40
Lime	€ 0,70
Olio EVO	€ 0,50
Erbe aromatiche	€ 0,60
Sale e pepe	€ 0,20
Totale ricetta	€ 17,90
Costo per porzione	€ 4,50

LOGICA PROFESSIONALE

Il carpaccio può essere organizzato predisponendo in anticipo i gamberi già puliti e correttamente conservati e la frutta affettata e refrigerata. Il condimento viene aggiunto esclusivamente al momento dell'impiattamento, preservando consistenza e freschezza. La preparazione essenziale consente un servizio rapido mantenendo uno standard elevato anche durante i momenti di maggiore affluenza.

Bavarese al Salmone Affumicato

con Crema allo Yogurt e Pistacchi

Elegante antipasto gourmet dal gusto delicato e dalla consistenza vellutata. La morbidezza della bavarese incontra la freschezza della crema allo yogurt, mentre il croccante dei pistacchi e una leggera nota di salsa al pomodoro speziata completano il piatto con equilibrio e raffinatezza. Ideale per ristoranti, hotel, catering e locali fine dining.



CATEGORIA

Antipasti Gourmet

PORZIONI

8

FOOD COST TARGET

22-27%

TEMPO PREPARAZIONE

35 minuti

DIFFICOLTÀ

Media

SCHEMA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Salmone affumicato: 30 g
- Latte intero: 30 ml
- Panna fresca: 30 ml
- Yogurt greco: 30 g
- Colla di pesce: 1 g
- Tuorlo: 1/2
- Burro: 2 g
- Farina: 2 g
- Crema yogurt: 20 g
- Maionese: 10 g
- Latte per salsa: 5 ml
- Pistacchi tritati: 3 g

INGREDIENTI TOTALI (8 PORZIONI)

- 250 ml latte intero
- 250 ml panna fresca da montare
- 250 g yogurt greco naturale
- 240 g salmone affumicato
- 16 g burro
- 16 g farina 00
- 8 g colla di pesce
- 4 tuorli
- salsa Worcestershire, sale, pepe bianco
- 180 g yogurt greco
- 80 g maionese
- 40 ml latte freddo
- pistacchi tritati, salsa di pomodoro speziata
- erba cipollina e germogli misti

PREPARAZIONI BASE (PREP)

BASE

Ammollare la colla di pesce in acqua fredda. Preparare un roux con burro e farina, versare lentamente il latte caldo e mescolare fino a ottenere una crema liscia. Unire la gelatina ben strizzata.

BAVARESE

Frullare la base con salmone e tuorli. Insaporire con Worcestershire, pepe bianco e poco sale. Lasciare intiepidire, quindi incorporare delicatamente panna montata e yogurt greco.

RIPOSO

Distribuire negli stampi monoporzione e lasciare rassodare in frigorifero per almeno quattro ore.

CREMA ALLO YOGURT

Mescolare yogurt greco, maionese e latte freddo fino a ottenere una salsa liscia e vellutata. Trasferire in sac à poche.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Preparare le monoporzioni il giorno precedente: lo sforno sarà più preciso e il servizio più rapido, mantenendo salsa e decorazioni per l'ultimo momento.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Prelevare le monoporzioni refrigerate soltanto al momento dell'impiattamento.
- 02 Distribuire sul fondo del piatto un velo regolare di crema allo yogurt.
- 03 Sformare delicatamente la bavarese e posizionarla al centro senza danneggiarne la struttura.
- 04 Distribuire i pistacchi tritati in modo controllato per aggiungere croccantezza.
- 05 Aggiungere piccole gocce di salsa di pomodoro speziata, erba cipollina e germogli freschi.
- 06 Completare con un filo di olio EVO delicato e servire ben fredda.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- Sciogliere completamente la gelatina senza portarla a ebollizione.
- Incorporare la panna soltanto quando il composto è tiepido.
- Evitare di smontare la panna durante la lavorazione.
- Raffreddare la bavarese per almeno quattro ore prima dello sforno.
- Servire ben fredda.

PREPARAZIONE

35 min

RIPOSO

4 ore

SERVIZIO

Espresso

PRESENTAZIONE

- 01 Utilizzare un piatto piano ampio, preferibilmente chiaro o in ceramica neutra.
- 02 Realizzare una base circolare di crema allo yogurt mantenendo il disegno pulito.
- 03 Posizionare la bavarese monoporzione al centro come elemento protagonista.
- 04 Rifinire con pistacchi tritati, germogli freschi ed erba cipollina.
- 05 Distribuire piccole gocce di salsa di pomodoro e completare con olio EVO delicato.

ERRORI DA EVITARE

- ✗ Portare la gelatina a ebollizione.
- ✗ Incorporare la panna con la base ancora calda.
- ✗ Sformare prima del completo rassodamento.
- ✗ Eccedere con salsa e decorazioni.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Salmone affumicato	€ 8,50
Latte	€ 0,50
Panna fresca	€ 2,00
Yogurt greco	€ 2,20
Colla di pesce	€ 0,80
Tuorli	€ 1,20
Burro e farina	€ 0,40
Maionese	€ 0,60
Pistacchi	€ 1,40
Decorazioni	€ 0,70
Totale ricetta	€ 18,30
Costo per porzione	€ 2,30

LOGICA PROFESSIONALE

La bavarese può essere preparata il giorno precedente, consentendo una mise en place precisa. Le monoporzioni vengono conservate refrigerate fino al servizio e completate con salsa e decorazioni soltanto all'ultimo momento. Questa organizzazione garantisce velocità operativa, standard qualitativo elevato e un impiattamento costante, particolarmente adatto a banqueting, catering e ristorazione gourmet.

Capesante Gratinée

alle Tre Panure Aromatiche

Le capesante gratinate alle tre panure aromatiche sono un antipasto gourmet che unisce eleganza, colore e delicatezza. Le noci di capesante vengono appena scottate per preservarne la morbidezza, quindi ricoperte da tre diverse panature profumate alle erbe, paprika dolce e zafferano, creando un raffinato gioco cromatico e gustativo. Una preparazione ideale per ristoranti di pesce, bistrot, hotel e locali fine dining.



CATEGORIA

Antipasti Gourmet

PORZIONI

3

FOOD COST TARGET

30-35%

TEMPO PREPARAZIONE

25 minuti

DIFFICOLTÀ

Facile

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Noci di capasanta: 4 pz
- Pangrattato: 15 g
- Olio extravergine di oliva: 15 ml
- Prezzemolo tritato: 5 g
- Paprika dolce: 2 g
- Zafferano: 0,05 g
- Sale: q.b.

INGREDIENTI TOTALI (3 PORZIONI)

- 12 noci di capasanta fresche
- 45 g pangrattato fine
- 45 ml olio extravergine di oliva
- 2 cucchiaini prezzemolo fresco tritato
- 1 cucchiaino paprika dolce
- 1 bustina zafferano
- sale fino
- pepe nero macinato fresco

PREPARAZIONI BASE (PREP)

PANATURE

Dividere il pangrattato in tre ciotole e condire ciascuna con olio EVO e un pizzico di sale. Aromatizzare la prima con prezzemolo, la seconda con paprika dolce e la terza con zafferano sciolto in poca acqua tiepida.

CAPELANTE

Asciugare accuratamente le noci di capasanta e scottarle in padella molto calda con un filo di olio EVO per circa 15 secondi per lato. Disporle nei gusci ben puliti oppure su teglia rivestita.

GRATINATURA

Distribuire le tre panature alternando i colori. Passare sotto salamandra o grill a 240°C per circa 3-4 minuti, fino a ottenere una superficie dorata e croccante.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Preparare le tre panure in anticipo e conservarle separate. Scottare e gratinare le capesante soltanto durante il servizio per preservare succosità e croccantezza.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Portare le capesante già preparate alla postazione di finitura soltanto al momento dell'ordine.
- 02 Distribuire le tre panure sulle capesante alternando le colorazioni verde, rossa e dorata.
- 03 Gratinare sotto salamandra o grill a 240°C per circa 3-4 minuti.
- 04 Verificare che la superficie risulti dorata e croccante mantenendo il cuore morbido e succoso.
- 05 Disporre immediatamente le capesante nei gusci sul piatto di servizio.
- 06 Completare con olio EVO a crudo e una leggera macinata di pepe nero. Servire subito.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- Asciugare accuratamente le capesante prima della rosolatura.
- Evitare una cottura prolungata per preservarne la consistenza.
- Distribuire uniformemente la panatura per ottenere una gratinatura omogenea.
- Gratinare esclusivamente al momento del servizio.

PREPARAZIONE

25 min

COTTURA

8 min

SERVIZIO

Espresso

PRESENTAZIONE

- 01 Utilizzare un piatto in ardesia o ceramica scura per valorizzare il contrasto cromatico.
- 02 Disporre le capesante nei rispettivi gusci mantenendo una composizione ordinata ed elegante.
- 03 Alternare le tre colorazioni delle panure per creare un forte impatto visivo.
- 04 Decorare con microgreens e una leggera scorza di limone grattugiata.
- 05 Completare con poche gocce di olio EVO, evitando decorazioni eccessive.

ERRORI DA EVITARE

- ⊗ Lasciare umidità sulla superficie delle capesante.
- ⊗ Prolungare eccessivamente la cottura.
- ⊗ Applicare panature troppo spesse o irregolari.
- ⊗ Gratinare con largo anticipo rispetto al servizio.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Capesante fresche	€ 12,50
Pangrattato	€ 0,30
Olio EVO	€ 0,60
Prezzemolo	€ 0,30
Paprika	€ 0,20
Zafferano	€ 1,20
Sale e pepe	€ 0,10
Totale ricetta	€ 15,20
Costo per porzione	€ 5,10

LOGICA PROFESSIONALE

Le panature possono essere preparate con largo anticipo e conservate refrigerate in contenitori ermetici. Le capesante vengono scottate e gratinate esclusivamente durante il servizio, riducendo i tempi operativi e garantendo una consistenza perfetta. La differenziazione cromatica delle panure rende il piatto particolarmente adatto a menu degustazione e presentazioni gourmet.

Bignè Croccanti di Carciofi

con Fior di Latte e Alici

I bignè croccanti di carciofi con fior di latte e alici sono un antipasto gourmet che valorizza uno degli ortaggi simbolo della cucina mediterranea. I carciofi, cotti lentamente con erbe aromatiche e vino bianco, vengono farciti con un cuore filante di formaggio, avvolti in una pastella soffice a lunga lievitazione e fritti fino a ottenere una doratura uniforme. Il piatto viene completato con alici di alta qualità e una fresca crema di stracciatella che dona equilibrio e cremosità.



CATEGORIA

Antipasti Gourmet

PORZIONI

4

FOOD COST TARGET

24-28%

TEMPO PREPARAZIONE

45 minuti

DIFFICOLTÀ

Media

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Farina 00: 50 g
- Acqua frizzante fredda: 30 ml
- Lievito di birra fresco: 2 g
- Tuorlo: ½
- Carciofo spinoso: 1 pz
- Fior di latte: 40 g
- Provola dolce: 20 g
- Filetti di alici: 2
- Stracciatella: 25 g
- Olio EVO: 8 ml

INGREDIENTI TOTALI (4 PORZIONI)

- 200 g farina 00
- 120 ml acqua frizzante ben fredda
- 8 g lievito di birra fresco
- 2 tuorli
- 4 carciofi spinosi
- 160 g fior di latte ben sgocciolato
- 80 g provola dolce
- 8 filetti di alici sott'olio
- 100 g stracciatella
- aglio, timo, basilico, vino bianco, olio EVO, sale, pepe
- olio di arachide per friggere

PREPARAZIONI BASE (PREP)

PASTELLA

Mescolare farina e lievito sciolto nell'acqua frizzante. Incorporare i tuorli e un pizzico di sale. Lavorare fino a ottenere una pastella liscia; coprire e lasciare lievitare per circa 2 ore.

CARCIOFI

Pulire i carciofi mantenendo parte del gambo. Cuocere dolcemente con olio EVO, aglio, timo e vino bianco per circa 20 minuti. Raffreddare e aprire delicatamente le foglie centrali.

RIPIENO

Tagliare fior di latte e provola a piccoli cubetti, asciugarli accuratamente e riempire il cuore dei carciofi.

FRITTURA

Immergere ogni carciofo nella pastella, sgocciolare l'eccesso e friggere in olio di arachide a 170°C fino a doratura uniforme.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Asciugare molto bene i formaggi prima della farcitura: riduce l'umidità interna e aiuta a mantenere la pastella croccante durante la frittura.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Portare i carciofi già cotti e farciti alla postazione di frittura soltanto al momento dell'ordine.
- 02 Immergere completamente ogni carciofo nella pastella lievitata e lasciare sgocciolare l'eccesso.
- 03 Friggere in olio di arachide a 170-175°C fino a ottenere una superficie gonfia, croccante e uniformemente dorata.
- 04 Scolare accuratamente su carta assorbente.
- 05 Disporre sul piatto la stracciatella fresca e adagiare il carciofo fritto ancora caldo.
- 06 Completare con filetti di alici, basilico, timo, olio EVO e pepe nero. Servire immediatamente.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- Utilizzare mozzarella e fior di latte ben asciutti per evitare fuoriuscite durante la frittura.
- Rispettare i tempi di lievitazione della pastella.
- Cuocere i carciofi fino a renderli morbidi ma ancora compatti.
- Mantenere costante la temperatura dell'olio tra 170°C e 175°C.
- Servire immediatamente per preservare la croccantezza.

PREPARAZIONE

45 min

RIPOSO

2 ore

COTTURA

25 min

PRESENTAZIONE

- 01 Utilizzare un piatto in ceramica opaca, preferibilmente chiaro o neutro.
- 02 Posizionare il carciofo fritto verticalmente lasciando il gambo rivolto verso l'alto.
- 03 Disporre la stracciatella come base cremosa o in quenelle accanto al carciofo.
- 04 Completare con filetti di alici disposti in modo armonioso, basilico e timo fresco.
- 05 Terminare con poche gocce di olio EVO e una leggera macinata di pepe nero.

ERRORI DA EVITARE

- ⊗ Utilizzare formaggi troppo umidi.
- ⊗ Pastella non sufficientemente lievitata.
- ⊗ Olio sotto temperatura o eccessivamente caldo.
- ⊗ Frittura anticipata rispetto al servizio.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Carciofi	€ 3,20
Fior di latte	€ 2,20
Provola	€ 1,40
Alici	€ 2,00
Stracciatella	€ 1,80
Pastella	€ 0,90
Olio per frittura	€ 1,00
Aromi e condimenti	€ 0,50
Totale ricetta	€ 13,00
Costo per porzione	€ 3,25

LOGICA PROFESSIONALE

La preparazione può essere organizzata anticipando la cottura dei carciofi e la realizzazione della pastella. I carciofi possono essere farciti in anticipo e conservati refrigerati, mentre la frittura viene effettuata esclusivamente al momento del servizio. Questa organizzazione garantisce massima croccantezza, uniformità di qualità e rapidità operativa anche durante i servizi ad alto numero di coperti.

Ravioli Croccanti di Pollo

con Parmigiano, Mandorle e Salsa alle Pere

Un antipasto gourmet che unisce croccantezza, sapidità e note agrodolci. La pasta fresca dorata racchiude un ripieno morbido di pollo, Parmigiano Reggiano e mandorle tostate, arricchito dalla paprika affumicata. La salsa alle pere e cipolla dona freschezza ed equilibrio, completando un piatto elegante che combina tradizione e creatività contemporanea.



CATEGORIA

Antipasti Gourmet

PORZIONI

6

FOOD COST TARGET

22-26%

TEMPO PREPARAZIONE

60 minuti

DIFFICOLTÀ

Media

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Farina 00: 25 g
- Semola rimacinata: 12 g
- Uovo intero: ½
- Pollo disossato: 80 g
- Scalogno: 12 g
- Parmigiano Reggiano: 8 g
- Mandorle tostate: 5 g
- Olio EVO: 5 ml
- Pere mature: 60 g
- Cipolla bianca: 15 g
- Aceto di mele: 20 ml
- Zucchero di canna: 10 g

INGREDIENTI TOTALI (6 PORZIONI)

- 150 g farina 00
- 75 g semola rimacinata
- 3 uova
- 500 g sovracosce di pollo disossate
- 2 scalogni
- 50 g Parmigiano Reggiano grattugiato
- 30 g mandorle leggermente tostate
- paprika affumicata, olio EVO, sale, pepe
- 2 pere Kaiser
- 1 cipolla bianca
- 120 ml aceto di mele
- 60 g zucchero di canna
- olio di arachide, paprika dolce, microgreens

PREPARAZIONI BASE (PREP)

PASTA

Impastare farina, semola e uova fino a ottenere un composto liscio ed elastico. Avvolgere nella pellicola e lasciare riposare per circa 45 minuti.

RIPIENO

Rosolare il pollo con olio EVO e scalogni. Insaporire con paprika, sale e pepe. Cuocere fino a renderlo morbido; tritare con il fondo di cottura e incorporare Parmigiano e mandorle.

RAVIOLI

Stendere la sfoglia a circa 1 mm. Distribuire il ripieno, coprire con una seconda sfoglia, eliminare l'aria, sigillare e ritagliare con rotella dentellata.

SALSA

Appassire la cipolla con l'aceto di mele. Aggiungere pere e zucchero di canna, cuocere fino a morbidezza e frullare fino a ottenere una crema liscia.

FRITTURA

Friggere i ravioli in olio di arachide a 175°C per circa 2 minuti, fino a completa doratura. Scolare e completare con poca paprika dolce.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Raffreddare il ripieno prima di farcire e sigillare con cura: evita aperture in frittura e mantiene il raviolo regolare.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Portare alla postazione i ravioli già formati e la salsa alle pere pronta per il servizio.
- 02 Friggere pochi ravioli per volta in olio di arachide mantenuto tra 170°C e 175°C.
- 03 Cuocere per circa 2 minuti, fino a ottenere una superficie uniformemente dorata e croccante.
- 04 Scolare accuratamente su carta assorbente e completare con un leggero pizzico di paprika dolce.
- 05 Versare sul piatto un velo di salsa alle pere e adagiare sopra i ravioli ancora caldi.
- 06 Completare con germogli freschi, qualche goccia di olio EVO e servire immediatamente.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- Lasciare riposare correttamente la pasta prima della stesura.
- Eliminare tutta l'aria all'interno dei ravioli durante la chiusura.
- Raffreddare leggermente il ripieno prima della farcitura.
- Mantenere costante la temperatura dell'olio tra 170°C e 175°C.
- Servire immediatamente per preservare la croccantezza.

PREPARAZIONE
60 min

RIPOSO
45 min

COTTURA
70 min

PRESENTAZIONE

- 01 Utilizzare un piatto in ardesia o ceramica opaca per valorizzare il contrasto cromatico.
- 02 Stendere sul fondo un velo regolare di salsa alle pere.
- 03 Disporre cinque o sei ravioli in modo irregolare sopra la salsa.
- 04 Completare con germogli freschi e una leggera spolverata di paprika dolce.
- 05 Aggiungere qualche mandorla tostata spezzettata e poche gocce di olio EVO.

ERRORI DA EVITARE

- ✗ Stendere la pasta troppo spessa.
- ✗ Lasciare aria all'interno dei ravioli.
- ✗ Farcire con ripieno ancora caldo.
- ✗ Friggere con olio fuori dal range 170-175°C.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Pasta fresca	€ 1,40
Pollo	€ 4,80
Parmigiano	€ 1,30
Mandorle	€ 1,00
Pere	€ 1,20
Cipolla	€ 0,30
Aceto e zucchero	€ 0,50
Olio per frittura	€ 1,20
Spezie	€ 0,40
Totale ricetta	€ 12,10
Costo per porzione	€ 2,00

LOGICA PROFESSIONALE

La preparazione può essere organizzata anticipando la realizzazione della pasta, del ripieno e della salsa. I ravioli possono essere conservati refrigerati e fritti esclusivamente al momento del servizio, garantendo rapidità operativa, uniformità di cottura e una croccantezza ottimale. Questa organizzazione permette una gestione efficiente anche durante servizi con elevato numero di coperti.

Crostini con Gorgonzola, Pere, Noci e Timo

I crostini con gorgonzola, pere e noci rappresentano un antipasto raffinato dal perfetto equilibrio tra sapidità, dolcezza e croccantezza. Il pane tostato accoglie una morbida crema di gorgonzola alleggerita con formaggio fresco, completata dalla delicatezza della pera, dalla croccantezza delle noci leggermente tostate e dal profumo del timo fresco. Una preparazione semplice ma elegante, ideale per aperitivi gourmet, wine bar, bistrot, ristoranti e servizi di catering.



CATEGORIA

Antipasti Gourmet

PORZIONI

6

FOOD COST TARGET

18-22%

TEMPO PREPARAZIONE

20 minuti

DIFFICOLTÀ

Facile

SCHEDA TECNICA

GRAMMATURE PER PORZIONE

- Pane ai cereali: 35 g
- Gorgonzola dolce: 40 g
- Formaggio fresco spalmabile: 15 g
- Pera Williams: 30 g
- Noci sgusciate: 15 g
- Timo fresco: qualche fogliolina
- Olio EVO: 5 ml
- Pepe nero macinato: q.b.

INGREDIENTI TOTALI (6 PORZIONI)

- 6 fette di pane ai cereali
- 240 g gorgonzola dolce
- 90 g formaggio fresco spalmabile
- 1 pera Williams
- 90 g gherigli di noce
- timo fresco
- olio extravergine di oliva
- pepe nero

PREPARAZIONI BASE (PREP)

PANE

Spennellare leggermente le fette con olio EVO e tostarle in padella oppure in forno fino a ottenere una superficie dorata e croccante.

CREMA

Lavorare il gorgonzola con il formaggio fresco fino a ottenere una crema liscia, omogenea e facilmente spalmabile.

PERA

Lavare la pera e tagliarla in fettine sottili mantenendo la buccia. Se necessario, usare poche gocce di succo di limone per preservarne il colore.

NOCI

Tostare i gherigli in padella asciutta per 2-3 minuti, mescolando frequentemente senza bruciarli.

ASSEMBLAGGIO

Spalmare la crema sui crostini tiepidi. Aggiungere pera, noci spezzettate, timo fresco e una leggera macinata di pepe nero.

CHEF COSTANTINO PRO TIP

Assemblare solo poco prima del servizio: il pane resta croccante e il contrasto tra crema, pera e noci risulta più netto.

PROCEDURA DI SERVIZIO

- 01 Tostare il pane fino a ottenere una superficie dorata e croccante, evitando di seccarlo eccessivamente.
- 02 Spalmare sui crostini ancora tiepidi uno strato regolare di crema al gorgonzola.
- 03 Disporre sopra le fettine sottili di pera Williams creando leggero volume.
- 04 Distribuire i gherigli di noce tostati e spezzettati grossolanamente.
- 05 Completare con timo fresco, pepe nero macinato e un leggero filo di olio extravergine.
- 06 Servire immediatamente per mantenere la fragranza del pane e il corretto contrasto delle consistenze.

CRITICAL CONTROL POINTS (CCP)

- Tostare il pane senza eccedere per mantenerlo croccante ma non secco.
- Preparare la crema fino a ottenere una consistenza perfettamente omogenea.
- Tostare leggermente le noci per valorizzarne il gusto senza sviluppare note amare.
- Assemblare poco prima del servizio per evitare che il pane perda croccantezza.

PREPARAZIONE
20 min

COTTURA
8 min

SERVIZIO
Espresso

PRESENTAZIONE

- 01 Utilizzare un piatto in pietra o ceramica opaca.
- 02 Disporre i crostini lasciando spazio tra gli elementi per mantenere una composizione pulita.
- 03 Alternare le fettine di pera con i gherigli di noce per creare volume.
- 04 Rifinire con rametti o foglioline di timo fresco.
- 05 Completare con un leggero filo di olio EVO senza appesantire il pane.

ERRORI DA EVITARE

- ⊗ Tostare eccessivamente il pane.
- ⊗ Usare una crema troppo fredda o compatta.
- ⊗ Tagliare la pera troppo spessa.
- ⊗ Assemblare con largo anticipo.

FOOD COST

INGREDIENTE	Costo
Pane ai cereali	€ 1,20
Gorgonzola	€ 4,50
Formaggio fresco	€ 1,10
Pera	€ 0,80
Noci	€ 2,20
Timo fresco	€ 0,40
Olio EVO e pepe	€ 0,30
Totale ricetta	€ 10,50
Costo per porzione	€ 1,75

LOGICA PROFESSIONALE

La preparazione può essere organizzata in anticipo predisponendo la crema di gorgonzola e gli ingredienti già porzionati. L'assemblaggio finale richiede pochi minuti, consentendo un servizio rapido e costante anche durante le ore di maggiore affluenza. La tostatura espressa del pane garantisce la massima qualità del prodotto finito.