





Associazione Culturale – Via Principessa Iolanda, 3 - 07100 – SASSARI – [eledrea.circolo@virgilio.it](mailto:eledrea.circolo@virgilio.it)  
tel/fax +39 0795574162 - [www.circoloeledrea.com](http://www.circoloeledrea.com)  ci trovi su  facebook

*Il Circolo Eledrea – via Grazia Deledda, 89/a - Sassari  
propone per i Soci ARCI  
Una cena a tema “NELL’A TERRA DEI CARCIOFI”  
Sabato 11 aprile 2015, con inizio alle ore 21,00*

### *Il protagonista è il carciofo*

*Il carciofo è una pianta di origine mediterranea, molto nota sin dall’antichità. La produzione e la coltura del carciofo ed il suo legame con il territorio sardo, risalgono al periodo dei Fenici ed arrivano sino ai giorni nostri, la produzione e la vendita di questo prodotto, rappresenta una delle economie cardine dell’agricoltura isolana.*

*L’attuale nome volgare in molte lingue del mondo deriva dal neo-latino “artocactus”, il nome italiano “carciofo” e lo spagnolo “alcachofa.” derivano dall’arabo “harsciof.*

*La coltura del carciofo è diffusa in alcuni paesi del mediterraneo, soprattutto Italia, poi Francia e Spagna, mentre è poco conosciuto in molti altri paesi.*

*La maggior parte della produzione commerciale è destinata al consumo fresco, il resto all’industria conserviera e dei surgelati.*

*Il carciofo richiede un clima mite e sufficientemente umido, per cui il suo ciclo normale è autunno-primavera nelle condizioni climatiche del bacino mediterraneo.*

*Al carciofo spinoso di Sardegna, nel febbraio del 2011, è stato riconosciuto il marchio “denominazione origine protetta (dop)”.*

*Il carciofo spinoso di Sardegna è prodotto in alcuni comuni della provincia di Cagliari, Carbonia, Iglesias, Medio Campidano, Oristano, Ogliastra, Sassari ( comuni di Alghero, Banari, Florinas, Olmedo, Ossi, Ittiri, Usini, Uri e Valledoria).*

*Si caratterizza per il sapore gradevole conferito dall’equilibrata sintesi di amarognolo e dolciastro e per la tenerezza della polpa che ne favorisce il consumo anche allo stato crudo. Altre peculiarità sono la ricchezza in polifenoli, di sodio e ferro.*

*L’utilizzo del carciofo, sia cotto che crudo, ci permette di realizzare moltissimi piatti, il Circolo Eledrea vi invita a una degustazione che vede protagonista questo versatile prodotto.*



# MENU

## ANTIPASTI

### **Carpaccio di carciofi e arance**

(carciofi, arance, olio evo, sale e pepe)

### **Carciofi al gratin**

(carciofi, pangrattato, sale, pepe, prezzemolo, formaggio, olio evo)

### **Polpette di carciofi con cuore filante**

(carciofi, uova, pangrattato, formaggio filante, sale, pepe)

### **Sformatini di carciofi**

(carciofi, salsa besciamella)

### **Carciofi e bottarga**

(carciofi, bottarga, sale, pepe olio evo)

## PRIMI

### **Zuppa di carciofi e patate con pancetta affumicata e erbe aromatiche**

(carciofi, patate, pancetta, rosmarino, peperoncino, alloro, cipolla, sale olio evo)

### **Mezze penne con carciofi, cozze e mandorle croccanti**

(mezze penne, carciofi, cozze, prezzemolo, vino bianco, aglio, sedano, alloro, basilico)

## SECONDI

### **Calamari con carciofi**

(carciofi, calamari, vino bianco, aglio, olio evo, sale, peperoncino, prezzemolo)

### **Bocconcini di rana pescatrice con carciofi stufati al profumo di timo e gamberi**

(rana pescatrice, carciofi, gamberi, timo, olio evo, sale, pepe pomodori)

### **Spezzatino di maiale con carciofi**

(carciofi, polpa di maiale, olio evo, sale, peperoncino, aglio, vino bianco)

### **Macedonia di frutta con gelato**

Vino di SARDEGNA, Acqua n/g, caffè, carrellata di acquaviti aromatizzate

➤ € 35,00

Solo su prenotazione al 333 6596074 o [eledrea.circolo@virgilio.it](mailto:eledrea.circolo@virgilio.it)

*Si prega la massima puntualità*

