4

Pairings e ricette

È buona, pratica da consumare e versatile perché si può gustare in mille modi. E poi aiuta a stare bene e a nutrirsi in modo corretto. Senza dimenticare che ha un prezzo accessibile e si trova praticamente tutto l'anno. Ecco le caratteristiche vincenti (e attualissime) della mela.

È SEMPRE IL MOMENTO DI UNA BUONA MELA

Dalla colazione al pranzo, fino ad arrivare allo spuntino e alla voglia irrefrenabile di dolce che prende dopo la cena: è sempre il momento giusto per concedersi il piacere di una buona mela. Per le sue caratteristiche naturali, la mela è un frutto particolarmente versatile, adatto a tante e diverse occasioni di consumo: al naturale è uno snack fresco e ready-to-eat, che rappresenta una delle cinque porzioni giornaliere di prodotti ortofrutticoli consigliate dalle linee guida per una corretta alimentazione. Come fuoripasto la mela ha anche il vantaggio di dare un ottimo senso di sazietà, permettendo così di mettere a tacere i morsi della fame e di evitare di buttarsi su altri fuoripasto. Una virtù preziosa anche la sera, per vincere in modo nutrizionalmente corretto quella voglia di dolce che prende dopo la cena.

A colazione la mela può essere accompagnata a tante ricette (dalla farcitura del pancake al muesli agli smoothie) così come accade in cucina. Grazie all'ampia offerta di tipologie diverse per profilo sensoriale c'è sempre la mela giusta per valorizzare ogni ricetta, dolce o salata: dalle crostate alle salse chutney.

L'ultima tendenza, promossa dalla cucina vegana, è quella di utilizzare la mela come sostituto di altri ingredienti, come dimostra il successo dell'apple butter, realizzato cuocendo le mele a bassa temperatura fino a caramellarle per poi frullarle in modo da ottenere una crema densa, è usato al posto delle uova per realizzare muffin e pastelle, oppure in sostituzione dello zucchero per addensare gli impasti. Conoscere le 13 diverse varietà di Mela Alto Adige IGP e le mele Club è dunque fondamentale per trovare la mela giusta per le proprie preferenze di gusto o le proprie esigenze in cucina. E vivere così un'esperienza gustativa di qualità!

Pairings: un'arte che eleva il sapore.

Il food pairing è una tecnica culinaria che si basa sull'abbinamento di cibi e bevande in base alla loro compatibilità aromatica. Applicata alle mele, questa pratica permette di esaltare l'aroma, la struttura e il gusto di ogni varietà, creando combinazioni che rendono l'esperienza gustativa più ricca e complessa.

Ecco alcuni suggerimenti da sperimentare: la mela Golden Delicious dolce, leggermente acidula si sposa bene con l'aroma affumicato e salato dello speck, mentre la dolcezza della mela Fuji sta bene con l'amaro del cioccolato fondente. La dolcezza e la freschezza della mela Gala, si sposa perfettamente con il gusto cremoso e piccante del formaggio erborinato.

Questi abbinamenti consentono di apprezzare appieno le varie sfumature di gusto della mela e di creare esperienze culinarie uniche e memorabili.

Apfel - Consortium - Mela SÜDTIROL

Cofinanziato dall'Unione europea

L'UNIONE EUROPEA SOSTIENE CAMPAGNE CHE PROMUOVONO PRODOTTI AGRICOLI DI QUALITÀ.

ENJOY IT'S FROM EUROPE

4

Food pairing e cucina

GOLDEN DELICIOUS

CIOCCOLATO
Il cioccolato, specialmente quello fondente, contrasta e arricchisce la dolcezza della mela, creando un equilibrio di sapori intenso e avvolgente, perfetto per dessert raffinati.

CANNELLA
La dolcezza e la nota leggermente acidula della mela Golden Delicious si sposano magnificamente con la speziatura calda e aromatica della cannella, esaltandosi a vicenda in piatti dolci e da forno.

PISTACCHI
Il sapore dolce e delicato si combina perfettamente con la nota burrosa e leggermente sapida dei pistacchi, arricchendo dessert, insalate e piatti salati con un tocco croccante e raffinato.

SPINACINO
La freschezza e la leggera acidità della mela Golden Delicious aggiungono una nota croccante e dolce allo spinacino, esaltando le insalate e i piatti leggeri con una combinazione di sapori e consistenze.

SPECK ALTO ADIGE IGP
Il sapore leggermente affumicato e sapido dello Speck Alto Adige IGP si bilancia con la freschezza e la dolcezza della mela, offrendo un contrasto interessante e armonioso, ideale per antipasti, insalate o torte salate.

GORGONZOLA PICCANTE
Il gusto deciso e pungente del gorgonzola piccante viene ammorbidito dalla dolcezza della Golden Delicious, creando un contrasto cremoso e saporito che è perfetto per piatti gourmet.

Apfel - Consortium - Mela SÜDTIROL

Cofinanziato dall'Unione europea

L'UNIONE EUROPEA SOSTIENE CAMPAGNE CHE PROMUOVONO PRODOTTI AGRICOLI DI QUALITÀ.

ENJOY IT'S FROM EUROPE

GRANNY SMITH

CROSTACEI
L'acidità della mela Granny Smith esalta la dolcezza naturale dei crostacei, creando un equilibrio di sapori fresco e ricercato, perfetto per antipasti, soprattutto per tartare e carpacci.

CARNE DI MAIALE
La succosità e l'acidità della Granny Smith aggiungono freschezza alla carne di maiale, bilanciando la sua ricchezza e grassezza e creando un piatto complesso e bilanciato, ideale per arrosti o contorni.

PINOLI
La croccantezza e il gusto lievemente resinoso dei pinoli si sposano con la freschezza acidula della mela, arricchendo insalate e ripieni con una combinazione di sapori e consistenze molto piacevole.

GORGONZOLA DOLCE
Il sapore deciso e leggermente sapido del gorgonzola dolce trova un perfetto contrasto nella croccantezza e nell'acidità della mela Granny Smith, dando vita a un abbinamento sofisticato e gustoso.

UVETTA
L'acidità della mela Granny Smith bilancia la dolcezza naturale dell'uvetta, creando un contrasto vivace e armonioso che esalta entrambi gli ingredienti, ideale per insalate e piatti dolci.

LATTUGA
La croccantezza della mela Granny Smith si integra bene con la delicatezza della lattuga, aggiungendo una nota acidula e croccante che rinfresca le insalate, rendendole più croccanti e saporite.

Apfel - Consortium - Mela SÜDTIROL

Cofinanziato dall'Unione europea

L'UNIONE EUROPEA SOSTIENE CAMPAGNE CHE PROMUOVONO PRODOTTI AGRICOLI DI QUALITÀ.

ENJOY IT'S FROM EUROPE

GALA

NOCI
La croccantezza delle noci e la loro nota leggermente amara trovano un perfetto equilibrio con la dolcezza e la succosità della mela Gala, arricchendo insalate, snack e piatti salati con una combinazione di sapori e consistenze molto piacevole.

VINO ROSSO
I tannini e le note fruttate del vino rosso si armonizzano con la dolcezza e l'acidità della mela Gala, creando un abbinamento sofisticato che esalta le caratteristiche di entrambi, ideale per degustazioni e piatti ricercati.

CAVOLO NERO
La dolcezza della mela Gala aggiunge una nota fresca e contrastante al sapore terroso e robusto del cavolo nero, rendendo le insalate e i piatti a base di verdure più interessanti e bilanciati.

CARAMELLO SALATO
La dolcezza naturale della mela Gala si sposa perfettamente con il sapore ricco e sapido del caramello salato, creando un equilibrio di sapori contrastanti ma armoniosi, ideale per dessert raffinati.

POLLO
La dolcezza succosa della mela Gala complementa il sapore delicato del pollo, aggiungendo freschezza e complessità ai piatti, sia in insalate che in preparazioni al forno o grigliate.

FORMAGGIO STAGIONATO
La Gala, dolce e croccante, bilancia la ricchezza dei formaggi stagionati. La sua acidità pulisce il palato, mentre la dolcezza contrasta piacevolmente le note intense, creando un equilibrio perfetto.

Apfel - Consortium - Mela SÜDTIROL

Cofinanziato dall'Unione europea

L'UNIONE EUROPEA SOSTIENE CAMPAGNE CHE PROMUOVONO PRODOTTI AGRICOLI DI QUALITÀ.

ENJOY IT'S FROM EUROPE

FUJI

CIOCCOLATO FONDENTE
Il gusto ricco e leggermente amaro del cioccolato fondente si sposa magnificamente con la dolcezza intensa della mela Fuji, creando un equilibrio di sapori sofisticato e irresistibile, ideale per dessert e snack.

LIME
L'acidità vivace del lime bilancia la dolcezza della mela Fuji, esaltandone il sapore in modo rinfrescante e vivace, perfetto per insalate, frullati, salse e drink.

TACCHINO
La dolcezza succosa della mela Fuji complementa il sapore delicato del tacchino, aggiungendo freschezza e complessità ai piatti, sia in insalate che in preparazioni al forno o grigliate.

FETA GRECA
La sapidità e la leggera acidità della feta greca trovano un perfetto equilibrio con la dolcezza della mela Fuji, creando un contrasto armonioso, ideale per insalate fresche e piatti freddi.

RUCOLETTA
Il gusto leggermente piccante e amaro della rucoletta contrasta piacevolmente con la dolcezza della mela Fuji, creando un abbinamento equilibrato e interessante per insalate e contorni.

YOGURT BIANCO
La dolcezza naturale e la croccantezza della mela Fuji aggiungono un elemento fresco e croccante allo yogurt bianco, bilanciando la sua acidità e cremosità, perfetto per colazioni e snack salutari.

Apfel - Consortium - Mela SÜDTIROL

Cofinanziato dall'Unione europea

L'UNIONE EUROPEA SOSTIENE CAMPAGNE CHE PROMUOVONO PRODOTTI AGRICOLI DI QUALITÀ.

ENJOY IT'S FROM EUROPE

KANZI®

SGOMBRO

La freschezza e l'acidità della mela Kanzi® bilanciano il sapore ricco e grasso dello sgombro, aggiungendo una nota croccante e rinfrescante che esalta il piatto, perfetto per insalate e preparazioni a base di pesce.

ARANCIA AMARA

L'acidità vivace e la dolcezza della mela Kanzi® contrastano piacevolmente con il sapore intenso e amarognolo dell'arancia amara, creando un equilibrio di sapori fresco e intrigante, ideale per insalate e dessert.

CAVOLO CAPPUCCIO

La croccantezza e l'acidità della mela Kanzi® aggiungono freschezza e vivacità al cavolo cappuccio, bilanciandone il sapore robusto e terroso, ideale per insalate croccanti e piatti a base di verdure.

ROBIOLA DI CAPRA

La dolcezza e l'acidità equilibrata della mela Kanzi® contrastano e arricchiscono il sapore cremoso, deciso e acidulo della robiola di capra, creando un abbinamento sofisticato e delizioso, ideale per antipasti e insalate.

ACETO BALSAMICO

La dolcezza naturale e l'acidità della mela Kanzi® si armonizzano perfettamente con le note complesse e dolci-acidule dell'aceto balsamico, creando un condimento raffinato per insalate e piatti gourmet di carne.

ARACHIDI

La dolcezza e la consistenza croccante della mela Kanzi® si sposano bene con il sapore leggermente salato e la croccantezza delle arachidi, creando uno snack gustoso e bilanciato o un'interessante aggiunta a insalate e piatti salati.

Apfel - Consortium - Mela SÜDTIROL

Cofinanziato dall'Unione europea

L'UNIONE EUROPEA SOSTIENE CAMPAGNE CHE PROMUOVONO PRODOTTI AGRICOLI DI QUALITÀ.

ENJOY IT'S FROM EUROPE

COSMIC CRISP®

NOCCIOLE

La dolcezza della mela Cosmic Crisp® si armonizza con il sapore ricco e la croccantezza delle nocciole, creando uno snack equilibrato e delizioso, ideale per insalate, dessert e piatti salati.

MANDORLE TOSTATE

La dolcezza e la croccantezza della mela Cosmic Crisp® si combinano splendidamente con il sapore ricco e la consistenza croccante delle mandorle tostate, creando uno snack bilanciato e piacevole, ideale per insalate e piatti salati.

FRUTTI DI BOSCO

La dolcezza e l'acidità della mela Cosmic Crisp® esaltano i sapori intensi e leggermente aciduli dei frutti di bosco, creando un abbinamento fresco e vivace, perfetto per macedonie, dessert e snack.

FORMAGGI CREMOSI SAPORITI

La dolcezza e la croccantezza della mela Cosmic Crisp® contrastano e la cremosità e il sapore deciso di formaggi come Brie e Camembert, creando un abbinamento sofisticato e delizioso per antipasti e piatti gourmet.

KALE

La dolcezza e la succosità della mela Cosmic Crisp® aggiungono freschezza e un tocco croccante al sapore terroso e robusto del kale, bilanciando le insalate e i piatti a base di verdure con una nota vivace e rinfrescante.

Apfel - Consortium - Mela SÜDTIROL

Cofinanziato dall'Unione europea

L'UNIONE EUROPEA SOSTIENE CAMPAGNE CHE PROMUOVONO PRODOTTI AGRICOLI DI QUALITÀ.

ENJOY IT'S FROM EUROPE

ENVY™

FINOCCHIO
La freschezza e la dolcezza della mela envy™ esaltano il sapore aromatico e leggermente anice del finocchio, creando un abbinamento croccante e rinfrescante, perfetto per insalate e contorni leggeri.

AMARENE
La dolcezza della mela envy™ si armonizza con il sapore intenso e leggermente acidulo delle amarene, creando un contrasto vivace e bilanciato, perfetto per dessert, insalate di frutta e piatti dolci-salati.

MAIALE
La dolcezza e la succosità della mela envy™ aggiungono freschezza e complessità ai piatti di maiale, bilanciando la ricchezza della carne e creando un piatto bilanciato e gustoso, ideale per arrosti e preparazioni al forno.

RICOTTA STAGIONATA
La dolcezza e la croccantezza della mela envy™ bilanciano il sapore ricco e la consistenza cremosa della ricotta stagionata, creando un contrasto piacevole e bilanciato, ideale per antipasti e piatti gourmet.

GORGONZOLA DI BUFALA
La dolcezza e la croccantezza della mela envy™ contrastano e completano il sapore cremoso e pungente del gorgonzola di bufala, creando un abbinamento ricco e sofisticato, perfetto per antipasti e piatti gourmet.

Apfel - Consortium - Mela SÜDTIROL

Cofinanziato dall'Unione europea

L'UNIONE EUROPEA SOSTIENE CAMPAGNE CHE PROMUOVONO PRODOTTI AGRICOLI DI QUALITÀ.

ENJOY IT'S FROM EUROPE