



Le ricette di
Quack®

In cucina con
gusto e fantasia!

RISOTTO CON SALSICCIA D'OCA E BONARDA

Ingredienti (per 4 persone):

- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 50 gr di cipolla tagliata a pezzettini
- 500 gr di riso
- 250 gr di salsiccia d'oca
- Mezzo bicchiere di vino rosso bonarda
- 50 gr di burro
- Brodo vegetale
- Grana grattugiato q.b.
- Sale e pepe q.b.



Procedimento:

Soffriggere leggermente la cipolla in una pentola capiente, aggiungere la salsiccia d'oca e far rosolare per 3-4 minuti. Aggiungere il riso e tostare per 2 minuti. Irrorare con il vino e lasciare evaporare 2 minuti. Aggiungere il brodo vegetale lentamente finché il riso non sarà ben cotto (circa 15 minuti). A cottura terminata mantecare con il burro e il grana grattugiato lasciando riposare il riso per 1 minuto (a fuoco spento, con il coperchio). Servire immediatamente ben caldo.



PATATE ARROSTO

Ingredienti (per 2 persone):

- 2 kg di patate
- 25 gr di sale grosso
- 4 gr di bicarbonato
- 75 gr di grasso d'oca
- 2 spicchi di aglio
- rosmarino
- sale e pepe

Procedimento:

Preriscaldare il forno ventilato a 200°. Far bollire 2 litri di acqua in una pentola, una volta a bollore aggiungere 25g di sale grosso, 4g di bicarbonato, e 2kg di patate tagliate a tocchi grandi. Far riprendere il bollore e lasciar cuocere per una decina di minuti.

In una padella scaldare 75g di grasso d'oca insieme a rosmarino e aglio tritati, oltre a pepe nero macinato fresco. Cuocere mescolando per 3 minuti, poi setacciare tutto e tenere il mix di rosmarino e aglio da parte.

Scolare le patate e lasciarle riposare nella pentola per 1 minuto. Metterle in una ciotola con il grasso infuso, aggiungere sale e pepe e agitare bene la ciotola per insaporire tutto.

Trasferire le patate condite su una teglia capiente, separandole e avendo cura di creare un solo strato. Infornare per 20 minuti. Con una spatola girare le patate e staccarle dal fondo. Continuare la cottura per 30 minuti circa girandole ogni tanto.

Rimettere le patate cotte in una ciotola, aggiungere il rosmarino e l'aglio tenuto da parte.

Assaggiare ed eventualmente condire con altro sale e pepe. Servire calde.



CASSOEULA D'OCA

Ingredienti:

- Olio q.b.
- Cipolla
- Sedano
- Carote
- Verze
- Pomodori
- Alloro
- Vino rosso
- Sale e pepe
- Oca tagliata a pezzi



Procedimento:

Soffriggere le verdure (cipolla, sedano, carote) con l'olio, aggiungere la carne d'oca e fare rosolare aggiungendo sale e pepe per circa 30-35 minuti bagnandola con il vino. Aggiungere le verze, i pomodori e l'alloro: lasciare cuocere altri 30 minuti.

Note:

Se le verze risultano essere asciutte, aggiungere del brodo vegetale.
Si consiglia di cuocerla il giorno prima di consumarla.



RAVIOLI D'OCA CON CARCIOFI E MANDORLE

Ingredienti (per 4 persone):

- 1 confezione di ravioli d'oca
- 2 carciofi grandi
- 1 spicchio d'aglio
- 50 gr di mandorle intere o a scaglie
- prezzemolo (a piacere)
- sale e pepe
- vino bianco
- grana grattugiato



Procedimento:

Pulire bene e i carciofi e tagliarli a fettine molto sottili.

Far imbiondire lo spicchio d'aglio in camicia, toglierlo e aggiungere i carciofi. Saltare a fuoco vivo per qualche minuto, salare e ricoprire i carciofi per 3/4 d'acqua.

Lasciare cuocere per circa 40 minuti. Se serve aggiungere ancora acqua.

Nel frattempo cuocere i ravioli per un paio di minuti in acqua bollente, scolarli e metterli nella padella con i carciofi. Aggiungere le mandorle intere o a scaglie e farli saltare con in aggiunta un trito di prezzemolo (a piacere).

Servire ben caldi con una spolverata di grana grattugiato.



CANNELLONI D'OCA

Ingredienti (per 4 persone):

- 1 confezione di cannelloni d'oca
- Panna da cucina
- Patè di Fois Gras
- Erba cipollina
- Mandorle a scaglie



Procedimento:

Sciogliere due cucchiari di patè di fois gras in un pentolino.

Disporre un foglio di carta forno sulla teglia da forno.

Passare i cannelloni nella panna e cuocere nel forno a 200° per circa 7-8 minuti.

Disporli sul piatto e cospargerli con il fois gras sciolto, l'erba cipollina tagliata fine e le mandorle a scaglie.

Servire caldi.



OCA ARROSTO

Ingredienti:

- Olio
- Rosmarino
- Scalogno
- Vino bianco
- Sale
- Pepe
- Oca intera

Procedimento:

Tagliare lo scalogno in 4 parti. Aggiungere l'olio, il sale, il pepe e il rosmarino e disporci sopra l'oca intera. Infornare a 100° coperta con la carta stagnola per circa 30 minuti.

Alzare il forno a 150° e tenere l'oca bagnata con il vino bianco girandola ogni tanto, per 40-50 minuti.

Togliere la stagnola e portare il forno a 180° continuando a bagnare con il vino bianco per altri 30 minuti.



OCA AGLI AGRUMI

Ingredienti (per 4 persone):

- 4 cosce d'oca
- 1/2 cipolla
- 2 arance (o pompelmo)
- 1 limone
- 1 bicchiere di vino bianco
- sale e pepe
- 2 bicchieri di succo di frutta all'arancia



Procedimento:

Soffriggere la cipolla fino a farla imbriondire. Aggiungere le cosce d'oca tagliate a metà e farle rosolare. Versare il bicchiere di vino bianco e il dado. Quando il vino sarà evaporato aggiungere gli agrumi (con la buccia) tagliati a fettine di circa 1 cm, sale e pepe q.b. e il succo d'arancia. Aggiungere infine mezzo bicchiere d'acqua e lasciare cuocere a fuoco lento per circa 1 ora. Servire ben calda.



OCA TONNATA

Ingredienti (per 4 persone):

Per la salsa:

- 300 gr olio di semi
- 100 gr tonno all'olio di oliva sgocciolato
- 10 capperi
- 3 filetti di acciughe
- 1 cucchiaino di aceto
- 1 uovo
- sale q.b.

Per la carne:

- 1 carota
- 1 gambo di sedano
- 1 cipolla
- 1 rametto di rosmarino
- 2 cucchiari di olio di oliva
- 5 foglie di alloro
- Petto d'oca
- Sale q.b

Procedimento:

Cuocere il petto a lessso nell'acqua bollente con le verdure, rosmarino, alloro, due cucchiari di olio e un pizzico di sale per una mezzoretta circa. Lasciarlo raffreddare nel brodo.

Preparare la salsa: mettere in una ciotola il tonno, i capperi e le acciughe. Frullare. Aggiungere il sale, l'uovo e l'aceto. Frullare. Aggiungere l'olio a filo e continuare a frullare fino ad ottenere una consistenza cremosa.

Affettare il petto lessato a fettine sottili, disporle sul piatto e coprirle con la salsa tonnata e alcuni capperi. Servire freddo.



Le ricette di
Quack®

RAGÙ D'OCA

Ingredienti:

- Olio
- Sale e pepe
- Cipolla
- Sedano
- Carote
- Vino rosso
- Passata di pomodoro
- Carne d'oca



Procedimento:

Spolpare l'oca e macinare la carne compresa la pelle.
Soffriggere le verdure e aggiungere la carne, bagnarla con il vino rosso e lasciare evaporare il vino (circa 10 minuti). Aggiungere la passata di pomodoro e mescolare.
Cuocere per un paio d'ore.

Note:

Si può usare per la parmigiana, le lasagne o come sugo per condire la pasta.



TAGLIATA D'OCA

Ingredienti:

- Sale
- Rosmarino
- Aglio
- Pepe
- Petto d'oca
- Erba cipollina



Procedimento:

Mettere la pietra ollare a scaldare nel forno a 200°.

Insaporire il petto d'oca con gli aromi e disporre aperto sulla teglia con la pelle rivolta verso l'alto.

Infornare a 200° per 10 minuti. Tagliarlo a fettine dello spessore di 2 centimetri circa e disporle sulla pietra preriscaldata (oppure una padella ben calda) cospargendo con erba cipollina. Terminare la cottura a tavola.



BOCCONCINI D'OCA CON PEPERONI

Ingredienti (per 4 persone):

- 1 petto d'oca doppio
- Olio q.b.
- 1 Cipolla
- 2 peperoni (1 rosso e 1 giallo)
- Vino rosso
- Sale e pepe
- Dado di carne



Procedimento:

Tagliare il petto d'oca a dadini e metterlo in padella a soffriggere con la cipolla e mezzo dado di carne. Bagnare con il vino rosso e rosolare per circa 30 minuti.

Nel frattempo affettare i due peperoni e soffriggerli in padella con un goccio d'olio e un po' di sale per 2-3 minuti.

Trascorsi i 30 minuti di cottura della carne, aggiungere i peperoni e far cuocere per altri 10 minuti.



Le ricette di
Quack®

POLPETTE D'OCA

Ingredienti (per 4 persone):

- 1 petto d'oca doppio
- 1 uovo
- 100 gr grana grattugiato
- 150 gr ricotta
- 70 gr prosciutto cotto macinato
- prezzemolo (a piacere)



Procedimento:

Mettere il petto d'oca senza la pelle in padella con vino bianco, un pizzico di sale, pepe e rosmarino. Cuocere a fuoco lento per 30 minuti circa. Lasciare raffreddare e macinare.

Aggiungere tutti gli altri ingredienti e mescolare fino ad ottenere un impasto omogeneo. Modellare l'impasto a forma di polpette, impannare e friggere in olio caldo.

Ottime anche cotte al forno!



COSCIA D'OCA ARROSTO

Ingredienti:

- Mix di spezie (timo, rosmarino, pepe, aglio)
- Vino bianco o rosso
- Sale
- Cosce d'oca



Procedimento:

Impanare le cosce d'oca nel mix di aromi e posizionarle in una pirofila con la pelle sopra e la carne sotto, a contatto con la teglia.

Bagnare con 3 bicchieri di vino e 1 bicchiere di acqua.

Cuocere in forno caldo a 120° per 30 minuti, girando le cosce dopo 15 minuti.

Aumentare la temperatura di cottura a 170° e cuocere 10 minuti per parte.

Servire calde e fragranti.

Si possono conservare già cotte in frigorifero per 1 settimana sommerse nel loro grasso di cottura.



RAVIOLI D'OCA PRIMAVERA

Ingredienti (per 4 persone):

- 1 confezione di ravioli d'oca (400 gr)
- 100 gr di speck d'oca a tocchetti
- 2 zucchine medie
- aglio
- prezzemolo
- zafferano
- sale e pepe
- vino bianco



Procedimento:

Tagliare le zucchine a julienne e metterle in una padella con lo speck d'oca a tocchetti, 1 spicchio d'aglio, prezzemolo, sale e pepe e soffriggere per circa 10 minuti irrorando con il vino bianco.

Sciogliere lo zafferano in acqua calda e aggiungerlo al sugo.

Cuocere i ravioli per 2 minuti in acqua bollente, scolare e condire con il sugo.



COTECHINO D'OCA

Suggerimenti per la cottura

Bucherellare il cotechino con uno stuzzicadenti. Praticare circa 6-7 fori. Mettere il cotechino a freddo in una pentola piena d'acqua e iniziare la cottura a fuoco medio senza il coperchio.

Quando l'acqua comincia a bollire coprire la pentola con il coperchio e abbassare il fuoco al minimo. Da quando l'acqua inizia a bollire cuocere per due ore sempre con il fuoco al minimo. Una volta terminata la cottura lasciarlo dentro al fuoco spento per una mezzoretta. Affettarlo e servirlo ben caldo.

Si consiglia di prepararlo la mattina per la sera. Una volta cotto può essere congelato.



LO SAPEVI CHE LA CARNE D'OCA È RICCA DI GRASSI OMEGA INSATURI E ANTIOSSIDANTI NATURALI?!

La carne d'oca ha delle proprietà nutrizionali sorprendenti:

è ricca per ben il **75% di grassi insaturi assimilabili**, dunque fonte naturale di **Omega 3, 6 3 9!**

Questo tipo di grassi sono essenziali per il corretto funzionamento del nostro organismo, così come i nutrienti presenti nell'olio extravergine di oliva e nel pesce.

La carne d'oca contiene inoltre **selenio**, un antiossidante naturale, e **lisina**, che favorisce la formazione di anticorpi, migliora la tolleranza allo stress e il metabolismo dei grassi.



QUACK®

Corso Bastioni di Porta Volta n.9, 20121 Milano

02.89095189 - 347.4565954

negozi@quackitalia.com - www.quackitalia.com