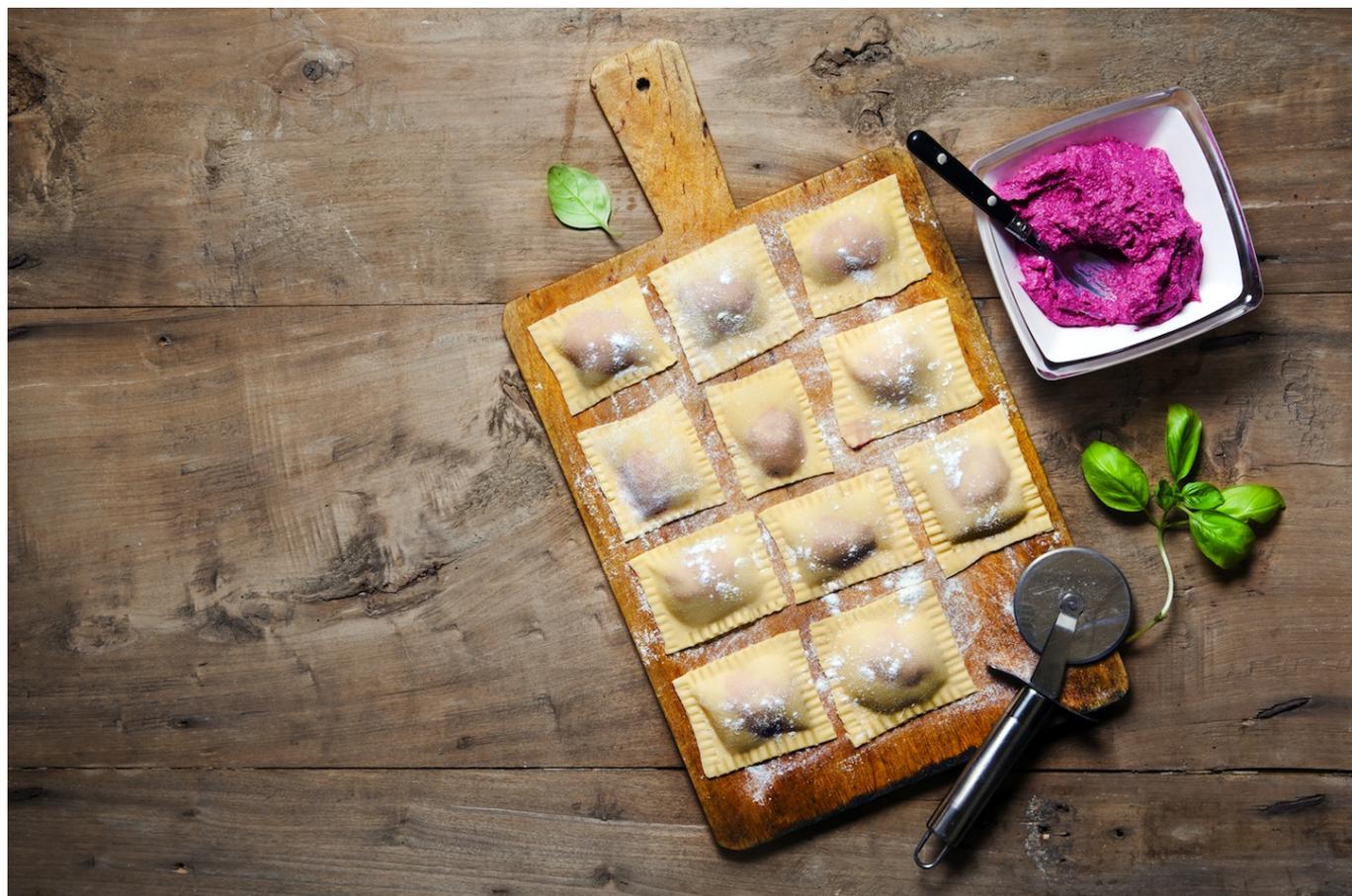


TORTELLI DI BARBABIETOLA ROSSA: LA MAREMMA NEL PIATTO



Tortelli di barbabietola rossa: scoprire la Toscana attraverso la tavola e i sapori che da sempre ne caratterizzano la vita quotidiana, fatta di qualità, tradizioni e prodotti tipici.

Tortelli di Barbabietola Rossa: la Maremma nel piatto

Si può conoscere una regione visitando le sue città, lasciandosi impressionare dalla sua storia e dai suoi paesaggi; basta però mettersi a tavola per conoscere e comprendere le sue origini. Per imparare a conoscere la Toscana è fondamentale provare la sua gustosa cucina povera, ma nutriente, fatta di piatti genuini e sfiziosi come i tortelli di barbabietola rossa.

In vacanza in Maremma

La scorsa estate con alcuni amici abbiamo organizzato una vacanza in Toscana. Eravamo alla ricerca di un divertimento alternativo e la Maremma offriva diverse occasioni di svago tra passeggiate nel verde di Orbetello e immersioni nei meravigliosi fondali di Giannutri. Inoltre, tra una nuotata e l'altra, volevamo anche soddisfare il palato con una cucina semplice e genuina.



Il *Made in Tuscany* offre una varietà di piatti preparati con ingredienti biologici a chilometro zero. Abbiamo scelto un ristorante nell'entroterra che ci ha servito un tipico piatto della Maremma accostato ad un tubero non molto utilizzato nella cucina di tutti i giorni: i *Tortelli di barbabietola rossa*.

Tortelli di barbabietola rossa

I tortelli sono preparati con pasta sfoglia fatta in casa e presentano una forma quadrata di dimensioni superiori a quelle dei classici ravioli emiliani. Il ripieno consiste in una dolce sorpresa di colore rosso (dovuta al colore delle barbabietole o barbe rosse), mentre il condimento della pasta è rappresentato semplicemente dall'olio extravergine di oliva toscano e pecorino maremmano a crosta rossa, grattugiato a scaglie.



Abbiamo scelto di provare questo piatto, in quanto rappresenta un piatto originale, ma collegato alla tradizione della Maremma. Nei *Tortelli di barbabietola rossa* abbiamo riscoperto tutti i sapori della Toscana: sapori della terra dove il gusto dolciastro della barbabietola si unisce a quello della patata e dell'olio extravergine di oliva toscano. Al piatto abbiamo associato un Morellino di Scansano - Poggio Argentera che bene si accosta alla pasta ripiena e saporita.

Tornata dal viaggio ho voluto replicare questa ricetta provando a darle un tocco moderno: anziché mettere soltanto la barbabietola nel ripieno l'ho aggiunta anche nell'impasto, in modo tale da dare un colore rosso alla pasta. Logicamente all'interno ho invertito le dosi fra barbabietola e patata in modo tale da equilibrare i sapori.

Ingredienti per i Tortelli di Barbabietola Rossa



Tuscanypeople





Per la pasta:

- 300 gr di farina di tipo 0 del
- 1 cucchiaio olio Evo Toscano
- 3 uova bio dell'azienda Agricola Palmi
- sale q.b.

Per il ripieno:

- 150 gr patate bio lesse
- 400 gr. barbabietole bio cotte al vapore
- noce moscata
- pecorino grattugiato
- sale q.b.

Le proprietà della barbabietola rossa







Sulle proprietà di questo ortaggio ho scoperto molte notizie interessanti. La barbabietola è molto ricca di sali minerali e importanti vitamine, come la vitamina C che previene molte malattie e rinforza le difese immunitarie. E' ricca di antiossidanti che aiutano l'organismo a combattere i radicali liberi.

Contiene acido folico, indispensabile per chi è in stato di gravidanza e se alla barbabietola si aggiunge un po' di succo di limone, aiuta ad assorbire meglio il ferro contenuto negli alimenti. La barbabietola è un toccasana per il fegato e per il sangue. Con il suo succo si possono preparare delle dissetanti bevande per combattere la calura estiva. In cucina la barbabietola rossa si può utilizzare per la preparazione di risotti sfumati con il Chianti Classico, oppure lessate e condite con olio extravergine toscano o cotte direttamente nel forno e aromatizzate con prezzemolo e rosmarino.

La cucina di TuscanyPeople:

Se realizzerete questa splendida ricetta dei "Tortelli di Barbabietola rossa" vi invitiamo a condividerla con noi usando i nostri hashtag #TuscanyPeople e #LeRicettediTuscanyPeople sui nostri canali social [Instagram](#) e [Facebook](#).

Le foto più belle verranno ripostate sul nostro canale Instagram [instagram.com/tuscanypeople](https://www.instagram.com/tuscanypeople)

TuscanyPeople cerca belle storie da raccontare. Qualunque cosa tu sia, Agricoltore, Artigiano, Imprenditore, Locandiere, Oste, Viticoltore, narraci la tua.



Siamo curiosi.

Riproduzione Riservata ©Copyright TuscanyPeople

