

COTECHINO

MODENA





Il Cotechino Modena deve la sua fama all'origine geografica dei luoghi dove tradizionalmente è stato ottenuto. L'origine storica del prodotto risale a Modena molti secoli fa. È il padre dello Zampone e di tutti gli insaccati che contengono cotenna. In seguito venne fabbricato anche nelle altre regioni dell'Italia centro-settentrionale, dove furono tramandate e diffuse le stesse conoscenze nell'arte di fabbricare tali insaccati di puro suino.

L'industriosità e le capacità tecniche tramandate tra gli addetti ai lavori costituiscono, ancora oggi, un elemento essenziale di tale prodotto, le cui caratteristiche risentono dell'importanza del fattore ambientale ed umano.

IL CONSORZIO ZAMPONE MODENA COTECHINO MODENA

si è costituito nel 2001 a Milanofiori (Milano), dopo un articolato percorso iniziato nel 1999, anno in cui i due prodotti hanno ottenuto l'ambito riconoscimento europeo IGP (Indicazione Geografica Protetta) con il regolamento della Commissione Europea n. 509/1999.

Il Consorzio conta oggi 20 aziende, che rappresentano i principali produttori dei due prodotti IGP.

L'INDICAZIONE GEOGRAFICA PROTETTA

è un prestigioso riconoscimento che dà l'Unione Europea solo ai prodotti tradizionali e di qualità e rappresenta per il consumatore una sorta di 'sigillo di garanzia'.

Il Cotechino Modena IGP, in particolare, garantisce:

- di essere prodotto all'interno del territorio tradizionale di produzione.
- di essere prodotto secondo l'originale e tradizionale ricetta (determinati ingredienti, in determinate proporzioni, con determinate spezie,...).
- di rispettare precise caratteristiche qualitative (a livello di ingredienti, ma anche di sapore, colore e di contenuto minimo di proteine e massimo di grassi).
- di essere costantemente controllato da un organismo autorizzato dal Ministero delle Politiche Agricole, Alimentari e Forestali.

CARATTERISTICHE NUTRIZIONALI

A fronte di una buona percentuale di proteine pregiate, il Cotechino Modena IGP contiene una quantità di grassi perfettamente in linea con quanto suggerito dalla scienza nutrizionale moderna. Se è vero infatti che i grassi vanno consumati con moderazione, non vanno però eliminati, dal momento che svolgono importanti funzioni per l'organismo. Dal punto di vista energetico, un etto di Cotechino Modena IGP contiene circa 300 calorie: meno di un piatto di pasta o di un etto di formaggio grana.

Logo che contraddistingue la produzione dei consorziati

Cotechino Modena

CON TAGLIATELLE VERDI e ZUCCHINE

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- 1 Cotechino Modena
- 6 piccole zucchine
- 1 scalogno
- 250 gr tagliatelle verdi
- timo
- menta

PREPARAZIONE

Mentre fai cuocere il Cotechino Modena fai soffriggere lo scalogno in poco olio, affetta le zucchine e falle cuocere con lo scalogno.

Aggiungi il Cotechino Modena a pezzetti.

Lessa la pasta al dente e uniscila al condimento facendola saltare in padella insieme alle erbe aromatiche.

DIFFICOLTÀ facile

TEMPO 30'

timo
menta
scalogno
tagliate



RISOTTO e PISE

Cotechino Modena CON RISOTTO e PISELLI

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- 1 Cotechino Modena
- 300 gr di riso
- 200 gr di piselli
- 1 cipolla
- 1 lt di brodo di carne
- parmigiano

PREPARAZIONE

Mentre fai cuocere il Cotechino Modena, fai lessare il riso.

Fai scaldare in una padella poco olio con uno spicchio d'aglio e fai saltare gli spinaci per pochi minuti.

Prepara dell'olio profumato facendolo scaldare in padella, con un po' di scorza di limone grattugiata, un pizzico di sale e dell'erba cipollina sminuzzata.

Affetta il Cotechino Modena e disponilo nei piatti insieme al riso e agli spinaci.

Condisci il tutto con l'olio profumato.

DIFFICOLTÀ **media**

TEMPO **30'**

BRODO
CIPOLL
Piselli
RISO



Cotechino Modena in zucchini ripiene

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- 1 Cotechino Modena
- 4 zucchini tonde
- 1 scalogno
- pangrattato
- 1 uovo
- olio, sale

PREPARAZIONE

Mentre fai cuocere il Cotechino Modena togli la parte superiore dalle zucchini, svuotalle con un cucchiaino e sale.

Fai rosolare lo scalogno con un po' d'olio e la polpa delle zucchini. Riunisci in una terrina il Cotechino Modena tagliato a dadini e la polpa di zucchini, aggiungi un uovo, il pangrattato, sale e spezie.

Riempi le zucchini con l'impasto, mettile in una teglia unta d'olio con 2 dita d'acqua e falle cuocere in forno a 180° per 25 minuti.

DIFFICOLTÀ **media**

TEMPO **1 ora**

SCALOGNO ^{olio}
ZUCCH
UOVO ^{sale}
PANGRATTATO



PUREA

COTECHINO MODENA CON PUREA ai TRE COLORI

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- 1 Cotechino Modena
- 200 gr di piselli in scatola
- 200 gr di carote
- 200 gr di fagioli cannellini in scatola
- basilico in foglie
- pepe, burro

PREPARAZIONE

Mentre fai cuocere il Cotechino Modena, frulla i piselli con qualche foglia di basilico. Schiaccia al passaverdura i fagioli dopo averli sciacquati. Lessa le carote e frullale con un pizzico di pepe e una noce di burro. Disponi 2 fettine di Cotechino Modena in ogni piatto, accompagnandolo ai tre diversi tipi di purea.

DIFFICOLTÀ **media**

TEMPO **40'**



SPINACI

COTECHINO MODENA CON RISO e SPINACI

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- 1 Cotechino Modena
- 300 gr di riso
- 300 gr di spinaci
- aglio
- sale, olio
- scorza di limone
- erba cipollina
- parmigiano

PREPARAZIONE

Mentre fai cuocere il Cotechino Modena, fai lessare il riso. Fai scaldare in una padella poco olio con uno spicchio d'aglio e fai saltare gli spinaci per pochi minuti. Prepara dell'olio profumato facendolo scaldare in padella, con un po' di scorza di limone grattugiata, un pizzico di sale e dell'erba cipollina sminuzzata. Affetta il Cotechino Modena e disponilo nei piatti insieme al riso e agli spinaci. Condisci il tutto con l'olio profumato.

DIFFICOLTÀ **facile**

TEMPO **40'**



Cotechino Modena in crema di asparagi con pomodorini

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- 1 Cotechino Modena
- 250 gr di asparagi
- 1 lt di brodo vegetale
- 4 pomodorini
- 1 cipolla
- 1 sedano
- olio

PREPARAZIONE

Mentre cuoci il Cotechino Modena, fai soffriggere la cipolla e il sedano. Aggiungi la parte dura degli asparagi, il brodo bollente e fai cuocere per 20 minuti. Frulla il tutto, aggiungi le punte degli asparagi e fai cuocere ancora per 10 minuti. A cottura ultimata aggiungi nella crema i pomodorini e il Cotechino Modena tagliato a cubetti.

DIFFICOLTÀ **media**

TEMPO **1 ora**



Cotechino Modena in spiedini grigliati

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- 1 Cotechino Modena
- 2 zucchine
- 1 peperone rosso e 1 giallo
- olio
- timo

PREPARAZIONE

Mentre fai cuocere il Cotechino Modena taglia le zucchine a fette sottili, salale, condiscile con un filo d'olio e un po' di timo. Fai lessare per qualche minuto i peperoni e tagliali a strisce larghe circa due centimetri. Taglia il Cotechino Modena e mettilo negli spiedini alternandolo alle verdure. Griglia tutto fino a quando le verdure risulteranno ben cotte.

DIFFICOLTÀ **facile**

TEMPO **35'**



COTECHINO MODENA IN PIADINA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- 1 Cotechino Modena
- 4 piadine
- 100 gr di insalata
- 1 cipolla
- 1 cucchiaio di yogurt
- limone, sale, pepe

PREPARAZIONE

Mentre fai cuocere il Cotechino Modena, affetta finemente la cipolla e mettila a marinare nel succo di limone con sale e pepe. Dopo aver scaldato le piadine disponi il Cotechino Modena, la cipolla e l'insalata condita con olio e limone. Alla fine impreziosisci spargendo sopra le spezie, la scorza di limone e un cucchiaio di yogurt.

DIFFICOLTÀ **facile**

TEMPO **25'**



COTECHINO MODENA CON INSALATA DI CARCIOFI, RUCOLA E ARANCIA

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- 1 Cotechino Modena
- 200 gr di carciofi
- 1 arancia
- 100 gr di rucola
- olio, limone
- sale, pepe

PREPARAZIONE

Mentre fai cuocere il Cotechino Modena, affetta sottilmente i carciofi e condiscili con olio e limone. Pela al vivo l'arancia, tagliala a spicchi e aggiungila ai carciofi insieme alla rucola. Condisci con un pizzico di sale e di pepe e servi insieme al Cotechino Modena.

DIFFICOLTÀ **facile**

TEMPO **25'**

