

# A tutto **BIO** **CAD BAM**



**E' ARRIVATO L'AUTUNNO: E' GIUNTA L'ORA DI PRENOTARE I PRELIBATI CAPPONI E LE DELIZIOSE MOSTARDE DELL'AZIENDA AGRICOLA "LE CASELLE" DI SAN GIACOMO SEGNATE... E PERCHE' NO, UN GHIOTTO ZABAJONE E SUGOLO D'UVA NOSTRANA!**

Con il cambio di stagione ci viene voglia di agnolini immersi nel profumato brodo di cappone, voglia di lesso, di mostarde fatte in casa, di cose buone e genuine da mangiare insieme alla famiglia e agli amici nelle fredde giornate invernali. Il Cad Bam, nell'ambito del suo spazio "a tutto bio" vi propone l'acquisto degli ottimi capponi, detti "capponi dei Gonzaga" e squisite mostarde dell'azienda agricola Le Caselle.

L'allevamento dei capponi si concentra in particolare in una zona ben precisa della provincia di Mantova, la cosiddetta "Bassa" o, più elegantemente, "Oltrepò mantovano". Questa zona di confine con l'Emilia Romagna, ricordata soprattutto per l'abbondanza di suini e zanzare, grazie a scambi storici ed incontri tra culture diverse, oggi può vantare grandi tradizioni e prodotti gastronomici di alto livello, tra i quali appunto lo squisito Cappone da sempre protagonista del brodo domenicale mantovano. Anche oggi nonostante la situazione economica sia cambiata, la carne di cappone è sinonimo di festa. Gianfranco Cantadori e Raffaella Gangini allevano i loro capponi all'aperto, per almeno 7 mesi. I Capponi vengono allevati fin dal primo giorno di vita con alimenti vegetali, nazionali e no OGM. Gli animali vengono lasciati liberi di razzolare in un bosco di piante autoctone presente in azienda. Inoltre per rendere ancora più gustosa la carne, gli animali nell'ultimo mese vengono nutriti con uno speciale impasto a base di farina di mais, crusca e farina di soia (no pesticidi!). La loro carne ha un sapore veramente unico. Il **Cappone ruspante dei Gonzaga** allevato in modo tradizionale si può acquistare **ESCLUSIVAMENTE PRENOTANDOLO** fino ad esaurimento: vanno a ruba e quindi vi consigliamo di pensarci abbastanza velocemente!

Ricordiamo che l'Azienda agricola "Le Caselle" è presente nella nuova Guida edita da Slow Food "Fare la spesa con Slow Food" (il libro contiene indirizzi in cui trovare le produzioni locali più genuine e soprattutto gli artigiani e i piccoli produttori). Inoltre l'Azienda fa parte della "Comunità del cibo della Mostarda Mantovana", comunità spontanea di tipo B (trasformatori di prodotto) che aderisce alla rete mondiale della Comunità del Cibo, promossa e coordinata dal movimento internazionale Slow Food. La Comunità esprime valori, interessi e destini comuni e si occupa della salvaguardia dei prodotti e della ricetta tradizionale della Mostarda Mantovana.

Ed ancora: l'Azienda Le Caselle è stata scelta a rappresentare, con i suoi prodotti e le sue ricette la Cucina Mantovana nel libro "MILANO IN CUCINA" edito da Sime Books, che verrà presentato ad Expo 2015 giovedì 29 ottobre.

## **COSTO DEL CAPPONE PULITO PERFETTAMENTE**

**€ 12,00 al kg.**

**NOTA BENE:** i capponi verranno preparati lo stesso giorno in cui verranno consegnati alla sede del Cad Bam quindi il prodotto sarà freschissimo. Per tale motivo il ritiro dovrà avvenire entro il giorno stesso, o al massimo il giorno successivo (al Circolo abbiamo un frigorifero a pozzetto).

**OLTRE AI CAPPONI...** è possibile ordinare le mostarde tradizionali mantovane, il sugolo d'uva e, novità di quest'anno, un ottimo zabajone!

## **MOSTARDA TRADIZIONALE MANTOVANA: FRUTTA E SENAPE, LA MAGIA DI UN BINOMIO.**

La senape è una pianta annuale originaria dell'Asia nota ed apprezzata fin dai tempi degli antichi romani, quando vi

era l'abitudine di polverizzarne i semi e versarli nel mosto di vino per ottenerne il "mustum ardens " o mosto ardente da cui deriva il nome mostarda. Una delle caratteristiche più conosciute della senape è quella di avere delle spiccate proprietà conservanti che vengono esaltate da quegli oli essenziali che il seme sprigiona mentre si sposa con gli zuccheri: è il caso della nostra mostarda. La mostarda mantovana è una conserva in cui la frutta è tagliata a fette e fatta candire nello zucchero per 4 giorni caramellata successivamente saltandola in padella e addizionata di senape in gocce (nel caso delle Caselle, olio essenziale di senape francese e non senape sintetica acquistata in farmacia). Può essere preparata con mele campanine( piccole mele mantovane) pere, pere cotogne (pera rustica e molto profumata) anguria bianca ed altre varietà di frutta. Le mostarde delle CASELLE sono preparate in modo esclusivamente artigianale seguendo una ricetta di famiglia e usando solo frutta appena raccolta e di stagione, per questo motivo ogni tipo di mostarda ha caratteristiche diverse.

### **MOSTARDA MANTOVANA**

Vasi da 220 gr.

€ 6,50

**Varietà:** mele campanine, pere, pere tipologia "Misso" della Lessinia (presidio Slow Food), ciliegie, fichi, pesche, cacomela (buonissima!), pomodori verdi. La mostarda di pere Misso costa € 7,00 a vasetto da 220 gr.

**ZABAJONE:** fatto con le uova freschissime delle "galline felici" allevate nel bosco attorno al laghetto dell'azienda e con Marsala Martinez stagionato in botte almeno cinque anni.

Vasetto da 160 gr.

€ 6,00

**SUGOLO D'UVA:** fatto con mosto fresco di uve "Grappello Ruberti".

Vaso da 200 gr.

€ 5,00

**DATA DI PRENOTAZIONE.** Le prenotazioni dovranno essere effettuate tramite l'apposito modulo che troverete nella sezione "SERVIZI PER I SOCI / A TUTTO BIO" del nostro sito internet ([www.cadbam.it](http://www.cadbam.it)) e pervenire alla Segreteria del Cad Bam entro il **20 NOVEMBRE 2015**, eventualmente anticipandole all'indirizzo e-mail [bruno.marras@cadbam.it](mailto:bruno.marras@cadbam.it)

I capponi, le mostarde e la giardiniera, potranno essere ritirate in data che verrà comunicata successivamente, presso la sede del Cad Bam a Mantova, Viale della Repubblica, 1/B, **dalle ore 16:00 alle ore 18:30** Per eventuali necessità al di fuori dall'orario prestabilito, potrete contattare la nostra Segreteria per accordi (tel. 0376.368843 oppure il numero di cellulare di **Bruno** in segreteria: 345.3396602). Potrete parcheggiare la vostra auto direttamente nel parcheggio interno del Circolo e ritirare comodamente il "pacco della spesa" già predisposto per voi. Il costo totale dei prodotti acquistati sarà apposto sul pacco; tale quota verrà addebitata sul vostro conto corrente in modo da evitare così perdite di tempo e giro di contanti.

