CAPPUCCIO ROSSO E FINOCCHIO

Ingredienti: cavolo cappuccio rosso, finocchi, sale marino integrale
Non pastorizzati
Tagliati a julienne
Peso netto 240 g
Vasetto in vetro

VALORI NUTRIZIONALI MEDI PER 100 G

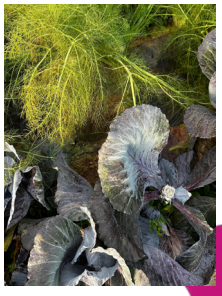
Energia	109 kj/ 26 kcal
Grassi	0 g
di cui acidi grassi saturi	0 g
Carboidrati	4,7 g
di cui zuccheri	1,7 g
Fibre	3,1 g
Proteine	1,4 g
Sale	2,4 g

Conservare il barattolo chiuso in luogo fresco e lontano dalla luce diretta. Una volta aperto tenere il vasetto in frigorifero e consumare entro dieci giorni.

Il cavolo rosso fermentato con finocchio ha un profilo aromatico complesso, dove **l'acidità tipica della fermentazione si unisce alla dolcezza naturale del finocchio**, creando un equilibrio tra freschezza e note speziate. Questo fermentato è ideale nelle **insalate di cereali e legumi**, nei panini gourmet o come guarnizione per piatti di **pesce crudo** come carpacci e tartare. Si abbina bene a **formaggi freschi e cremosi**, dove il finocchio ne esalta l'aromaticità, e a piatti caldi come **zuppe rustiche o risotti**, aggiungendo una nota sapida e rinfrescante. Ottimo anche con **carni bianche o arrosti.**

Provali cosi!

· Tartare di salmone, cappuccio rosso e finocchio con mele verdi
· Carpaccio di polpo con cappuccio rosso e finocchio e citronette agli agrumi
· Insalata di farro con ceci, cappuccio rosso e finocchio, feta, aneto e noci tostate
· Wrap di piadina integrale con hummus di fagioli bianchi, salsa tahina, cappuccio rosso e finocchio, semi di girasole
· Toast con brie fuso, pere grigliate e cappuccio rosso e finocchio
· Zuppa thai con latte di cocco, curry rosso, gamberi e come guarnizione cappuccio rosso e finocchio
· Vellutata di cavolfiore, finocchi croccanti, mandorle tostate e cappuccio rosso e finocchio



Per accompagnare il cavolo rosso fermentato con finocchio, un **Riesling secco** o un **Chenin Blanc** ne valorizzano la freschezza e le note speziate, mentre un **Gewürztraminer** ne esalta il lato aromatico. Se si preferisce un rosso, un **Pinot Noir** leggero e fruttato crea un abbinamento armonioso, mentre un **Lambrusco** può bilanciare la sapidità del fermentato.