

Dove mangiare **LA PESCA A TAVOLA**, a Sommacampagna:

- **OSTERIA DEL FIL DE FERRO** - www.osteriadelfildefero.com
P.zza C. Alberto, 4 - SOMMACAMPAGNA - 045 8969097
- **TRATTORIA AL PONTE** - www.trattorialponte.it
Via Corrobiolo, 38 - SOMMACAMPAGNA - 045 8960024
- **AGR. IL PRINCIPE AMEDEO** - www.agriturismoprincipeamedeo.it
Via Staffalo, 17 - CUSTOZA - 045 2429197
- **AGRITURISMO CÀ DEL PEA** - www.cadelpea.it
Via Pezzarara, 2 - SOMMACAMPAGNA - 045 2522065
- **LOCANDA VECCHIA CUSTOZA** - 045 516026
Via Bellavista, 37 - CUSTOZA
- **AGRITURISMO LE BIANCHETTE** - www.lebianchette.it
Str. Bianchette, 6 - CUSTOZA - 045 516373
- **ANTICO RISTORO-RISTORANTE PIZZERIA LA MACINA**
Via Valle Molini, 5 - CUSTOZA - 045 516008/045 516456
- **RISTORANTE IL CAVOLO A MERENDA**
Via Verona, 15 - CASELLE - 045 516008
- **RISTORANTE PICOVERDE**
Str. Ossario, 19 - CUSTOZA - 045 516133
- **RISTORANTE VILLA VENETO**
Str. Ossario, 24 - CUSTOZA - 045 516003
- **RISTORANTE TAMBURINO SARDO**
Str. Del Tamburino Sardo, 18 - CUSTOZA - 045 516217
- **RISTORANTE SALGARI c/o HOTEL SACCARDI**
Via Ciro Ferrari, 8 - CASELLE
info@hotelsaccardi.it - 045 8581400
- **CANTINA LA BACHETA** - 340 317 6062
Via Gorgo, 33 - CUSTOZA
info@cantinalabacheta.com



Dal **1° giugno al 10 settembre**,
in alcuni ristoranti dei comuni di
**Sommacampagna, Bussolengo,
Sona, Castelnuovo del Garda, Pescantina,
Valeggio S/Mincio e Villafranca**, sarà possi-
bile assaporare gustosi piatti cucinati con la
pesca, un prezioso frutto della nostra terra.

La pesca è il frutto ideale per l'estate: è fresca,
dissetante e ipocalorica, il che la rende perfetta
per chi vuole mantenersi in linea. La pesca è il
frutto dell'albero del pesco, il *Prunus persica*,
originario della Cina, dove viene considerato
simbolo di immortalità.

8 Cose da sapere della pesca

1. È fresca, dissetante e ipocalorica: il frutto ideale per l'estate, perfetta per mantenersi in forma;
2. È il frutto dell'albero del pesco, originario della Cina, dove viene considerato simbolo di immortalità;
3. È perfetta come spuntino di metà mattina: fornisce zuccheri senza appesantire;
4. È un ottimo antiossidante: diuretica, con azione vermifuga;
5. È ottima per rafforzare denti e ossa, protegge la pelle e gli occhi;
6. Favorisce l'abbronzatura e aiuta la pelle a rimanere elastica e giovane: è molto usata in cosmetica;
7. Mai bere troppa acqua dopo aver mangiato una pesca, per evitare un'indigestione;
8. I semi all'interno del nocciolo non vanno mangiati!

frutti della nostra Terra



From **1st June to 10th September**,
in some restaurants in
**Sommacampagna, Bussolengo,
Castelnuovo del Garda, Sona, Pescantina,
Valeggio S/Mincio and Villafranca**, you can
enjoy tasty dishes cooked with the local
peaches, a precious fruit of our land.

Peaches are the ideal fruit for the summer: they
are fresh, refreshing and low in calories, perfect
for those who want to keep fit. The peach tree,
Prunus persica, is native to China, where it is
considered a symbol of immortality.

8 Things to know about the peach

1. It is fresh, refreshing, low in calories: it's the ideal fruit for the summer, perfect to keep fit;
2. The peach is a deciduous tree native to the region of Northwest China, where it is considered as a symbol of immortality;
3. It's perfect as a in mid-morning snack, as its healthy sugar content does not cause fat gain;
4. It's diuretic, with vermifuge action;
5. It's excellent for strengthening teeth and bones, it protects skin and eyes;
6. It favours tan, skin elasticity and it's widely used in cosmetics;
7. To help digestion, drink little/no water after eating peaches;
8. The seeds inside the peach stone must not be eaten!



Vom **1. Juni bis 10. September**
können Sie in zahlreichen Restaurants
der Gemeinden **Sommacampagna,
Bussolengo, Castelnuovo del Garda, Sona,
Pescantina, Valeggio S/Mincio und Villafranca**
schmackhafte Gerichte mit **Pfirsich** genießen,
eine kostbare Frucht unseres Landes.

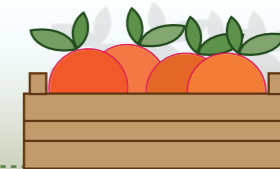
Der Pfirsich ist die ideale Frucht für den Sommer:
erfrischend, durststillend und kalorienarm, er ist
ideal für all diejenigen, die sich fit halten möchten.
Der Pfirsich, die Frucht des Pfirsichbaums, *Prunus
persica*, stammt aus China, wo er als Symbol der
Unsterblichkeit gilt.

8 Dinge, die sie über den pfirsich wissen sollten

1. Der Pfirsich ist erfrischend, durststillend und kalorienarm: die ideale Frucht für den Sommer, perfekt für all diejenigen, die sich fit halten möchten;
2. Der Pfirsichbaum stammt aus China, wo er als Symbol der Unsterblichkeit gilt;
3. Der Pfirsich ist ideal als Snack am Vormittag: er liefert Zucker ohne Körperbelastung;
4. Er ist ein ausgezeichnetes Antioxidans: er ist diuretisch und kann gegen Würmer helfen;
5. Er stärkt Zähne und Knochen und schützt Haut und Augen;
6. Er verstärkt die Bräunung, hilft der Haut, elastisch und jung zu bleiben: Er wird viel in der Kosmetik verwendet;
7. Zur Vermeidung von Magenverstimmungen sollte man nach dem Verzehr dieser Frucht wenig bzw. gar kein Wasser trinken;
8. Der Kern enthält Samen, die aber nicht essbar sind!

Dove acquistare **LA PESCA**, a Sommacampagna, direttamente dal produttore:

- **AZ. AGR. CASA LASTA di CICHERI PAOLO** - cicheri.paolo@libero.it
Via Cappello, 26 - SOMMACAMPAGNA - 045 516228
- **AZ. AGR. COMPARIN GIUSEPPE** - giuseppe.comparin@libero.it
Via Austria, 4 - VILLAFFRANCA - 328 2149811
- **AZIENDA AGRICOLA BRENTGANI ADRIANO**
Str. Custoza, 31 - SOMMACAMPAGNA - 340 6246123
- **AZ. AGR. CASA MARIA TERESA DI GHELLERE LUCIANO**
Via Caselle, 76 - SOMMACAMPAGNA
- **AZIENDA AGRICOLA CICCHERI MARIO**
Via Cappello 20 - SOMMACAMPAGNA
- **AZIENDA AGRICOLA FACCIO BIO** - enricofac@msn.com
Loc. Gasparina - SOMMACAMPAGNA
- **AZIENDA AGRICOLA LA REZZOLINA di MONTRESOR G.**
Via Caselle, 11 - SOMMACAMPAGNA - giuliano.montresor@libero.it
- **AZIENDA AGRICOLA PIPPA MARCO E ANTOLINI BARBARA S.S.**
Via Celozza, 20 - CASELLE
- **AZIENDE AGRICOLA PAGGI ALBERTO** - 347 5375134
Via Cesarina, 27 - SOMMACAMPAGNA - michela.baroni71@gmail.com
- **AZIENDA AGRICOLA ROSSIGNOLI NICOLA** - 347 7943948
Via Cappello, 10 - SOMMACAMPAGNA - nicola.rossignoli@libero.it
- **AZIENDA AGRICOLA LA PERLA di Zorzi Waltar e Federico**
Via dei Colli, 88 - VILLAFFRANCA
340 0563388/349 5661908 - soc.agr.laperla@gmail.com





Pesche sciropate

Ingredienti: 2 kg di pesche gialle belle sode e sane, 2 litri di acqua, 800 g di zucchero.

Lavare le pesche ed asciugarle bene.

Preparare lo sciroppo facendo bollire l'acqua e lo zucchero per almeno 5 minuti e lasciarlo raffreddare. Tagliare le pesche a quarti senza privarle della buccia e disporle nei vasi, riempiendo gli spazi tra una fetta e l'altra. Ricoprire con lo sciroppo freddo e tappare i vasi. Disporre i vasi in una pentola alta e coprirli di acqua facendola bollire a bagnomaria per 25 minuti. Toglierci dall'acqua e farli raffreddare.

Aspettare almeno due mesi prima di consumarle.

Vino consigliato: Custoza Passito.

Pesche e amaretti

Ingredienti: 6 nectarine, 70 g amaretti, 1 cucchiaino di cacao amaro, 40 g zucchero canna, 20 g mandorle, 1 bicchiere di vino dolce liquoroso.

Tritare gli amaretti e le mandorle, aggiungere il cacao e lo zucchero. Tagliare le pesche in due, togliendo un po' di polpa e incorporandola al composto preparato prima, quindi farcire le due metà. Cospargere le pesche con un po' di zucchero e mettervi sopra un amaretto.

Mettere il tutto in una pirofila e bagnarlo con il vino, cuocendo mezzora a 200 gradi (bagnandole ogni tanto con il fondo di cottura).

Peaches in syrup

Ingredients: 2 kg of healthy peaches, 2 liters of water, 800 g of sugar.

Wash the peaches and dry them well.

Prepare the syrup by pouring the sugar in the water and making it boil for 5 minutes. Let it cool down. Do not take the peel off, cut the peaches into quarters and place them into jars and leaving no space between the slices. Cover with the cold syrup and close the jars. Place them in a deep pot and cover with water. Boil the jars in bain-marie for 25 minutes. Remove the jars from the water and let them cool down.

Wait at least two months before eating.

Recommended wine: Custoza Passito.

Peaches and amaretti

Ingredients: 6 nectarines, 70 g. amaretti biscuits, 1 tablespoon unsweetened cocoa, 40 g cane sugar, 20 g almonds, 1 glass of sweet dessert wine.

Chop the amaretti biscuits and the almonds, add the cocoa and the sugar. Cut the peaches in half, remove part of the pulp and add it to the mixture prepared before. Stuff the two halves with this mixture. Sprinkle the peaches with sugar and put an amaretto biscuit onto the top of each half. Arrange them onto a baking dish, pour some wine on and cook for about 30 minutes at 200 degrees (spraying occasionally with the cooking juice).

Eingemachte pfirsche

Zutaten: 2 kg gelbe Pfirsiche, 2 Liter Wasser, 800 g Zucker.

Pfirsiche in reichlich Wasser waschen. Diese abtrocknen und auf ein Tischtuch legen. Den Zuckersirup vorbereiten: das Wasser und den Zucker 5 Minuten lang aufkochen lassen. Die Pfirsiche (mit Schale) in Viertel schneiden und in Einmachgläser verteilen. Den kalten Sirup über die Pfirsiche in den Gläsern gießen. Achtung: den Raum zwischen den Scheiben gut mit dem zubereiteten Sirup füllen. Gläser verschließen. Die verschlossenen Gläser im Wasserbad in einen Einmachtopf stellen und bei 90 Grad 25 Minuten aufkochen lassen. Die Gläser aus dem Wasserbad nehmen und vollständig abkühlen lassen.

Warten Sie mindestens zwei Monate mit dem Verzehr.

Weinempfehlung: Custoza Passito.

Pfirsche mit amaretti

Zutaten: 6 Pfirsiche oder Nectarinen, 70 gr Amaretti, 1 Esslöffel Bitterkakao, 40 gr Rohrzucker, 20 gr Mandeln, 1 Glas süßen Dessertwein.

Die Amaretti und die Mandeln fein zerbröseln. Kakao und Zucker hinzufügen. Die Pfirsiche halbieren, das Fruchtmark ein wenig entfernen und dieses mit der zuvor vorbereiteten Mischung vermengen; dann die beiden Pfirsichhälften füllen. Die Pfirsiche mit Zucker bestreuen und obendrauf ein Amaretto legen. Die Pfirsiche auf die Auflaufform legen, mit Wein anrichten und im heißen Ofen bei 200 Grad etwa 30 Minuten backen (ab und zu den kochenden Saft über die Pfirsichegießen).



LA PESCA A TAVOLA



progetto promosso con i comuni di:

