Smak prosto z Serca

Włoskie sery. Smaki, tradycje i kulinarne inspiracje



Ministero degli Affari Esteri e della Cooperazione Internazionale

ITA ITALIAN TRADE AGENCY

OpportunItaly Driving business growth with Italian excellence.

Assolatte ASSOCIAZIONE ITALIANA LATTIERO CASEARIA

Smak prosto z Serca

Włoskie sery. Smaki, tradycje i kulinarne inspiracje

POZNAJ • ODKRYJ • SMAKUJ • ZAINSPIRUJ SIĘ



Assolatte

Założone w 1945 roku **Włoskie Stowarzyszenie Przemysłu Mleczarskiego** (Associazione Italiana Lattiero Casearia) to dobrowolna organizacja zrzeszająca przedsiębiorców działających w sektorze mleczarskim.

Assolatte skupia 300 firm – od małych, średnich i dużych podmiotów krajowych, zarówno prywatnych, jak i spółdzielczych, po duże przedsiębiorstwa międzynarodowe – których obroty stanowią ponad 90% przychodów całego sektora.

Assolatte reprezentuje wszystkie produkty powstające z mleka – zarówno tradycyjne, jak i innowacyjne, niezmiennie wyróżniające się wysoką jakością, wyśmienitym smakiem i bezpieczeństwem: wszystkie rodzaje mleka spożywczego, jogurty i wszelkie produkty fermentowane, masło oraz, rzecz jasna, wszystkie sery: krowie, kozie, bawole, owcze czy z mleka mieszanego.

Od powstania stowarzyszenia minęło 81 lat, a Assolatte niezmiennie pozostaje kluczowym punktem odniesienia dla przedsiębiorstw, reprezentując ich potrzeby na każdym forum i upowszechniając ich wartości.

www.assolatte.it



Siedziba ITA w Rzymie

ITA – Italian Trade Agency

ITA – Italian Trade Agency to agencja rządowa, która wspiera rozwój biznesowy włoskich firm za granicą oraz promuje przyciąganie inwestycji zagranicznych do Włoch.

Dzięki nowoczesnej strukturze, zaangażowanemu zespołowi oraz rozbudowanej sieci biur zagranicznych, ITA zapewnia włoskim małym i średnim przedsiębiorstwom informacje, wsparcie, doradztwo, promocję oraz szkolenia.
Wykorzystując najnowocześniejsze, wielokanałowe narzędzia promocji i komunikacji, wspiera budowanie pozycji marki Made in Italy na świecie.
W 2026 roku ITA obchodzi swoje 100-lecie, świętując wiek zaangażowania we wspieranie włoskich firm na rynkach międzynarodowych oraz dostosowywania się do globalnych przemian gospodarczych, przy jednoczesnym zachowaniu wierności swojej pierwotnej misji: promowaniu włoskiej doskonałości na całym świecie.

Italian Trade Agency @ITAtradeagency

www.ice.it

ITA - Italian Trade Agency @itatradeagency



POZNAJ
autentyczny smak i jego korzenie

ODKRYJ
14 włoskich serów i ich wyjątkowy charakter

SMAKUJ
20 przepisów na różne okazje

ZAINSPIRUJ SIĘ
i dołącz włoski smak do swojej codziennej kuchni.

Poznaj

Smak, który ma swoje korzenie

Włoskie sery mają smak, który wywodzi się z konkretnych miejsc, tradycji, a powstają dzięki wiedzy przekazywanej z pokolenia na pokolenie. Każdy – od kremowej burraty po dojrzewające Parmigiano Reggiano – opowiada własną historię i wnosi do kuchni inny aromat.

DOP. Pochodzenie ma znaczenie

DOP (Denominazione di Origine Protetta)
to oznaczenie funkcjonujące w ramach unijnego systemu ochrony produktów regionalnych i tradycyjnych, którego polskim odpowiednikiem jest Chroniona Nazwa Pochodzenia.

DOP wyróżnia produkty szczególnie silnie związane z miejscem, w którym powstają. Wszystkie etapy ich produkcji, przetwarzania i przygotowania odbywają się na określonym obszarze geograficznym.

To właśnie dlatego nazwy takich jak Parmigiano Reggiano DOP, Gorgonzola DOP czy Taleggio DOP wskazują nie tylko rodzaj sera, ale także ich pochodzenie.

STG. Tradycja, którą warto chronić

STG (Specialità Tradizionale Garantita), czyli Gwarantowana Tradycyjna Specjalność, akcentuje nie miejsce pochodzenia, lecz tradycyjny charakter produktu lub sposób jego wytwarzania.

DOP = Chroniona Nazwa Pochodzenia
IGP = Chronione Oznaczenie Geograficzne
STG = Gwarantowana Tradycyjna Specjalność

Czas odkryć ich smak

Przed nami miniprezentacja o 14 serach, z których każdy ma inny charakter i daje inne kulinarne możliwości. Najpierw pigułka wiedzy, a potem pozwolimy im zagrać główną rolę tam, gdzie liczą się najbardziej.

Odkryj

14 serów. 14 charakterów.



ASIAGO DOP | Północno-wschodnie Włochy
łagodny • mleczny • dojrzewający | Do omletów, polenty i dań na ciepło

---

BURRATA | Apulia
świeża • delikatna • kremowa | Do przystawek, warzyw i dań z makaronem

---

CACIOCAVALLO SILANO DOP | Południowe Włochy
aromatyczny • zwarty • wyrazisty | Do grillowania, smażenia i zapiekania

---

GORGONZOLA DOP | Północne Włochy
kremowa • wyrazista • intensywna | Do sosów, gnocchi i warzyw

---

GRANA PADANO DOP | Liczne prowincje i gminy w północnych Włoszech
twardy • ziarnisty • intensywny | Do risotto, makaronów i dań głównych

---

MASCARPONE | Głównie północne Włochy
aksamitny • delikatny • kremowy | Do deserów i kremowych dań

MOZZARELLA | Tradycyjna włoska receptura
świeża • mleczna • sprężysta | Do przekąsek, kanapek i zapiekania

---

MOZZARELLA DI BUFALA CAMPANA DOP | Południowe Włochy
świeża • sprężysta • mleczna | Do przystawek, sałatek i lekkich dań

PARMIGIANO REGGIANO DOP | Północne Włochy
twardy • kruchy • intensywny | Do makaronów, sałatek i dań na ciepło

---

PECORINO ROMANO DOP | Sardynia • Lacjum • Grosseto
twardy • intensywny • pikantny | Do makaronów, sosów i dań głównych

---

PECORINO TOSCANO DOP | Toskania i okolice
delikatny • aromatyczny • łagodny | Do tart, przekąsek i dań na ciepło

PROVOLONE | Nizina Padańska i południe Włoch
sprężysty • aromatyczny • łagodny lub pikantny | Do przystawek, warzyw i zapiekania

PROVOLONE VALPADANA DOP | Północne Włochy
aromatyczny • wyrazisty • wszechstronny | Do mięsa, warzyw i dań na ciepło

TALEGGIO DOP | Północne Włochy
miękki • kremowy • aromatyczny | Do ziemniaków, zapiekanek i sosów



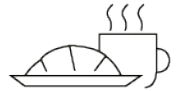
Smakuj

20 przepisów na każdą okazję

Włoskie sery najlepiej poznaje się przy stole. Czas więc przejść od charakterystyki i pochodzenia do tego, co najprzyjemniejsze: gotowania, próbowania i dzielenia się smakiem.

Wybraliśmy 20 przepisów, które pokazują różne oblicza 14 włoskich serów. Znalazły się tu proste przekąski i dania na co dzień, ale i propozycje na spotkanie przy stole i słodki deser.

COLAZIONE(ŚNIADANIE) & BRUNCH



- Omlet z Asiago Fresco DOP i sezonowymi ziołami
- Torta salata z Pecorino Toscano DOP i wędzonym boczkiem
- Croque Madame z łagodnym Provolone Valpadana DOP

APERITIVO & ANTIPASTI



- Chrupiące medaliony z Caciocavallo Silano DOP
- Frytki z dyni z sosem z Gorgonzoli DOP
- Rożki z prosciutto, melonem i Mozzarellą di Bufala Campana DOP
- Mozzarella in carrozza, czyli chrupiące tosty z mozzarellą
- Funghi e Provolone, czyli sałatka z pieczarkami i serem provolone

PRIMI



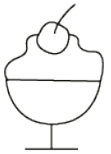
- Polenta z Asiago Stagionato DOP i szynką dojrzewającą
- Ravioli z burratą i masłem szafranowym
- Gnocchi w kremowym sosie z Gorgonzoli DOP
- Risotto z łososiem, porem, tymiankiem cytrynowym i Grana Padano Riserva
- Tagliatelle z porem, krewetkami i Pecorino Romano DOP

SECONDI



- Kurczak pomarańczowy z szałwią i Grana Padano DOP
- Burger z grillowanym Parmigiano Reggiano DOP
- Pizzette z bakłażana z Provolone Valpadana DOP Affumicato
- Gratin Dauphinois z Taleggio

DOLCI



- Tartaletki z mascarpone i owocami leśnymi
- Millefoglie z kremem mascarpone i konfiturą morelową
- Zielone jabłko z musem z Asiago Stagionato DOP



COLAZIONE & BRUNCH

- Omlet z **Asiago Fresco DOP** i sezonowymi ziołami
- Torta salata z **Pecorino Toscano DOP** i wędzonym boczkiem
- Croque Madame z łagodnym **Provolone Valpadana DOP**

OMLET Z ASIAGO FRESCO DOP I SEZONOWYMI ZIOŁAMI

Prosty przepis, w którym kilka składników wystarczy, by wydobyć delikatny charakter świeżego Asiago. Sezonowe zioła dodają świeżości, a ser łączy się z jajkami i tworzy miękkie, pełne smaku wnętrze.



2

15 min

★★☆☆☆
łatwy

SKŁADNIKI

4 jajka
200 g Asiago Fresco DOP
100 g świeżych, sezonowych ziół
oliwa extra vergine
sól
świeżo mielony pieprz

PRZYGOTOWANIE

1. Asiago Fresco DOP pokrój w kostkę, na niewielkie, około 1-centymetrowe kawałki.
2. Jajka dokładnie roztrzep w misce. Dodaj ser, dopraw solą i pieprzem.
3. Na patelni rozgrzej niewielką ilość oliwy. Dodaj sezonowe zioła i krótko je podsmaż.
4. Wlej masę jajeczną z asiago i smaż do momentu, aż omlet się zetnie i nabierze złocistego koloru.
5. Podawaj od razu, najlepiej na ciepło.



W SERCU SMAKU

Asiago Fresco DOP nadaje omletowi delikatny serowy smak i miękką konsystencję. Pokrojony w kostkę i dodany bezpośrednio do jajek staje się integralną częścią dania, a nie jedynie dodatkiem na jego powierzchni.

TORTA SALATA Z PECORINO TOSCANO DOP I WĘDZONYM BOCZKIEM

Krucha, wytrawna tarta z kremowym nadzieniem, w którym delikatny charakter Pecorino Toscano DOP dopełnia wyrazisty smak wędzonego boczku. Smaczna zarówno na ciepło, jak i po wystudzeniu.



8

45 min
+30 min pieczenia

★★☆☆☆

łatwy

SKŁADNIKI

250 g ciasta kruchego typu brisée
180 g startego Pecorino Toscano DOP
120 g wędzonego boczku
240 ml mleka
120 ml śmietanki
2 jajka
1 żółtko
gałka muszkatołowa
sól
świeżo mielony pieprz

PRZYGOTOWANIE

1. Rozwałkuj ciasto na grubość około 3–4 mm. Wyłóż nim formę do tarty i nakłuj spód widelcem.
2. Boczek pokrój w cienkie paski, krótko zblanszuj we wrzątku, a następnie osusz na patelni. Uważaj, aby go nie przesuszyć. Rozłóż na spodzie tarty.
3. Mleko i śmietankę podgrzej z odrobiną gałki muszkatołowej.
4. Jajka i żółtko roztrzep z solą i pieprzem. Dodaj starte Pecorino Toscano DOP i dokładnie wymieszaj.
5. Dodaj przygotowane mleko ze śmietanką i ponownie wymieszaj. Masę wylej na gotowy spód z boczkiem.
6. Piecz około 30 minut w temperaturze 180°C. Po wyjęciu z piekarnika odstaw na chwilę. Podawaj na ciepło lub zimno.



W SERCU SMAKU

Pecorino Toscano DOP buduje charakter nadzienia i łączy jego kremową bazę z wyrazistym wędzonym boczkiem. W tej recepturze ser nie jest dodatkiem na koniec, ale jednym z głównych składników całej masy.

CROQUE MADAME Z ŁAGODNYM PROVOLONE VALPADANA DOP



2

15 min

★★☆☆☆

łatwy

SKŁADNIKI

2 jajka
4 kromki pieczywa tostowego
4 plastry gotowanej szynki
2 plastry łagodnego Provolone Valpadana DOP o grubości ok. 2 cm
masło
sól
pieprz

PRZYGOTOWANIE

1. Plastry Provolone Valpadana DOP przytnij tak, aby odpowiadały wielkości kromek pieczywa.
2. Pomiędzy dwiema kromkami pieczywa ułóż plaster Provolone Valpadana DOP i dwa plastry gotowanej szynki. W ten sam sposób przygotuj drugi tost.
3. Na patelni rozgrzej masło i smaż tosty na średnim ogniu, aż pieczywo się zrumieni.
4. Na tej samej patelni usmaż jajka. Możesz użyć okrągłej foremki, aby nadać im regularny kształt. Żółtka powinny pozostać płynne.
5. Dopraw jajka solą i pieprzem, a następnie ułóż po jednym na każdym toście.
6. Podawaj od razu, na ciepło.



W SERCU SMAKU

Łagodne Provolone Valpadana DOP tworzy serowe wnętrze Croque Madame, łączy chrupiące pieczywo z gotowaną szynką i jajkiem. Pod wpływem ciepła mięknie i staje się jednym z głównych smaków tej prostej kompozycji brunchowej.



APERITIVO & ANTIPASTI

- Chrupiące medaliony z **Caciocavallo Silano DOP**
- Frytki z dyni z sosem z **Gorgonzoli DOP**
- Rożki z prosciutto, melonem i **Mozzarellą di Bufala Campana DOP**
- **Mozzarella in carrozza,** czyli chrupiące tosty z mozzarellą
- Funghi e **Provolone,** czyli sałatka z pieczarkami i serem provolone

CHRUPIĄCE MEDALIONY Z CACIOCAVALLO SILANO DOP

Złociste z zewnątrz, miękkie w środku. Prosta przekąska, która pozwala wydobyć pełnię smaku Caciocavallo Silano DOP.



4

15 min

★★☆☆☆

łatwy

SKŁADNIKI

350 g Caciocavallo Silano DOP
100 g masła
2 jajka
bułka tarta
sól

PRZYGOTOWANIE

1. Jajka roztrzep widelcem i lekko je ubij.
2. Caciocavallo Silano DOP pokrój w plastry średniej grubości. Zanurz je najpierw w roztrzepanych jajkach, a następnie obtocz w bułce tartej.
3. Na patelni rozpuść masło.
4. Na rozgrzanym maśle ułóż panierowane plastry Caciocavallo Silano DOP i smaż na małym ogniu.
5. Zrumień medaliony z obu stron, a następnie przełóż je na papierowy ręcznik, aby odsączyć nadmiar tłuszczu.



W SERCU SMAKU

Pod wpływem ciepła **Caciocavallo Silano DOP** mięknie, a chrupiąca panierka tworzy kontrast z jego zwartą strukturą. Ser jest tutaj głównym składnikiem i nadaje smak całej przekąsce.

FRYTKI Z DYNI Z SOSEM Z GORGONZOLI DOP

Chrupiąca dynia z aromatycznymi ziołami i kremowym sosem z Gorgonzoli DOP. Prosta, wyrazista przekąska idealna do postawienia na środku stołu.



4

25 min

★★☆☆☆

łatwy

SKŁADNIKI

500 g ugotowanej dzień wcześniej dyni
200 g Gorgonzoli DOP
200 ml świeżej śmietanki
2 łyżeczki papryki
4 łyżki bułki tartej
oliwa extra vergine
tymianek do smaku
rozmaryn do smaku
sól
pieprz

PRZYGOTOWANIE

1. W misce wymieszaj bułkę tartą z papryką.
2. Dynię pokrój w słupki i obtocz w przygotowanej panierce. Przełóż na blachę wyłożoną papierem do pieczenia. Skrop oliwą, dopraw ziołami, solą i pieprzem.
3. Piecz przez 10 minut w piekarniku nagrzanym do 200°C.
4. W międzyczasie przygotuj sos. Podgrzej śmietankę w rondelku, dodaj Gorgonzolę DOP i mieszaj, aż ser się rozpuści. Dopraw pieprzem.
5. Frytki z dyni podawaj z ciepłym sosem z Gorgonzoli DOP.



W SERCU SMAKU

Gorgonzola DOP zamienia prosty śmietankowy sos w wyrazisty, kremowy dodatek do słodkawej dyni. To właśnie kontrast między smakiem sera a delikatnością warzywa tworzy smak tej przekąski.

ROŻKI Z PROSCIUTTO, MELONEM I MOZZARELLĄ DI BUFALA CAMPANA DOP



4

15 min

★★☆☆☆
łatwy

SKŁADNIKI

1 melon
150 g prosciutto crudo
małe kawałki Mozzarelli di Bufala Campana DOP

PRZYGOTOWANIE

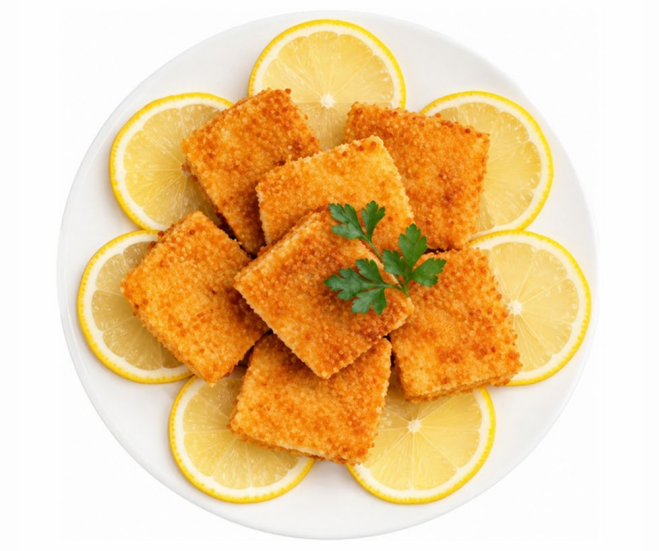
1. Melon obierz i usuń pestki.
2. Pokrój go w bardzo cienkie plastry, o grubości około 2 mm.
3. Na plastrach melona ułóż prosciutto crudo, a następnie zwiń szynkę, formując niewielkie rożki.
4. Rożki wypełnij kawałkami Mozzarelli di Bufala Campana DOP.
5. Podawaj skropione odrobiną oliwy extra vergine i udekorowane świeżymi ziołami.



W SERCU SMAKU

Mozzarella di Bufala Campana DOP dopełnia połączenie słodkiego melona i wyrazistego prosciutto. Jej świeży charakter tworzy łagodny kontrast dla pozostałych składników i sprawia, że prosta przekąska zyskuje bardziej kremowe wykończenie.

MOZZARELLA IN CARROZZA, CZYLI CHRUPIĄCE TOSTY Z MOZZARELLĄ



6

20 min
+ 1 godz oczekiwania

★★☆☆☆
łatwy

SKŁADNIKI

chleb pokrojony w kromki
150 g Mozzarelli
mąka
2 jajka
sól
oliwa extra vergine

PRZYGOTOWANIE

1. Odetnij skórki z chleba i pokrój kromki na kwadraty. Mozzarellę pokrój w plastry o podobnym kształcie i wielkości.
2. Plaster mozzarelli ułóż pomiędzy dwiema kromkami chleba i stwórz niewielkie tosty.
3. Krawędzie tostów obtocz w mące. Dzięki temu brzegi zostaną uszczelnione, a mozzarella nie wypłynie podczas smażenia.
4. Na talerz wlej niewielką ilość letniej wody i zwilż nią oprószone mąką krawędzie tostów.
5. W osobnej misce roztrzep jajka ze szczyptą soli.
6. Zanurz tosty w jajku i pozostaw na co najmniej godzinę, aby pieczywo dobrze wchłonęło masę jajeczną.
7. Tuż przed podaniem smaż tosty partiami w dużej ilości rozgrzanej oliwy.
8. Gdy nabiorą złocistego koloru, wyjmij je i przełóż na papierowy ręcznik, aby odsączyć nadmiar tłuszczu. Podawaj gorące.



W SERCU SMAKU

Mozzarella tworzy miękkie, serowe wnętrze zamknięte pomiędzy kromkami złocistego pieczywa. Jej delikatny, mleczny charakter dobrze współgra z prostotą pozostałych składników, dzięki czemu to właśnie ser pozostaje głównym smakiem tej klasycznej włoskiej przekąski.

FUNGHI E PROVOLONE, CZYLI SAŁATKA Z PIECZARKAMI I PROVOLONE



4

15 min

★★☆☆☆

łatwy

SKŁADNIKI

250 g bardzo świeżych pieczarek
100 g Provolone
80 g rukoli
3 łyżki oliwy extra vergine
1–2 łyżki soku z cytryny
sól
świeżo mielony pieprz

PRZYGOTOWANIE

1. Pieczarki dokładnie oczyść i pokrój w bardzo cienkie plasterki.
2. Rukolę umyj i dokładnie osusz.
3. Oliwę połącz z sokiem z cytryny, szczyptą soli i świeżo mielonym pieprzem.
4. Na talerzach ułóż rukolę i cienko pokrojone pieczarki. Skrop przygotowanym dressingiem.
5. Provolone pokrój lub zetrzyj w cienkie płatki i rozłóż na sałatce.
6. Podawaj od razu.



W SERCU SMAKU

Provolone nadaje lekkiej kompozycji bardziej zdecydowany, serowy charakter. Jego zwarta konsystencja dobrze współgra z cienkimi plastrami świeżych pieczarek, a rukola i cytryna dodają całości świeżości.

PRIMI

- Polenta z **Asiago Stagionato DOP** i szynką dojrzewającą
- Ravioli z **burratą** i masłem szafranowym
- Gnocchi w kremowym sosie z **Gorgonzoli DOP**
- Risotto z łososiem, porem, tymiankiem cytrynowym
i **Grana Padano Riserva**
- Tagliatelle z porem, krewetkami i **Pecorino Romano DOP**



POLENTA Z ASIAGO STAGIONATO DOP I SZYNKĄ DOJRZEWAJĄCĄ



2

50 min

★★☆☆☆
łatwy

SKŁADNIKI

100 g Asiago Stagionato DOP
20 g startego Asiago Stagionato DOP
200 g mąki kukurydzianej na polentę
100 g szynki dojrzewającej
sól do smaku

PRZYGOTOWANIE

1. Zagotuj wodę, dodaj sól i stopniowo dosypuj kaszę kukurydzianą, mieszaj dokładnie. Masa polenty ma pozostać miękka i mieć lekko płynną konsystencję
2. Pod koniec gotowania dodaj 20 g startego Asiago Stagionato DOP i dokładnie wymieszaj.
3. Przełóż polentę na talerze.
4. Szynkę dojrzewającą pokrój w cienkie paski, a pozostałą część Asiago Stagionato DOP w bardzo cienkie płatki.
5. Ułóż szynkę i płatki sera na gorącej polencie. Pod wpływem ciepła Asiago delikatnie się roztopi.
6. Podawaj od razu.



W SERCU SMAKU

Asiago Stagionato DOP pojawia się w tym daniu w dwóch odsłonach: starte wzbogaca smak i konsystencję polenty, a cienkie płatki ułożone na wierzchu delikatnie miękną pod wpływem jej ciepła. W połączeniu z dojrzewającą szynką nadaje prostemu daniu pełny, wyrazisty charakter.

RAVIOLI Z BURRATĄ I MASŁEM SZAFRANOWYM



4

60 min
+30 min leżakowania ciasta

★★☆☆☆
łatwy

SKŁADNIKI

na ciasto
- 300 g mąki typu 00
- 3 jajka
- szczypta soli

na nadzienie
- 250 g burraty
- 40 g drobno startego Parmigiano Reggiano DOP
- sól
- świeżo mielony pieprz

do podania
- 60 g masła
- szczypta nitek szafranu
- 2 łyżki ciepłej wody
- świeżo mielony pieprz

PRZYGOTOWANIE

1. Mąkę wysyp na stolnicę i uformuj wgłębienie. Wbij jajka, dodaj szczyptę soli i stopniowo połącz składniki. Wyrabiaj, aż ciasto będzie gładkie i elastyczne. Przykryj i pozostaw na 30 minut.
2. Burratę dokładnie odsącz z nadmiaru płynu, przełóż do miski i delikatnie rozdrobnij. Dodaj Parmigiano Reggiano DOP, niewielką ilość soli i pieprzu. Wymieszaj.
3. Ciasto rozwałkuj bardzo cienko i podziel na dwa płaty. Na pierwszym układaj niewielkie porcje nadzienia, pozostaw między nimi kilka centymetrów odstępu.
4. Przykryj drugim płatem ciasta. Delikatnie dociśnij przestrzeń wokół nadzienia, by usunąć powietrze, a następnie wytnij kształt ravioli. Dokładnie zlep brzegi.
5. Szafran zalej 2 łyżkami ciepłej wody i odstaw na kilka minut.
Na patelni powoli rozpuść masło, dodaj wodę z szafranem i delikatnie wymieszaj.
6. Ravioli gotuj partiami w osolonym wrzątku przez mniej więcej 3 minuty. Ostrożnie wyjmij łyżką cedzakową.
7. Przełóż ravioli na patelnię z masłem szafranowym i bardzo delikatnie wymieszaj, tak aby sos pokrył makaron.
8. Podawaj od razu z odrobiną świeżo mielonego pieprzu.



W SERCU SMAKU

Burrata stanowi serce nadzienia i nadaje ravioli delikatną, kremową konsystencję. Proste masło szafranowe nie dominuje jej smaku, ale nadaje daniu aromat i charakterystyczny złocisty kolor.

GNOCCHI W KREMOWYM SOSIE Z GORGONZOLI DOP



4

45 min

★★☆☆☆

łatwy

SKŁADNIKI

150 g Gorgonzoli DOP
300 g ziemniaków
100 g mąki z pszenicy durum
100 g szpinaku
2 jajka
masło
śmietanka
sól
gałka muszkatołowa

PRZYGOTOWANIE

1. Ugotuj ziemniaki. Następnie ugotuj również szpinak i bardzo dokładnie odciśnij z nadmiaru wody.
2. Część mąki połącz z ziemniakami i ugotowanym szpinakiem, a pozostałą część tylko z ziemniakami. Wyrób miękkie ciasto i pozostaw na chwilę do ostygnięcia.
3. Z ciasta uformuj wałeczki o grubości mniej więcej jednego palca. Pokrój je na kawałki o długości około 2 cm i uformuj gnocchi - nadaj im owalny kształt.
4. W dużym garnku zagotuj osoloną wodę. Wrzucaj gnocchi partiami i wyjmuj je, gdy wypłyną na powierzchnię.
5. Gorgonzolę pokrój na kawałki. Rozpuść ją ze śmietanką i masłem do powstania kremowego sosu.
6. Ugotowane gnocchi delikatnie wymieszaj z sosem i podawaj od razu.



W SERCU SMAKU

Gorgonzola tworzy kremowy sos, który otula delikatne ziemniaczano-szpinakowe gnocchi. Połączona ze śmietanką i masłem nadaje daniu aksamitną konsystencję oraz charakterystyczny, wyrazisty smak.

RISOTTO Z ŁOSOSIEM, POREM, TYMIANKIEM CYTRYNOWYM I GRANA PADANO DOP



4

30 min

★★★☆☆

średni

SKŁADNIKI

320 g ryżu carnaroli
500 g świeżego łososia
100 g Grana Padano DOP
1 l bulionu warzywnego
1 kieliszek białego wina
50 g masła
1 por
½ łyżeczki kurkumy
kilka gałązek tymianku cytrynowego
oliwa extra vergine
sól, pieprz

PRZYGOTOWANIE

1. Por drobno posiekaj i podsmaż w rondlu na odrobinie oliwy.
2. Dodaj ryż i praż przez kilka minut, stale mieszaj.
3. Wlej białe wino i pozwól mu odparować.
4. Dodaj pokrojonego łososia oraz kilka gałązek tymianku cytrynowego.
5. Gotuj przez około 15 minut, stopniowo dolewaj gorący bulion. Kolejną porcję dodawaj, gdy poprzednia zostanie wchłonięta. Delikatnie mieszaj risotto.
6. Gdy ryż będzie ugotowany, dodaj kurkumę.
7. Zmniejsz ogień, dodaj masło oraz starty Grana Padano DOP. Delikatnie wymieszaj, aby risotto nabrało kremowej konsystencji.
8. Podawaj od razu, z dodatkową porcją Grana Padano DOP obok.



W SERCU SMAKU

Grana Padano DOP dodany na końcu łączy składniki i sprawia, że risotto zyskuje kremowe wykończenie. Jego dojrzały smak dopełnia aromaty łososia, delikatnego pora i aromatycznego tymianku cytrynowego.

TAGLIATELLE Z POREM, KREWETKAMI I PECORINO ROMANO DOP



4

25 min

★★☆☆☆
łatwy

SKŁADNIKI

500 g świeżego tagliatelle
500 g średniej wielkości krewetek, obranych i oczyszczonych
2 duże pory
2 łyżki gruboziarnistej soli
4 łyżki oliwy
1 łyżeczka posiekanej cebuli
2 łyżeczki niesolonego masła, opcjonalnie
1 szklanka bulionu drobiowego
sól
świeżo mielony pieprz do smaku
Pecorino Romano DOP do smaku

PRZYGOTOWANIE

1. Na patelni rozgrzej 2 łyżki oliwy. Dodaj krewetki i podsmażaj przez 2 minuty, a następnie odłóż je na bok.
2. Oczyść pory, usuń twarde, ciemnozielone kawałki. Pozostałą część pokrój w plasterki i dokładnie opłucz w zimnej wodzie, aby usunąć zabrudzenia. Odcedź.
3. Zagotuj wodę na makaron i dodaj 2 łyżki gruboziarnistej soli.
4. Na drugiej patelni rozgrzej pozostałą oliwę. Dodaj pory i smaż na średnim ogniu przez mniej więcej 5 minut, mieszaj, aż zmiękną.
5. Dodaj posiekaną cebulę i smaż jeszcze przez 1 minutę, cały czas mieszaj.
6. Dodaj bulion oraz masło (jeśli chcesz go użyć) i gotuj około 3 minut.
7. Dodaj krewetki i gotuj jeszcze przez 1 minutę. Dopraw solą i pieprzem.
8. Wrzuć świeże tagliatelle do wrzącej wody. Zgodnie z recepturą źródłową świeży makaron powinien być gotowy po około 30–60 sekundach od ponownego zagotowania wody.
9. Dokładnie odcedź tagliatelle i połącz z sosem z pora i krewetek.
10. Posyp Pecorino Romano DOP, delikatnie wymieszaj i podawaj z dodatkową porcją sera.



W SERCU SMAKU

Pecorino Romano DOP dodawane na samym końcu nadaje daniu zdecydowany, wyrazisty charakter i dopełnia delikatniejsze smaki pora oraz krewetek. Dodatkowa porcja sera podana przy stole pozwala każdemu dodać jeszcze odrobinę, aby mocniej podkreślić jego smak w daniu.



SECONDI

- Kurczak pomarańczowy z szałwią i **Grana Padano DOP**
- Burger z grillowanym **Parmigiano Reggiano DOP**
- Pizzette z bakłażana z **Provolone Valpadana DOP**

Affumicato

- Gratin Dauphinois z **Taleggio DOP**

KURCZAK POMARAŃCZOWY Z SZAŁWIĄ I GRANA PADANO DOP



4

45 min

★★☆☆☆
łatwy

SKŁADNIKI

500 g piersi z kurczaka
2–3 pomarańcze
50 g Grana Padano DOP
50 g mąki
1 kieliszek białego wina
1 pęczek szałwii
1 ząbek czosnku
oliwa extra vergine
sól
pieprz

PRZYGOTOWANIE

1. Grana Padano DOP zetrzyj na drobne płatki. Dodaj sok wyciśnięty z 1–2 pomarańczy i wymieszaj, aż uzyskasz gładką, dość płynną konsystencję.
2. Piersi z kurczaka pokrój na kawałki, a następnie obtocz w mące.
3. Na patelni rozgrzej odrobinę oliwy. Dodaj ząbek czosnku i kilka liści szałwii, następnie wrzuć kurczaka i obsmaż. Dopraw solą i pieprzem.
4. Wlej białe wino, dodaj kilka plasterków pomarańczy i kontynuuj gotowanie na dużym ogniu.
5. Gdy kurczak będzie gotowy, dodaj przygotowaną wcześniej mieszankę soku pomarańczowego i Grana Padano DOP.
6. Dokładnie wymieszaj i podawaj na ciepło.



W SERCU SMAKU

Grana Padano DOP łączy się z sokiem pomarańczowym i tworzy sos, który otula kawałki kurczaka. Intensywny dojrzały smak sera równoważy cytrusową świeżość pomarańczy i aromat szałwii.

PIZZETTE Z BAKŁAŻANA Z WĘDZONYM PROVOLONE VALPADANA DOP I POMIDORAMI



4

30 min

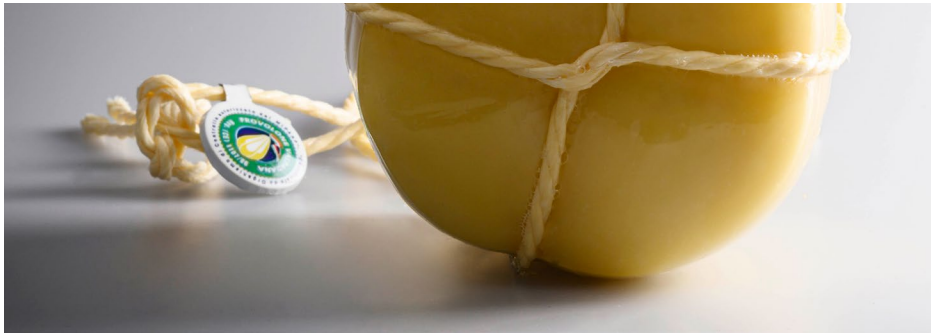
★★☆☆☆
łatwy

SKŁADNIKI

130 g wędzonego Provolone Valpadana DOP
1 średni, okrągły bakłażan
200 g pulpy pomidorowej
oliwa extra vergine
sól
świeża bazylia

PRZYGOTOWANIE

1. Provolone Valpadana DOP pokrój w kostkę i odłóż.
2. Bakłażan umyj, osusz i pokrój w cienkie plastry. Ułóż je na blasze wyłożonej papierem do pieczenia.
3. Plastry delikatnie natnij na górze, skrop oliwą i oprósz szczyptą soli.
4. Piecz przez 15 minut w temperaturze 180°C.
5. Wyjmij blachę z piekarnika. Na każdym plastrze bakłażana rozłóż porcję pulpy pomidorowej i kostki wędzonego Provolone Valpadana DOP.
6. Wstaw ponownie do piekarnika na około 10 minut, poczekaj, aż ser dobrze się roztopi.
7. Po wyjęciu skrop odrobiną oliwy, dodaj świeżą bazylię i podawaj.



W SERCU SMAKU

Wędzone Provolone Valpadana DOP nadaje delikatnemu bakłażanowi i pomidorom wyrazisty, lekko dymny charakter. Pod wpływem temperatury ser topi się i tworzy kremową warstwę, która spaja wszystkie składniki.

BURGER Z GRILLOWANYM PARMIGIANO REGGIANO DOP I ŚWIEŻYMI WARZYWAMI



4

25 min

★★☆☆☆
łatwy

SKŁADNIKI

4 bułki do burgerów
4 burgery wołowe po 150 g każdy
200 g Parmigiano Reggiano DOP
1 pomidor
1 czerwona cebula
4 liście sałaty
musztarda do smaku

PRZYGOTOWANIE

1. Burgery wołowe usmaż na grillu.
2. Parmigiano Reggiano DOP pokrój w plastry o grubości około 0,5 cm.
3. Plastry sera ułóż na mocno rozgrzanej płycie grillowej i podgrzewaj, aż zaczną się topić.
4. Czerwoną cebulę i pomidor pokrój w plastry.
5. Bułki przekrój na pół i każdą część posmaruj musztardą.
6. Na dolnej części bułki układaj kolejno: sałatę, burger wołowy, grillowany Parmigiano Reggiano DOP, cebulę i plastry pomidora.
7. Przykryj drugą połową bułki i podawaj.



W SERCU SMAKU

Parmigiano Reggiano DOP występuje tu w mniej oczywistej roli niż klasyczny dodatek do makaronu. Grillowany w grubszych plastrach lekko się topi i staje się pełnoprawną warstwą burgera, dodaje mu dzięki temu charakterystyczny, dojrzewający smak.

GRATIN DAUPHINOIS Z TALEGGIO DOP



2

40 min

★★☆☆☆
łatwy

SKŁADNIKI

1 kg ziemniaków
300 ml pełnotłustego mleka
400 ml śmietanki
75 g masła + dodatkowo niewielka ilość do wysmarowania naczynia
250 g Taleggio DOP
sól
gałka muszkatołowa

PRZYGOTOWANIE

1. Ziemniaki obierz, dokładnie umyj i osusz. Pokrój w cienkie plasterki, najlepiej za pomocą mandoliny.
2. W garnku zagotuj mleko ze 150 ml śmietanki, masłem, solą i gałką muszkatołową.
3. Dodaj ziemniaki i gotuj na średnim ogniu przez 10 minut. Uważaj, aby nie przywarły do dna.
4. Gdy ziemniaki wchłoną większość mleka, przełóż całość do wysmarowanego masłem naczynia do zapiekania. Delikatnie wyrównaj powierzchnię grzbietem łyżki i pozostaw na kilka minut, aby smaki się połączyły.
5. Taleggio DOP pokrój w kostkę i równomiernie rozłóż na ziemniakach.
6. Całość polej pozostałą śmietanką i piecz w temperaturze 180°C przez 15–20 minut.
7. Sprawdź miękkość ziemniaków. Gdy będą miękkie, a na powierzchni utworzy się złocista skórka, wyjmij gratin z piekarnika.
8. Podawaj od razu, bezpośrednio w naczyniu, w którym danie było zapiekane.



W SERCU SMAKU

Taleggio DOP tworzy na ziemniakach kremową, intensywną w smaku warstwę, która podczas zapiekania łączy się ze śmietanką i nabiera złocistego koloru. Jego miękka konsystencja sprawia, że dobrze komponuje się z delikatnym smakiem ziemniaków.



DOLCI

- Tartaletki z **mascarpone** i owocami leśnymi
- Millefoglie z kremem **mascarpone** i konfiturą morelową
- Zielone jabłko z musem z **Asiago Stagionato DOP**

TARTALETKI Z MASCARPONE I OWOCAMI LEŚNYMI



6

35 min

★★☆☆☆

łatwy

SKŁADNIKI

ok. 330 g mascarpone
250 g ciasta kruchego
250 g mieszanych owoców leśnych
ok. 20 g cukru pudru

PRZYGOTOWANIE

1. Ciasto kruche cienko rozwałkuj i wyłóż nim foremki do tartaletek o średnicy 12 cm.
2. Spody upiecz w rozgrzanym piekarniku, a następnie pozostaw do całkowitego ostygnięcia.
3. Na dnie każdej tartaletki rozprowadź niewielką ilość kremu mascarpone.
4. Na kremie ułóż różne owoce leśne.
5. Całość przykryj pozostałym kremem mascarpone i oprósz cukrem pudrem.
6. Tartaletki włóż na krótko do mocno nagrzanego piekarnika z funkcją grilla, tylko do momentu, aż powierzchnia kremu lekko się zapiecze.
7. Podawaj od razu.



W SERCU SMAKU

Mascarpone nadaje tartaletkom aksamitną, kremową konsystencję i łagodny smak, który pozwala wybrzmieć lekko kwaskowym owocom leśnym. Krótkie zapieczenie wierzchu tworzy dodatkowy kontrast między delikatnym kremem, świeżymi owocami i kruchym spodem.

MILLEFOGLIE Z KREMEM MASCARPONE I KONFITURĄ MORELOWĄ



6

40 min

★★★☆☆

średni

SKŁADNIKI

400 g kremu mascarpone
320 g ciasta francuskiego
50 g konfitury morelowej
30 g cukru pudru
5 g kakao

PRZYGOTOWANIE

1. Ciasto francuskie cienko rozwałkuj i wytnij z niego pasy o szerokości 10 cm. Nakłuj je widelcem i pozostaw na kilka minut. Zachowaj również skrawki ciasta.
2. Pasy ciasta wraz ze skrawkami piecz w piekarniku rozgrzanym do 200°C, aż ciasto będzie gotowe.
3. Jedną trzecią upieczonych pasów posmaruj konfiturą morelową, a następnie niewielką ilością kremu mascarpone, wcześniej lekko ubitego trzepaczką.
4. Przykryj drugą warstwą ciasta i rozprowadź na niej pozostały krem mascarpone.
5. Przykryj trzecią warstwą ciasta, ułóż ją dolną stroną do góry, tak aby powierzchnia deseru była możliwie gładka.
6. Upieczone skrawki ciasta grubo pokrusz i udekoruj nimi boki millefoglie.
7. Wierzch obficie oprósz cukrem pudrem.
8. Udekoruj kakao i podawaj.



W SERCU SMAKU

Mascarpone tworzy delikatną, kremową warstwę pomiędzy chrupiącymi płatami ciasta francuskiego. Jego łagodny smak łączy się z owocowym aromatem konfitury morelowej, a kakao stanowi wyraziste wykończenie deseru.

ZIELONE JABŁKO Z MUSEM Z ASIAGO STAGIONATO DOP



6

25 min

★★☆☆☆

łatwy

SKŁADNIKI

150 g Asiago Stagionato DOP
2 zielone jabłka
50 g śmietanki
2 łyżki cukru

PRZYGOTOWANIE

1. Asiago Stagionato DOP podgrzej w rondelku ze śmietanką.
2. Odstaw do ostygnięcia, a następnie ubij trzepaczką, staraj się zachować bardzo lejącą konsystencję musu.
3. W międzyczasie usuń gniazda nasienne z jabłek.
4. Jabłka gotuj w wodzie z cukrem, tak aby pozostały chrupiące.
5. Pokrój je poziomo na krążki o grubości około 1 cm.
6. Układaj kolejno warstwami krążek jabłka, następnie przygotowany mus z Asiago Stagionato DOP, kolejny plaster owocu, sos serowy – powtarzaj, aż wykorzystasz wszystkie produkty, stwórz w ten sposób piramidkę.



W SERCU SMAKU

Asiago Stagionato DOP pokazuje w tym deserze swoje mniej oczywiste oblicze. Jego zdecydowany, dojrzewający smak łączy się z kwaskową świeżością zielonego jabłka, a śmietanka nadaje serowi delikatniejszą, musową konsystencję.

Zainspiruj się

Smak, który zostaje z nami

We włoskich serach zaklęta jest opowieść o miejscach, z których pochodzą, o tradycji, która pozwala nadać im wyjątkowy charakter. Ich smaki przez lata dojrzewają, by później wzbogacać najróżniejsze dania i przekąski.
Mamy nadzieję, że ten e-book stanie się inspiracją do odkrywania ich na swój sposób: w klasycznych włoskich recepturach, prostych codziennych daniach i w tworzonych przez siebie kulinarnych wariacjach. Bo czasem wystarczy jeden wyjątkowy składnik, by dobrze znany przepis zyskał zupełnie nowy charakter.



Poznawaj. Odkrywaj. Smakuj. Inspiruj się.

Dziękujemy za wspólną podróż po smakach Włoch.
Niech będzie ona początkiem kolejnych spotkań przy stole, nowych połączeń i chwil, którymi warto się dzielić.

Smak prosto z serca.





Ministero degli Affari Esteri
e della Cooperazione Internazionale

ITA
ITALIAN TRADE AGENCY

OpportunItaly
Driving business growth with Italian excellence.

Assolatte
ASSOCIAZIONE ITALIANA
LATTIERO CASEARIA