

# LENTICCHIE IGP DI CASTELLUCCIO DI NORCIA



<b>CODICE</b>	93043
<b>PAESE E LUOGO DI ORIGINE</b>	Italia, Umbria
<b>PESO</b>	500 g

Le lenticchie più famose d'Italia, dal gusto delicato e facili da cuocere

<b>DESCRIZIONE</b>	Lenticchie provenienti esclusivamente dai grandi altipiani di Castelluccio di Norcia, nella zona protetta del Parco Nazionale dei Monti Sibillini. Vengono selezionate e ripulite a mano secondo la tradizione contadina umbra
<b>ASPETTO</b>	Di dimensioni ridotte, hanno la caratteristica forma a disco, tondeggiante e schiacciata
<b>SAPORE</b>	Dolce e delicato
<b>PRODUTTORE</b>	Natura Distribuzione - Parco Sereno - Norcia (PG)
<b>SELEZIONATO PERCHÈ</b>	Le Lenticchie di Castelluccio sono famose in tutt'Italia per il gusto delicato e la loro facilità di cottura: non necessitano infatti di ammollo in acqua fredda. Sono ricche di vitamine, di fibre, di sali minerali, fosforo e potassio. I pochi grassi presenti sono tutti insaturi e quindi di facile digestione e utili per la prevenzione dell'arteriosclerosi
<b>CURIOSITÀ</b>	La lenticchia, originaria della Mesopotamia, si è poi diffusa nell' area mediterranea come alimento principale dei poveri. Prodotto dall'alto valore nutritivo caratterizzato da un alto contenuto di proteine, una buona quantità di zuccheri e una quasi inesistente presenza di grassi
<b>SUGGERIMENTI DI UTILIZZO</b>	Grazie alla buccia sottile non hanno bisogno di essere messe in ammollo; consigliata la scelta a dito prima della cottura