



Gusti Amo

Bio



La gastronomie italienne botta les Français !

Duel complice entre Le Nord et le Sud de l'Italie

La journée internationale de la gastronomie italienne se tiendra le 17 janvier prochain ! Appréciée dans le monde entier pour sa simplicité, son authenticité et sa variété, la cuisine italienne a été élue meilleure cuisine du monde en 2023 par CNN Travel. Cependant, les spécificités de la cuisine de l'Italie du Nord et de l'Italie du Sud sont très différentes. Cette année, la nouvelle marque de Léa Nature, Gusti Amo Bio, propose aux Français le meilleur de l'Italie et de son terroir, à travers une gamme réconciliant l'excellence de ces gastronomies.

A retenir :

- **17 janvier** : Journée internationale de la cuisine italienne
- CNN Travel a élu la cuisine italienne « meilleure cuisine du monde » en 2023
- La cuisine d'Italie du Sud est **chaleureuse, traditionnelle et méditerranéenne**
- La cuisine d'Italie du Nord est **raffinée**
- **Gusti Amo Bio, c'est l'union des savoir-faire de l'Italie du Nord et du Sud pour proposer le meilleur des produits italiens aux Français**

NORD VS SUD

La douce rivalité de deux territoires
qui s'aiment à l'italienne

Le Nord et le Sud de l'Italie ont de nombreuses similitudes en ce qui concerne leurs **CUISINES**, mais elles ont également des caractéristiques très distinctes :

Au **NORD**, la cuisine est raffinée, le fromage est très apprécié pour sublimer les plats.

Au **SUD**, la gastronomie est chaleureuse et traditionnelle et les saveurs sont méditerranéennes.

Du côté de l'**AGRICULTURE**, l'Italie du Sud et l'Italie du Nord diffèrent considérablement dans la culture des produits :

Dans le **NORD** : Maïs, champignons, fromages et viandes sont produits majoritairement.

Dans le **SUD** : On retrouve des producteurs d'olives, de tomates, d'aubergines et d'agrumes. Les fruits et légumes sont privilégiés.

GUSTI AMO BIO, la célébration authentique des richesses de l'Italie

Gusti Amo Bio se donne pour mission de réenchanter le rayon bio grâce à la qualité et à l'évasion que proposent ses produits, qui transmettent le goût authentique de l'Italie.

Pour présenter toute l'excellence de l'Italie, elle a pris le parti d'unir les savoir-faire du Nord et du Sud du pays en sélectionnant le meilleur de ses régions pour proposer une gamme complète, aux qualités gustatives incomparables.

NORD

Gusti Amo Bio propose deux références de gressins (romarin ou huile d'olive) ainsi que deux références de pâtes (linguine et trecce), réalisées dans des moules en bronze, dans la plus pure tradition italienne. Ces produits emblématiques sont fabriqués dans le Nord avec des blés cultivés en Italie.

Le produit phare de la région ?

Les linguines.



Le Saviez-vous ?

La fête internationale de la gastronomie italienne se célèbre le 17 janvier, le jour de la fête catholique de Sant'Antonio Abate, le Saint Patron des animaux, des bouchers et du salami. Il se trouve que c'est également être le premier jour du carnaval, date à laquelle les familles italiennes se retrouvent en nombre autour de la table pour déjeuner et dîner. Ode à la convivialité !



SUD

Plus au sud, Gusti Amo Bio s'est alliée avec la famille Gaudiano, propriétaire d'une exploitation familiale depuis trois générations et située au cœur des Pouilles. Ainsi, elle puise dans le répertoire culinaire régional du sud de l'Italie et dans les tours de mains familiaux hérités des générations de Gaudiano pour proposer des antipasti, des sauces et des pesti savoureux et traditionnels.

Le produit phare de la région ? Les olives Bella di Cerignola, une des plus grosses et charnues du monde...



Linguine à l'ail et aux tomates sechées



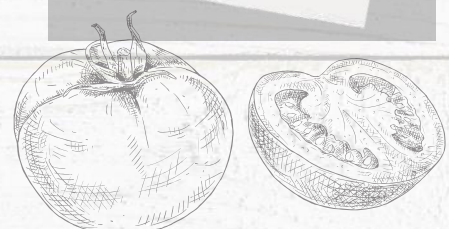
1. Cuire les linguines dans l'eau salée en suivant les instructions sur l'emballage jusqu'à obtenir une consistance al dente. Les égoutter et les réserver en gardant un peu de l'eau de cuisson.
2. Pendant ce temps, placer les tomates séchées Gusti Amo Bio dans un bol avec de l'eau chaude pendant 10 à 15 minutes pour les ramollir. Les égouttez et les couper en fines lanières.
3. Dans une poêle, faire chauffer l'huile d'olive à feu moyen. Ajouter l'ail haché et les tomates séchées hachées. Faire revenir quelques minutes jusqu'à ce que l'ail devienne doré et que les tomates séchées soient bien chaudes.
4. Ajouter les pignons de pin grillés et le basilic haché dans la poêle et bien mélanger.
5. Ajouter les pâtes cuites dans la poêle et mélanger en veillant à ce que les ingrédients se mélangent uniformément. Si les pâtes sont trop sèches, ajouter un peu d'eau de cuisson pour obtenir la consistance souhaitée.
6. Ajuster l'assaisonnement avec du sel et du poivre selon votre goût.
7. Servir les pâtes avec les tomates séchées et le pesto de tomates séchées chaudes, garnies de parmesan râpé. Vous pouvez ajouter des feuilles de basilic pour une présentation plus attrayante.

INGRÉDIENTS :

- 200 g de Linguine Gusti Amo Bio
- 10-12 tomates séchées Gusti Amo Bio
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 2 gousses d'ail Gusti Amo Bio hachées finement
- 1/4 tasse de pignons de pin grillés
- 1/4 tasse de basilic frais haché
- 1/4 tasse de parmesan râpé (ou pecorino)
- Sel et poivre noir

À PROPOS DE GUSTI AMO BIO

Lancée en mars 2023, Gusti Amo Bio propose des produits travaillés dans la plus pure tradition italienne. Tous les produits à base de légumes (sauces tomates, pesti, antipasti, tartinables) sont récoltés et cuisinés au cœur des Pouilles, grâce à un savoir-faire historique transmis de génération en génération, et aujourd'hui préservé par **Carlo, Giovanni et Michele Gaudiano**. Chaque proposition de Gusti Amo Bio est simplement savoureuse. Une des clés de ce « Gusti » tient à l'engagement de Léa Nature et Bio Organica Italia à travailler dans le plus grand respect de la terre et du produit grâce à une maîtrise de la fabrication, du champ à l'assiette.





Pizza aux artichauts

NOMBRE DE PIZZAS : 3

TEMPS DE PRÉPARATION : 30 MIN

TEMPS DE CUISSON : 10 MIN

POUR LA PÂTE :

- **500 g de farine** (ou un mélange de 250 g de farine normale + 250 g de farine à pain)
- **1 c. à café de sel**
- **1 c. à soupe d'huile d'olive**
- **1 sachet de levure de boulanger déshydratée** (soit environ 6 à 8 g en général)
- **250 ml d'eau** à température ambiante

POUR LA GARNITURE :

- **Sauce tomate basilico** Gusti Amo Bio
- **Cœurs d'artichauts grillés** Gusti Amo Bio
- **1 courgette**
- **Quelques poivrons marinés**
- **Olives Riviera** Gusti Amo Bio
- **Roquette**
- **Tomates cerises**

1. Pour une recette simple et réalisable avec un four traditionnel : Dans un bol, faire un puits avec la farine, et mettre le sel d'un côté, la levure de l'autre (faire en sorte de ne pas mettre en contact le sel et la levure au démarrage)
2. Ajouter l'eau au centre, mélanger pour obtenir une pâte homogène, et pétrir 10 minutes à la main sur le plan de travail ou à l'aide d'une machine à pain ou d'un robot avec le crochet pétrisseur
3. Ajouter l'huile d'olive et pétrir encore 5 minutes
4. Couvrir la pâte avec un film alimentaire, et laisser lever 1 heure à température ambiante. La pâte doit doubler de volume
5. Chasser l'air de la pâte, en appuyant dessus avec la main, puis diviser la pâte en 2 ou 3 boules selon le nombre de pizzas souhaitées
6. Laisser les boules de pâte reposer 30 minutes en les couvrant de film alimentaire
7. Étaler chaque boule de pâte sur le plan de travail
8. Disposer le cercle de pâte sur une plaque avec une feuille de papier cuisson et la garnir avec la sauce tomate Basilico avant de l'enfourner
9. Répartir la garniture de façon homogène (rondelles de courgette, artichauts, poivrons, olives et tomates cerises).
10. Enfourner dans le bas du four 10 minutes à 220°C, four bien chaud
11. Servir avec de la roquette.

