

INTERVISTA CON FABIAN ZURBRIGGEN.



«I prodotti a base di tofu arricchiscono la cucina svizzera.»

Fabian Zurbruggen, di Saas-Fee nel Vallese, ha vissuto per sette anni come monaco buddista in un monastero giapponese. È proprio qui che ha scoperto il tofu, e da allora questa specialità asiatica è parte integrante della sua dieta, anche dopo il suo ritorno in Svizzera. Con il sapere e le esperienze raccolte in Giappone, Fabian Zurbruggen collabora attivamente con Délicorn per sviluppare prodotti a base di tofu gustosi e sempre nuovi.

Com'è sorta la collaborazione tra lei e Coop Délicorn?

In Giappone ho imparato ad apprezzare questa pietanza e le sue infinite possibilità di impiego, così, una volta tornato in Svizzera, ho deciso di impegnarmi affinché anche qui si potesse avere a disposizione un'offerta più ampia di prodotti a base di tofu. Visto che sono sempre stato un cliente affezionato di Coop, ho deciso di mettermi in contatto con quest'azienda per presentare le mie proposte.

Sono stato invitato a partecipare a svariate degustazioni, durante le quali ho avuto la possibilità di condividere le mie conoscenze sulla produzione e sull'utilizzo del tofu, così, in collaborazione con Coop e con i produttori svizzeri, abbiamo rielaborato le ricette dei prodotti Délicorn in commercio. Inoltre abbiamo sviluppato tre nuovi prodotti: il tofu liscio, l'Abura-Age e l'Atsu-Age.

Cosa rende speciali i nuovi prodotti Délicorn a base di tofu?

Da un lato, il fatto che tutti e tre sono realizzati in Svizzera secondo ricette tradizionali giapponesi ed hanno dunque un gusto assolutamente autentico. Dall'altro, visto che il tofu qui da noi non vanta certo una lunga tradizione e che l'offerta è spesso limitata, i nuovi prodotti Délicorn portano davvero una ventata di gusto e di novità nell'assortimento o Coop di articoli a base di tofu, così ci si potrà sbizzarrire nella preparazione di piatti sempre nuovi e gustosi.

PER GUSTOSE BONTÀ A BASE DI TOFU.

Una deliziosa alternativa alla carne.

Il tofu, alimento vegetariano a base di fagioli di soia, proviene originariamente dall'Asia ed è considerato un'importante fonte di proteine vegetali. Per questo viene spesso definito anche come la «carne» dei vegetariani. Il tofu è sempre più apprezzato anche in Svizzera e per molti rappresenta un'alternativa alla carne da utilizzare per piatti gustosi e creativi: fritto, marinato o al naturale, in minestre, piatti unici, insalate o addirittura come dessert, il tofu offre davvero infinite e gustosissime possibilità di preparazione.

Délicorn, la linea vegetariana di Coop, presenta tre nuovissime specialità autentiche di tofu a base di fagioli di soia bio svizzeri disponibili da subito nei supermercati Coop. I nuovi prodotti a base di tofu vengono realizzati secondo ricette giapponesi e sono davvero gustosissimi. Si preparano inoltre in maniera semplicissima e possono essere utilizzati per realizzare i piatti più vari, dalle ricette tradizionali a quelle mediterranee o asiatiche: i prodotti Délicorn renderanno davvero uniche le vostre creazioni culinarie!

Se volete saperne di più, trovate altre informazioni sui nuovi prodotti Délicorn a base di tofu: www.coop.ch/delicorn



Per ulteriori informazioni: Servizio Informazioni, casella postale 2550, 4002 Basilea Tel. 0848 888 444, www.coop.ch

SE 18/2011



Con 2 ricette

Per tofu all'insegna di gusto e autenticità.

I nuovi prodotti Délicorn a base di tofu.

Délicorn 
Per dire no alla carne e sì al gusto.

coop
Per me e per te.

NOVITÀ DÉLICORN.

Le tre nuove varietà di tofu Délicorn:
lasciatevi ispirare da queste nuove bontà.



Tofu liscio

È la varietà più pregiata ed ha una consistenza delicata e setosa paragonabile a quella di un budino. È inoltre il tofu che trattiene la più elevata quantità di liquidi poiché il latte di soia non viene fatto sgocciolare. *Come gustarlo:* per piatti freddi e caldi o per dessert. Grazie alla sua consistenza delicata è ottimo per arricchire minestre chiare asiatiche, come per esempio quella di miso, alle quali va aggiunto tagliato a dadi o a fette prima di scaldarle. Sprigiona il suo gusto più autentico se arricchito con salsa di soia.

Abura-Age: tofu fritto a fette sottili

Il termine Abura-Age significa proprio «fritto nell'olio»: questa varietà giapponese di tofu viene dapprima tagliata a fette sottili e poi fritta due volte, procedimento che lo rende morbido e leggero e con il quale si ricopre di una gustosa crosticina dorata. Ha una straordinaria capacità di assorbire i sapori delle spezie con cui viene condito, ed è perciò particolarmente gustoso. *Come gustarlo:* condito con salsa di soia è adatto per preparare svariate ricette, ad esempio spiedini o piatti a base di verdura.



Atsu-Age: tofu fritto a fette spesse

L'Atsu-Age è la varietà di tofu con la consistenza più solida: tagliato a fette spesse, viene fritto e marinato con funghi shiitake e salsa di soia, assumendo così una copertura brunastra e succosa dal sapore particolarmente saporito. *Come gustarlo:* ideale per piatti caldi e freddi. È ottimo per preparare insalate asiatiche o come contorno a riso o pasta.



FRIED RICE.



PREPARAZIONE

Tempo di preparazione:
circa 20 min

Prodotto utilizzato:
Atsu-Age Délicorn

Ricetta per 2 persone

Ingredienti

- 150 g** di riso basmati
1 c. di olio di arachidi
1 spicchio d'aglio spremuto
1 cipolla, tritata grossolanamente
3 cipollotti con il verde tagliati a rondelle
½ peperone rosso, tagliato a fettine
- 100 g** di germogli di fagioli mungo
250 g di Atsu-Age Délicorn (tofu fritto a fette spesse), a dadini di ca. 1,5 cm, il liquido messo da parte
1 uovo fresco, sbattuto
1-2 c. di salsa di soia

Preparazione

Preparare il riso secondo quanto riportato sulla confezione e mettere da parte. Scaldare l'olio nel wok o in una padella capiente. Rosolare a fuoco medio per ca. 5 min l'aglio, la cipolla, i peperoni, i germogli di fagioli mungo, il tofu senza liquido e il riso. Unire l'uovo e continuare la cottura fino a quando l'uovo si sia rassodato. Arricchire con la salsa di soia e il liquido del tofu, e mescolare.

SPIEDINI ASIATICI.



PREPARAZIONE

Tempo di preparazione:
circa 15 min

Prodotto utilizzato:
Abura-Age Délicorn

Ricetta per 2 persone

Ingredienti

- 1 c.** di salsa di soia
¼ c. di zenzero, grattugiato
160 g di Abura-Age Délicorn (tofu fritto a fette sottili)
- 1** zucchini piccola tagliata con il pelapatate in 12 strisce sottili longitudinali
½ peperone rosso piccolo, tagliato a pezzi di ca. 2 cm
1 c. di olio di arachidi per friggere

Preparazione

Mescolare la salsa di soia e lo zenzero. Spennellare le fette di tofu su entrambi i lati, dimezzarle nel senso della lunghezza e arrotolarle. Arrotolare anche le fette di zucchine e infilarle su 4 spiedini di legno alternandoli al tofu e ai pezzi di peperone. Scaldare l'olio in una padella antiaderente e cuocere gli spiedini per ca. 2 min su ciascun lato.

Troverete altre deliziose ricette sul sito: www.coop.ch/delicorn