



ANNA  
TURA

# leNative

## lenticchie dell'Altopiano di Colfiorito

Cuando se habla de la meseta de Colfiorito, lo más seguro es que se piense en sus lenticchie dell'Altopiano di Colfiorito, reconocidas como producto tradicional del territorio.

De tamaño pequeño, con un color que va del rosado al amarillo y al verde, particularmente sabrosas y tiernas, son una verdadera joya con características únicas.

Las lenticchie dell'Altopiano di Colfiorito de la meseta de Colfiorito son apreciadas no solo por su delicioso sabor, sino sobre todo por sus propiedades y su valor nutricional: constituyen una fuente natural de proteínas, fibra y minerales.

Pero, ¿qué es lo que las hace tan apreciadas?

Sin duda, es el territorio en el que se cultivan.

La meseta de Colfiorito, situada en Umbría a 781 m de altitud, es una zona protegida como parque regional desde 1995.

Su principal característica es el pantano de alta montaña, un escenario raro que influye en todo el ecosistema del valle, 100 hectáreas de marismas declaradas zona húmeda de importancia internacional por la Convención de Ramsar.

Es un tesoro de biodiversidad que alberga cientos de especies diferentes, entre mariposas, peces, mamíferos, anfibios, reptiles y, sobre todo, más de 150 especies de aves, de las cuales aproximadamente un tercio están protegidas.

### en cocina:

No se pueden dejar de degustarlas según la famosa receta de «alcachofas a la romana», aromatizadas con perejil y menta, perfectas para acompañar con abundante pan para rebañar la salsa.

Pero también son excelentes como salsa para la pasta, quizá para una «pasta alla gricia» con un toque moderno, o como un sublime relleno para una tarta rústica.



LENTICCHIE  
DELL'ALTOPIANO  
DI COLFIORITO  
250 g



Producido por: ANNATURA srl  
Fábrica Via E. Amaldi, 12 - 00015 Monterotondo (Z.I.) Roma

# Ficha técnica

## lenticchie dell'Altopiano di Colfiorito

Valores nutricionales por 100 g lenticchie dell'Altopiano di Colfiorito

ENERGÍA (calorías)	118 kcal 496 kJoule
Parte comestible	100%
Agua	67,5 g
Hidratos de carbono	14,4 g
Grasas	0,8 g
Proteínas	9,8 g
Fibra total	6,9 g

Elaboración efectuada a partir de datos de composición nutritiva de los alimentos procedentes de:

- tablas de composición química y valor energético de los alimentos, Instituto Nacional de Nutrición - Roma;
- tablas de composición de los alimentos - Instituto Alemán de investigaciones bromatológicas de Garching - Múnich.

INGREDIENTES	Lenticchie dell'Altopiano di Colfiorito en MAP: lenticchie dell'Altopiano di Colfiorito secas, agua, sin aromas, aditivos ni conservantes añadidos.
CARACTERÍSTICAS ORGANOLÉPTICAS	Color: característico de la legumbre. Olor: característico de la legumbre. Consistencia: tejido compacto. Palatabilidad: comparable al producto tal cual.
VIDA ÚTIL	Lenticchie dell'Altopiano di Colfiorito al natural en MAP: producto comestible hasta 30 días (fecha de caducidad indicada en el envase).
PROCESO PRODUCTIVO	Especialidad perteneciente a la V gama. Lenticchie dell'Altopiano di Colfiorito cuidadosamente seleccionadas en la calidad de la materia prima. El exclusivo proceso de preparación y cocción permite mantener las propiedades organolépticas y nutricionales. Las lenticchie dell'Altopiano di Colfiorito se procesan en un ambiente totalmente controlado desde el punto de vista higiénico y sanitario, de acuerdo con el plan de autocontrol HACCP aplicado a la planta de producción. En la producción se aplican las normas IFS Food.
MODO DE CONSERVACIÓN	El producto debe conservarse a una temperatura comprendida entre 0/+4 °C. Una vez abierto el envase, el contenido debe consumirse completamente. Es oportuno mantener la cadena del frío.
PREPARACIÓN	Tal cual: abrir la bandeja y aliñar al gusto. El producto está listo para calentarse en una cacerola tradicional 8 minutos y 4 minutos en una olla a presión (2/3 raciones).
PROCEDENCIA DE LA MATERIA PRIMA	Italia y/u otro país de la Comunidad Europea.
OTRO MATERIAL VEGETAL	≤ 1%
ALÉRGENOS	El producto no contiene alérgenos y cumple con el Reg. (UE) 1169/2011 y sucesivas modificaciones e integraciones. En la etiqueta se indican posibles contaminaciones cruzadas.
ENVASE	Para el producto al natural: COPOLÍMERO DE POLIPROPILENO TRANSPARENTE Y PELÍCULA ANTIFOG. Para el producto en MAP: BANDEJA DE PP-EVOH-PP TRANSPARENTE DE BARRERA Y PELÍCULA ANTIFOG. Declaración de idoneidad al contacto con los alimentos: D.M. 21/3/1973 y sucesivas modificaciones e integraciones; Decr. Legis. 152/2006 - art. 226 apdo. 4; Decr. Legis. 10 febrero 2017 n. 29; Reglamento (CE) 1935/2004 sucesivas modificaciones e integraciones; Directiva 2007/19/CE y sucesivas modificaciones e integraciones; Reglamento (UE) 10/2011 y sucesivas modificaciones e integraciones; Reglamento (UE) 2015/174, que modifica y rectifica el Reglamento UE 10/2011.
PARÁMETROS MICROBIOLÓGICOS	Listeria monocytogenes Ausente UFC/25 g. En virtud del REGLAMENTO (CE) n.º 2073/2005 y sucesivas modificaciones e integraciones.

Fuente: Gruppo Maurizi srl - Roma - Informe de prueba n° 26B05733