PRIMA

NATURAL GASTRONOMIC ESSENCES

Venti semplici idee per usare le essenze PriMa

Dalla colazione alla cena!

100% Natural

VEGAN friendly

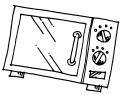
Per cominciare: gli abbinamenti consigliati da PriMa.

Benvenuto nel mondo del gusto e complimenti per aver scelto un innovativo prodotto che donerà sapore, creatività e naturalezza alla Tua cucina.

Come mai ti era accaduto... "PriMa"!

Ecco a Voi PriMa

La linea PriMa è composta da essenze di origine vegetale totalmente naturali per chef e appassionati di enogastronomia, disponibili nelle varietà aromi floreali, agrumi, piante aromatiche, spezie e semi.
Il loro utilizzo è amplissimo: possono essere usate in preparazioni fredde, calde e a temperatura ambiente, all'inizio, durante o al termine della realizzazione del piatto o della bevanda.
Le peculiarità della linea sono racchiuse in tre caratteristiche che la rendono assolutamente innovativa e interessante:



Stabili in cottura:

odore, sapore e qualità organolettiche restano sempre immutate, dal gelato alla pizza

Diluibili in acqua:

le nostre essenze hanno un alto grado di miscibilità in acqua e nelle preparazioni liquide

Semplici da utilizzare:

pratiche nell'utilizzo e nella scelta delle dosi

Inizia a deliziarti con le nostre essenze naturali.
Prova subito idee e ricette consigliate dal nostro Chef Tiziano Mita: dalla colazione alla cena!

Le idee per il Mattino

NEL LATTE E NELLA CIOCCOLATA CALDA

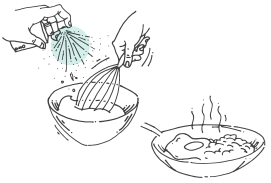
Aggiungi 1 vaporizzazione della tua essenza PriMa peferita nella tazza vuota e versaci il latte (va bene anche quello vegetale), la cioccolata o la tua bevanda preferita (su 200 ml totali).
Prova l'abbinamento dell'essenza di Cannella PriMa con il latte d'avena.

NEL TÈ O NELLA TISANA

Mescola 1 vaporizzazione di essenza PriMa nell'acqua bollente (200 ml) contenuta nella tazza insieme al filtro del tè o della tisana che preferisci.
Prova l'abbinamento dell'essenza di Bergamotto PriMa con il tè verde.

NELLO YOGURT

Aromatizza il tuo yogurt bianco o alla frutta con 1 vaporizzazione di essenza a tua scelta.
Prova l'essenza di Zenzero PriMa con uno yogurt bianco o quella che più preferisci per donare un gusto nuovo ad ogni tuo mattino.



CON L'UOVO STRAPAZZATO E L'OMELETTE

Mentre agiti l'uovo nella ciotola, aggiungi 1 vaporizzazione di essenza PriMa a tuo piacimento; versa direttamente il contenuto della ciotola in padella e cuoci.
Prova la tua omelette al formaggio con l'essenza di Pepe Nero PriMa.

SPONGE CAKE ALLA LAVANDA

Ingredienti

220 g	Uova
180 g	Zucchero
180 g	Farina “00”
40 g	Tuorlo
20 g	Fecola di patate
6 g	Miele
6 vap.	Essenza di Lavanda PriMa

Procedimento

Montare in una planetaria le uova intere, il tuorlo, il miele e lo zucchero. Aggiungere le vaporizzazioni di essenza di Lavanda PriMa e continuare a lavorare fino ad ottenere un composto spumoso e ben montato.

Unire la farina e la fecola e setacciare a pioggia sulla massa montata mescolando dolcemente con una spatola evitando di smontare il composto.

Versare il composto in uno stampo precedenemenre imburrato e infarinato fino a 3/4 della sua capacità. Infornare in forno statico già caldo alla temperatura di 180°C per circa 20 min.

CONVERSIONE: 5 vaporizzazioni = 1/2 cucchiaino da caffè (circa)

Visita il nostro sito www.prima.bio
per provare altre ricette

Le idee per il Pranzo

PER LA TUA PASTA SALTATA IN PADELLA

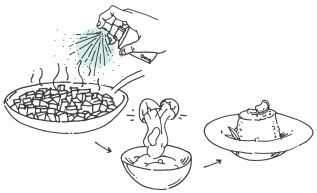
Aggiungi le essenze PriMa mentre salti la pasta in padella: basta 1 vaporizzazione per porzione!

Prova gli spaghetti al pomodoro con l'essenza di Basilico PriMa.

PER LE TUE INSALATE

Arricchisci il condimento delle tue insalate con i gusti delle essenze PriMa aggiungendo 1 vaporizzazione (o più di una, in base al tuo gusto) per boule di insalata.

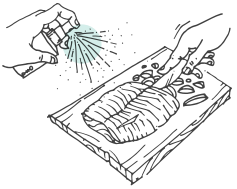
Condisci la misticanza con olio ed essenza di Lime PriMa.



PER I TUOI SFORMATI, GATEAU E FLAN

Profuma la base delle tue preparazioni con le essenze PriMa utilizzando 1 vaporizzazione per ogni 100 g di ricotta o base. Il suo gusto non cambierà una volta infornato!

Prova a realizzare un flan di ricotta all'essenza di Noce Moscata PriMa, Se preferisci puoi anche vaporizzare l'essenza sul tuo flan già cotto.



PER LE TUE TARTARE

Dona nuovo gusto alle tartare di carne o di pesce: ti basterà 1 vaporizzazione ogni 150 g.

Sei un amante della battuta di Fassona? Gustala in abbinamento all'essenza di Limone PriMa.

Sul salmone, prova l'essenza di May Chang PriMa.

FLAN DI ZUCCHINE, ALICI, ESSENZA DI MENTASTRO PriMa E POP CORN DI AMARANTO

Ingredienti per il flan

200 g	Zucchine
125 g	Parmiggiano Regg. grattugiato
120 g	Panna fresca
25 g	Olio EVO
10 g	Cipollotto
5 vap.	Essenza di Mentastro PriMa
2	Filetti di alici salate
1	Uovo intero
q.b.	Sale

Ingredienti per i pop-corn

150 g	Amaranto
q.b.	Olio per frittura

Procedimento

Affettare sottilmente il cipollotto, lasciando buona parte del gambo. Dividere in due le zucchine e tagliarle a cubetti. Stufare il cipollotto in una pentola antiaderente con poco olio evo, aggiungere le zucchine, salare e lasciar stufare con coperchio per 20 min. aggiundengo un poco d'acqua se necessario. Terminata la cottura coprire la padella per evitare la fuoriuscita dei vapori e far raffreddare.

Scaldare la panna senza portarla ad ebollizione e frullare assieme alle zucchine, l'uovo, le alici, il parmigiano reggiano e le vaporizzazioni di Mentastro PriMa.

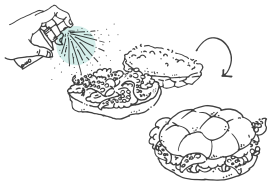
Ungere con olio gli stampini di alluminio e cuocere a bagno maria in forno (oppure a vapore) a 120° per 40 min.

Nel frattempo, cuocere l'amaranto per 30 min. in abbondante acqua bollente. Scolare e lasciar asciugare su un canovaccio. Una volta asciutto, creare delle piccole forme irregolari e friggere fino a doratura. Decorare il flan con i pop-corn.

CONVERSIONE: 5 vaporizzazioni = 1/2 cucchiaino da caffè (circa)

Visita il nostro sito www.prima.bio
per provare altre ricette

Le idee per lo Spuntino



PER I TUOI SANDWICH

Dona gusto allo spuntino pomeridiano con PriMa. Prova direttamente l'essenza nel tuo sandwich: aggiungi 1 vaporizzazione sulla fetta del panino donandogli gusto e morbidezza.

L'essenza di Pepe PriMa è ideale con le tue verdure preferite... con o senza maionese.

PER LA TUA MACEDONIA

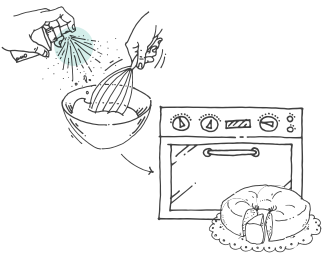
Dai un tocco di originalità alla tua macedonia! Basterà una vaporizzazione per ogni porzione da 150 g di frutta per donare gusto e dolcezza senza aggiunta di zuccheri.

Prova l'essenza di Pompelmo PriMa con la tua frutta di stagione preferita.

PER I TUOI ESTRATTI DI FRUTTA O VERDURA

Vaporizza le essenze PriMa direttamente nel mixer e il gioco è fatto! Usa 1 vaporizzazione per 150 ml di estratto.

Nel tuo estratto di mele prova l'abbinamento con l'essenza di Cardamomo!



PER LE TUE TORTE

Stanco del solito ciambellone? Crea mille varianti di impasti per torte con le essenze naturali PriMa: ti basterà aggiungere 1 vaporizzazione ogni 100 g di impasto.

Gusta il ciambellone all'Arancio PriMa.

TOAST VEGETARIANO CON CREMA DI DATTERINI ALL'ESSENZA DI LIME E BASILICO

Ingredienti

12 fette	Pane bianco in casssetta
200 g	Pomodori ramati
150 g	Melanzane grigliate
8 fette	Mozzarella
2 vap.	Essenza di Santoreggia PriMa
q.b.	Burro ammorbidito

Crema di datterini

150 g	Pomodorini datterini
120 g	Ricotta vaccina
10 g	Olio EVO
1 vap.	Essenza di Basilico PriMa
1 vap.	Essenza di Lime PriMa
q.b.	Sale fino

Procedimento

Grigliare le melanzane a fette e condirle con sale, olio e 1 vaporizzazione di Santoreggia PriMa. Lasciare a riposo per 10 min.

Con l'aiuto di un mixer, preparare la crema di datterini e ricotta aggiungendo 1 vaporizzazione di essenza di Basilico PriMa e 1 di essenza di Lime PriMa, l'olio e il sale. Frullare il tutto fino ad ottenere una crema.

Imburrare leggermente le fette di pane bianco e tostarle in padella a fuoco medio fino a doratura.

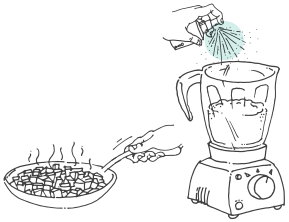
Comporre il toast alternando 1 fetta di pane tostato, 1 strato di crema ai datterini e ricotta, 3 fette di melanzane grigliate e la mozzarella. Ricoprire con un'altra fetta alternando la crema di datterini e ricotta, le fette di pomodoro e la mozzarella. Richiudete con un'altra fetta di pane tostato.

Collocare il toast su un tagliere, e dividerlo a metà lungo la diagonale per formare dei triangoli!

CONVERSIONE: 5 vaporizzazioni = 1/2 cucchiaino da caffè (circa)

Visita il nostro sito www.prima.bio per provare altre ricette

Le idee per la Cena



PER LE TUE VELLUTATE

Dona nuovo gusto alle tue vellutate aggiungendo 1 vaporizzazione di essenza PriMa per ogni porzione direttamente nel mixer.

Prova l'abbinamento sfizioso della zucca con l'essenza di Timo PriMa.

PER LE TUE ZUPPE

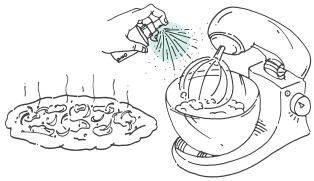
Prova i sapori delle essenze PriMa nelle tue zuppe preferite: aggiungile durante la cottura (1 vaporizzazione per ogni 100 g di legumi o cereali) oppure direttamente nel piatto.

Gusta il profumo intenso dell'essenza di Rosmarino PriMa nella zuppa di legumi e farro.

PER LA MARINATURA DI CARNE, PESCE E VERDURA

Aggiungi 2 vaporizzazioni di essenze PriMa per marinare 150 g di carne o di pesce; lascia riposare in frigo per 20 minuti e il gioco è fatto!

Questa sera per cena prova l'orata al forno marinata con l'essenza di Mandarino PriMa.



PER I TUOI IMPASTI SALATI PER PIZZA, PANE E FOCACCIA

Esalta il sapore dei tuoi impasti salati con le essenze PriMa aggiungendo durante la lavorazione 1 vaporizzazione su ogni 100 g di impasto.

Prova l'impasto per pizza all'essenza di Santoreggia PriMa.

MERLUZZO AL CARTOCCIO ALLA MEDITERRANEA CON ESSENZE DI LIMONE E ORIGANO

Ingredienti

400 g	Filetto di merluzzo
50 g	Pomodorini freschi
30 g	Vino bianco
20 g	Capperi
20 g	Olive nere denocciolate
20 g	Olio EVO
4 vap.	Essenza di Limone PriMa
3 vap.	Essenza di Origano PriMa
q.b.	Prezzemolo tritato
q.b.	Sale e Pepe

Procedimento

Disporre il filetto di merluzzo accuratamente lavato al centro del foglio di carta da forno.

Vaporizzare le essenze direttamente sul filetto e lasciare riposare per 10 min.

Condire con i restanti ingredienti, olio, sale, pepe, vino bianco, pomodorini tagliati in quattro, capperi, olive e prezzemolo tritato. Richiudere il cartoccio con l'aiuto di uno spago da cucina. Lasciar riposare altri 5 minuti e successivamente informare a 180°C per 15/20 minuti.

Accessori per la ricetta

Carta da forno
Spago da cucina

CONVERSIONE: 5 vaporizzazioni = 1/2 cucchiaino da caffè (circa)

Visita il nostro sito www.prima.bio per provare altre ricette

Ti sono piaciuti i nostri abbinamenti? Hai già creato nuove ricette?

Scatta la foto al tuo piatto e condividilo in rete taggando **Prima.bio** e #**foodessence** su Facebook e Instagram.

La foto-ricetta che avrà ricevuto più **Like** sarà pubblicata sul sito ufficiale di PriMa!

Perchè ricorda: l'idea migliore nasce sempre dalla tua fantasia!

PRIMA

PRI.MA. by Forza Vitale Italia S.r.l.
Via Castel del Monte, 194/C
70033 Corato (BA) ITALY - T.+39 080.8987548
www.prima.bio - info@prima.bio