



L'AGLIO ORSINO

L'aglio orsino (*Allium ursinum*) fa parte delle famiglia delle Liliaceae, la stessa dell'aglio, della cipolla e del porro ed è una pianta officinale spontanea commestibile.

Dove si trova.

L'aglio orsino cresce spontaneo nei boschi, nei luoghi umidi e ombrosi, fiorisce in primavera tra marzo e giugno.

Come riconoscerlo.

È una pianta con fiori bianchi a forma di stella, riuniti in infiorescenze ad ombrella. Le foglie sono carnose, di colore verde intenso e sfregandole rilasciano un odore che ricorda molto l'aglio. L'odore è dovuto ai composti di zolfo presenti in grande quantità ma a differenza dell'aglio comune, questi composti sono maggiormente legati a sostanze proteiche, di conseguenza, dopo il consumo, non rilascia lo stesso cattivo odore tipico dell'aglio.

Curiosità e proprietà.

Il suo nome curioso, deriva dal fatto che gli orsi, appena si risvegliano dal letargo, ne

consumano in gran quantità per rigenerarsi e recuperare le energie perdute durante il periodo freddo.

Proprietà.

- Azioni depuranti e antisettiche, purifica l'organismo, protegge dalle malattie del cuore contribuendo a mantenere equilibrati i livelli di colesterolo.
- Azione antibatterica e antimicotica e febbrifuga.
- Azione diuretica, permette ai reni di funzionare al meglio e depurare l'organismo.
- Azione depurativa e ipotensiva, regolarizza e normalizza il battito cardiaco.
- È ricco di vitamina A, B1, B2, PP e C.
- Presenta caratteristiche lenitive e depurative per ogni tipo di pelle.

L'aglio orsino va consumato preferibilmente crudo oppure aggiunto alle pietanze solo alla fine del tempo di cottura per evitare la perdita delle proprietà causata dal calore.

PRENOTATE IL VOSTRO POSTO



Con il patrocinio di



Ufficio Informazione ed Accoglienza Turistica Valli del Natisone

Pro Loco Nediške Doline - Valli del Natisone APS - Ufficio IAT Valli del Natisone c/o SMO (Slovensko multimedialno okno Museo di paesaggi e narrazioni) Via Alpe Adria, 73 - 33049 San Pietro al Natisone / Špietar (UD)

Cell. +39 339 8403196 / +39 349 3241168

segreteria@nediskedoline.it - www.nediskedoline.it - www.vallidelnatisone.eu

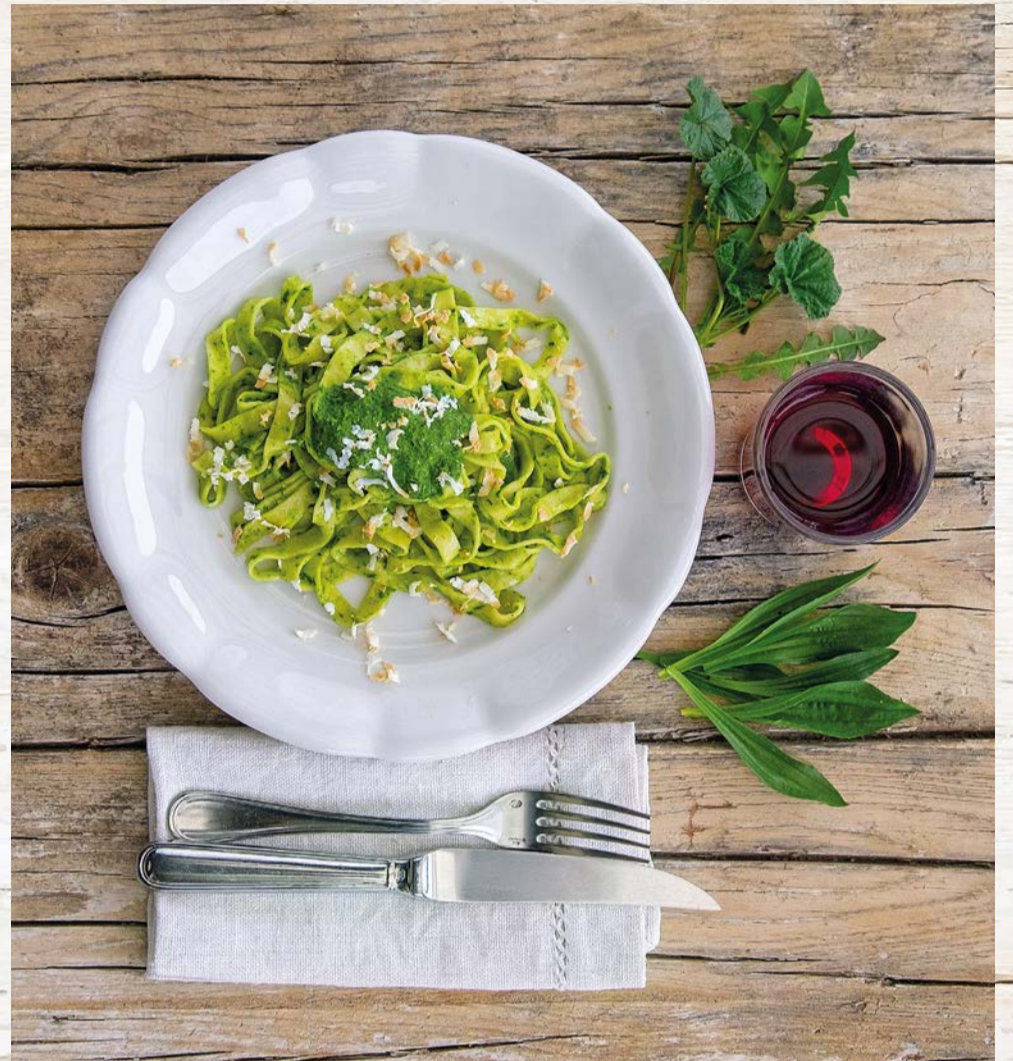
Iscrivetevi alla newsletter dell'Ufficio Turistico Valli del Natisone, basta compilare il modulo sul sito www.nediskedoline.it, così da restare sempre aggiornati su novità ed iniziative di tutto il comprensorio... incluso il nostro prossimo appuntamento dell'“Invito a pranzo d'Autunno 2024”

publicad.it UD

DAL 5 APRILE FINO AL 19 MAGGIO 2024

Invito a Pranzo nelle Valli del Natisone

VABILO NA KOSILO / EINLADUNG ZUM SCHMAUS / INVITATION TO LUNCH



2024 FB invitoapranzo www.invitoapranzo.it

DAL 5 APRILE FINO AL 19 MAGGIO 2024

Invito a Pranzo nelle Valli del Natisone



Le Valli del Natisone si apprestano ad accogliervi, attraverso l'Invito a Pranzo di Primavera, con piatti che si ispirano alla magia della natura che in questa stagione lentamente si risveglia, rigogliosa e verdeggiante. Ortiche (*pokrive*), levistico (*lustrih*), menta (*meta*), partenio (*mederjauka*), sono soltanto alcune delle piante spontanee che i ristoratori dell'Associazione Invito a Pranzo continuano a utilizzare e rielaborare nei propri menù.

Il tutto nel rispetto di quella memoria storica locale che racconta di come, da tempo immemore, le “erbe buone” venissero utilizzate nell'alimentazione quotidiana, per sfruttarne al meglio le proprietà curative. “Un'eredità remota di ricette sedimentate attraverso una sperimentazione lenta, ma efficace e sicura anche nell'azione medicamentosa, integrata ovviamente da un'effettiva gratificazione del palato”. (Dott. Franco Fornasaro per Invito a Pranzo di Primavera, anno 1999).



I MENÙ SONO DISPONIBILI SU PRENOTAZIONE e possono subire variazioni dovute alla reperibilità delle materie prime.



I PREZZI SI INTENDONO BEVANDE ESCLUSE. In tutti i locali sarà possibile gustare la Gubana e gli Struki, dolci tipici delle Valli.



CI SEPARA SOLO UNA PRENOTAZIONE. Si consiglia vivamente di prenotare con congruo anticipo. Prego comunicarci eventuali allergie.

1

AGRITURISMO
LA CASA DELLE RONDINI

40 €

Frazione Dughe, 14 - Stregna (UD) T. +39 0432 724177
Menù disponibile su prenotazione, nelle giornate di sabato e domenica.
Adattabile ai gusti dei più piccini.

ANTIPASTO

- Il buon pane fatto in casa accompagna i salumi della nostra cantina, formaggi locali e le "marve" (briciole alle erbe)

INTERMEZZO

- L'aglio orsino fa un tuffo nella vellutata

BIS DI PRIMI

- Un cuore di sclopit e ricotta dell'Azienda Agricola Manig è racchiuso nei ravioli della casa
- Le tagliatelle di crespelle abbracciano un ragù di cortile

SECONDO

- L'arista di maiale si adagia su un letto di erbe di campo spadellate, accanto a verdure cotte a vapore

DOLCI

- Una crema allo zafferano "Oro della Benečija" fa capolino tre le pieghe di una palačinka
- Gli štrukli lessi portano i saluti della cucina

RISTORANTE
VARTACIA

35 €

Bivio Tercimonte, 1 - 33040 Savogna (UD) T. +39 0432 714168 - C. +39 334 7074923 - vartacia@yahoo.com
Chiuso per turno di riposo il martedì. Il menù può variare.
Il menù è disponibile, il sabato e la domenica a pranzo, solo su prenotazione almeno 2 giorni prima.

ANTIPASTO

- Tortino di spinaci con salsa al "Formadi Frant"

PRIMI

- Ravioli ripieni di aglio orsino con burro e ricotta affumicata
- Gnocchi di patate al pesto di sclopit e noci caramellate

SECONDI

- Arrosto di maiale con salsa alle erbe aromatiche
- Frittata alle erbe di campo

CONTORNI

- Štakanje con tarassaco
- Insalata mista

DOLCE

- Bavarese al cioccolato bianco e salsa alle fragole



3

TRATTORIA
DA WALTER

30 €

Frazione Altana, 26 - San Leonardo (UD) T. +39 0432 723321 - C. +39 349 7235652
Chiuso giovedì. Menù disponibile su prenotazione sabato a pranzo e cena, domenica solo a pranzo previa prenotazione entro il venerdì.

ANTIPASTO

- Sformatino alle erbe spontanee con salsa al San Canziano

PRIMI

- Rotolo con ricotta e ortiche, burro fuso
- Tagliolini con aglio orsino e pomodorini

SECONDO A SCELTA

- Il nostro Frico con polenta
- Fesa di tacchino arrosto servita tiepida con maionese all'aglio orsino

CONTORNI

- Verdure di stagione cotte e crude

DOLCE

- Alla carta



4

TRATTORIA
ALLA CASCATA

33 €

Frazione Clodig, 28 - Grimacco (UD) T. +39 0432 725034 - C. +39 333 9146788
Facebook: Bar Trattoria Alla Cascata
Chiuso venerdì. Menù disponibile tutti i giorni su prenotazione con almeno due giorni di anticipo.
Menù disponibile fino a domenica 2 giugno.

ANTIPASTI

- Marve con lustric
- Crostino con "Skuta di Luico" aromatizzata
- Cotechino nostrano in crosta di pane alle erbe

PRIMI

- Minestra di sclopit con patate e fagioli cannellini
- Pasta della casa all'aglio orsino con scaglie di parmigiano
- Žličnjaki di ortica con ricotta fumè e burro fuso

SECONDI

- Trota al burro ai profumi di primavera
- Filettino di maiale alle erbe

CONTORNI

- Contorni di stagione

DOLCE

- Dolce della casa

5

AGRITURISMO
MONTE DEL RE

Fraz. Clenia, 35/B - S. Pietro al Natisone (UD) T. +39 0432 717022 - C. +39 320 8837092
info@agriturismomontedelre.it - Facebook: agriturismomontedelre
Aperto dal giovedì alla domenica. Menù disponibile su prenotazione.

ANTIPASTI • PRIMI • SECONDI • DOLCI

- L'Agriturismo Monte del Re vi propone una cucina fresca e genuina con prodotti stagionali del territorio. Il nostro menù è sempre in continuo mutamento di pari passo allo scorrere delle stagioni. La selvaggina, gli animali da cortile, le nostre verdure ed erbe aromatiche vengono utilizzate per creare piatti che richiamano tradizione e innovazione dei sapori della nostra terra. Pranzi e cene di famiglia o con gli amici, cerimonie ed eventi in genere vengono molto apprezzati dai nostri clienti ma anche le cene romantiche trovano un ottimo riscontro nella tranquillità della nostra realtà.

6

AGRITURISMO
PÉSTROFA

35 €

Località Cedron - San Pietro al Natisone (UD) T. +39 0432 714172 - stefania.predan@gmail.com
Menù disponibile su prenotazione con almeno un giorno di anticipo, venerdì a cena, sabato e domenica pranzo e cena. Il menù potrebbe subire variazioni dovute alla reperibilità dei prodotti.

ANTIPASTI

- Flàn alle erbe spontanee stagionali con fonduta di formaggio Matajur
- Crostine di trota al profumo di tartufo

PRIMO

- Tagliatelle con bocconcini di trota e crema di asparagi

SECONDO

- Filetto di trota con salsetta all'aglio orsino

CONTORNI

- Contorni di stagione

DOLCE

- Dolce di casa Péstrofa

7

OSTERIA
ALLA CASCINA

40 €

Via Sorzento, 4 - San Pietro al Natisone (UD) C. +39 329 2981691 / 339 1741803
Facebook: Osteria Alla Cascina

Menù disponibile su prenotazione nelle giornate di sabato e domenica a pranzo.

ANTIPASTI

- Involtini di zuccina, speck e provola
- Vitello tonnato
Cottura "sous vide"

PRIMI

- Zuppa di cipolla con crostini
- Tagliolini al pesto di aglio orsino

SECONDO

- Arrotolato di coniglio con purè
Cottura "sous vide"

DOLCE

- Mousse al cioccolato con panna e fragole



8

HOSTERIA
KOLOVRAT

28 €

Frazione Clabuzzaro, 8/A - Drenchia (UD) T. +39 0432 721104 - C. +39 377 3189672
Menù disponibile sabato e domenica a pranzo, le cene soltanto su prenotazione.

ANTIPASTO

- Stuzzichini della casa

PRIMI

- Gnocchi fatti in casa alla rucola su crema di parmigiano
- Lasagnetta alla scarola

SECONDO

- Carpaccio d'arista al ragù di verdure

CONTORNI

- Verdure crude e cotte di stagione

DOLCE

- Dolci assaggi della Bea

In alternativa al Menù di Primavera, il nostro stinco e la nostra braciola aromatizzata sono sempre disponibili fino ad esaurimento scorte.



2024
FB invitoapranzo
www.invitoapranzo.it

