



Mangiare meglio.
Vivere meglio.



AMC NonSoloPasta

Semplicemente invitante



Sistema di
cottura Premium

www.amc.info

Cucinare la pasta con AMC NonSoloPasta

AMC NonSoloPasta è la perfetta combinazione tra unità di cottura e inserto forato, che consente di preparare la pasta con estrema facilità e sicurezza: l'inserto è adatto per scolare l'acqua ed evitare che il condimento venga annacquato.

Ci sono diverse possibilità di preparazione della pasta – noi consigliamo la cottura senza aggiunta di oli e grassi, senza sciacquare la pasta con l'acqua fredda. In questo modo le proprietà nutritive della pasta vengono mantenute e quest'ultima si lega meglio con il sugo scelto.

L'ideale è mescolare la pasta e il condimento nella stessa unità AMC affinché la pietanza rimanga più calda.

Come viene semplificata la scelta delle ricette:



ricco di vitamine



pochi grassi



poche calorie



ricco di fibra



poco colesterolo



ORECCHIETTE

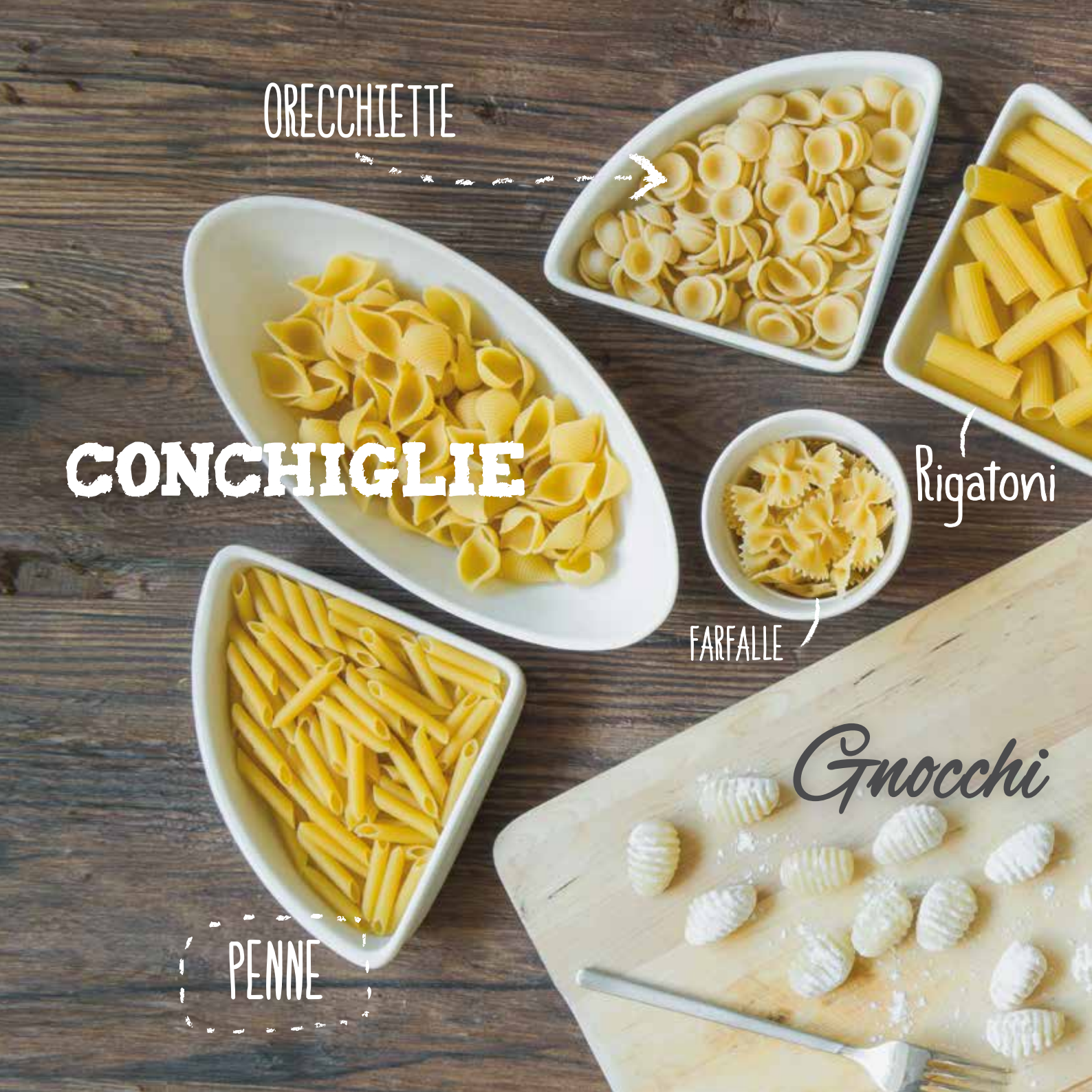
CONCHIGLIE

PENNE

FARFALLE

Rigatoni

Gnocchi





Fusilli

SPAGHETTI

PAPPARDELLE

TAGLIATELLE

Una pasta appetitosa "Step by Step"



- Nell'unità di cottura 20 cm 4,5 l sistemare l'inserto forato NonSoloPasta e versarvi abbondante acqua
- Portare a bollore
- Aggiungere un cucchiaino di sale da cucina per ogni 100 g di pasta, mescolare e aggiungere la pasta
- Portare a bollore nuovamente e mescolare ancora
- Cuocere la pasta al dente, a fuoco basso, seguendo le indicazioni riportate sulla confezione.

- Estrarre l'inserto forato NonSoloPasta dall'unità
- Scolare
- Buttare l'acqua di cottura

- Fare sgocciolare bene la pasta e rimetterla nell'unità
- Condire con la salsa, il pesto, il ragù o il sugo che avete preparato

- Mescolare bene e servire subito
- A piacere, servire con parmigiano grattugiato



Spaghetti alla carbonara

Per 4 persone

200 g di pancetta o
guanciale di maiale,
a fette

1 spicchio d'aglio

4 uova fresche

150 g di formaggio
grana

pepe, sale

5 rametti di prezzemolo

500 g di spaghetti

Prodotti AMC

Padella Arcobaleno 24 cm

Audiotherm

 ca. 20 minuti



- Tagliare la pancetta a striscioline. Sbucciare l'aglio e tagliarlo a cubetti piccolissimi.
- Riscaldare la padella Arcobaleno 24 cm a fuoco massimo fino alla finestra "carne", utilizzando Audiotherm. Rosolare la pancetta a fuoco basso, rendendola croccante ed eventualmente eliminare il grasso in eccesso filtrandolo con un colino.
- Sbattere le uova con lo spicchio d'aglio. Grattugiare il formaggio grana e aggiungerne metà al composto di uova. Insaporire con pepe e poco sale. Staccare le foglie di prezzemolo e tritarle.
- Cuocere gli spaghetti al dente come descritto nell'introduzione "Step by Step". Mescolare il composto di uova e la pancetta con gli spaghetti nell'unità sul fuoco acceso. Servire subito gli spaghetti, cosparsi con prezzemolo e formaggio grana rimasto.

Tempo di cottura: ca. 10 minuti

ca. 430 kcal a persona



Spaghetti al sugo di pomodoro

Per 4 persone

1 kg di pomodori
ben maturi da salsa
(ad esempio, San
Marzano)

2 cipolle

1 spicchio d'aglio

1 carota

2 coste di sedano

3 rametti di
rosmarino

3 cucchiaini di olio
d'oliva

1 mazzetto di
basilico

sale, pepe

500 g di spaghetti

a piacere,
formaggio grana
oppure Pecorino

Prodotti AMC

Padella Arcobaleno
20 cm

Audiotherm

 ca. 40 minuti



- Scottare i pomodori in acqua bollente, spellarli e dividerli in otto pezzi. Sbucciare cipolla, spicchio d'aglio e carota e tagliare tutto a cubetti piccoli. Mondare il sedano e tagliarlo a cubetti. Tritare il rosmarino.
- Riscaldare i cubetti di aglio e cipolla in una unità 20 cm 2,3 l a fuoco massimo fino alla finestra "carne" utilizzando Audiotherm. Aggiungere i cubetti di carota e sedano e rosolarli a fuoco basso, mescolando.
- Aggiungere pomodori e rosmarino, coprire l'unità con il coperchio, riscaldare a fuoco massimo fino alla finestra "verdura" e proseguire la cottura a fuoco basso per 20 minuti circa.
- Se necessario, lasciare sobbollire il sugo ancora qualche minuto senza coperchio, fino alla consistenza desiderata. Aggiungere l'olio d'oliva e le foglie di basilico a striscioline e mescolare. Insaporire con sale e pepe.
- Cuocere gli spaghetti al dente come descritto nell'introduzione "Step by Step". Incorporare il sugo di pomodoro agli spaghetti, mescolare e servire a piacere con formaggio grana grattugiato o pecorino.

Tempo di cottura: ca. 20 minuti + ca. 10 minuti (spaghetti)
ca. 560 kcal a persona



Suggerimento: la versione “all’arrabbiata” consiste in un sugo di pomodoro particolarmente piccante. Per preparare la pasta all’arrabbiata aggiungere alla ricetta base 1–2 peperoncini tagliati a cubetti piccoli. Il formato di pasta migliore per il sugo all’arrabbiata sono le penne.



Tagliatelle alla bolognese

Per 4 persone

20 g di funghi porcini secchi
 3 cipolle
 2 spicchi d'aglio
 3 carote
 4 gambi di sedano
 50 g di pancetta a cubetti
 400 g di carne trita, mista
 1 lattina di polpa di pomodoro (800 g)
 50 g di concentrato di pomodoro
 150 ml di vino rosso, secco
 150 ml di brodo di carne
 sale, pepe
 pepe di Cayenna
 5 rametti di prezzemolo
 500 g di tagliatelle
 a piacere, formaggio grana

Prodotti AMC

Unità 20 cm 3.0 l
 Audiotherm



ca. 50 minuti



- Fare ammorbidire i funghi porcini in acqua tiepida, sbucciare cipolle, spicchi d'aglio, carote e sedano rapa e tagliarli a cubetti piccoli. Tagliare a pezzettini anche i funghi porcini.
- Riscaldare una unità 20 cm 3 l a fuoco massimo fino alla finestra "carne" utilizzando Audiotherm e rosolarvi a fuoco basso la pancetta e la carne trita.
- Aggiungere cipolle, aglio, carote e sedano e rosolare anche questi. Incorporare pomodori, concentrato di pomodoro, vino rosso, brodo e funghi porcini e coprire l'unità con il coperchio.
- Riscaldare a fuoco massimo fino alla finestra "verdura" utilizzando Audiotherm e cuocere a fuoco basso per 20 minuti circa. Se necessario, lasciare sobbollire il ragù ancora qualche minuto senza coperchio, fino alla consistenza desiderata. Insaporire generosamente con le spezie. Tritare le foglie di prezzemolo e aggiungerle al ragù.
- Cuocere le tagliatelle al dente come descritto nell'introduzione "Step by Step". Incorporare il sugo alla bolognese e servire a piacere con formaggio grana grattugiato.

Tempo di cottura: ca. 20 minuti + ca. 6 minuti (tagliatelle)
 ca. 765 kcal a persona

Penne alla norma

Per 4 persone

2 melanzane
(ciascuna di
ca. 250 g)
3 cucchiaini di olio
d'oliva
1 spicchio d'aglio
800 g di pomodori
a grappolo
sale, pepe
500 g di penne
½ mazzetto di
basilico
150 g di ricotta
salata, grattugiata
fresca

Prodotti AMC

Unità 24 cm 3,5 l
Audiotherm

 ca. 45 minuti



- Mondare le melanzane, tagliarle a cubetti e mescolarle con l'olio. Sbucciare lo spicchio d'aglio. Scottare i pomodori in acqua bollente, spellarli e tagliarli a cubetti grossolani.
- Riscaldare una unità 24 cm 3,5 l a fuoco massimo fino alla finestra "carne" utilizzando Audiotherm. Rosolarvi i cubetti di melanzane a fuoco basso, toglierli dall'unità e tenerli in caldo.
- Rosolare l'aglio nell'unità di cottura, aggiungere i pomodori e riscaldare a fuoco massimo fino alla finestra "verdura", utilizzando Audiotherm. Cuocere a fuoco basso per 15 minuti circa.
- Cuocere le penne al dente come descritto nell'introduzione "Step by Step". Condire la pasta con la salsa di pomodoro e le melanzane.
- Aggiungere le foglie di basilico tagliate a striscioline, la ricotta ed insaporire con sale e pepe prima di servire.

Tempo di cottura: ca. 15 minuti + ca. 8 minuti (penne)
ca. 540 kcal a persona

Suggerimento: la ricotta salata può essere sostituita dalla feta.

Orecchiette ai broccoli

Per 4 persone

600 g di broccoli
1 vasetto di filetti di acciughe (50 g)
2 spicchi d'aglio
1–2 peperoncini
sale
500 g di orecchiette
4 cucchiaini di olio d'oliva

Prodotti AMC

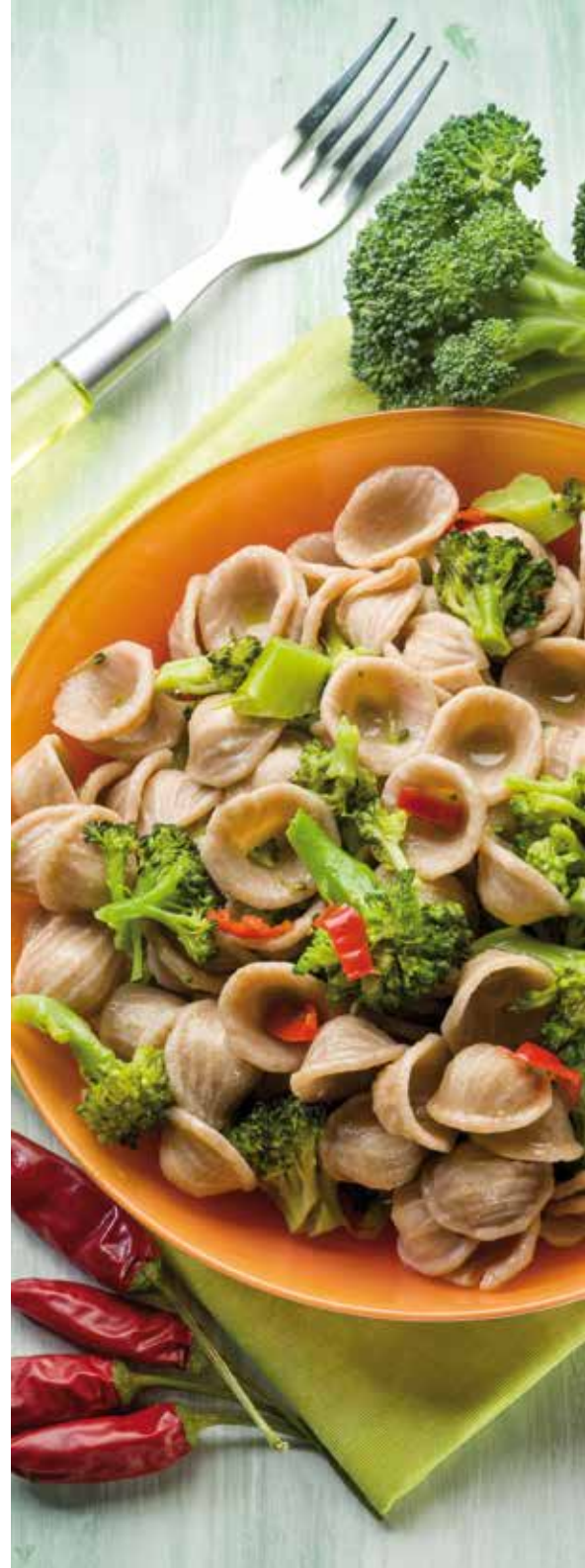
Unità 20 cm 2.3 l
Audiotherm

 ca. 25 minuti



- Mondare i broccoli, tagliarli a rosette e affettare i gambi più grossi in tronchetti piccoli. Disporre i broccoli, ancora bagnati dell'acqua di lavaggio, in una unità 20 cm 3 l, riscaldare a fuoco massimo fino alla finestra "verdura", utilizzando Audiotherm. Cuocere a fuoco basso per 10 minuti circa.
- Fare sgocciolare i filetti di acciughe e tagliarli a pezzettini. Sbucciare l'aglio e tagliarlo a cubetti piccoli. Mondare il peperoncino e tagliare anche questo a cubetti.
- Cuocere le orecchiette al dente come descritto nell'introduzione "Step by Step". Aggiungere alla pasta i broccoli e tutti gli altri ingredienti compreso l'olio d'oliva.
- Regolare di sale e mescolare prima di servire.

Tempo di cottura: ca. 10 minuti + ca. 11 minuti (orecchiette)
ca. 580 kcal a persona





Tagliatelle ai funghi

Per 4 persone

3 cipollotti

1 spicchio d'aglio

600 g di funghi freschi misti
(ad esempio, champignon,
porcini e gallinacci)

100 g di pancetta, a cubetti

50 ml di vino bianco, secco

200 ml di panna da cucina

100 ml di brodo vegetale

a piacere, amido alimentare
sale, pepe

1 mazzetto di prezzemolo

500 g di tagliatelle

a piacere, formaggio grana
grattugiato fresco

Prodotti AMC

Unità 20 cm 3.0 l

Audiotherm



ca. 30 minuti



- Mondare i cipollotti, sbucciare l'aglio e tagliare entrambi a cubetti piccoli. Pulire i funghi con un panno oppure un pennellino da cucina, tagliando i funghi più grossi a pezzetti.
- Riscaldare una unità 20 cm 3 l a fuoco massimo fino alla finestra "carne", utilizzando Audiotherm. Rosolare la pancetta a fuoco basso, mescolando; aggiungere cipolla, aglio e funghi e rosolarli insieme.
- Sfumare con il vino, poi diluire con panna e brodo e lasciare sobbollire per 5 minuti circa.
- Legare la salsa con l'amido alimentare e aggiustare di sale e pepe. Incorporare le foglie di prezzemolo tritato.
- Cuocere le tagliatelle al dente come descritto nell'introduzione "Step by Step". Condire le tagliatelle con la salsa ai funghi e mescolare bene.
- A piacere, servire con formaggio grana grattugiato.

Tempo di cottura: ca. 10 minuti + ca. 5 minuti (tagliatelle)
ca. 705 kcal a persona

Pappardelle del cacciatore

Per 4 persone

500 g di carne di lepre
 2 cipolle
 2 spicchi d'aglio
 2 rametti di rosmarino
 2 rametti di timo
 2 foglie d'alloro
 2 chiodi di garofano
 1 cucchiaino di pepe in grani, macinato
 ¼ di litro di vino rosso, secco e corposo
 50 ml di aceto balsamico
 200 g di carote
 200 g di sedano rapa
 50 g di concentrato di pomodoro
 sale, pepe
 400 ml di brodo di carne
 100 ml di panna da cucina a piacere, amido alimentare
 500 g di pappardelle

Prodotti AMC

Unica 24 cm
 Audiotherm



ca. 60 minuti
 (escluso il tempo di marinatura)



- Tagliare la carne di lepre a listarelle sottili togliendo prima, se necessario, pelle e tendini.
- Sbucciare cipolle e aglio e tagliare a cubetti. Staccare le foglioline delle erbe aromatiche e tritarle finemente. Mettere carne, cipolle e aglio insieme con spezie, erbe aromatiche, vino rosso e aceto balsamico a marinare in frigorifero per 12 ore circa.
- Sbucciare carote e sedano rapa e tagliare a cubetti piccoli.
- Far sgocciolare la carne e asciugarla, conservando la marinata. Riscaldare l'unità Unica 24 cm a fuoco massimo fino alla finestra "carne", utilizzando Audiotherm. Rosolare la carne a fuoco basso in più tornate. Aggiungere carote e sedano e far rosolare insieme. Incorporare anche il concentrato di pomodoro e soffriggerlo brevemente.
- Regolare di sale e pepe. Aggiungere la marinata con le spezie e il brodo di carne. Riscaldare l'unità a fuoco massimo fino alla finestra "verdura" utilizzando Audiotherm e cuocere a fuoco basso per 20 minuti circa.
- Aggiungere la panna, legare a piacere con l'amido alimentare stemperato in precedenza e insaporire il sugo con sale e pepe.
- Cuocere le pappardelle al dente come descritto nell'introduzione "Step by Step". Condire con il sugo di lepre e servire.

Tempo di cottura: ca. 20 minuti + ca. 5 minuti (pappardelle)
 ca. 720 kcal a persona

Spaghetti al pesto

Per 4 persone

2 spicchi d'aglio	150 g di parmigiano grattugiato
100 g di foglie di basilico	sale, pepe
50 g di pinoli	500 g di spaghetti
100 ml di olio extravergine d'oliva	

 ca. 20 minuti



- Sbucciare l'aglio e tagliarlo a cubetti. Sminuzzare le foglie di basilico e metterle, insieme con aglio e pinoli, in un bicchiere del mixer.
- Versare l'olio extravergine d'oliva a filo e frullare con il frullatore a immersione, fino a ottenere un composto omogeneo. Incorporare metà del parmigiano grattugiato. Regolare di sale e pepe.
- Cuocere gli spaghetti al dente come descritto nell'introduzione "Step by Step". Mentre si scola la pasta, conservare un po' di acqua di cottura. Condire gli spaghetti con il pesto, diluendolo con l'acqua di cottura messa da parte.
- Servire con il parmigiano grattugiato rimasto.

Tempo di cottura: ca. 10 minuti
ca. 870 kcal a persona



Spaghetti con gamberoni e verdure

Per 4 persone

2 limoni non trattati
1 peperoncino rosso
1 scalogno
1 spicchio di aglio
16 gamberoni
5 cucchiaini di olio d'oliva
1 finocchio
2 zucchine piccole
3 rametti di dragoncello
sale, pepe
500 g di spaghetti

Prodotti AMC

Padella Arcobaleno
24 cm
Audiotherm

 ca. 30 minuti (escluso il tempo di marinatura)



- Lavare i limoni con acqua calda, grattugiarne la scorza e tenerla da parte ed estrarre il succo.
- Mondare il peperoncino, sbucciare lo scalogno e tagliare entrambi a cubetti. Se necessario, rimuovere il filo nero dai gamberoni. Mescolare i gamberoni con la scorza di limone, metà del succo, lo scalogno, il peperoncino, l'olio d'oliva e lasciare marinare in frigorifero per 2 ore circa.
- Mondare il finocchio e le zucchine, tagliarli nel senso della lunghezza rispettivamente in quarti e a metà e poi a fettine.
- Cuocere gli spaghetti al dente come descritto nell'introduzione "Step by Step".
- Tritare le foglie di dragoncello. Riscaldare la padella Arcobaleno a fuoco massimo fino alla finestra "carne", utilizzando Audiotherm. Scolare i gamberoni conservando la marinata e rosolarli in padella in più tornate finché non avranno assunto un bel colore rosso. Toglierci dalla padella e far rosolare il finocchio e le zucchine.
- Aggiungere il dragoncello, la marinata residua e nuovamente i gamberoni. Insaporire con sale, pepe e succo di limone.
- Incorporare agli spaghetti il condimento e servire subito.

Tempo di cottura: ca. 10 minuti (spaghetti)
ca. 735 kcal a persona





Farfalle ai formaggi

Per 4 persone

1 spicchio d'aglio
250 ml di panna da
cucina
200 g di gorgonzola
100 g di formaggio grana
grattugiato

2 rametti di salvia
50 g di noci
50 ml di succo d'arancia
sale, pepe
500 g di farfalle

Prodotto AMC

Unità 16 cm 2.0 l

 ca. 25 minuti



- Sbucciare l'aglio e tagliarlo a cubetti molto piccoli. In una unità 16 cm 2 l riscaldare la panna. Tagliare il gorgonzola a pezzetti e farlo fondere, insieme con il formaggio grana, nella panna bollente.
- Aggiungere l'aglio e fare addensare la salsa, in modo da renderla cremosa.
- Tritare le foglie di salvia e aggiungerle alla salsa assieme al succo d'arancia. Regolare di sale e pepe.
- Cuocere le farfalle al dente come descritto nell'introduzione "Step by Step". Condirle con la salsa ai formaggi.
- Tritare in modo grossolano le noci e spolverare il trito sulla pasta prima di servire.

Tempo di cottura: ca. 11 minuti
ca. 970 kcal a persona

Conchiglie al tonno

Per 4 persone

2 cipolle
1 spicchio d'aglio
300 g di carote
300 g di sedano rapa
1 peperoncino rosso
2 confezioni da 200 g di tonno al naturale
3 rametti di origano
1 scatola (400 g) di pomodori pelati
300 ml di brodo vegetale
2 cucchiai di capperi
sale, pepe
500 g di conchiglie (pasta)
a piacere, formaggio grana grattugiato

 ca. 45 minuti



- Sbucciare cipolle, aglio e carote e tritare finemente. Mondare il sedano rapa e il peperoncino e tagliarli a cubetti. Tritare l'origano finemente.
- Mettere i cubetti di cipolle e aglio nella padella Arcobaleno 24 cm e riscaldarla a fuoco massimo fino alla finestra "carne", utilizzando Audiotherm. Togliere il coperchio e far cuocere a fuoco lento mescolando, incorporare le verdure e il peperoncino e rosolare brevemente.
- Aggiungere il concentrato di pomodoro e rosolare brevemente anche questo. Versare il brodo e incorporare il tonno.
- Aggiungere i capperi e riscaldare a fuoco massimo fino alla finestra "verdura". Cuocere a fuoco basso per 20 minuti circa. Insaporire con origano sale e pepe.
- Cuocere le conchiglie al dente come descritto nell'introduzione "Step by Step". Condire la pasta con la salsa di tonno, mescolare bene e servire, a piacere, con formaggio grana grattugiato.

Tempo di cottura: ca. 20 minuti + ca. 12 minuti (conchiglie)
ca. 600 kcal a persona

Prodotti AMC

Padella Arcobaleno 24 cm
Audiotherm

Gnocchi alla piemontese

Per 4 persone

Gnocchi

1 kg di patate a polpa
farinosa
1 uovo
1 cucchiaino di sale
ca. 300 g di farina

Sugo

750 g di pomodori maturi
5 rametti di salvia
1 spicchio d'aglio
1 cipolla
75 g di burro
100 g di formaggio grana
grattugiato
sale, pepe

Prodotti AMC

Secuquick softline 20 cm
Inserto forato 20 cm
Padella Arcobaleno 28 cm
Audiotherm

 ca. 60 minuti



- Cuocere le patate nell'inserto forato con Secuquick, per circa 13 minuti in base alla dimensione. Attendere l'apertura di Secuquick, sbucciare le patate e passarle nello schiacciapatate.
- Amalgamare le patate con farina, uovo e sale su una spianatoia infarinata.
- Formare dei rotoli sottili con l'impasto ottenuto, tagliarli in pezzi di ca. 2 cm e con una forchetta dargli la forma degli gnocchi.
- Sbollentare i pomodori e pelarli. Tagliarli in quattro, togliere i semi e tagliarli a cubetti. Sbucciare la cipolla e l'aglio e tagliarli a cubetti.
- Mettere cipolla e aglio in un'unità di cottura, riscaldare a fuoco massimo fino alla finestra "carne", utilizzando Audiotherm. Rosolare a fuoco basso. Aggiungere i pomodori, lasciar rosolare e insaporire con sale e pepe. Ridurre a striscioline la salvia.
- Cuocere gli gnocchi come descritto nell'introduzione "Step by Step" per circa 5 minuti. Mettere il burro nella padella Arcobaleno 28 cm e riscaldare a fuoco massimo. Appena inizia a sfrigolare, ridurre il calore e aggiungere la salvia.
- Condire gli gnocchi con burro e salvia, aggiungere la salsa di pomodori e servire con parmigiano.

Tempo di cottura: ca. 5 minuti + ca. 13 minuti Secuquick + ca. 5 minuti (gnocchi)
ca. 690 kcal a persona





Imbianchire con AMC NonSoloPasta

La maggior parte della verdura, che viene congelata in casa, deve essere prima “imbianchita”. Questo breve trattamento termico è necessario affinché gli enzimi contenuti negli alimenti vegetali vengano inattivati. Gli enzimi attivi, infatti, causano cambiamenti di colore e sapore e la perdita di vitamine (soprattutto della vitamina C). La frutta viene generalmente congelata cruda. Solo alcuni tipi di frutta, che prendono facilmente una colorazione bruna (ad esempio, mele e pere), dovrebbero essere “imbianchiti”.

Come fare:

- Utilizzare solo frutta e verdura in condizioni perfette.
- Preparare una bacinella piena di acqua gelata
- Lavare e mondare la verdura e tagliarla, se possibile, a pezzetti pronti per il consumo. Mettere la verdura nell’inserito forato NonSoloPasta.
- Riempire di acqua l’unità di cottura e portare a bollore a fuoco massimo.
- Aggiungere il sale (con la frutta, un poco di succo di limone), inserire l’inserito forato NonSoloPasta nell’unità di cottura.
- Portare l’acqua a bollore nuovamente e imbianchire la verdura (il tempo di “imbianchimento” viene calcolato dal momento in cui l’acqua riprende il bollore):
 - » spinaci, asparagi verdi in pezzi e cavolo riccio: 1 minuto circa
 - » mele e pere a spicchi: 2 minuti circa
 - » carote a pezzetti, cavolfiore a rosette, fagiolini e cavolo rapa a pezzetti: 3 minuti circa
 - » finocchi a metà o in quarti, cavoli di Bruxelles e fave: 4 minuti circa
- Estrarre dall’acqua l’inserito forato con la verdura e raffreddare subito quest’ultima con acqua gelata o freddissima.
- Fare sgocciolare bene la verdura e distribuirla, suddivisa in porzioni, in sacchetti per sottovuoto da mettere in freezer.



Mangiare meglio.
Vivere meglio.

AMC Italia

Alfa Metalcraft Corp. S.p.A.
Via Alfredo Pizzoni 7
20151 Milano
Italia
T: +39 02 57 548 1
F: +39 02 82 532 93

it@amc.info

 AMC Italia
www.amc.info

AMC Svizzera

Alfa Metalcraft AG
Buonaserstrasse 30
6343 Rotkreuz
Svizzera
T: +41 41 - 799 51 11
F: +41 41 - 790 40 10

ch@amc.info

 AMC Schweiz
www.amc.info

AMC International

Alfa Metalcraft Corporation AG
Buonaserstrasse 30
6343 Rotkreuz
Switzerland
T: +41 41 - 799 52 22
F: +41 41 - 790 27 44

info@amc.info

 AMC International
www.amc.info

Sistema di
cottura Premium

www.amc.info