



# zafzen

## CERRO VERONESE

### ZAFFERANO PURO DI MONTAGNA



Azienda Agricola  
“ZAFFERANO CERRO VERONESE”  
di Zenari Davide

Sede operativa: Via Dall'Oca Bianca, 12 – 37020 Cerro (VR)

Sede legale: Via G. Saragat, 25 – 37023 Grezzana (VR)

Tel. 349-7142127

e-mail: [davide.zenari@hotmail.it](mailto:davide.zenari@hotmail.it)

pec: [zafferanoceroveronese@pec.agritel.it](mailto:zafferanoceroveronese@pec.agritel.it)

P.IVA: 04613790239 - PPL VENETE VERONA N. 050100037

[Visita la nostra pagina Facebook:](#)



## ZAFZEN

### Zafferano Cerro Veronese

Nasce nel cuore dei Monti Lessini dalla passione per la Natura per offrire un prodotto di prima qualità certificata che viene coltivato, raccolto e lavorato interamente a mano.

Il nostro zafferano lo raccogliamo a mano alle prime luci dell'alba quando il fiore è ancora chiuso per preservare la qualità degli stimmi.

Passiamo poi alla sfioritura, ossia a dividere gli stimmi dal fiore, tenendo solo la parte rossa e scartando ogni parte arancione, gialla e bianca che ne diminuirebbe la qualità.

Infine procediamo con l'essiccazione a temperatura costante con apposito essiccatore e confezionamento in vasetti di vetro con chiusura ermetica per mantenerne inalterate nel tempo tutte le proprietà organolettiche.

Il nostro zafferano lo proponiamo in stimmi e non in polvere per garantire la purezza del prodotto.

A conferma di ciò, il nostro zafferano, lo facciamo analizzare annualmente presso laboratori accreditati ACCREDIA e secondo normativa ISO 3632-2 risulta avere valori rientranti nella 1ª categoria.



## PROPRIETA' BENEFICHE

### Lo sapevate che lo zafferano...

- favorisce la **digestione**
- previene sintomi da **sindrome premestruale**, sbalzi d'umore e tensione nervosa
- è un ottimo **antidepressivo** e sedativo dell'**ansia** e dello **stress**
- è un **antiossidante**, grazie alla vitamina B1 che combatte i radicali liberi e rallenta l'invecchiamento
- aiuta nel trattamento dell'**insonnia**
- è un **antitumorale** grazie all'effetto citotossico sulle cellule tumorali
- ha proprietà **antispasmodiche**, **sudorifere** e **carminative**
- aiuta la **memoria** e le capacità di apprendimento
- previene le malattie di **Parkinson**, **Alzheimer** e **demenza senile**
- fa bene agli **occhi** contrastando la **degenerazione maculare**
- libera le **vie respiratorie** riducendo le infiammazioni e gli attacchi di **asma**
- è un **disintossicante** in quanto riattiva la circolazione del sangue, elimina le tossine e abbassa il **colesterolo**
- è un **afrodisiaco** grazie alla produzione di serotonina, cortisolo e adrenalina
- è un **abbronzante** grazie ad un alta concentrazione di carotenoidi

### Lo zafferano contiene...

Calcio, fosforo, sodio, potassio, ferro, magnesio, manganese, rame, zinco, selenio, vitamina A, B1, B2, B3, B6, C, Beta-carotene, Alfa-carotene, licopene, zeaxantina, crocina e olio safranale.

## ZAFFERANO

### Calorie e Valori nutrizionali

#### 100 g di Zafferano

apportano circa 310 calorie  
(75,2% carboidrati, 9% proteine, 15,8% grassi)

#### Valori nutrizionali per 100 g di Zafferano

Calorie	310	kcal
Acqua	11,9	g
Proteine	11,43	g
Grassi	5,85	g
Ceneri	5,45	g
Carboidrati	65,37	g
Fibre	3,9	g
Calcio	111	mg
Ferro	11,1	mg
Magnesio	264	mg
Fosforo	252	mg
Potassio	1724	mg
Sodio	148	mg
Zinco	1,09	mg
Rame	0,328	mg
Manganese	28,408	mg
Selenio	5,6	µg
Vitamina C (acido ascorbico)	80,8	mg
Tiamina (vitamina B1)	0,115	mg
Riboflavina (vitamina B2)	0,267	mg
Niacina (vitamina B3 o PP)	1,46	mg
Piridossina (vitamina B6)	1,01	mg
Colesterolo	0,00	mg

## SETTORI DI IMPIEGO

### Lo zafferano lo potete trovare in...

#### PRODOTTI CASEARI

- formaggi, yogurt e derivati

#### PRODOTTI DI APICOLTURA

- miele

#### PRODOTTI OLEARI

- olio extra vergine d'oliva

#### PRODOTTI DA FORNO

- pane, grissini, schiacciatine, biscotti

#### PRODOTTI DA PASTICCERIA

- torte, croissant, bignè, panettoni, colombe e lievitati

#### PRODOTTI DA GELATERIA

- gelati, creme, caramelle

#### PRODOTTI DA PASTIFICIO

- pasta fresca all'uovo e secca

#### PRODOTTI ALCOLICI

- liquori, grappe, birre

#### INFUSI e TISANE

#### INTEGRATORI ALIMENTARI

#### PRODOTTI COSMETICI

- creme viso, mani e corpo



## COME UTILIZZARE GLI STIMMI

### Fondamentale è l'infusione...

#### DOSAGGIO

Si consiglia di utilizzare da 15 a 20 stimmi per persona in base all'alimento da preparare e all'intensità di aroma che si vuole dare alla pietanza.

#### PROCEDIMENTO

##### 1) POLVERIZZARE GLI STIMMI

Contare gli stimmi (a seconda della ricetta) e riporli in un foglio di carta da forno piegato a metà. Col dorso di un cucchiaino fare delle pressioni sul foglio per polverizzare gli stimmi e versare il tutto in una tazzina.

##### 2) SCALDARE IL LIQUIDO

Versare in un pentolino 2 cucchiaini di liquido (acqua/brodo/latte) a persona. Scaldare il liquido e successivamente versarlo nella tazzina con lo zafferano polverizzato precedentemente.

##### 3) MESCOLARE e COPRIRE

Mescolare leggermente con un cucchiaino, coprire la tazzina con un coperchio e/o cellophane e lasciare in infusione per almeno 30 minuti.

##### 4) VERSARE NELLA PIETANZA

Trascorso il tempo di infusione versare l'infuso nella pietanza quasi a fine cottura.

**NB: L'infuso può essere conservato in frigo fino a 48 ore e usato all'occorrenza.**

## LE RICETTE ALLO ZAFZEN

### Risotto allo zafferano e fantasia...

#### INGREDIENTI per 4 persone

- 60 stimmi di Zafferano
- Riso 400 g
- Burro 60 g
- ½ Cipolla bianca
- ½ bicchiere di Vino bianco secco
- Parmigiano grattugiato 80 g
- Brodo vegetale 1 l
- Sale e Pepe q.b.

#### PREPARAZIONE

Sminuzzare e/o polverizzare gli stimmi di zafferano e metterli in infusione in una tazzina con del brodo e/o acqua calda per almeno 30 minuti.

Tritare la cipolla e farla imbiondire con del burro, unire il riso e farlo tostare per alcuni minuti.

Aggiungere il vino, farlo evaporare mescolando e aggiungere il brodo un mestolo alla volta.

A 5 minuti dalla fine della cottura aggiungere il l'infuso di zafferano.

Insaporire con un pizzico di sale e pepe.

Ultimata la cottura, aggiungere il burro rimanente e il parmigiano.

**NB:** per esaltare il vostro risotto allo zafferano potete provare le versioni con **funghi porcini, tartufo, mele e noci, zucchini e pancetta, gamberetti.**

## LE RICETTE ALLO ZAFZEN

### Pasta allo zafferano e fantasia...

#### INGREDIENTI per 4 persone

- 60 stimmi di zafferano
- Pasta 320 g
- Burro 40 g
- Parmigiano grattugiato 40 g
- 1 Porro
- Olio extravergine di oliva
- Sale e Pepe q.b.

#### PREPARAZIONE

Polverizzare gli stimmi di zafferano e metterli in infusione in una tazzina con dell'acqua calda per almeno 30 minuti.

Tritare il porro e farlo imbiondire nella padella con del burro e olio extra vergine d'oliva. Aggiungere il sale ed il pepe, far soffriggere il tutto per alcuni minuti.

Cuocere la pasta e toglierla al dente, metterla nella padella con il soffritto, aggiungere l'infuso di zafferano e mescolare per alcuni minuti.

Ultimata la cottura, aggiungere il parmigiano e servire in tavola.

**NB:** per esaltare la vostra pasta allo zafferano potete provare le versioni con **zucchini e speck, tartufo, salmone, zucchini e pancetta, panna e piselli, pere e noci.**

## LE RICETTE ALLO ZAFZEN

### Spezzatino allo zafferano

#### INGREDIENTI per 4 persone

- 80 stimmi di zafferano
- 1 kg Polpa di vitello a pezzetti
- 1 Cipolla, 1 Carota, 1 Sedano
- Patate 800 g
- 1 bicchiere di Vino bianco
- Farina, Sale e Pepe q.b.
- Burro 20 g
- 4 cucchiaini Olio extravergine di oliva

#### PREPARAZIONE

Sminuzzare e/o polverizzare gli stimmi di zafferano e metterli in infusione in una tazzina con del brodo e/o acqua calda per almeno 30 minuti.

Tritare la cipolla, tagliare il sedano e la carota a cubetti e rosolare con l'olio d'oliva e il burro per alcuni minuti.

Infarinare i pezzi di carne, aggiungerli nella casseruola e rosolare il tutto per alcuni minuti.

Bagnare con il vino bianco e farlo evaporare. Coprire con acqua calda, mettere un coperchio e cuocere per 50 minuti a fuoco basso.

Tagliare le patate a dadi e aggiungerle nella casseruola con la carne.

Versare l'infuso di zafferano nella casseruola. Salare, pepare e proseguire la cottura a fuoco basso per 20/30 minuti, fino a cottura delle patate.

## LE RICETTE ALLO ZAFZEN

### Purè di patate allo zafferano

#### INGREDIENTI per 4 persone

- 80 stimmi di zafferano
- Patate 1 kg
- Latte 300 cl
- Burro 80 g
- Parmigiano 100 g
- Noce moscata q.b.
- Sale q.b.

#### PREPARAZIONE

Polverizzare gli stimmi di zafferano e metterli in infusione in una tazzina con del latte caldo per almeno 60 minuti.

Lessare le patate e schiacciarle.

Aggiungere il burro, la noce moscata e il sale. Porre la pentola sul fuoco e unire un po' alla volta il latte bollente. Mescolare continuamente per evitare la formazione di grumi.

Mantecare con il parmigiano tenendo il fuoco basso. A cottura ultimata aggiungere l'infuso di zafferano e mescolare bene.

NB: per impreziosire i vostri contorni potete provare ad aromatizzare con lo zafferano la **polenta**, la **pearà**, le **patate al forno**, le **verdure cotte**, il **pollo e selvaggina** in generale, le **zuppe** e le **minestre di carne e verdura**.

## LE RICETTE ALLO ZAFZEN

### Torta allo zafferano e fantasia...

#### INGREDIENTI per 12 persone

- 40 stimmi di zafferano
- Farina di nocciole 100 g
- Farina (00) 100 g
- 3 Uova
- Burro 150 g
- Zucchero 150 g
- Lievito in polvere per dolci 10 g
- Fecola di patate 60 g

#### PREPARAZIONE

Sminuzzare e/o polverizzare gli stimmi di zafferano e metterli in infusione in una tazzina con del latte caldo per almeno 60 minuti.

In una ciotola versare e montare le uova con lo zucchero.

Aggiungere l'infuso di zafferano e mescolare.

A parte miscelare la farina 00, la fecola, il lievito, la farina di nocciole e aggiungerle un cucchiaio alla volta al composto nella ciotola.

Lavorare l'impasto fino a quando le farine saranno assorbite e versare per ultimo il burro fuso.

Versare l'impasto nella tortiera e cuocere in forno statico a 180° per 30 minuti.

Sfornare la torta e spolverarla con zucchero a velo.

NB: per arricchire la vostra torta allo zafferano potete provare le versioni con **cioccolato fondente**, **noci e mandorle**, **mele**, **yogurt**, **ricotta e fichi**.

## LE RICETTE ALLO ZAFZEN

### Biscotti allo zafferano e fantasia...

#### INGREDIENTI per 12 persone

- 40 stimmi di zafferano
- Farina (00) 600 g
- 2 Uova (solo tuorlo)
- Burro 380 g
- Zucchero a velo 200 g
- Lievito in polvere per dolci 10 g
- Sale q.b.

#### PREPARAZIONE

Polverizzare gli stimmi di zafferano e metterli in infusione in una tazzina con dell'acqua calda per almeno 30 minuti.

In una terrina mettere la farina, il lievito, il burro e impastare con le mani o una spatola.

Aggiungere lo zucchero, i tuorli d'uovo e impastare.

Aggiungere l'infuso di zafferano e continuare a lavorare fino a che l'impasto non sarà morbido e liscio.

Trasferire l'impasto su una spianatoia infarinata e col mattarello tirare l'impasto fino ai 5 mm di spessore.

Tagliare i biscotti con le formine e riporli sulla piastra ricoperta di carta da forno.

Infornare i biscotti a 180° per 15 minuti.

NB: per arricchire i vostri biscotti allo zafferano potete guarnirli con **glassa di cioccolato fondente** e **noci**, **cioccolato bianco** e **pistacchi**.