

## PROSCIUTTO DI TROTA

Le trote sono prodotte con sistemi di allevamento del passato, senza spingere l'ingrasso ma sviluppando la massa muscolare. Servono ben ventisei mesi per raggiungere la taglia di vendita, quando nei sistemi attuali sono pronte in quattordici mesi. Le loro carni hanno più muscolo e meno grasso quindi sode e gustose.

Il pesce, sfilettato a mano per lasciare integre le fasce muscolari, viene salato e affumicato senza l'aggiunta di conservanti.

L'affumicatura delicata conferisce al prodotto il sapore caratteristico in superficie lasciando risaltare il gusto genuino della Trota.

Da servire per ogni occasione davvero speciale, un buffet, un aperitivo, un antipasto, un condimento, per un primo piatto, ma anche per un pranzo o una cena quotidiana per chi come noi vuole mangiare bene e naturalmente sano.

Attenzioni prima di servire:

Usare un coltello a lama lunga e liscia, tagliare sottile partendo dalla parte più spessa, tenendo il coltello inclinato a 45 gradi.



Principali		
<a href="#">Calorie</a>	kcal	148
<a href="#">Calorie</a>	kJ	619
<a href="#">Grassi</a>	g	0,29
<a href="#">Carboidrati</a>	g	0
<a href="#">Proteine</a>	g	20,87
<a href="#">Fibre</a>	g	0
<a href="#">Zuccheri</a>	g	0
<a href="#">Acqua</a>	g	67,2
<a href="#">Ceneri</a>	g	1.17
Minerali		
<a href="#">Calcio</a>	mg	43
<a href="#">Sodio</a>	mg	52
<a href="#">Fosforo</a>	mg	245
<a href="#">Potassio</a>	mg	361
<a href="#">Ferro</a>	mg	1.05
<a href="#">Magnesio</a>	mg	22
<a href="#">Zinco</a>	mg	0,05
<a href="#">Rame</a>	mg	0,13
<a href="#">Manganese</a>	mg	0,59
<a href="#">Selenio</a>	mcg	12.06
Vitamine		
<a href="#">Retinolo (Vit. A)</a>	mcg	17
<a href="#">Vitamina A, IU</a>	IU	57
<a href="#">Vitamina A, RAE</a>	mcg_RAE	17
<a href="#">Tiamina (Vit. B1)</a>	mg	0.35
<a href="#">Riboflavina (Vit. B2)</a>	mg	0.33
<a href="#">Niacina (Vit. B3)</a>	mg	4.05

<a href="#">Acido Pantotenico (Vit. B5)</a>	mg	0,11
<a href="#">Piridossina (Vit. B6)</a>	mg	0.02
<a href="#">Acido folico (Vit. B9 o M o Folacina)</a>	mcg	0
<a href="#">Folato alimentare</a>	mcg	13
<a href="#">Folato, DFE</a>	mcg_DFE	13
<a href="#">Folati, totali</a>	mcg	13
<a href="#">Cobalamina (Vit. B12)</a>	mcg	0,35
<a href="#">Vitamina B-12, aggiunta</a>	mcg	0
<a href="#">Acido ascorbico (Vit. C)</a>	mg	0.05
<a href="#">Vitamina D (D2+D3)</a>	mcg	3.09
<a href="#">Vitamina D3</a>	mcg	3.09
<a href="#">Colecalcifenolo (Vit. D)</a>	IU	155
<a href="#">Alpha-tocoferolo (Vit. E)</a>	mg	0.02
<a href="#">Vitamina E, aggiunta</a>	mg	0
<a href="#">Fillochinone (Vit. K)</a>	mcg	0.01
<a href="#">Colina totale (Vit. J)</a>	mg	65
<a href="#">Carotene, beta</a>	mcg	0
<a href="#">Carotene, alfa</a>	mcg	0

<a href="#">Criptoxantina, beta</a>	mcg	0
<a href="#">Licopene</a>	mcg	0
<a href="#">Luteina + zeaxantina</a>	mcg	0
Zuccheri		
Lipidi		
<a href="#">Acidi grassi, monoinsaturi</a>	g	3.254
<a href="#">Acidi grassi, polinsaturi</a>	g	1.499
<a href="#">Acidi grassi, saturi</a>	g	1.149
<a href="#">Colesterolo</a>	mg	58
Grassi saturi		
<a href="#">4.00</a>	g	0
<a href="#">6.00</a>	g	0
<a href="#">8.00</a>	g	0
<a href="#">10.00</a>	g	0
<a href="#">12.00</a>	g	0
<a href="#">14.00</a>	g	0,13
<a href="#">16.00</a>	g	0,57
<a href="#">18.00</a>	g	0,1
Grassi monoinsaturi		
<a href="#">16:1 indifferenziato</a>	g	0,49
<a href="#">18:1 indifferenziato</a>	g	1.44
<a href="#">20.01</a>	g	0.28
<a href="#">22:1 indifferenziato</a>	g	0,06
Grassi polinsaturi		
<a href="#">18:2 indifferenziato</a>	g	0,12

# i 3 mommy

<a href="#">18:3 indifferenziato</a>	g	0,11
<a href="#">18.04</a>	g	0.064
<a href="#">20:4 indifferenziato</a>	g	0,13
<a href="#">20:5 n-3</a>	g	0,14
<a href="#">22:5 n-3</a>	g	0,13
<a href="#">22:6 n-3</a>	g	0,37
<b>Aminoacidi</b>		
<a href="#">Acido aspartico</a>	g	2.127

<a href="#">Acido glutammico</a>	g	3.01
<a href="#">Alanina</a>	g	1.256
<a href="#">Arginina</a>	g	1.243
<a href="#">Cistina</a>	g	0,15
<a href="#">Fenilalanina</a>	g	0,56
<a href="#">Glicina</a>	g	0,69
<a href="#">Isoleucina</a>	g	0,66
<a href="#">Istidina</a>	g	0,42
<a href="#">Leucina</a>	g	1.688
<a href="#">Lisina</a>	g	1.907

<a href="#">Metionina</a>	g	0,43
<a href="#">Prolina</a>	g	0,51
<a href="#">Serina</a>	g	0,59
<a href="#">Tirosina</a>	g	0,49
<a href="#">Treonina</a>	g	0,63
<a href="#">Tryptofano</a>	g	0,16
<a href="#">Valina</a>	g	1.07
<b>Altro</b>		
<a href="#">Alcol etilico</a>	g	0
<a href="#">Caffeina</a>	mg	0
<a href="#">Teobromina</a>	mg	0