



FiordiMolino

**Una scelta responsabile
per le tue ricette
di tutti i giorni**

**LINEA
PLANT BASED**



FIOR DI MOLINO

Le proposte Plant Based per il consumatore moderno

FIOR DI MOLINO significa qualità ed innovazione, con un'offerta che spazia da farine e preparati a cereali soffiati.

Da sempre attenti al biologico e al senza glutine, oggi abbracciamo le nuove tendenze alimentari con la Linea **Plant Based**, a base di proteine di pisello.

Un passo avanti per soddisfare le esigenze di chi cerca benessere, sostenibilità e attenzione all'ambiente.



Chili Vegano

PERCHE' PLANT BASED?

Crescita del mercato plant-based

Il settore degli alimenti vegetali in Italia ha raggiunto 641 milioni di euro nel 2023, con un aumento del 16% rispetto al 2021.

Trend e canali in evoluzione

Alternative a carne e latte guidano questa crescita, con i discount in prima linea nell'offrire prodotti innovativi per consumatori moderni.

Un'abitudine consolidata

Sette famiglie su dieci consumano alimenti vegetali, e quasi la metà li acquista regolarmente, segno di una crescente attenzione a scelte salutari e sostenibili.



QUALITA' E NUOVI BISOGNI

Proteine vegetali e sostenibilità

I nostri prodotti a base di proteine di pisello offrono il 65% di apporto proteico e non contengono soia. Ottenuti da un processo che separa grassi e carboidrati, rappresentano un'alternativa nutrizionale alle proteine animali.

Impatto ambientale ridotto

Produciamo proteine vegetali con un risparmio idrico del 95,5% e una riduzione delle emissioni di gas serra dell'88,5% rispetto alle proteine animali.

Versatilità in cucina

Bocconcini e **macinato** si prestano a ricette creative e gustose, ideali per chi cerca varietà e praticità.



I SUPEPORTERI DELLA DISIDRATAZIONE

Sostenibilità e zero sprechi

La disidratazione prolunga la vita degli alimenti, riducendo gli sprechi e contribuendo a un pianeta più green.

Risparmio energetico

Conservabili a temperatura ambiente, i prodotti disidratati eliminano il bisogno di frigo e freezer, riducendo consumi ed emissioni di CO₂.

Nutrizione e gusto

La disidratazione mantiene vitamine, minerali e sapore autentico, senza compromessi sulla qualità.

Shelf-life imbattibile

Una lunga durata semplifica la gestione logistica e riduce i rifornimenti, con benefici per consumatori e retailer.



*Estruso di farina di pisello
«Bocconcini»*

PERCHE' SCEGLIERCI?

Innovazione e sostenibilità accessibile

I prodotti plant-based FIOR DI MOLINO offrono una scelta moderna per consumatori attenti a benessere e ambiente.

Versatili e adatti a tutti

Con alto contenuto proteico, senza soia e facili da usare in cucina, sono ideali per chi cerca alternative gustose alle proteine animali.

Perfetti per nuove abitudini

La linea Plant Based intercetta le tendenze di mercato, conquistando anche chi si avvicina per la prima volta all'alimentazione vegetale.



Bocconcini vegani con peperoni

FIOR DI MOLINO

Linea Plant Based



LE NOSTRE RICETTE



Ragù Plant Based

INGREDIENTI PER 8 PORZIONI

100 g di macinato vegetale Fior di Molino
200 g di trito di sedano, carote e cipolla 200 g di
brodo vegetale (o acqua)
300 g di passata di pomodoro
2 cucchiaini di olio EVO
q.b rosmarino, salvia, sale e pepe

PROCEDIMENTO

In una casseruola, a fuoco medio, realizzate un soffritto con il trito di verdure, mescolando di tanto in tanto.

Unite ora la passata di pomodoro e il macinato vegetale Fior di Molino e continuate a mescolare per qualche minuto.

Aggiungete il brodo (o acqua), precedentemente portato a bollore, le foglie di rosmarino e la salvia e cuocete per 5/8 minuti, mescolando di tanto in tanto. A fine cottura aggiustate con sale e pepe.



Chili Plant Based

INGREDIENTI PER 8 PORZIONI

100 g macinato vegetale Fior di Molino
300 ml d'acqua
500 ml passata di pomodoro
100 g fagioli rossi cotti
100 g mais in scatola
1 cipollotto
1 peperone rosso ed giallo
1 spicchio di aglio
1 cucchiaino di paprika affumicata
peperoncino in polvere a piacere
1 lime

PROCEDIMENTO

Reidratate con l'acqua il macinato vegetale Fior di Molino. Tritate finemente il cipollotto e fatelo rosolare in un tegame con due cucchiari di olio e lo spicchio di aglio, i peperoni tagliati a listarelle o cubetti e il macinato vegetale idratato. Rosolate il tutto per un paio di minuti e poi aggiungete la passata di pomodoro, i fagioli rossi scolati e sciacquati e il mais. Regolate ora di sale, aggiungete la paprika e il peperoncino e fate cuocere per 15-20 minuti aggiungendo poca acqua calda o brodo vegetale caldo se necessario. Prima di servire aggiungere il succo di lime. Accompagnate il chili con del riso a chicco lungo e della panna acida.



Spezzatino Plant Based

INGREDIENTI PER 2 PORZIONI

50 g di Bocconcini vegetali Fior di Molino

375 ml di acqua

½ dado vegetale

40 g di trito di sedano, carote e cipolla

100 g di passata di pomodoro

50 g di doppio concentrato di pomodoro

2 cucchiaini di olio EVO

q.b rosmarino fresco, aglio, sale e pepe

PROCEDIMENTO

In una casseruola, a fuoco medio, ammolate per 3 minuti i bocconcini vegetali Fior di Molino con il brodo che avete precedentemente realizzato e portato a bollore. Lasciate riposare per 5 minuti a fuoco spento e, una volta raffreddato, togliete e strizzate i bocconcini dal brodo e teneteli da parte (conservate anche il brodo). Nel frattempo, in una padella soffriggete il trito di verdure con olio e rosmarino per circa 3 minuti e versatevi i bocconcini.

Aggiungete ora la passata di pomodoro e il concentrato di pomodoro e cuocete, a fuoco basso, per circa 5 minuti.

Aggiungere il brodo (100 ml) per evitare che lo spezzatino risulti troppo asciutto. A fine cottura aggiustate con sale e pepe.



Gulash Plant Based

INGREDIENTI PER 2 PORZIONI

50 g di Bocconcini vegetali Fior di Molino 375
ml di acqua
½ dado vegetale
40 g di trito di sedano, carote e cipolla
20 g di doppio concentrato di pomodoro
50 ml di vino rosso
2 cucchiaini di olio EVO
1 cucchiaino di paprika dolce
q.b alloro, aglio, sale e pepe,

PROCEDIMENTO

In una casseruola, a fuoco medio, ammolate per 3 minuti i bocconcini vegetali Fior di Molino con il brodo che avete precedentemente realizzato e portato a bollore. Lasciate riposare per 5 minuti a fuoco spento e, una volta raffreddato, togliete e strizzate i bocconcini dal brodo e teneteli da parte (conservate anche il brodo). Nel frattempo, in una padella soffriggete il trito di verdure con olio e l'alloro per circa 3 minuti e versatevi i bocconcini. Aggiungete ora il concentrato di pomodoro e il vino rosso e cuocete, a fuoco basso, per circa 5 minuti. Aggiungere il brodo (100 ml) per evitare che il gulash risulti troppo asciutto. A fine cottura aggiustate con sale e pepe.



Bocconcini al curry

INGREDIENTI PER 2 PORZIONI

50 g di Bocconcini vegetali Fior di Molino
375 ml di acqua
½ dado vegetale
50 g di latte (o latte vegetale) 1 cucchiaino
di farina di riso
15 g di burro (o margarina)
1 cucchiaino di curry in polvere
q.b. prezzemolo, sale

PROCEDIMENTO

In una casseruola, a fuoco medio, ammolate per 3 minuti i bocconcini vegetali Fior di Molino con il brodo che avete precedentemente realizzato e portato a bollore. Lasciate riposare per 5 minuti a fuoco spento e, una volta raffreddato, togliete e strizzate i bocconcini dal brodo e teneteli da parte (conservare anche il brodo). In una padella sciogliete il burro, aggiungete il brodo (100 ml), la farina e il curry e mescolate fino ad ottenere un composto liscio. Aggiungete ora i bocconcini e fate cuocere per 3 minuti. Aggiustate con sale e pepe.

