

## Pronto e Sano



## Contatti

Via Bugattole, 8  
24020 Torre Boldone (BG)

Pronto e Sano nasce da un'idea di Matteo Breda, che nel 2003 decide di passare dal lavoro di progettista elettronico e sviluppatore di software alla cucina, la sua vera passione. Nel ristorante Da Frosio di Almè, insignito della stella Michelin nel 1993, impara i segreti di una cucina stellata, diventando cuoco di partita specializzato nella cottura della carne. Alla passione culinaria Matteo unisce però anche creatività e capacità imprenditoriale: nel 2007 crea la sua società Lo spiedo di Matteo, realizzando uno spiedo gigante per la cottura di intere parti di carne, e poi nel 2014, grazie all'incontro con Francesco Cereda, chef di partita e capo chef in vari ristoranti della bergamasca, fonda la società Food Service snc di Matteo Breda & c. e introduce la tecnica innovativa di cottura sous vide (cottura sottovuoto a bassa temperatura), brevettando un macchinario di propria progettazione e realizzazione. Nel 2015 Food Service riceve la menzione speciale come migliore start-up nell'ambito del concorso indetto da Confartigianato Bergamo "Premio Magister - Il Lavoro a Regola d'Arte" per promuovere le eccellenze dell'artigianato orobico.

Con il negozio Pronto e Sano, aperto nel 2016, la sfida per Matteo e Francesco è proporsi direttamente al consumatore, offrendo piatti della tradizione bergamasca e originali ricette pronte in tavola in pochi minuti grazie al metodo di cottura sous vide, che garantisce un'alimentazione sana e un notevole risparmio di tempo in cucina. Pronto e Sano si presenta sul mercato con lo slogan "Vivi il tuo tempo, vivi con gusto" e propone ricette finite di carne, pesce, verdure, di provenienza italiana e di prima qualità, da servire in tavola con tempi di cottura ridotti, per rispondere alle esigenze di chi ha poco tempo a disposizione per cucinare: servono infatti 2/3 minuti per verdure o frutta, 5/6 minuti per il pesce o 10/15 minuti contro i 30/45 tradizionali per la carne. I condimenti o gli aromi delle varie ricette sono inseriti e cotti con il cibo principale nel sacchetto sottovuoto, che si conserva in frigorifero per 2/3 settimane. La cottura dei prodotti può essere conclusa in forno, sul barbecue, nel microonde, in padella, senza ulteriori aggiunte. La particolare cottura del cibo permette di valorizzare il gusto e mantenere inalterate le proprietà nutrizionali. Il prodotto è senza grassi aggiunti, non contiene conservanti, glutine e lattosio, ed è quindi adatto a coloro che sono soggetti a intolleranze; la cottura sous vide riduce inoltre l'apporto di sale del 50% rispetto alla cottura tradizionale.

Pronto e Sano è amico dell'ambiente: infatti la macchina brevettata per la cottura sottovuoto in acqua è ecosostenibile, in quanto risparmia il 61% di energia e l'80% del consumo di acqua rispetto ai metodi di cottura sottovuoto tradizionali, che si traduce in una riduzione delle emissioni di CO2 nell'ambiente. Inoltre nel punto vendita l'illuminazione è a led, la fornitura di energia elettrica proviene da fonti in parte rinnovabili e nella preparazione dei piatti vengono impiegate verdure a km zero e biologiche.

Ultima modifica: Martedì 8 Gennaio 2019

## Condividi



## Reti Sociali

Quanto ti è stata utile questa pagina?

Nessun voto

Rate

**Source URL:** <https://www.bg.camcom.it/sono-sostenibile/pronto-e-sano>

## Collegamenti

[1] <http://www.bg.camcom.gov.it/sonosostenibile/linkest/prontoesano>