

LE RICETTE DEGLI ALUNNI DELLA SCUOLA STATALE ITALIANA DI MADRID

MANGIANDO S'IMP@RA LE RICETTE DELLA SCUOLA

2017-2018



Mangiando s'imp@ra
Le ricette della Scuola

Titolo Original: Mangiando s'imp@ra - Le ricette della Scuola

Come Presidente dell'Ente Gestore della Scuola dell'Infanzia Italiana di Madrid, è con grande soddisfazione che presento a tutti voi questo piccolo capolavoro frutto dell'entusiasmo e della creatività dei bambini della nostra scuola Italiana. Sono ormai quasi venti anni che, per andare incontro alle esigenze delle famiglie, la Scuola dell'Infanzia ha organizzato la mensa scolastica. Proprio in questi anni la Scuola, con l'aiuto dei genitori e di vari esperti, ha sempre cercato di dare ai bambini la possibilità di alimentarsi in modo sano e genuino e di avvicinarsi alla tradizione culinaria del nostro amato Paese, l'Italia. Con l'aiuto delle insegnanti, i nostri piccoli alunni scoprono ogni giorno sapori diversi, imparano ad avere un rapporto sano e gradevole con il cibo e definiscono i propri gusti personali. Questo ricettario è la riprova che l'educazione alimentare è, e deve essere, un lavoro di squadra, grazie al quale genitori, figli e personale scolastico collaborano per assicurare una crescita sana dei bambini tramite esperienze indelebili come per esempio quella di preparare insieme una ricetta per poi condividerla a tavola con le persone che amiamo. Sento una profonda gratitudine nei confronti di tutte le famiglie, sempre pronte a cooperare, del personale scolastico che con grande amore e professionalità accompagna i nostri bambini nella loro crescita psico-affettiva, dell'equipe di cucina e di tutte le persone che apportano il loro contributo per il miglioramento continuo e costante della mensa scolastica. Un ringraziamento anche alla Dirigente Scolastica della Scuola Statale e alla Direttrice della Scuola dell'Infanzia, sempre pronte a mettersi in gioco per assicurare un'offerta formativa ottima. Per ultimo un ringraziamento speciale ai veri protagonisti di tutto questo: i bambini, che con la loro innocenza e con il loro entusiasmo rendono unico e speciale tutto quello che fanno e che apprezzano gustosamente i piatti proposti!

Buon appetito a tutti!

Presidente dell'Ente Gestore

Avv. Maurizio Di Ubaldo

PREFAZIONE

A seguito dell'assunzione dell'incarico di Dirigente della Scuola Statale Italiana di Madrid, sono stata introdotta dalla Responsabile della Scuola dell'infanzia, Silvia Guarnieri nel Comitato Mensa, un gruppo di lavoro di genitori volontari molto attivo nel proporre "buone pratiche" e condividere iniziative con lo staff direttivo e le maestre della scuola primaria.

Reputo molto importante il lavoro svolto dal Comitato, uno spazio di dialogo che permette un confronto su argomenti che partono dalla mensa scolastica per affrontare temi più ampi quali l'alimentazione corretta e equilibrata nell'infanzia, la "prevenzione a tavola", la conoscenza del nostro Paese e delle sue tradizioni attraverso la cultura del cibo.

L'entusiasmo dei partecipanti, in primo luogo di Silvia che ha coordinato le iniziative del Comitato è stato contagioso e ha coinvolto il gruppo nell'avviare un interessante progetto pilota con l'obiettivo di dare rilievo alla creatività gastronomica dei nostri alunni e dei loro genitori.

Insieme alla Direttrice della Scuola dell'Infanzia e al Presidente dell'Ente Gestore, sono lieta di presentare e supportare idealmente questa Edizione 2017-2018 dell'Ebook "Le ricette della Scuola", sperando che alla prima edizione ne seguano altre...

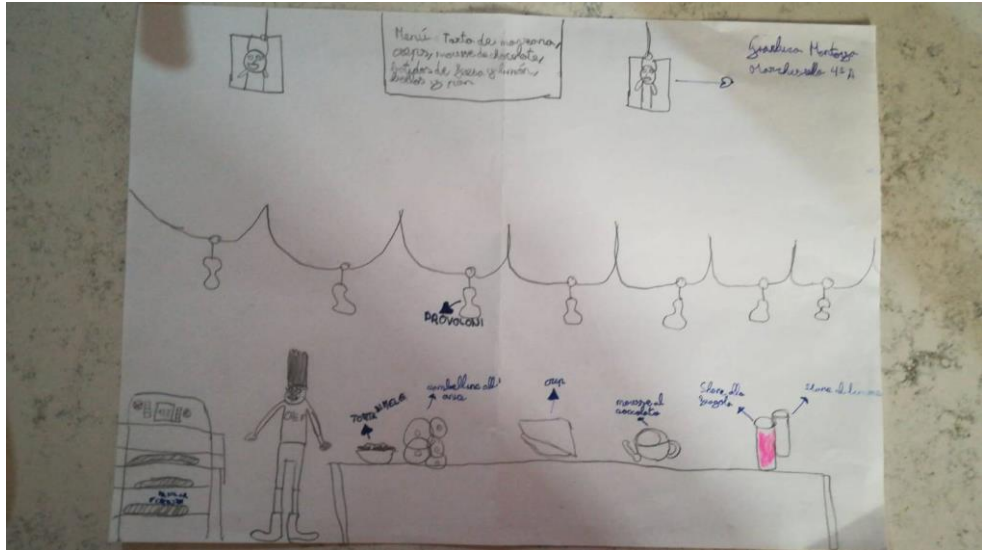
Ringrazio le famiglie che hanno collaborato attivamente al progetto e, soprattutto, i nostri piccoli cuochi-scrittori.

Buona lettura a tutti!

Il Dirigente scolastico

Prof.ssa Paola Gasco

INTRODUZIONE



Una raccolta di ricette degli alunni della nostra Scuola è stato da tanto tempo l'idea della Commissione Mensa, un gruppo di genitori che si dedica al volontario lavoro di monitoraggio del servizio di refezione della scuola insieme alla Direttrice della Scuola Materna e ad alcune maestre della Scuola Primaria.

Infatti, l'idea è nata molti anni fa in una delle tante riunioni del comitato, ma per vari anni non siamo mai riusciti a concretizzarlo mentre si aggiungevano sempre più idee.

Finalmente e grazie all'appoggio della nostra Preside e della Direttrice della Scuola dell'infanzia, nonché al suo Presidente, Avv. Maurizio Di Ubaldo, quest'anno il Comitato è riuscito ad intraprendere e a concretizzare questo desiderio: una raccolta di ricette dei propri figli. Un di lavoro di gruppo, di unione e di creatività tra le varie parti che concretizzato in Ebook non pretende di essere un'opera letteraria ma che umilmente vorrebbe valorizzare le meraviglie delle risorse umane, piccole o grandi che siano, che possono fuoriuscire dalla nostra scuola e che vorrebbe raggiungere la collaborazione e la curiosità di tutti.

All'inizio è stato anche difficile raccogliere le ricette e coinvolgere tutti: la casella mail fissata per l'invio delle ricette era sempre vuota, fino a quando sono arrivate tutte l'ultimo giorno....poi con la direttrice Silvia abbiamo coordinato i disegni dei bambini della Scuola Materna, e le bravissime maestre sono riuscite a far creare delle vere opere artistiche che riflettono creativamente dal punto di vista infantile alcune delle ricette.

La collaborazione del nostro Chef Mario di Mangitalia staff della nostra mensa scolastica, ci offre alcuni importantissimi trucchetti culinari giacché come genitori ci chiediamo sempre

come sia possibile che i nostri figli siano capaci di mangiare anche fagiolini e spinacini che in genere sono alimenti non sempre facili da far apprezzare ai bambini.

Ed infine e, la parte probabilmente piú difficile e intensa, il grande lavoro di vera creazione di tutto l' Ebook. Impossibile non nominare le due persone con le quali abbiamo trascorso anche varie notti con videochiamate per poter terminare il tutto nei tempi previsti: Elisabetta Bagli e Inma Ferrero di Proverso che del tutto volontariamente, come tutte le parti coinvolte ci hanno offerto il loro aiuto per terminare l' Ebook.

Inauguriamo cosí il 1° tour artistico-gastronomico della Scuola con questo Progetto-Pilota, sperando che sia gradito, che vi faccia scoprire tante curiositá gastronomiche e che speriamo di poter migliorare con le future edizioni

Buon divertimento, anzi...buona cucina!!

Debora Marchesiello

(Coordinatrice Genitori Comitato Mensa Scuola Italiana)

Mangiando s'imp@ra
Le ricette della Scuola



¡I CONSIGLI DELLO CHEF!

A volte, nella preparazione di un piatto che prevede una salsa, questa rimane un po' liquida: niente paura: basta aggiungere un po' di farina e far cuocere cinque minuti in più, per evitare che la salsa prenda il sapore della farina cruda.

Può succedere a chiunque di accorgersi che il piatto che sta cucinando é troppo salato. Bene il trucco per equilibrare di nuovo il sale é aggiungere alla cottura una patata. Questa assorbirà tutto il sale in eccesso.

Nella cottura di carne, pollo o pesce al forno vi consiglio di aggiungere sempre un po' di vino bianco o rosso, secondo la ricetta, per risaltare il sapore finale del piatto. Non preoccupatevi dell'alcol che durante la cottura evapora.

ZUPPA DI VERDURE

Mettere in una pentola i seguenti ingredienti a crudo (le dosi a seconda dei commensali):

Zucchine, carote, patate, zucca, bietole, olio, sale, pomodoro e cipolla. Coprire tutto con l'acqua e far bollire almeno due ore a fuoco lento. Una volta finita la cottura passare tutto con il robot di cucina e servire ben caldo con l'aggiunta a piacere di un goccino d'olio a crudo.

BRODO DI GALLINA

In una pentola mettiamo una Gallina, una carcassa di pollo, un osso di prosciutto, una zuccina, due pomodori, una carota e una cipolla. Bollire cinque o sei ore schiumando

all'inizio della cottura finché non inizia a bollire. A fine cottura scolare e filtrare il brodo e cuocervi la pastina o i tortellini che preferite.

INGREDIENTI CHE NON DEVONO MAI MANCARE?

L'Amore e la Pazienza!

IL TRUCCO PIÚ SEGRETO?

La semplicità sia nello scegliere gli ingredienti, sia nell'esecuzione del piatto.

Chef Mario

Le ricetta

SERENA 4 A Scuola Materna

CREMA DI ZUCCA



INGREDIENTI:

Una decina di carote

1 o 2 patate

1 porro grande

olio e sale

LAVARE E TAGLIARE LE VERDURE A TOCCHETTI





Una volta cotte le verdure, frullarle con la minipimer, e aggiungere a piacere il parmigiano grattugiato o dei formaggini.

NICOLAS ARENA PARRO 5ª Scuola Materna

TORTA DI MELE DELLA NONNA ANA

3 MELE

125G DI BURRO

2 TUOR LIE UN' UOVA

750 G DI ZUCCHERO

LIE VITO

170G DI FARINA

UN PO DI SALE

LE MELE SONO PELATE E TAGLIATE. LE UOVA E IL ZUCCHERO SONO MISTURATI. SI METTE IL BURRO E DOPO LA FARINA, IL LIEVITO E LA SALE. SI BATTI BENE E SI METTE IN UN STAMPO ROTONDO.

SI RIPARTONO SOPRA LA TORTA I PEZZI DI MELA E SI METTE NEL FORNO 30 MINUTI A 180 GRADI.



TORTA DI MELE



SPAGHETTI ALLA CARBONARA

Mauro 5A (scuola materna)

INGREDIENTI:

SPAGHETTI

PARMIGIANO

PERCORINO (se si trova)

PANCETTA A DADINI

UOVA



PREPARAZIONE

- **FAR SOFFRIGGERE LA PANCETTA (100gr) IN UNA PADELLA SENZA OLIO, QUANDO SARÁ UN PÓ CROCCANTE CHIUDERE IL FUOCO E METTERE DA PARTE**
- **GRATTUGGIARE IL FORMAGGIO (60gr circa)**
- **SBATTERE LE UOVA (1 uovo a persona) AGGIUNGENDO UN PIZZICO DI SALE E METÁ DEL FORMAGGIO GRATTUGGIATO**



Una volta scolata la pasta metterla in una padella.
Unire le uova sbattute, la pancetta e il formaggio rimasto.
Mescolare bene e servire immediatamente.
Se piace si può aggiungere un cucchiaio di panna liquida.



RECETA DE
PIZZA
INGREDIENTES
MARGERITAS



FARINA

ACQUA

POMODORO

FORMAGGIO

CIAMPIGNIONI

CARNE-PICCATA

OLIVE

PIZZA

MARGERITA

AGUACATE

ABOCATO & MELANZANA



POMODORO



~~AGRIOTE~~



ABOCADO

~~BERENJANA~~



MELANZANA



Palline di cocco

Ricetta di:

Enrico Lorente Petillo

2°A **INGREDIENTI**

- 250 gr. di mascarpone
- 150 gr. di zucchero
- 200 gr. di farina di cocco
- 80 gr. di biscotti (tipo Maria)

PREPARAZIONE

Mettere i biscotti in una busta per alimenti, chiuderla bene e passare sopra mattarello fino

a tituzare tutti i
biscotti.

In una ciotola grande
mescolare il mascarpone,
lo zucchero, la farina di
cocco e i biscotti.

Con le mani formare
delle palline tutte uguali.

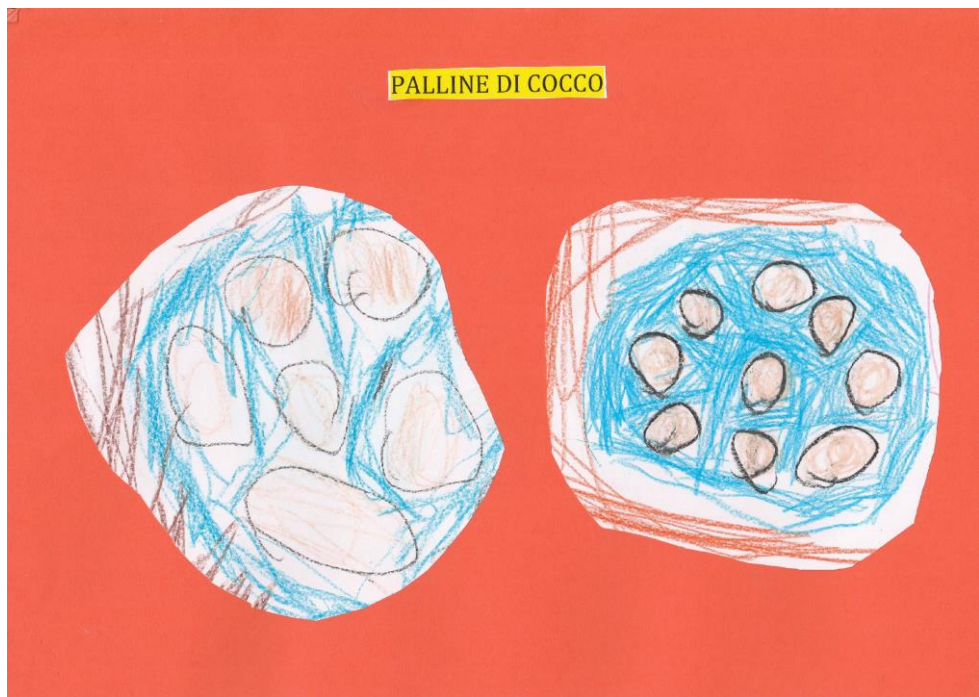
Passarle in altra farina
di cocco e conservare
in frigo per almeno ~~1~~ 1
ora prima di gustare.

Buon appetito!!!





PALLINE DI COCCO



Calamari fritti con

salsa al pesto

Ricetta di Enrico Lorenza

Partito 2°A

INGREDIENTI

- 300 gr. di calamari tagliati ad anelli.
- un po' di farina
- olio per friggere
- due bei ciuffetti di basilica
- 20 gr. di noci
- 20 gr. di parmigiano grattugiato
- 20 gr. di pecorino grattugiato

- olio

Preparazione

Infornare gli anelletti e
frigerli nell'olio caldo.

Mettere in una ciotola
il basilico, le noci, il rosmari-
giano, il pecorino e convive
con l'olio. Frullare il tutto
con la minipimer.

Leerbe e edamame con la
salsa al resto.

BUON APPETITO!!!

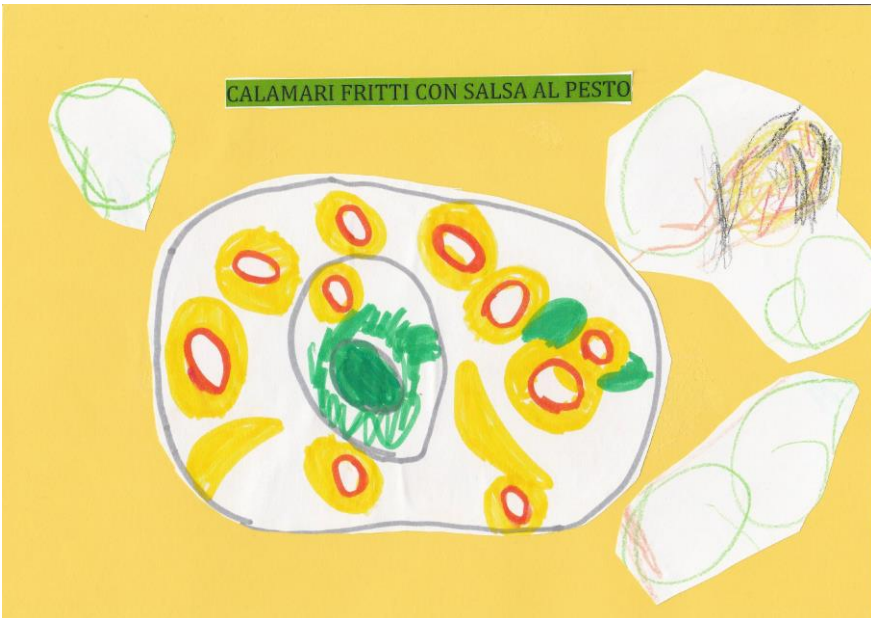


CALAMARI FRITTI CON SALSA AL PESTO





BUON APPETITO!



GIANLUCA MONTOYA-MARCHESIELLO IV A Elementare

POLPETTINE DELLA ZIA AGNESE

Ingredienti:

Pane duro
1 zuccina
1 uovo
500 grammi di carne rossa
Latte
Parmiggiano

Preparazione:

Mani super pulite prima cosa!!

Cuocere a vapore una zuccina sbucciata.

Ammorbidire il pane duro nel latte. Strizzarlo e lasciarlo in *stand by in* una tazzina.

Prendiamo la zuccina ormai morbida e la lavoriamo sminuzzandola con il pane e mescolando il tutto con la carne.

Poi continuiamo a lavorare il tutto anche con l' uovo e incominciamo a formare le palline.

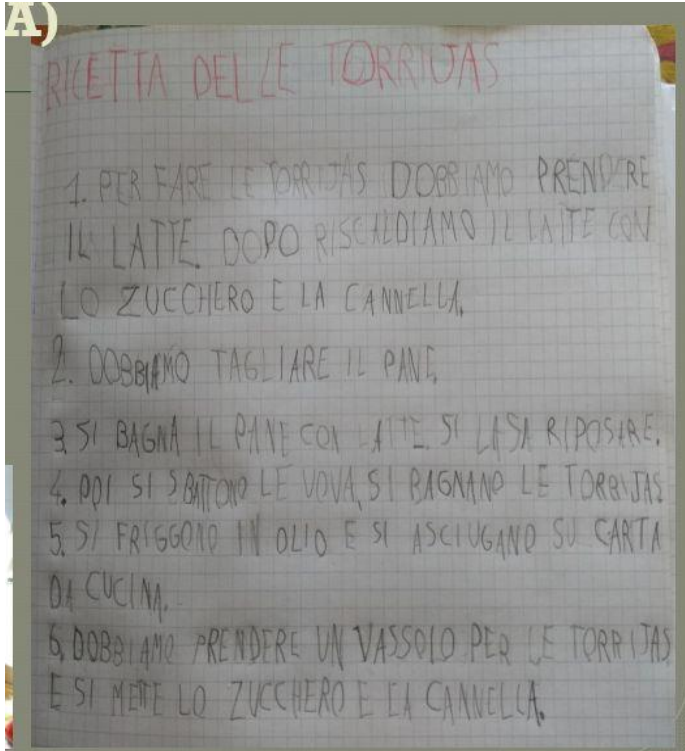
Infine, le mettiamo a cuocere in forno a 180°/200° per circa 30 minuti.

Particolari:

Possiamo aggiungere spinaci, zucchine e mezzo bicchierino di latte fresco e parmiggiano e fare una buonissima crema con il frullatore.

Sono sicuro che vi piaceranno tantissimo e mi ringrazierete per riuscire a far mangiare qualche verdurina ai vostri bambini.

TORRIJAS



ARIANNA della 2ª B elementare

RISO E LATTE

È un dolce tipico spagnolo che ho fatto con la mamma.



Ingredienti:

- 125 g di riso
- 125 g di zucchero
- 1 litro di latte
- la scorza di un limone
- una stecca di cannella

Mettere tutti gli ingredienti nella pentola a pressione tranne lo zucchero. Fare cuocere 10 minuti.

Aprire la pentola, versare lo zucchero e girare sul fuoco. Mettere negli stampi con un po' di cannella in polvere sopra.

Buon appetito!

GAEL MORTARI MAUSSION della 3^aA Elementare

CIAMBELLONE ALLO YOGURT

Ingredienti:

1 vasetto da 125g di yogurt naturale (il vasetto dello yogurt servirá come misura per gli altri ingredienti)
2 vasetti di zucchero
1 bustina di zucchero vanigliato
3 uova
3 vasetti di farina
1/2 bustina di lievito chimico
1 pizzico di sale
1/2 vasetto di olio d'oliva
burro (per imburrare lo stampo)

Preparazione:

Accendere il forno e riscaldarlo a 180 °C.

Versare lo yogurt in un'insalatiera e aggiungere gli ingredienti nell'ordine elencato, mescolandoli con una frusta da cucina.

Imburrare lo stampo (consiglio di usare uno stampo in silicone) e versarci dentro l'impasto.

Con l'aiuto di un adulto, mettere in forno per 30-35 minuti a 180°C.

Lasciar raffreddare prima di rimuoverlo dallo stampo. Buon appetito!



MANUELA LOMANTO IV A elementare

CROCCHETTE DI MANIOCA RIPIENE DI CARNE



Ingredienti:

1,5 kg di manioca pelata o congelata

1,5 cucchiaino di sale

Acqua

Ingredienti per il ripieno:

125 mg di maiale tritato

125 gr di carne macinata

2 pomodori, tritati finemente

1 cipolla tritata

1 spicchio di aglio tritato

sale, pepe nero macinato

1/2 cucchiaino di zucchero di cumino

125 ml di vino bianco

1 cucchiaio di aceto

Preparazione:

In una pentola coprire con acqua la manioca a pezzi far bollire per 10 minuti, rimuoverla, riposare e schiacciare e impastare con le mani, quando si raggiunge una massa omogenea, riserva

Preparazione del ripieno: In una padella mettete 2 o 3 cucchiaini di olio d'oliva a fuoco vivo, mettete le carni per 4 minuti, mescolando, mettere la cipolla aglio per 2 minuti, poi il pomodoro per 2 minuti, sale, pepe, cumino, vino bianco, quando il vino fa evaporare l'alcool, mettere il cucchiaino di aceto, cuocere fino a quando non è leggermente umido.

Prendendo un pezzo di pasta manioca fare una palla medie mani, schiacciare il palmo della mano con le dita della mano opposta, formando un mini concava pizza, mettere un cucchiaino di ripieno nella concavità, ravvicinare i bordi di fronte e chiudi le estremità formando uno zepelin.

Mettere in una padella con olio vegetale a fuoco vivo, friggere la crocchetta per 3 o 4 minuti o fino a doratura. Può essere servito con panna acida,

PANCAKE

Ricetta: pancake

Ho fatto questa ricetta. Perché mi piace svegliarmi e mangiare una buonissime pancake. Mi ha aiutato Claudia mia sorella.

Ricetta di pancake

Ingredienti:

120 g di farina

100 ml di latte

30g di burro

1 uovo

30g zucchero

1 cucchiata di vaniglia

un po' di sale

1 cucchiata di lievito

Olio o burro per la padella

Passo a Passo

- 1 Setacciare la farina e il lievito.
- 2 Battere l'uovo con lo zucchero.
- 3 Si scioglie il burro e si batte con il resto.
- 4 Si aggiunge il latte e la vaniglia e si batte tutto insieme

- ④ Si aggiunge il latte e la vaniglia e si batte tutto insieme.
- ⑤ Si aggiunge farina, lievito e sale e si batte.
- ⑥ Si lascia riposare 20 minuti nel frigo.

⑦ Inbionare una padella e cuocerla 2 minuti per parte fino a quando sono dorate.

⑧ Pronte per mangiare!!!.



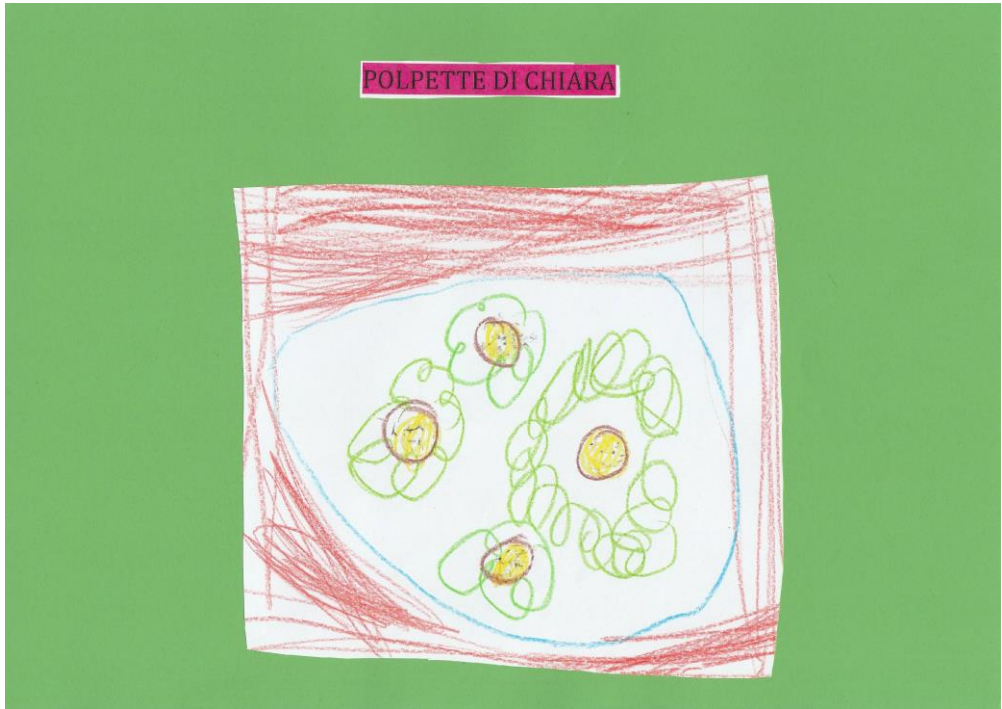






CHIARA - 9 anni

POLPETTE DI CECI



Ingredienti

per 4 persone

300 gr di ceci cotti

3 uova

2 spicchi di aglio

prezzemolo, pane grattato

una bustina di lievito

olio di oliva

salsa di pomodoro

Si sbattono le uova e si aggiungono i ceci e si trituro col frullatore. Quando sono si ben amalgamati si aggiunge l'aglio e il prezzemolo, si sbattono bene per poi si mette il lievito così le polpette divengono soffici.

Con questo impasto si creano le polpette e prima di friggerle in olio ben caldo si passano per il pane grattato.

Le polpette si servono poi ricoperte con sugo di pomodoro e con una spolverata di prezzemolo sopra.

Buon appetito.

CALAMARI E COUSCOUS

LORENZO 3A

LA RICETTA È NATA PERCHÉ UN GIORNO ANDANDO AL MERCATO CON PAPÀ ABBIAMO COMPRATO I CALAMARI E PAPÀ MI HA CHIESTO DI PENSARE COME POTEVAMO CUCINARLI.

IO GLI HO DETTO DI VEDERE COSA AVEVAMO IN CUCINA E COSÌ APRENDO TUTTI GLI SPORTELLI E IL FRIGORIFERO ABBIAMO CAPITO COME FARLI.

CALAMARI CON COUS COUS

INGREDIENTI:

- 800 GR DI CALAMARI
 - 150 GR DI COUS COUS
 - 1 ZUCCHINA PICCOLA
 - 1 CAROTA PICCOLA
 - 1/2 PEPERONE ROSSO
 - SALE
 - 1 BICCHIERE DI VINO BIANCO
 - 1 CIPOLLOTTO
 - OLIO DI OLIVA
 - CURCUMA
 - SCORZA DI 1 LIMONE
 - ACQUA
 - FOGLIE DI INSALATA
-

PROCEDIMENTO:

METTIAMO IL COUS COUS IN UNA
CIOTOLA CON LA STESSA QUANTITÀ

POI RIEMPIAMO CON QUESTO COM-
POSTO I CALAMARI FINO A UN PO'
PIÙ DELLA METÀ E LI CHIUDIAMO
CON UNO SPECCHINO.

ALLA FINE METTIAMO I CALAMARI
RIPIENI IN PADILLA CON UN PO'
DI OLIO E SALE, LI CUOCIAMO 5
MINUTI PER LATO E CI SPRUZZIAMO
SOPRA IL VINO BIANCO. QUANDO
IL VINO È EVAPORATO SPEGNIAMO.
IN UN PIATTO METTIAMO TANTE FO-
GLIE DI INSALATA CON SOPRA

I CALAMARI RIPIENI TAGLIATI A
METÀ,

E BUON APETITO A TUTTI!

DI ACQUA TIEPIDA, COPRIAMO LA
CIOTOLA CON UNA PELLICOLA E
LASCIAMOLA RIPOSARE TUTTA LA
NOTTE.

IL GIORNO DOPO PRENDIAMO I
CALAMARY, TAGLIAMO A DADINI I
TENTACOLI E LI METTIAMO IN UNA
CIOTOLINA.

LAVIAMO LA ZUCCHINA, LA CAROTA
E IL MEZZO PEPERONE E LI TA-
GLIAMO A DADINI.

POI METTIAMO IN UNA PADELLA
IL CIPOLLOTTO TAGLIATO A ROTEL-
LINE CON 1 GOCCINO DI OLIO DI
OLIVA E UN PO' DI ACQUA E FAC-
CIAMO ROSOLARE.

AGGIUNGIAMO I DADINI DI CAROTA
E PEPPERONE, IL SALE E CUOIAMO
PER 5 MINUTI.

QUANDO LE VERDURE SI AMMORBIDISCONO,
AGGIUNGIAMO I DADINI DI
ZUCCHINA E UN PIZZICO DI CURCUMA.

POI AGGIUNGIAMO I DADINI DI
TENTACOLI DI CALAMARO E CUOIAMO
PER ALTRI 2 MINUTI.

POI SCOLIAMO IL COUS COUS E LO
AGGIUNGIAMO IN PADELLA, FACCIA-
MO CUOCERE ANCORA 2 MINUTI,
AGGIUNGIAMO SALE SE È NECESSARIO
E LA SCORZA GRATUGGIATA
DEL LIMONE LAVATO.

POI SPEGNIAMO E LASCIAMO INTI-
PIDIRE. (TUTTO)

POI RIEMPIAMO CON QUESTO COM-
POSTO I CALAMARI FINO A UN PO'
PIÙ DELLA METÀ E LI CHIUDIAMO
CON UNO SPECCHINO.

ALLA FINE METTIAMO I CALAMARI
RIPIENI IN PADELLA CON UN PO'
DI OLIO E SALE, LI CUOCIAMO 5
MINUTI PER LATO E CI SPRUZZIA-
MO SOPRA IL VINO BIANCO. QUANDO
IL VINO È EVAPORATO SPEGNIAMO.
IN UN PIATTO METTIAMO TANTE FO-
GLIE DI INSALATA CON SOPRA

I CALAMARI RIPIENI TAGLIATI A
METÀ.

E BUON APETITO A TUTTI!

LUCA BONDI

3^a Elementare

CHOCOLATE CHIP COOKIES

(Biscotti con gocce di cioccolato)

INGREDIENTI:

200 g di burro leggermente morbido (NON FUSO)
180 g di zucchero di canna, possibilmente quello compatto (ma non troppo scuro)
3 tuorli 250 g di farina (reposteria)
½ bustina di lievito tipo ROYAL
Un pizzico di sale
125 g di gocce di cioccolato fondente (o cioccolato spezzettato)

PROCEDIMENTO:

Pre-scaldare il forno a 180 gradi. In una terrina battete con le fruste elettriche il burro morbido insieme allo zucchero fino ad ottenere una crema soffice. Unite uno alla volta i tuorli, e sempre lavorando aggiungete la farina, il lievito, ed un pizzico di sale. Se l'impasto vi sembra troppo secco si può anche aggiungere uno o due cucchiaini di latte. Infine aggiungete le gocce di cioccolato. Amalgamare il tutto con un cucchiaino di legno. Foderare una teglia con carta da forno. Con l'impasto foramate delle piccole palline grosse come una noce e disponetele sulla carta lasciando un po' di spazio tra una e l'altra. Infornare per circa 12-13 minuti. Appena usciti dal forno i biscotti saranno troppo morbidi per essere spostati. Lasciateli raffreddare 5-6 minuti poi, con attenzione, spostateli possibilmente su una rete per continuare a raffreddarsi.

Ricette della 4 A **elementare**

ITZIAR

SPAGHETTI AL POMODORO

Ingredienti per 4 persone:

500g spaghetti, 2 denti aglio, (q.b.) sale, 5 pomodori, 1 cipolla, (q.b.) formaggio grattugiato

Preparazione: si mette acqua bollente con sale in una pentola.

Si lasciano cuocere gli spaghetti per 10-15 minuti,

si taglia l'aglio, la cipolla e il pomodoro.

Poi, in una padella si mettono l'aglio e la cipolla per 10 minuti e poi si aggiunge il pomodoro, lasciare 10-15 minuti, mischiare e... PRONTO PER MANGIARE!

MARIA B.

MANFREDI CON LA RICOTTA

La storia dei Manfredi con la ricotta incarna perfettamente la consuetudine di “prendere per la gola” e conquistare qualcuno passando per le bontà servite a tavola. Sembra che questo gustoso e sostanzioso primo piatto venne realizzato dal popolo partenopeo per accogliere e ingraziarsi il re Manfredi di Svevia Re di Sicilia, che arrivò in città con la sua corte.

L'idea fu talmente apprezzata dal Re che da allora divenne anche una delle ricette simbolo delle festività del Carnevale ma anche di tutte le altre, domeniche comprese. I Manfredi con la ricotta rappresentano anche una rivisitazione delle lasagne napoletane: il formato di pasta, conosciuto anche con il nome di Mafalde o Reginette, ricorda proprio quello delle antichissime lasagne napoletane, fatte di sola acqua e semola. I Manfredi e le lasagne napoletane hanno in comune la forma allungata e arriciata ai bordi, ma lo spessore dei Manfredi è più piccolo.

Ingredienti

Reginette(Manfredi o Mafalde) 320 g

Ricotta di bufala 250 g

Sale fino q.b.

Pepe nero q.b.

Basilico foglia qualche

PER IL RAGÙ NAPOLETANO

Biancostato di manzo 700 g.

Costine di maiale 320 g.

Salsiccia 340 g

Cipolle dorate 300 g.

Olio extravergine d'oliva 60g.

Vino rosso 70 g.

Acqua 300 g.

Sale fino q.b.

Passata di pomodoro 700 g

Preparazione

Per cominciare realizzate il ragù alla napoletana. Pelate e tritate la cipolla. Poi sgrassate un po' la carne e dividete in pezzi lo spezzatino di manzo. Procedete con la cottura: in una pentola capiente versate l'olio e rosolate la cipolla a fiamma bassa. Mescolate spesso.

Trascorsi pochi minuti aggiungete i pezzi di carne e lasciateli sigillare per bene, girandoli di tanto in tanto, per 6-7 minuti. Sfumate con il vino e fate evaporare completamente l'alcool.

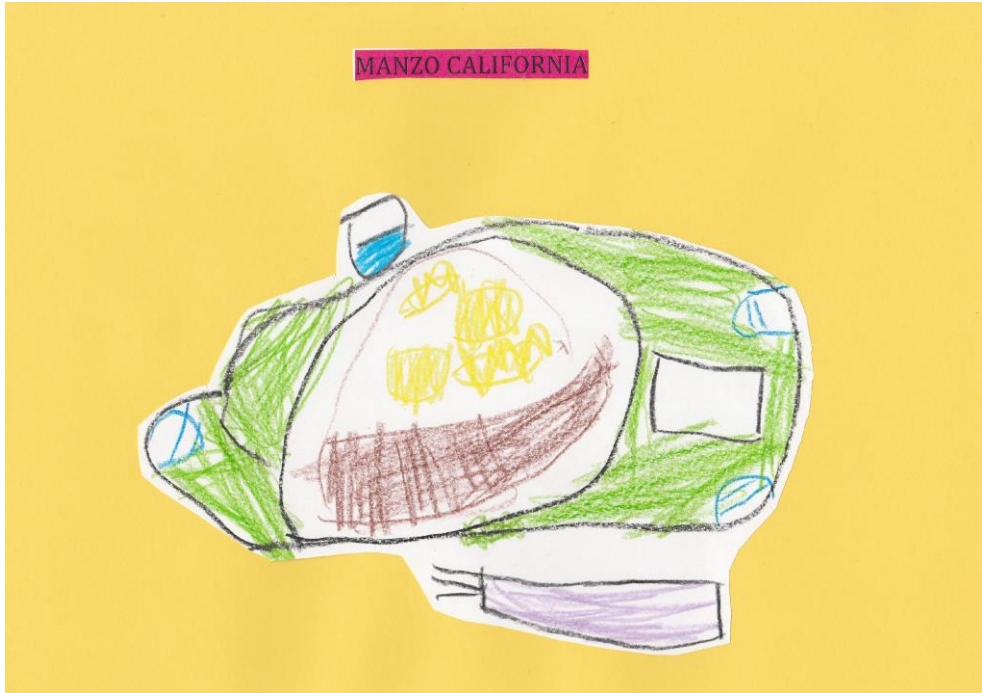
Coprite con la passata di pomodoro e l'acqua, regolate di sale fate cuocere a fuoco dolce per almeno 4 ore. Trascorso il tempo occupatevi della crema di ricotta. In una bacinella versate la ricotta di bufala e aggiungete circa 350 g di sugo prelevato dal ragù.

Stemperate con una frusta fino ad ottenere una purea e tenete un attimo da parte. Cuocete i Manfredi in acqua bollente e salata e scolatela al dente tuffandola, ancora grondanti d'acqua, direttamente nel recipiente con il condimento.

Al bisogno potete aggiungere ancora un po' di sugo o dell'acqua di cottura. Mescolate per bene e poi impiattate. Guarnite con ancora un po' di sugo di pomodoro misto alla carne sfilacciata, una macinata di pepe e qualche fogliolina di basilico: i vostri Manfredi con la ricotta sono pronti, buon appetito!

PIETRO DE PORCELLINI

MANZO CALIFORNIA



Pesce di manzo 1 Kg può essere un "redondo" de novillo de 1 kg
Patate novelle 450 gr
Latte intero 400 gr
Cipolla bionda 120 gr
Pancetta a listerelle 70 gr
Aceto di vino bianco 50 gr
Brodo vegetale quanto basta

Questo stracotto è tipico del monzese e proviene da una località chiamata Lesmo California. Lardellare la carne con la pancetta e poi infarinatela. Mettere noce di burro in una casseruola alta, 20 gr di olio d'oliva un pizzico di sale grosso, e la cipolla a fette. Soffriggere per 2-3 minuti; aggiungere il pezzo di manzo, dorare da tutte le parti, poi ridurre la fiamma e inumidire coll'aceto, latte (meglio panna) e 2 cucchiaini di brodo. Dopo una mezz'ora di cottura girate la carne e cuocete durante un'altra ora e mezza. Se necessario aggiungere altro brodo. Lavare le patate e farle bollire col sale per 10 minuti,

asciugare e tagliare a metà. Far dorare bene in padella con burro e olio. Affettare la carne e servire colle patate e la salsa del fondo di cottura. Idealmente si dovrebbe associare con mostarda di frutta.

CAROLINA

TROFIE AL PESTO, PATATE E FAGIOLINI

Ingredienti:

trofie, basilico, grana, pinoli, aglio, pecorino, olio, sale, patate e fagiolini.

Devi mettere sul fuoco una pentola piena d'acqua e aspettare che bolla. Una volta che l'acqua ha raggiunto l'ebollizione, devi mettere un pugno di sale e mettere le patate e i fagiolini precedentemente tagliati a cubetti e lasciarli cuocere 15 minuti. Dopo, prendiamo una ciotola e mettiamo dentro: il grana, il basilico, l'aglio, il pecorino, i pinoli, l'olio e il sale; prendete la minipimer e frullarli tutti. Tirare fuori dall'acqua le patate e i fagiolini, mettere al loro posto le trofie e aspettare 10 minuti che cuociano. Quando sono cotte metterle in un piatto insieme al pesto, le patate e i fagiolini e mischiarli tutti insieme. La ricetta si chiude mettendo sulle trofie un po' d'olio crudo e un po' di grana.

Storia

Un piatto tradizionale della cucina ligure.

Le trofie sono un tipo di pasta tradizionale della cucina ligure. La caratteristica forma della pasta è arricciata, ricorda i trucioli di legno del falegname. In passato venivano preparate in casa, oggi invece è molto raro trovare chi ha la capacità e la pazienza di eseguire un piatto così complesso. I liguri preferiscono acquistare le trofie nei negozi di pasta fresca.

A Genova si condiscono con il pesto, un battuto di basilico genovese, pinoli, aglio, parmigiano e pecorino, il tutto condito con olio extravergine.

Le trofie sono una specialità tipica di numerosi comuni del Tigullio, il territorio che fa parte della provincia di Genova. Nate a Recco, nella riviera del levante, da abili mani che non volevano sprecare nulla della pasta. E' possibile che il nome trofie derivi da "strufugia", che significa strofinare e descrive il movimento della mano sulla madia necessario per la preparazione della pasta. Nel genovesato il termine "trofie" significa "gnocchi", un impasto di farina e patate con l'estremità a punta e più grosso al centro. Le trofiette invece sono la versione più antica e povera e sono preparate senza patate.

A Sori dal 1985 viene organizzata tutti gli anni una sagra dedicata alle trofie. Anche il vicino Piemonte le celebra con una sagra a Belforte nel Monferrato (Alessandria).

Nato da un'antica tradizione, il pesto è diventato oggi un simbolo della cucina genovese e ligure, si tratta di una delle salse più conosciute al mondo. Il frequente uso di erbe aromatiche nella gastronomia ligure risale al Medioevo, i poveri erano soliti insaporire i loro piatti utilizzando le erbe. Pare che la prima ricetta del pesto risalga alla prima metà dell'Ottocento. Alcune ricerche hanno stabilito che il pesto deriva dall'aggiada (agliata), una salsa a base di aglio pestato con noci diffusa in Liguria durante la repubblica marinara genovese.

Il segreto della ricetta del pesto alla genovese sta nel basilico, che deve provenire, per questioni di terreno e condizioni climatiche dalla zona di Genova Prà, oggi soggetto alla Denominazione di Origine Protetta (D.O.P.). Del basilico vanno utilizzate solo foglie giovani e la preparazione deve avvenire a freddo per non alterare le proprietà organolettiche e nel minor tempo possibile, per evitare problemi di ossidazione.

Una variante del pesto alla genovese prevede la bollitura con patate e fagiolini novelli.

MARTINA

CROSTATA ALLA NUTELLA

Per preparare la crostata alla nutella cominciate dalla frolla. Quindi in un mixer versate la farina ed il burro freddo e frullate per qualche istante. Trasferite la sabbiatura sul piano da lavoro, formate una conca nel mezzo e versate i tuorli. Setacciate lo zucchero a velo tutt'intorno alla conca. Cominciate a impastare brevemente mescolando con le dita le uova al centro e raccogliendo man a mano la farina; cercate di impastare brevemente il tempo necessario per ottenere un impasto sufficientemente compatto che potrete avvolgere nella pellicola trasparente.

Lasciate riposare il panetto in frigorifero per almeno 30 minuti.

Dopodiché riprendete la pasta e battetela su una spianatoia leggermente infarinata in questo modo la ammorbidirete un po' rendendo più semplice il momento della distensione.

Tirate la frolla fino a mezzo centimetro di spessore. Poi avvolgete l'impasto intorno al matterello e sistematelo in una tortiera da 22 cm già imburata e infarinata.

Paregiate i bordi e raccogliete l'eccesso di pasta, con il quale preparerete le decorazioni.

Infine bucherellate la base e tenete da parte la teglia. Occupatevi della crema: quindi sistemate il burro di cacao in una ciotola e fondetelo al microonde altrimenti anche a bagnomaria (se non avete il burro di cacao, potete sostituirlo nella stessa dose con del burro classico), unitelo alla Nutella poco alla volta mescolando fin quando non sarà completamente assorbito. Infine, versate la crema appena ottenuta nello stampo e distribuitela su tutta la superficie.

Riprendete la frolla e tiratela nuovamente, sul piano infarinato, e formate delle decorazioni larghe circa 1 cm, con una rotella dentellata. Sistematele sulla tortiera prima in un verso e poi nell'altro, in modo da farle incrociare e creare un motivo a rombi.

Infine spennellate con della panna fresca liquida e cuocete in forno preriscaldato, in modalità statica, a 160° per 40 minuti (potete provare la cottura in forno ventilato a 150° per circa 30-35 minuti cuocendo nel ripiano basso del forno; potete coprire a metà cottura con un foglio di carta alluminio se vi sembra che si stia cuocendo troppo in superficie). Una volta cotta, lasciate raffreddare completamente la vostra crostata alla nutella e poi sformatela per servirla.

Conservazione

Potete conservare la crostata alla nutella in frigorifero per 3 giorni, meglio se coperta con pellicola trasparente. Se preferite potete preparare la pasta frolla in anticipo e conservarla in frigorifero per un giorno.

CARLO

BACI DI DAMA



Ingredienti per 8 persone

150 g di nocciole pelate
110 g di zucchero
150 g di burro
150 g di farina
150 g di cioccolato
Sale fino cucchiaino

Procedimento:

Mettere 150 g di nocciole pelate nel vaso del mixer e frullatele insieme a 110 g di zucchero. Lo zucchero servirà ad assorbire l'olio che sprigioneranno le nocciole.
In una ciotola aggiungete 150 g di burro a pezzi, 150 g di farina e le nocciole tritate e cominciate ad amalgamare con le mani.

Quindi, aggiungete all'impasto la buccia d'arancia grattugiata, l'essenza di vaniglia e un pizzico di sale.

Impastate tutto fino a ottenere un unico panetto, avvolgetelo nella pellicola trasparente e lasciatelo riposare per 1 ora.

Una volta che l'impasto si sarà rassodato formate tante palline e riponetelo su una placca da forno foderata con l' apposita carta.

Infornate e lasciate cuocere in forno a 160 gradi per circa 20 minuti.

Nel frattempo fate sciogliere 150 g di cioccolato a bagnomaria.

Quando i biscotti saranno cotti, lasciateli raffreddare aiutandovi con un cucchiaino, disponete il cioccolato sciolto sulla parte piatta del biscotto e ricoprite delicatamente con un altro biscotto.

Mettere i Baci di Dama su un vassoio e lasciate che il cioccolato s'indurisca e potrete servire i vostri deliziosi Baci di Dama.

Storia

Regione: Piemonte

Città: Tortona

Anno: 1800

I Baci di Dama erano prodotti con nocciole Piemontesi non con le mandorle perché erano più care delle nocciole.

Però, nell'anno 1810 dalla fantasia del cavaliere Stefano Vercesi si cambia la ricetta e si introducono le mandorle, da allora i Baci di Dama fatti con le mandorle venivano chiamati "Baci Dorati".

Baci di dama

Questi baci c'è della mia nonna di Torino e sono dei biscotti di Torino che si chiamano baci di dama.

Li facciamo sempre in estate quando sono con lei a Coesole.

Ingredienti

Farina 00: 250 g.

Uovo: 1

Sale fino: 1 pizzico

Nocciole: 120 g.

Burro: 130 g.

Cioccolato giacchiato: 50 g.

Zucchero: 120 g.

Procedimento

Triturare le nocciole finemente.

In una ciotola mettere a cubetti il burro, lo zucchero, ^{e un pizzico di sale} e frullare con il frullatore.

Poi aggiungere anche l'uovo e la farina.

Unire anche le nocciole tritate e l'avore tutto molto bene fino ad ottenere un impasto morbido.

Avvolgere il pasta in una pellicola e metterlo in frigorifero per 30 minuti.

Intanto tagliare a cubetti il cioccolato e farlo sciogliere a bagno Maria.

Tirare fuori l'impasto dal frigo e fare tante palline.



A questo punto infornare le palline per 20-22 minuti circa a 180 gradi.

Una volta sfornate lasciatele raffreddare e a l'oggi palline mettetele in
po di cioccolato fuso e unite le due palline.

Lasciate raffreddare i baci di burro per 20 minuti e poi mangiatele !!!

Adottando

ALBA

IL PESTO ALLA GENOVESE

Ingredienti:

50g di foglie di basilico
2 spicchi d'aglio
15 g di pinoli
70 g di parmigiano reggiano
30 g pecorino fiore sardo
100 ml di olio extra vergine di oliva ligure
un pizzico di sale marino grosso

Preparazione

Il primo passo consiste nel pulire le foglie del basilico: fatelo con un panno morbido, senza bagnarle.

In alternativa, lavatele ma lasciatele asciugare perfettamente: questo modo va fatto con delicatezza, perché se le foglie si stropicciano o si spezzano si anneriranno e renderanno amaro il pesto. Utilizzate un mortaio di marmo e un pestello di legno, con il quale ridurrete in poltiglia per primi i due spicchi d'aglio sbucciati e qualche grammo di sale.

Aggiungete quindi le foglie di basilico e il sale rimanente e con movimenti circolari continuate a pestare: vedrete che dal basilico uscirà un liquido verde vivido, è questo il momento di mettere i pinoli.

Infine, continuando a mescolare, aggiungete il formaggio grattugiato e l'olio, a filo, poco alla volta.

Fondamentale è il tempo che dedicherete alla preparazione: se non avete mortaio e pestello ricorrete a questi consigli:

Attivate il frullatore alla velocità più bassa e frullate a scatti per non fare alzare la temperatura del composto, ponete il recipiente e le lame del frullatore in frigo per un'ora prima di iniziare a preparare.

Potete conservare il pesto in frigo fino a 10 giorni coperto di olio di oliva in superficie, oppure potete metterlo in freezer e poi scongelarlo a temperatura ambiente.

Storia

Ogni ingrediente ha la sua specialità.

Uno di questi è il basilico che viene coltivato in Liguria e richiede molta attenzione e delicatezza.

Infatti, le piantine nascono dopo circa 10 giorni dalla semina e durano circa 3 mesi.

Appena esce il germoglio, le piantine vengono trapiantate in vasi più piccoli e innaffiate con attenzione.

I pinoli scarseggiano perché c'è un insetto non più grande di una zanzara che li mangia prima che siano raccolti.

Per questo quando troviamo delle pigne nei parchi, le vediamo secche e senza pinoli.

I pinoli vengono raccolti a mano uno a uno e in questo momento vengono importati dalla Spagna e dalla Turchia.

Un elemento fondamentale oltre a questi due è l'olio di oliva. Anche questo si produce in Liguria ed è fondamentale per conservare il famoso pesto.

Mia nonna è nata in Liguria ed ha una forte relazione con la cucina italiana e ha fatto diventare la pasta al pesto il mio piatto preferito, però il suo è quello più buono.

MANUELA

CROSTATATA AL CIOCCOLATO

Ingredienti per la frolla

180 g di burro morbido
300g di farina
110 g di zucchero
1 scorza d'arancia
1g di lievito per dolci
3 tuorli d'uovo

Ingredienti per la crema

2 uova medie
100g di zucchero
500g di latte intero
100g di cioccolato
35 g di maizena

Preparazione

Per realizzare la crostata al cioccolato, formare una piramide di farina, al centro versare lo zucchero, il lievito e i tuorli, aromatizzare con la scorza d'arancia e impastare fino a ottenere un panetto omogeneo. Metterlo in frigo per un'ora. Per la crema tritare il cioccolato, poi, in una pentola scaldare il latte e -a parte - sbattere le uova con lo zucchero e la maizena; aggiungere il composto al latte, spegnere il fuoco e aggiungere il cioccolato tritato. Mescolare fino a ottenere una crema.

Togliere la frolla dal frigo, metterla fra due fogli di carta da forno e stenderla con un mattarello. Adagiarla su una tela e aggiungere la crema.

Decorare la superficie della crostata con la pasta rimasta.

INDIRA

TIRAMISÙ

Ingredienti

500 gr di mascarpone.
300 gr di biscotti savoiardi.
150 gr di zucchero.
6 tuorli d'uovo.
4 cucchiaini di marsala.
4 tazze di caffè.
Cacao amaro in polvere.

Preparazione

Cominciare sbattendo i tuorli d'uovo con lo zucchero fino a farli diventare bianchi e spumosi. Unite il marsala e il mascarpone, poi amalgamate ottenendo una crema compatta. Preparate i caffè e lasciateli raffreddare. Versate il caffè in un contenitore e bagnateci dentro i savoiardi. Adagiate i savoiardi sul fondo di una pirofila. Ricoprite i savoiardi con uno strato della crema ottenuta mescolando le uova, lo zucchero, il marsala e il mascarpone e ripetete l'operazione fino all'esaurimento degli ingredienti. Lasciate raffreddare in frigo per un'ora. Prima di servire, spolverate la superficie con un velo di cacao amaro in polvere.

STORIA

Il Tiramisù è un dolce diffuso in tutta Italia ma la sua invenzione avviene nella regione del Veneto, nel nord Italia. Si crede che sia un'invenzione recente, intorno agli anni settanta. Si chiama Tiramisù per le sue capacità nutrizionali ed energetiche. Infatti, contiene ingredienti come il caffè e l'uovo che sono molto stimolanti. Ci sono molte leggende su chi o quale ristorante l'abbia servito per la prima volta ma non se ne ha la certezza.

ROBERTA

PENNE AI QUATTRO FORMAGGI

Ingredienti:

400 g di penne rigate
200 ml di latte
120 g di gorgonzola
100 g di emmental grattugiato
80 g di taleggio
80 g di parmigiano reggiano grattugiato
30 g di burro
Sale
Pepe
Noce moscata

Preparazione:

La prima operazione per fare le penne ai quattro formaggi è mettere l'acqua a bollire per la pasta. Mentre lessate le penne in acqua bollente salata, tagliate il gorgonzola e il taleggio a dadini. Riuniteli in una ciotola insieme al latte, al burro, al parmigiano e all'emmental grattugiati. Fate sciogliere a fuoco lento mescolando con un cucchiaino di legno o una frusta fino a ottenere una crema liscia e densa. Salate con parsimonia, aggiungete pepe fresco di mulinello e scolate le penne al dente.

Passatele in una casseruola e fatele saltare con il condimento in modo da amalgamare il tutto completamente.

Trasferite nei piatti da portata le penne ai quattro formaggi e completate con altro pepe e, se gradite, con un pizzico di noce moscata grattugiata. Servite subito.

Storia:

Secondo l'origine dei formaggi presenti nella salsa, si può dire che questa ricetta è tipica sia della Lombardia sia dell'Emilia.

Invece, le penne come le conosciamo oggi sono state prodotte per prima volta nel 1865 dal pastaio di San Martino d'Albano, vicino a Genova.

LUCA

RICETTA DELLA PIZZA

Ingredienti:

Farina tipo 0: 1 kg
Acqua fino a 650 g - 600 gr
Olio extravergine d'oliva: 50 gr
Lievito di birra: 10 gr
Zucchero: 1 cucchiaino da tè
Sale: 18 gr

Preparazione:

Mescolate fino a quando il lievito si scioglie completamente.
Aggiungete la farina e iniziate a impastare.
Unite il sale e l'olio, mentre impastate.
Mettete a lievitare il panetto direttamente nella teglia da forno.
Spianate l'impasto e aggiungete gli ingredienti desiderati.

Alcune curiosità:

Qual è il tipo di pizza più antico? Si tratta della marinara, la più antica delle pizze rosse. Riunisce tutti gli ingredienti utilizzati fino ad allora: pomodoro, aglio, origano, olio extravergine d'oliva. Contrariamente a ciò che si può pensare, il nome non deriva da qualcosa che ha a che fare con il pesce, bensì dal fatto che era il piatto che mangiavano i pescatori una volta rientrati in porto.

Chi ha inventato la prima pizza? Sono stati gli egizi e la chiamavano "pita". Furono loro la prima popolazione a scoprire il segreto della lievitazione. Nel 4.000 a.C. è nato il primo vero forno, proprio lungo le sponde del fiume Nilo. Gli egiziani erano grandi mangiatori di pita, ma anche grandi bevitori di birra; furono tra i primi a creare l'abbinamento pizza/birra. Non ci crederete mai ma sono trascorsi "solo" 4500 anni.

Come veniva preparata inizialmente? I saraceni importarono le pizze di farro per la prima volta in provincia di Napoli, più precisamente a Torre del Greco. Il farro fu sostituito poi con il grano, e venne successivamente condito con olio e aglio. Il pomodoro arrivò molto più tardi, dopo la scoperta dell'America, infatti, le prime pizze rosse risalgono al Settecento.

Qual è stata la prima pizzeria e dove si trovava? La più antica pizzeria fu aperta a Napoli nel lontano 1738. Si chiama "Port'Alba" e serviva per rifornire gli ambulanti che andavano in giro per la città. Poco più di 90 anni dopo, fu la prima anche ad offrire tavoli e sedie per i propri clienti, tra cui spiccano nomi come Gabriele D'Annunzio, re Ferdinando di Borbone, Francesco Crispi e Benedetto Croce.

JIMENA

PESTO

Ingredienti:

Basilico

Aglione

Formaggio Parmigiano

Olio

Sale

Pepe

In un mortaio si pestano il basilico, l'aglio e il formaggio Parmigiano con un po' di olio.

Dopo, si mescola tutto bene e si aggiunge un pochino di sale e di pepe.

Il pesto è fatto e alla fine si può aggiungere un po' di olio.

STORIA

Il pesto viene dalla Liguria.

La vera storia del pesto alla genovese ha origini antichissime. Le prime notizie che si hanno riguardanti il pesto alla genovese risalgono all'epoca romana, in cui era conosciuto come *moretum*, che sarebbe un insieme di erbe aromatiche, aglio e formaggio, che addirittura aveva delle qualità curative oltre che culinarie.

Bisognerà aspettare fino all'800 per vedere nascere il pesto alla genovese così come lo conosciamo oggi.

La vera ricetta di questo meraviglioso sugo fa la sua comparsa a metà del XIX secolo.

VALERIA

PIZZA "MARGHE"

Ingredienti

per 2 pizze di 28 cm di diametro

Farina Manitoba 200 g

Farina tipo 00 300 g

Acqua 300 ml

Olio extravergine d'oliva 35 g

Sale fino 10 g

Lievito di birra fresco 5 g

Per condire

Polpa di pomodoro 500 g

Fiordilatte 400 g

Origano secco 1 cucchiaino

Sale fino 1 cucchiaino

Basilico q.b.

Olio extravergine d'oliva q.b.

Preparazione

Per preparare la pizza margherita, come prima cosa iniziate a realizzare l'impasto di base. Versate l'acqua a temperatura ambiente in una brocca, aggiungete il lievito e mescolate con un cucchiaino in modo da farlo sciogliere completamente. Noi abbiamo scelto di impastare a mano ma se preferite potete realizzare l'impasto di base anche in planetaria, utilizzando il gancio e azionandola a velocità medio-bassa. In una ciotola unite le due farine, poi aggiungete circa metà dell'acqua a filo impastando man mano con le mani. Unite anche il sale e la parte restante di acqua.

Continuate a lavorare il composto con le mani fino a ottenere un risultato uniforme. A questo punto aggiungete l'olio, sempre poco per volta, continuando a impastare in modo da favorirne l'assorbimento. Trasferite poi l'impasto su un piano e lavoratelo energicamente per qualche minuto fino a che non sarà liscio ed elastico. Ottenuto un bel panetto liscio, lasciatelo riposare sul piano di lavoro per una decina di minuti coprendolo con la ciotola. Una volta riposato dategli una piccola piega: immaginate che la sfera sia divisa in 4 parti, prendete l'estremità di ognuna, tiratela delicatamente e ripiegate verso il centro, infine dategli la forma di una sfera.

Trasferite l'impasto così formato in una ciotola, coprite con pellicola trasparente e lasciate lievitare. Per comodità potete mettere la ciotola in forno spento ma con la luce accesa, così

l'interno raggiungerà la temperatura di 26°-28°, ideale per la lievitazione; in alternativa potete anche tenere la bacinella in un luogo caldo. I tempi sono approssimativi poiché ogni impasto, la temperatura e le condizioni metereologiche influenzano la lievitazione: mediamente l'impasto dovrebbe impiegare 2 ore a raddoppiare di volume.

Quando l'impasto sarà ben lievitato, trasferitelo su un piano capovolgendo delicatamente la ciotola e dividetelo a metà utilizzando un tarocco; se dovesse essere necessario, potete spolverizzare il piano con un po' di farina.

Tornate a dare una piega all'impasto, come avete fatto prima della lievitazione, poi capovolgetelo e procedete con la "pirlatura": pirlare l'impasto significa farlo girare con le mani sul ripiano di lavoro portandolo verso di voi e poi allontanandolo ripetutamente fino a ottenere una sfera liscia e regolare. Trasferite i due impasti su un vassoio e lasciateli riposare ancora per una mezz'oretta, sempre coperti con pellicola o con un canovaccio. Nel frattempo preriscaldate il forno a 250° in modalità statica e occupatevi di preparare gli ingredienti per la farcitura. Per prima cosa ponete un colino su una ciotola e con le mani sfilacciate la mozzarella mettendola man mano nel colino. In questo modo perderà tutto il siero in eccesso. Versate la polpa di pomodoro in un'altra ciotola e conditela con il sale, un giro d'olio e l'origano. Mescolate il tutto e non appena saranno trascorsi i 30 minuti riprendete l'impasto.

Spolverizzate il piano di lavoro e disponetevi uno dei due panetti. Con le mani schiacciatelo leggermente, poi stendetelo esercitando una leggera pressione e facendo un movimento rotatorio. Evitate di schiacciare troppo le bolle e se l'impasto dovesse essere troppo elastico, attendete qualche minuto prima di lavorarlo ancora. Sollevate il disco d'impasto, collocatelo sulle mani chiudendole a pugno e ruotatelo; in questo modo si stenderà ulteriormente.

Ungete leggermente una teglia del diametro di 28 cm e sistemate l'impasto all'interno aiutandovi con le mani per donargli una forma regolare. Cospargete con metà del pomodoro e cuocete in forno statico preriscaldato a 250° per 6-7 minuti, sul ripiano centrale.

Trascorso questo tempo, sfornate la pizza, aggiungete il fiordilatte e infornate nuovamente per 6-7 minuti alla stessa temperatura. Quindi, sfornate la vostra pizza margherita e guarnite con le foglioline di basilico fresco.

Per la cottura sulla pietra refrattaria

Se volete cuocere la pizza margherita sulla pietra refrattaria, azionate il forno in modalità grill a 250°. Inserite la pietra refrattaria nel ripiano più alto e lasciatela scaldare per 30 minuti. Poi stendete la vostra pizza, trasferitela su una pala di legno leggermente infarinata, conditela sia con il pomodoro sia con la mozzarella, aggiungete un filo d'olio, lasciatela scivolare sulla pietra e cuocete per 3-4 minuti. Sarà ancora più croccante!

Consiglio

Se preferite cuocere la pizza in una teglia rettangolare non sarà necessario dividere l'impasto in due panetti. Dopo la prima lievitazione stendetelo direttamente all'interno della

teglia, attendete 15-20 minuti prima di condirla e cuocerla! Sarà necessario prolungare i tempi di cottura fino a che la vostra pizza non risulterà ben dorata.

STORIA

Nata a Napoli nel 1889, dall'estro del pizzaiolo napoletano Raffaele Esposito, la pizza margherita fu creata in occasione della visita della Regina Margherita, allora sovrana d'Italia insieme al Re Umberto I, alla meravigliosa città di Napoli. Esposito creò per quell'evento tre pizze molto diverse tra loro, ma la Regina apprezzò particolarmente quella con la mozzarella e il pomodoro, che da quel momento in poi, in suo onore, fu chiamata Margherita.

TESEO

GNOCCHI DI ZUCCA

Presentazione

È arrivato l'autunno e con esso i colori di cui si tingono i paesaggi passano dal verde brillante all'aranciato, dal rosso all'ambrato. Anche l'orto è un tripudio di colori intensi come quello arancione della zucca. Questo delizioso ortaggio autunnale, protagonista in particolare nel periodo di Halloween, è conosciuto specialmente per la sua versatilità in cucina: dalle preparazioni dolci come la torta alla zucca, a quelle salate come la zucca al forno. Una delle tante declinazioni possibili ai tradizionali gnocchi di patate sono gli gnocchi di zucca! Queste piccole delizie sono un ottimo primo piatto autunnale dal sapore delicato. L'impasto è a base di pochi semplici ingredienti come farina e zucca. Se volete cambiare il classico abbinamento con burro e salvia, potete provare gli gnocchi di zucca con salsa di taleggio. Cosa aspettate allora? Approfittate della stagione per portare in tavola il gusto inconfondibile di questo ortaggio con morbide e delicate perle di bontà!

GNOCCHI DI ZUCCA CON SALSA DI TALEGGIO

Ingredienti:

Zucca da pulire 500 g
Patate rosse 350 g
Farina 00 150 g
Fecola di patate 50 g
Uova (1 medio) 57 g
Sale fino 3 g
Pepe nero 1 pizzico
Noce moscata 1 pizzico

Preparazione

Per preparare gli gnocchi di zucca iniziate facendo bollire le patate in abbondante acqua salata per 30-40 minuti in base alla loro grandezza: dovranno essere morbide ma non sfaldarsi, quindi non assorbire troppa acqua. Potete testare la loro cottura punzecchiandole con i rebbi di una forchetta, se ci riuscite facilmente significa che sono cotte. Se preferite, potete anche decidere di cuocere le patate al forno intere e con la buccia, in modo che perdano l'acqua in eccesso e successivamente svuotarle con un cucchiaio per prelevarne la polpa utile alla ricetta. Mentre le patate cuociono, prendete la zucca e ricavatene delle fette

che priverete dei semi e dei filamenti interni. Eliminate poi anche la buccia esterna; otterrete 350 g di polpa.

Tagliatela a fettine sottili che adagerete su una leccarda ricoperta con carta forno. Cuocetele in forno statico preriscaldato a 200°C per 15-20 minuti (oppure in forno ventilato a 180°C per 10-15 minuti) fino a che non comincerà a seccare leggermente. La zucca in questo modo si asciugherà e non rilascerà l'acqua durante la preparazione degli gnocchi (otterrete circa 185 g di zucca cotta). Trascorso il tempo necessario, spegnete il forno e sfornate la zucca.

A questo punto anche le patate saranno ormai cotte e avrete pronti gli ingredienti per preparare gli gnocchi di zucca. Lavorate gli ingredienti ancora caldi, specialmente le patate, per non disperdere gli amidi e far risultare coloso e più facilmente lavorabile l'impasto. Setacciate la farina su una spianatoia e aiutandovi con le mani o con un cucchiaio create la classica forma a fontana.

Prendete le patate ancora calde e sbucciatele. Schiacciatele con l'apposito attrezzo schiacciapatate, regolando l'impasto di sale e pepe. Aromatizzate con un pizzico di noce moscata. Poi schiacciate anche la zucca ancora calda con lo schiacciapatate.

Lavorate velocemente l'impasto con un tarocco e sbattete un uovo. Date all'impasto nuovamente la forma a fontana e versatevi l'uovo sbattuto.

Incorporate l'uovo all'impasto aiutandovi con una forchetta e lavoratelo con un tarocco fino a che non risulterà omogeneo. Lavorate meno possibile l'impasto e velocemente. Dategli la forma di panetto e setacciatevi sopra la fecola che conferirà morbidezza all'impasto.

Lavorate ancora velocemente l'impasto con un tarocco per amalgamare la fecola e dategli infine la forma sferica. Lasciatelo riposare a temperatura ambiente coperto da un canovaccio per almeno 10 minuti.

Trascorso il tempo di riposo riprendete il panetto, spolverizzate il piano di lavoro con poca farina e prendete un pezzettino di impasto. Dategli la forma di bastoncino e tagliatelo a piccoli bocconcini della dimensione circa di 1,5-2 cm. Ripetete l'operazione fino a terminare tutto l'impasto. Passate ora gli gnocchi ad uno ad uno sui rebbi di una forchetta o con il riga gnocchi per dare loro il classico disegno a righe sulla superficie. Mano a mano che li formate disponeteli su un canovaccio infarinato. I vostri gnocchi di zucca sono ora pronti per essere utilizzati! Per utilizzarli, cuoceteli una porzione per volta nell'acqua bollente, attendendo che risalgano in superficie.

Appena riaffioreranno, prendeteli con una schiumarola, scolateli bene ed ecco pronti i vostri gnocchi di zucca!

Conservazione

E' preferibile consumare gli gnocchi di zucca appena cotti. Se avanzano, poneteli in un contenitore ermetico, quindi conservateli in frigorifero per massimo 1 giorno.

Gli gnocchi di zucca possono essere anche congelati se avete utilizzato solo ingredienti freschi e non decongelati: mettete gli gnocchi di zucca in congelatore, adagiati su un vassoio, e, dopo qualche ora, quando ormai saranno congelati, estraeteli dal freezer e

poneteli in un sacchetto gelo. In questo modo eviterete che gli gnocchi di zucca si attacchino tra loro durante il processo di congelamento.

Consiglio

I trucchi per una buona riuscita di questi gnocchi di zucca stanno negli ingredienti: utilizzate patate a buccia rossa e la zucca mantovana (dalla polpa non acquosa) che sono perfetti per questa preparazione.

Se dovete regolare la consistenza dell'impasto perché le patate assorbono molta acqua, fate attenzione a non aggiungere troppa farina poiché rischierete di ottenere degli gnocchi troppo consistenti e gommosi a fine cottura.

SOFIA

RICETTA DELLA PIZZA

Ingredienti:

900 gr di farina
30 gr di lievito di birra
10 gr di sale
5 dl di acqua

Preparazione:

Versa la farina su un piano di legno formando una fontana. Fai un buco al centro e riempi con acqua tiepida, sale e lievito .

Impasta in maniera molto energica per circa 15/20 minuti.

Quando l'impasto ha raggiunto una consistenza morbida, modellalo in modo da formare una pagnottina e lascialo riposare coprendolo con un canovaccio.

L'impasto non deve mai venire a contatto con l'aria esterna. I tempi di riposo sono di circa 3/4 ore a temperatura ambiente.

Suddividi l'impasto in sei piccole sfere, disponile su un vassoio spolverato di farina e lasciare riposare coperte da un canovaccio per 45 minuti .

Anche in questo caso, la lievitazione è completata quando i singoli panetti raddoppiano di volume.

Lavora i singoli panetti appiattendoli e stendendoli con le mani.

Se non hai ancora acquisito la giusta manualità, usa un matterello.

Lo spessore della base dipende dai propri gusti personali. Si consiglia comunque di stenderla fino a ottenere un disco abbastanza sottile.

Completa con la farcitura.

Riscalda il forno a 250 gradi e poi inforna per 10 minuti circa. Prima di portare la pizza in tavola, aggiungi un filo d'olio a crudo e guarnisci con il basilico fresco.

CARLA

RISOTTO ALLO ZAFFERANO

Ingredienti:

320 g di riso
1 litro e ½ di brodo di carne
60 g di parmigiano
1 cipolla piccola
60 g di burro
1 bustina di zafferano
20 g di midollo di vitello
(per 4 persone)

Preparazione:

In una larga casseruola lasciate fondere 30g di burro con il midollo, aggiungete la cipolla finemente tritata e, a fiamma bassissima, fatela diventare trasparente. Unite il riso, mescolatelo in modo che, assorbendo il condimento, diventi lucido. Quindi, portatelo a metà cottura versandovi ogni tanto un mestolo di brodo bollente, se il precedente è stato assorbito. A questo punto, aggiungete lo zafferano sciolto con uno o due cucchiaini di brodo tiepido e terminate di cuocere aggiungendo, come sempre, un mestolo di brodo alla volta. Il risotto deve rimanere "all'onda", quindi fate attenzione all'ultima quantità di brodo che aggiungete. Non salate, è importante che il brodo lo sia a sufficienza. Togliete dal fuoco, mantecate il risotto con il burro rimanente e insaporitelo con il parmigiano grattugiato. Coprite e dopo alcuni minuti trasferitelo sul piatto da portata.

Curiosità:

La ricetta che io ho scelto è il risotto allo zafferano, una ricetta tipica della Lombardia. La Lombardia è una regione dell'Italia nord-occidentale. Ha il suo capoluogo nella città di Milano. Il riso ha origini asiatiche e fu importato in Europa dai Mori e dai Saraceni e in Italia nel XIII secolo. Il riso e zafferano è nato probabilmente dal riso col "zafran", un piatto già noto nel Medioevo. Appare in Italia probabilmente nel 1700 e il cuoco Antonio Nebbia ne parla nel suo libro Il Cuoco maceratese, del 1779. La leggenda narra che lo zafferano, spezia considerata oro, fu utilizzato per preparare un manoscritto della biblioteca Trivulziana del Castello Sforzesco di Milano, in quel periodo il Maestro Valerio di Fiandra stava lavorando con un alunno soprannominato Zafferano perché aveva l'abitudine di rendere i colori più accesi utilizzando questa spezia. Così, il giorno del matrimonio della figlia di

Valerio di Fiandra, Zafferano convinse il cuoco a incorporare quella spezia. Da quel momento nacque il RISOTTO ALLO ZAFFERANO.

GIANLUCA

TORTA DELLA NONNA



Ingredienti:

- 4 tuorli d' uovo
- 4 cucchiaini di zucchero
- 4 cucchiaini di farina
- 4 bicchieri di latte
- 1 scorza di limone

Preparazione:

- Passo uno : lavorare le uova con lo zucchero.
- Passo due : incorporare lentamente la farina con la frusta affinché non si facciano i grumi.
- Passo tre : aggiungere il latte a filo.
- Passo quattro : aggiungere la scorza di limone intera e mettere su fuoco lento.
- Passo cinque : mescolare con un cucchiaino di legno.
- Passo sei : mettere nel forno durante 40 minuti.
- Passo sette: MANGIARLA TUTTAAAAA!!!!

Particolari:

Si potrebbero aggiungere sia il cioccolato al latte o crema di ovetti kinder con della panna montata!!buooooonaaaa!!!

Curiosità:

Questa ricetta l' ha inventata la mia nonna. Siccome sono allergico a vari alimenti, la mia nonna si é inventata questa ricetta per il mio 1° compleanno e da allora facciamo sempre la stessa torta per festeggiare.

La cosa piú bella é che la sua preparazione é cosí facile che puó prepararla anche un bambino.

Ricette della
5 A
Elementare

ALEJANDRA

BABA GANOUSH



Ingredienti

Due melanzane
Due yogurt naturali senza zucchero
½ di succo di limone
3 cucchiainate di tahin
Una cucchiainata di comino
Un dente d'aglio
Sale
Una cucchiainata di miele (opzionale)
Un pugno di noci senza buccia (opzionale)

Preparazione

Tagliare le due melanzane e fare dei tagli sopra la polpa, mettere olio e sale grosso e mettere nel forno a 180 gradi per almeno 40 minuti. Una volta cotte devono essere rosolate sopra, questo darà colore alla salsa, tirarle fuori dal forno e togliere la polpa.

Mettere la polpa delle melanzane, lo yogurt, il succo di limone e il tahin nel frullatore (se è termomix meglio) e frullare molto bene.

Mettere il tutto in un recipiente e lasciarlo nel frigo coperto.

Prima di servirlo mettere un po' d'olio e un po' di pimentón.

Accompagnare con pane di pita o verdure crude.

Non si può usare un altro tipo di pane, solo quello di pita.

E... BROWNIE AL CIOCCOLATO



Ingredienti

200 g di cioccolato Nestlé Dolci
100 g di zucchero
75 g di farina
75 g di noci senza buccia
3 uova
Un po' di lievito Royal
100 g di burro

Preparazione

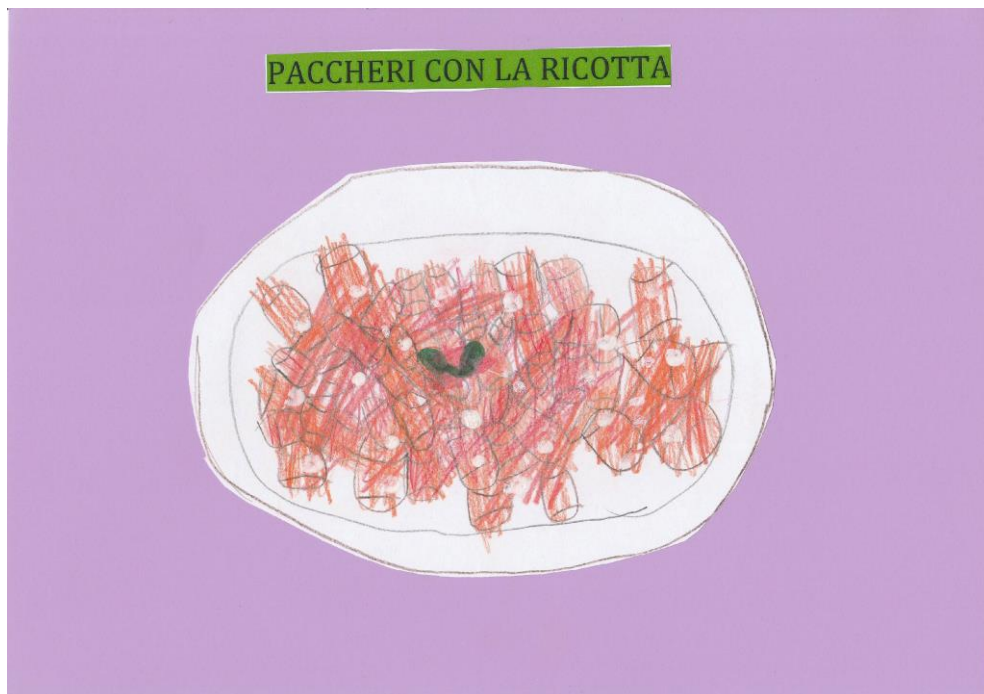
Tagliare le noci, poi mettere nel microonde il burro e il cioccolato fino a renderlo morbido. Intanto, mettere nel frullatore lo zucchero e le uova e frullare fino ad ottenere un impasto omogeneo. Aggiungere il burro e il cioccolato e mescolare tutto insieme fino a che somigli a una crema. Aggiungere le noci tagliate e mescolate. Infine, aggiungere la farina e il lievito poco a poco. Versare il miscuglio in uno stampo quadrato non molto grande, in un forno riscaldato a 180 gradi (con l'aria, meglio) per 25 minuti.

Glassa (Opzionale)

Si fa sciogliendo 100 g di cioccolata con un po' d'olio di girasole, si scioglie nel microonde e si mette sopra la torta.

BEA

PACCHERI CON LA RICOTTA



Difficoltà bassa

Tempo di preparazione: 10 minuti

Cottura: 35 minuti

Ingredienti per 4 persone

400 g di paccheri

300g di ricotta di pecora

400 g di passata di pomodoro

1 cipolla piccola

1 spicchio di aglio

2 ciuffetti di basilico

3 cucchiainate di olio extravergine di oliva

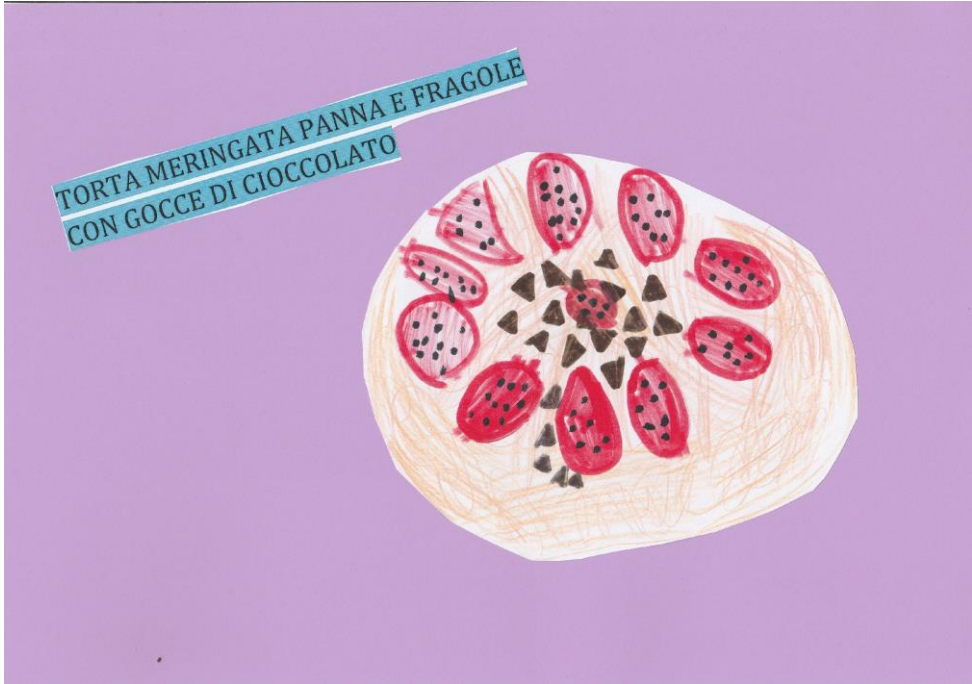
Sale

Preparazione:

Sbucciare e tritare la cipolla. Fare appassire in un tegame con l'olio lo spicchio d'aglio schiacciato e qualche foglia di basilico tagliuzzata, poi versare la passata di pomodoro. Salare e cuocere per una ventina di minuti mescolando ogni tanto. Nel frattempo, ridurre la ricotta in crema con una frusta e versarla in un tegame, unire quasi tutto il sugo, mescolare e regolare di sale. Nel frattempo versare i paccheri in acqua bollente salata. Quando saranno al dente scolarli e ripassarli per un minuto nel tegame con la ricotta. Servire con una cucchiata di sugo di pomodoro e qualche fogliolina di basilico fresco.

E... RICETTA DI BEA

TORTA MERINGATA PANNA E FRAGOLE CON GOCCE DI CIOCCOLATO



Difficoltà media

Tempo di preparazione: 40 minuti

Tempo cottura: 3 ore

Tempo raffreddamento: 2/3 ore

Ingredienti per 6 persone

500 g di fragole

4 albumi

145 g zucchero a velo

125 g di zucchero semolato

80 g di cioccolato fondente

6 dl panna fresca

Preparazione

Preriscaldare il forno a 100 gradi, montare a neve gli albumi con la frusta elettrica, aggiungere poco alla volta lo zucchero semolato a pioggia miscelato a 125 g di zucchero a velo senza smettere di montare. Continuare a sbattere per circa 10 minuti, finché il composto non appare lucido e, sollevando la frusta, rimane attaccato. Inserire la meringa in una tasca da pasticciere e formare due dischi del diametro di 20 cm e tante piccole meringhe su una placca rivestita carta da forno. Infornare per circa 3 ore, le meringhe dovranno asciugarsi e non cuocere. Una volta pronte, lasciare nel forno spento semiaperto fino a completo raffreddamento.

Mettere nel congelatore una ciotola per 5 minuti. Quindi riempire la ciotola con la panna fredda di frigorifero e montarla con la frusta finché non sarà diventata spumosa e voluminosa, aggiungere, sempre montando, il resto dello zucchero a velo setacciato.

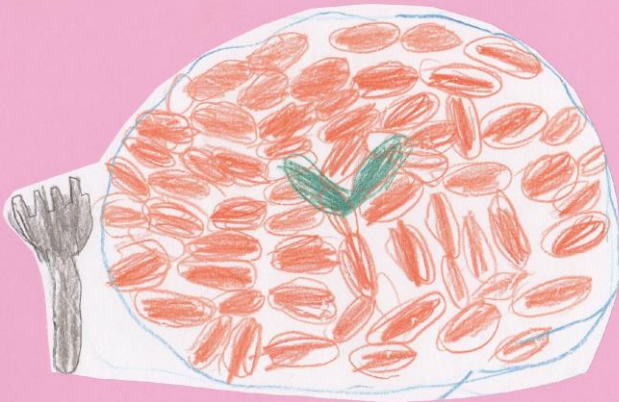
Trasferire la panna montata in una sacca e riporla in frigorifero fino al momento dell'uso. Privare le fragole del picciolo e tagliare a spicchi. Intingere le punte della meringa nel cioccolato sciolto.

Adagiare un disco di meringa su un piatto da portata. Ricoprire il disco con uno strato e adagiare il secondo disco di meringa. Rfinire la torta a piacere, decorando con ciuffetti di panna, fragole e le piccole meringhe di cioccolato.

EMANUELE

GNOCCHI ALLA SORRENTINA

GNOCCHI ALLA SORRENTINA



Ingredienti:

Un chilo di patate
300 grammi di farina 00
Sale, quanto basta
Pomodorini
Basilico
Aglione, olio e mozzarella

Preparazione:

In una pentola mettete la patata con la buccia , coprite con acqua fredda e salate leggermente con sale grosso. Portate a cottura, circa 40 min. Quando le patate sono ancora calde schiacciatele e togliete la buccia . Lavorate le patate con la farina fino a ottenere un impasto liscio, con l'impasto formate dei cilindri dello spessore di un dito. Fate bollire l'acqua

salata e fate cuocere gli gnocchi fino a quando vengono a galla. Condire con il sugo che avrete preparato in un pentolino aggiungendo alla fine mozzarella e basilico.

OPLÀ TUTTI A TAVOLA!!!

JULIA

CANNELLONI



Ingredienti:

(Per 16 persone)

Per il sugo:

250 gr di passata di pomodoro
3 cucchiainate di Olio Extravergine di Oliva
1 spicchio d'aglio
Un pizzico di sale

Per la besciamella:

250 ml. Latte intero
25 gr. burro
25 gr. farina
Noce moscata grattugiata 1 pizzico
Sale fino 1 pizzico
Pepe nero 1 pizzico

Per il ripieno:

200 gr. di salsiccia

300 gr. di carne bovina tritata
2 uova medie
100 gr. di parmigiano reggiano grattugiato
10 gr. di Olio d'oliva
80 gr. cipolle
60 gr. sedano
8 carote
20 gr. vino rosso
Sale fino 1 pizzico

Per la pasta:

300 gr. di farina
3 uova

Preparazione:

Per la pasta:

Mettete in una ciotola capiente la farina e le uova. Iniziate ad impastare con le mani fino a ottenere un impasto omogeneo. Lavoratelo fino a ottenere un impasto liscio. Lasciatelo riposare per un'ora.

Per il sugo:

Versate un filo d'olio in un tegame. Aggiungete l'aglio e lasciatelo imbiondire, poi versate la passata di pomodoro. Salate, pepate e copritelo con un coperchio. Lasciate riposare per circa 30'.

Per la besciamella:

Versate il burro in un nuovo tegame e lasciatelo dondere. Aggiungete la farina e mescolate velocemente. Aggiungete lentamente il latte caldo e continuate a mescolare. Aggiustate di sale e pepe e mettete un po' di noce moscata, lasciatela addensare senza smettere di mescolare e versatela in una ciotola di vetro e coprite con una pellicola.

Per il ripieno:

Preparate il soffritto tritando finamente carota, sedano e cipolla. Una volta tagliate si trasferiscono in una padella con un po' d'olio e la carne tritata. Tagliate la salsiccia e aggiungetela alla padella, mescolate, aggiungete il vino rosso solo quando la carne ha cambiato colore e si è rosolata. Lasciate cuocere per 10 minuti. E versate il sugo all'interno di una nuova ciotola di vetro. Una volta che la carne si sarà raffreddata potrete unire le uova e il parmigiano grattugiato, mescolate fino ad ottenere un impasto omogeneo.

Preparazione dei cannelloni:

Prendete la pasta all'uovo, stiratela e tagliatela in quadratini e metteteli a cuocere in acqua bollente fino a diventare al dente.

Prendete il ripieno e distribuitelo sulla pasta previamente asciugata. Arrotolate la pasta con dentro il ripieno e stendeteli sulla teglia del forno. Stendete sopra il sugo di pomodoro e sopra la besciamella. Mettete molto parmigiano grattugiato con un po' di burro e infornate a 180 gradi per 15 minuti.

SERVITE CON UN PO' DI FORMAGGIO GRATTUGGIATO E ...MANGIAATEEEEE!!!!!!

LEONE

QUAGLIE IN PADELLA



Ingredienti

(4 persone)

8 quaglie

1 spicchio di aglio

1 rametto di rosmarino

3 foglie di salvia

3 foglie di alloro

1 cucchiaino di mix tritato di salvia e rosmarino

Sale

Pepe

40 ml di vino bianco secco di ottima qualità

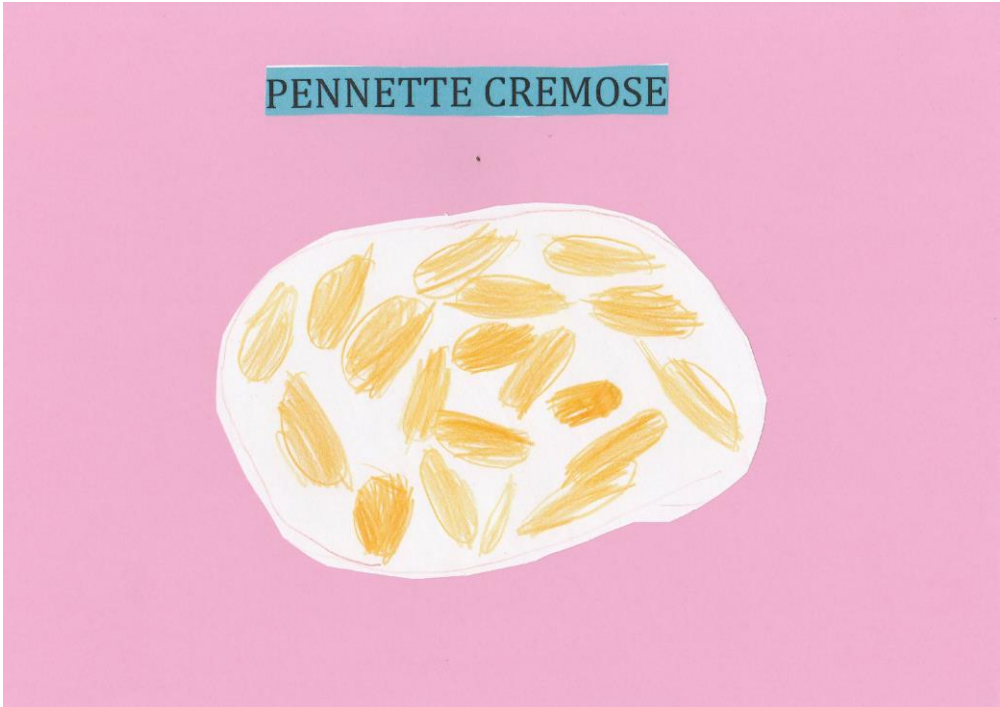
2 cucchiai di olio extravergine d'oliva

Preparazione

Mettete sopra ogni quaglia una manciata di miz di salvia e rosmarino tritato. In una padella mettete 2 cucchiai d'olio, lo spicchio d'aglio, il rametto di rosmarino e la salvia con l'alloro. Quando l'olio è caldo, aggiungete le quaglie con la parte della pelle rivolta verso la padella e ogni tanto giratele. Sfumatele con vino bianco, condite a gusto e cuocetele girando per circa 30 minuti. Quando sono cotte, aumentate la fiamma in modo da rosolarle. Servitele caldissime, accompagnate da una polenta al burro (opzionale).

MARIA

PENNETTE CREMOSE



Ingredienti:

(per 4-6 persone)
300g di penne
10-12 fili di erba cipollina
1 cucchiaio di pinoli
30g di parmigiano/grana
150ml di olio extra vergine di oliva
200g di ricotta
Qualche foglia di basilico
Un pizzico di sale

Preparazione:

1) Lavate e asciugate con delicatezza l'erba cipollina, poi tagliatela finemente, tritate i pinoli, riunite entrambi gli ingredienti in una ciotolina.

- 2) In una scodella lavorate la ricotta con una forchetta fino che non diventi crema. Poi versatevi l'olio, mescolatelo finché sarà stato assorbito completamente.
- 3) Aggiungete, infine, alla crema di ricotta l'erba cipollina con i pinoli e il parmigiano /grana. Salate e mescolate molto bene finché gli ingredienti si amalgamano.
- 4) Adagiate la ciotola in una casseruola contenente acqua in leggero bollore, a bagnomaria, fate scaldare per qualche minuto la crema di ricotta.
- 5) Cuocete le pennette in abbondante acqua, scolatele al dente e conditele subito con la crema. Profumate con il basilico spezzettato e servite. BUON APPETITO!!!!!!!!!!!!!!

MARTINA

ROLLÉ VERDE E GIALLO



Ingredienti

700 g di fesa
300g di spinaci
50g di burro
1 tazza di besciamella
Parmigiano grattugiato
5 uova
300g di ricotta piemontese
Noce moscata in polvere
La scorza grattugiata di un limone
1 cipolla
1 bicchiere di vino bianco
Rosmarino
Olio extravergine di oliva
Sale
Pepe
1 ora difficoltà

MASSA

PIZZA MARINARA



Per cucinare la pizza Marinara hai bisogno di questi

Ingredienti:

Farina
Acqua
Lievito di birra
Sale fino
Olio

Per il condimento

Passata di pomodoro
Aglio
Origano
Sale fino
Pepe

Preparazione:

Per preparare la pizza Marinara versate la farina nella ciotola planetaria.
Aggiungete il lievito di birra con un po' d'acqua e accendete la planetaria.
Lasciate riposare l'impasto per un'ora fino a che abbia raddoppiato il suo livello.
Poi, spalmate la passata di pomodoro, aggiungete l'aglio, origano, il pepe e il sale fino.
Dopo infornate a 210 gradi per 15/20 minuti.

ALMA

BISCOTTI AL BURRO

Ingredienti:

4 uova
Zucchero
Burro
Farina
Metà bustina di lievito
Pezzettini di cioccolato

Preparazione:

rompi le uova e sbattile, aggiungici una montagnetta piccola di zucchero, metti il burro e schiaccialo finché si formino mini-pezzetti, piano, piano metti farina e il lievito. Lascialo riposare 5min. nel congelatore. Dopo comincia a formare dei cerchi e metti un pezzettino di cioccolato. Mettili nel forno e quando sono rosolate tirali fuori.
E...BUON APPETITO E PIATTO PULITO!!!!!!

JULIA

PASTA AL SUGO CON PESTO

Ingredienti:

Pomodori rossi
Pesto
Olio
Aglio
Pasta

Preparazione:

In un padella versa l'olio insieme allo spicchio d'aglio. Dopo 1 minuto di cottura unisci i pomodori pelati e tagliati .

Copri con un coperchio e fallo cuocere per 1 ora. Adesso fai bollire la pasta in abbondante acqua, dopo di che scola la pasta direttamente nel sugo, aggiungi un cucchiaino di pesto e mescola bene.

Bon appetit!!!

MATTEO

CJARSONS BURRO E SALVIA CON RICOTTA AFFUMICATA

(Ricette friuliana)



Per la pasta per 4 persone

200 gr. di farina di grano
200 ml. di acqua
Un pizzico di sale

Per il ripieno:

100 gr. di ricotta
30 gr. di marmellata di ciliegie.
1 cucchiaio di cacao amaro
1 gratinata di scorza di limone
1 Cucchiaino di rhum (opzionale)
Mezza pera
10 gr di uvetta

20 gr di biscotti secchi tritati.
Un pizzico di cannella
Qualche foglionina di prezzemolo tritato.
Un pizzico di sale.

Preparazione della pasta

In una terrina versate la farina e un pizzico di sale, aggiungete l'acqua bollente, mescolando continuamente fino ad ottenere un impasto morbido e liscio.

Tiratela sottile con un mattarello iratela sottile con un mattarello dello spessore a piacere. con uno stampino o con un bicchiere ritagliate dei cerchi di circa 6 cm. inserite in ogni stampino un cucchiaino di ripieno preventivamente preparato e richiudeteli a barchetta.

I cjarsons sono così pronti per essere buttati in acqua bollente salata. si devono cuocere da 10 a 15 min, a piacere.

Preparazione del ripieno

Mettete tutti gli ingredienti del ripieno in un frullatore e macinateli.

Condimento per la pasta

In un pentolino sciogliete e fate rosolare 200g di burro e delle foglie di salvia, facendo attenzione che non si brucino. metteteli sulla pasta e mescolate. infine, affumicate la ricotta e mettetela dentro la pentola della pasta.

il risultato vi sorprenderà!!!!!!

OLIVIA

CANTUCCINI



Igredienti

(30 cantucci circa)

Zucchero-180g
Farina00-265g
Scorza d'arancia-1 e mezza
Lievito-0,5g
Marsala-10g
Uova-1
Mandorle-110g
Sale fino-1 pizzico
Burro-a temperatura ambiente (morbido)30g

Preparazione

In una ciotola mettete lo zucchero, unite l'uovo e il pizzico di sale. mescolate con una frusta: non c'è bisogno di sbattere ma solo di sciogliere i cristalli.

A parte, in un'altra ciotola, mettete la farina e il lievito. mescolate e unite gli ingredienti secchi al composto di prima. amalgamate e unite anche il burro morbido.

Impastate con le mani e aggiungete le mandorle, poi profumate con il marsala e la scorza grattugiata di mezza arancia non trattata.

Impastate fino a fare incorporare tutti gli ingredienti all'interno dell'impasto, quindi formate un panetto e trasferitelo sul piano di lavoro.

Dividete il panetto a metà e formate un filoncino lungo e stretto. disponete i filoncini su una leccarda ricoperta di carta forno (non c'è bisogno di appiattirli, vengono così dopo la cottura). spennellate con tuorlo d'uovo sbattuto (se il tuorlo è troppo denso, potete stemperarlo con un po' d'acqua).

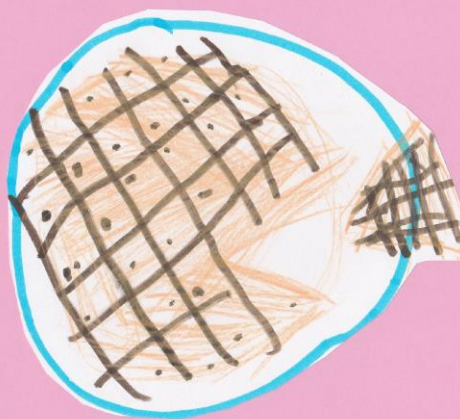
Cuoceteli in un forno statico a 200 gradi per 20 min. sfornateli e lasciateli intiepidire per pochi min, poi con un coltello tagliateli in diagonali creando cantucci di circa 1,2 cm di spessore. disponeteli di nuovo sulla carta forno e tostateli in forno statico a 160 gradi per 18 min.

Sfornateli e lasciateli raffreddare.

PAOLO

CROSTATA ALLA RICOTTA

CROSTATA ALLA RICOTTA



Tempo

1 ORA /PER 6/8 PERSONE

Ingredienti

250g di ricotta
100g gocce di cioccolato
Una sfoglia di pasta frolla pronta
2 uova
100g di zucchero

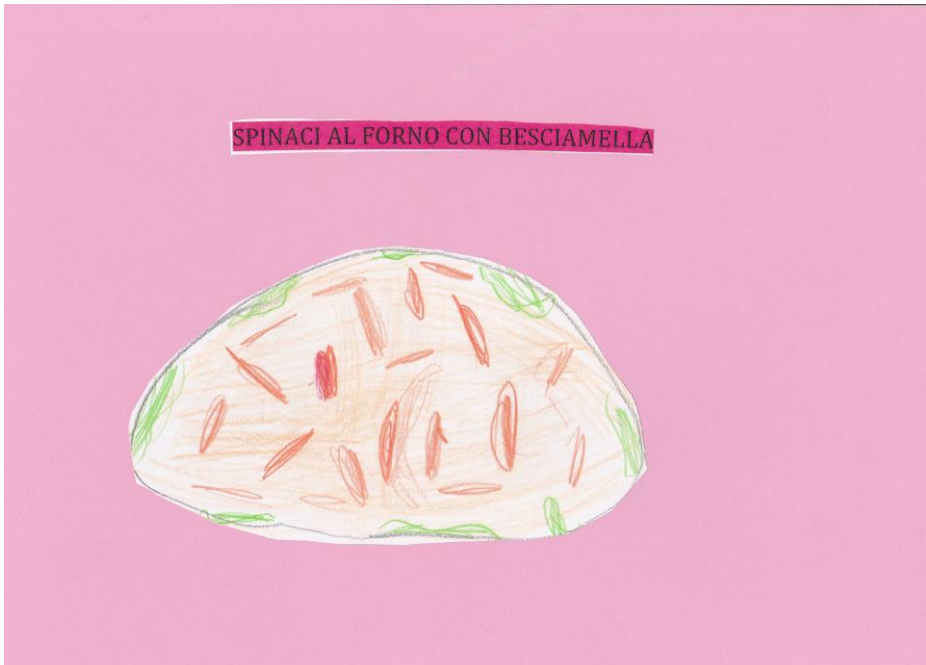
Preparazione

Stendete la pasta frolla sul fondo di una teglia da forno e modellate un bordo intorno. Bucherellate con una forchetta e mettetelo in forno, coperta da un foglio di alluminio e ricopritelo con una manciata di legumi secchi, a 200 gradi per circa 15 minuti. In una ciotola

amalgamate bene la ricotta, le uova, lo zucchero e le gocce di cioccolato. Versate il composto sulla pasta frolla già cotta e rimettete la teglia in forno a 180 gradi per circa 30 minuti. Quando la torta è cotta, la faccia deve essere un po' gonfia.

RITA

SPINACI AL FORNO CON BESCIAMELLA



Ingredienti

spinaci (possono essere congelati)
Formaggio grattugiato
Sale
Pinoli

Per la besciamella

Farina
Latte
Olio

Preparazione per la besciamella:

Si mettono nella padella l'olio e la farina e si mescolano fino ad ottenere una crema. dopo, si aggiunge il latte, senza smettere di mescolare, fino a che l'impasto diventa uniforme.

Si cuociono gli spinaci, si colano, una volta asciugati si mescolano con la besciamella e si aggiungono i pinoli.

(Opzionale) in una teglia da forno, si dispone un po' di besciamella sopra gli spinaci con un poco di formaggio grattugiato e si aggiusta di sale.

Si inforna con il forno a 200 gradi per 20 min e si serve con formaggio.

SANTIAGO

SALMOREJO CON ALICI



Ingredienti

Alici
Olio
Farina
Sale
Salmorejo

Preparazione

Metti le alici pulite e infarinate in abbondante olio caldo. Adagiali su carta cucina per far assorbire l'olio bollente. Metti le alici nel salmorejo e....

Buon appetito

MATTEO

CROSTATA

Ingredienti:

500g di farina
250g di burro freddo
200g di zucchero
2 uova
La scorza di un limone
400g di confettura a piacere
Un pizzico di sale

Preparazione:

Versare la farina ed il burro freddo in un contenitore e azionare le lame del mixer.
Dopo aggiungere le uova, lo zucchero, la scorza di limone e il pizzico di sale. Questa volta solo mescolare; una volta fatto, versare il contenuto sul piano da lavoro ed impastare il miscuglio fino ad ottenere una pallina, avvolgere l'impasto con la pellicola trasparente e lasciare riposare per almeno 2 ore.
Una volta riposato l'impasto viene steso con il mattarello fino a quando non è a 8-9 mm.
Dopo bisognerà stenderlo su una tortiera da 24 cm e con quello che avanza fare delle losanghe. Nel frattempo versare la confettura a piacere.
Mettere in forno a 170°C per 55 min.
BUON APPETITO!!!!!!!!!!

MAURO

RICETTA DI RAVIOLI RICOTTA E SPINACI

Per l'impasto: tre uova, 200g di farina tipo 00, 100 grammi di semola di grano duro.

Per il ripieno: 300 g di ricotta mista, 400 g di spinaci, 50 g di parmigiano reggiano grattugiato, salvia fresca.

Per preparare i ravioli "RICOTTA E SPINACI" cominciate dalla pasta all'uovo: su una spianatoia forma una fontana e al centro mettete le uova sgusciate, cominciate ad amalgamare con una forchetta quindi impastate energicamente fino ad ottenere una pasta liscia ed elastica Avvolgetela nella pellicola e fate riposare per almeno 30 min.

Nel frattempo lavate e cuocete per pochi minuti gli spinaci, strizzateli e uniteli all'uovo, al parmigiano e alla ricotta. Aggiungete noce moscata, sale e pepe e mescolate. Stendete la pasta con il mattarello, con una rotella ricavate delle strisce di circa 6 cm di larghezza e disponetevi sopra il ripieno.

Coprite con una seconda striscia di pasta e formate dei ravioli con la rotella.

Fate cuocere i ravioli con acqua salata per alcuni minuti. Scolateli e conditeli con abbondante burro fuso, salvia e parmigiano.

BUON APPETITO!

VALENTINA

ZUPPA DI POLLO:



Ingredienti:

Carote
Cipolla
Patate
Sedano
Cavolo
Porro
Osso di prosciutto
Pollo ruspante

Procedimento

- 1) Mettiamo una pentola con acqua a bollire
- 2) Mettiamo dentro tutti gli ingredienti
- 3) Li lasciamo cuocere
- 4) Una volta che l'acqua bolle, con tutti gli ingredienti, si mette a fuoco lento per 3 ore
- 5) Filtrare il brodo usando un colino cinese

6) Si mette a bollire pasta piccola come: stelline, pinoli... (il pollo e le verdure si possono mangiare separatamente)

Le quantità in base al numero di persone

Ricette dei più grandi

ALESSANDRO MONTOYA MARCHESIELLO

1ª A Media

ORECCHIETTE AL POMODORO E RICOTTA DURA

Ingredienti

(dosi per 4 persone):

400 gr. di orecchiette
sugo di pomodoro fresco gr. 250
3 cucchiaini di ricotta tosta (ricotta dura grattugiata)
sale

Preparazione:

In acqua bollente salata lessare le orecchiette, quindi scolarle e condirle con la ricotta grattugiata e il sugo di pomodoro fresco. Mescolare bene la pasta per insaporirla perfettamente e servirla subito.

CURIOSITÀ:

delle ricette più conosciute delle orecchiette, senza dubbio è quella con le cime di rape, per questo io ho voluto raccontare la ricetta delle orecchiette con la ricotta dura e il pomodoro fresco. Ma ce ne sarebbero tante altre di varianti, per esempio orecchiette con briciolette, orecchiette con cime di cola e lardo, rucola e patate, solo con patate etc..alcune portano il soffritto dell'aglio nell'olio oppure l'aggiunta di qualche alici salata.

Le sue diverse forme e nomi che dipende dall'area geografica della regione puglia, ha in comune due cose importanti: l'abitudine di usare la pasta fresca fatta in casa che è una tradizione regionale pugliese e i suoi ingredienti che sono sempre e solo farina di semola di grano duro e farina bianca impastate con acqua e sale.



STEFANO VAL BAGLI

1ªB Media

MOZZARELLA IN CARROZZA (CAMPANIA)



Ingredienti:

- 8 fette di pancarrè
- 250 gr di mozzarella
- 2 uova
- farina
- pangrattato
- 1 pizzico di sale
- olio di arachide per friggere

Preparazione

Tagliare i bordi del pancarrè e la mozzarella a fettine, disponendone alcune tra due fette di pancarrè. Fare dei sandwich di modo che la mozzarella non vada fuori al bordo.

Sbattere le uova aggiungendo il sale.

Passare ciascun sandwich nell'uovo sbattuto su ambo i lati, poi nella farina e poi ancora nell'uovo e per ultimo nel pangrattato facendo attenzione a coprire bene anche i bordi per evitare fuoriuscite di mozzarella durante la cottura.

Friggere in abbondante olio caldo di arachide finché non si saranno dorati entrambi i lati.

Far scolare la mozzarella in carrozza su un foglio assorbente da cucina e servirla calda.

JAIME VILLANUEVA

1ªC Media

FIORI DI ZUCCA AL FORNO ANNI

Ingredienti:

Per 4 persone

6 fiori di zucca

250 g di ricotta di pecora

200 g parmigiano reggiano

Un pizzico di noce moscata

Preparazione

Lavate accuratamente i fiori di zucca eliminando il pestillo interno. Unite la ricotta setacciata con il formaggio grattugiato e la noce moscata. Farcite l'interno dei fiori con il composto così ottenuto. Dopo aver posto i fiori su una teglia da forno ricoperta di carta da forno spolveriztateli con un altro Po' di formaggio grattugiato e fate cuocere a 180 gradi per circa 10 minuti.

LUCA RODRÍGUEZ SOCCIO

1ª C Media

TORTA DI PATATE DOLCI

24 FEBBRAIO

TORTA DI PATATE DOLCI

- 750 gr. DI PATATE DOLCI
- 140 gr. DI ZUCCHERO DI CANNA
- 90 gr. DI BURRO FUSO
- 3 UOVA
- 1 CUCCHIAIO DI FARINA
- $\frac{1}{2}$ CUCCHIAIO DI LIEVITO
- 1 STECCA DI VANIGLIA
- $\frac{1}{2}$ BICCHIERINO DI RUM
- 30 ml. DI LATTE CALDO

PULIRE E LESSARE LE PATATE, PASSARLE AL SETACCIO E METTERLE IN UNA TERRINA. UNIRE LE UOVA, IL BURRO E LO ZUCCHERO. AGGIUNGERE IL LATTE RISCALDATO CON LA VANIGLIA, LA FARINA, IL LIEVITO E IL RUM. VERSARE IL TUTTO IN UNO STAMPO RIVESTITO CON CARTA DA FORNO E CUOCERE A 180° FINO A QUANDO PRENDE COLORE. FARLA RAFFREDDARE E COSPARGERLA DI ZUCCHERO A VELO.

25 SUNDAY DIMANCHE SONNTAG DOMINGO BOCKPECHENIE DOMENICA February Février Febrero Фебруалъ Febbraio

Settimana • Week

JULIA VILLANUEVA

3ª Media

RISOTTO CARCIOFI E PROSCIUTTO

Ingredienti

Per 4 persone

6 carciofi

300 g di riso

200 g di prosciutto cotto (o taschino arrosto)

2 cucchiaini di olio extravergine di oliva

Una noce di burro

Sale

Preparazione

Pulite 6 grossi carciofi, togliendo le punte spinose, quasi tutto il gambo e le foglie dure. Tagliateli in 8 spicchi eliminando il fieno che c'è all'interno. Teneteli in ammollo in acqua e sale con qualche goccia di limone per evitare che diventino scuri.

Arrotolate la fetta di prosciutto (o di taschino arrosto) e tagliatela a strisciole orizzontali. Fate ammorbidire i carciofi in una pentola calda con un Po' di acqua e olio. Quando diventano morbida, aggiungete altra acqua e portate a bollore. Versate il riso e mescolate di tanto in tanto finché non sarà cotto.

A cottura ultimata aggiungete un piccolo pezzetto di burro e il prosciutto tagliato a strisciole. Mantecate il tutto e servite.

FRANCESCA ROMANA VAL BAGLI
1^aC Scuola Superiore di Il Grado

SPAGHETTI ALLA CARBONARA (LAZIO)



Ingredienti:

- 450 g di spaghetti
- 4 uova
- 220 g di guanciale
- 30 g di pecorino grattugiato
- sale
- pepe
- olio

Preparazione

Rosolare il guanciale tagliato a cubetti e quando questo sarà ben dorato, togliere il grasso che ha rilasciato. Sbattete in una ciotola le uova, il pecorino grattugiato e il pepe macinato al momento.

Lessate gli spaghetti al dente, scolateli e metteteli così caldi nella ciotola mescolandoli

velocemente insieme al guanciale fino a far cuocere, con il calore degli spaghetti, il denso composto di uova e formaggio precedentemente sbattuto. Altra spolverata di pecorino sopra e in tavola che si mangia!

RINGRAZIAMENTI:

La Preside della Scuola Italiana di Madrid “Enrico Fermi”, Prof.ssa Paola Gasco.

Il Presidente dell' Ente gestore della Scuola Materna di Madrid, Avv. Maurizio di Ubaldo.

La Direttrice della Scuola Materna Dott.ssa Silvia Guarnieri.

Lo chef Mario e il suo staff “Mangitalia”.

Il Comitato genitori Mensa, le maestre e le associazioni:

Debora Marchesiello (coordinatrice del progetto insieme alla direttrice della Scuola Materna Silvia Gurnieri)

Elisabetta Bagli

Inma J. Ferrero

Miriam Iacomini

Cinzia Ferrara

Claudia Collufio

Claudia Perlmutter

Stefania Borreca


Nekane Sánchez

Silvia Vigato

Rosi Soddu

Associazione “**Amici della Puglia**”

Associazione “**Proverso**”



Cucinare insieme ai bambini è una delle esperienze educative e formative più divertenti. I bambini sono curiosi, toccano, annusano, osservano, assaporano, sperimentano, stendono la pasta, imparano a dosare gli ingredienti, in poche parole, imparano a cucinare! E cosa c'è di meglio che mettere letteralmente le “mani in pasta” per imparare a mangiare in modo più sano e instaurare delle salutari abitudini alimentari? Per questo motivo la Scuola Statale italiana di Madrid ha deciso di sostenere questa iniziativa che ci auguriamo si ripeterà nel tempo.

