



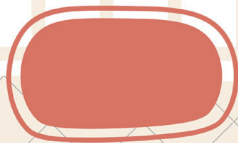
Il nostro ricettario

Classe II A

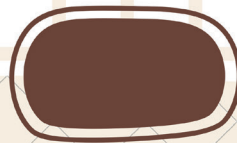
Ist. Comp.vo "Don Milani" Lanciano



- **Cawl**
- **Gazpacho**
- *Gazpacho*
-



- **Calabria**
- **Marche**
- *Gazpacho*
-



- **Lombardia**
- **Puglia**
- *Gazpacho*
-



Canva



Canva

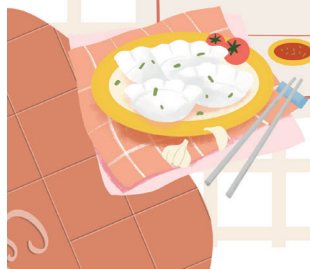


Salmorejo

Lazio



Sheperd's pie



Canva



Canva

Piemonte
toscana



Valle d'Aosta
Sardegna

Sopa de platano
Soch broth



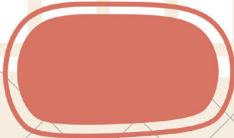
Canva



Canva



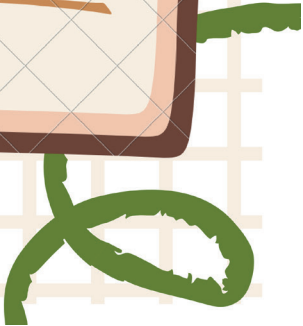
Abruzzo



Biscocho
de
naranja



Porridge



Canva



2

Canva



TRADITIONAL IRISH PORRIDGE



● ● PORRIDGE HISTORY

≡

The history of porridge traces all the way back to the paleolithic era during the earliest stages of human cooking. Over time, eating bowls of hot grains became a common breakfast around the world. One of the most commonly eaten types of porridge is oatmeal, which has its roots in Scotland centuries ago



TIME TO PREPARE IT

5 minutes

TIME TO COOK

you don't have to cook the porridge



**SOME
INFORMATION**

•• INGREDIENTS

The porridge doesn't have many ingredients: only 3, but if you want you can add honey or berries or fruit



Oatmeal 50 g

01



Salt

02



Water 350 g

03



RECIPE (1^a PART)

In this recipe we don't add honey, **berries** and fruit



01

Put 50g porridge oats in a saucepan, pour in 350ml of water

02

Sprinkle in a pinch of salt

03

Bring to the boil and simmer for 4-5 minutes





● ● RECIPE (2^a PART)



04

stir from time to time
and watch carefully that
it doesn't stick to the
bottom of the pan.



05

After the 5 minutes take
the porridge and put it in
a bowl. Now you can eat
it!



THANK YOU!

S
A
L
U
T
E

E

B
E
N
E
S
S
E
R
E

CON L'ARTE
E L'IMMAGINE



Noi, come... Arcimboldo!





Campania

Ucraina



Albania



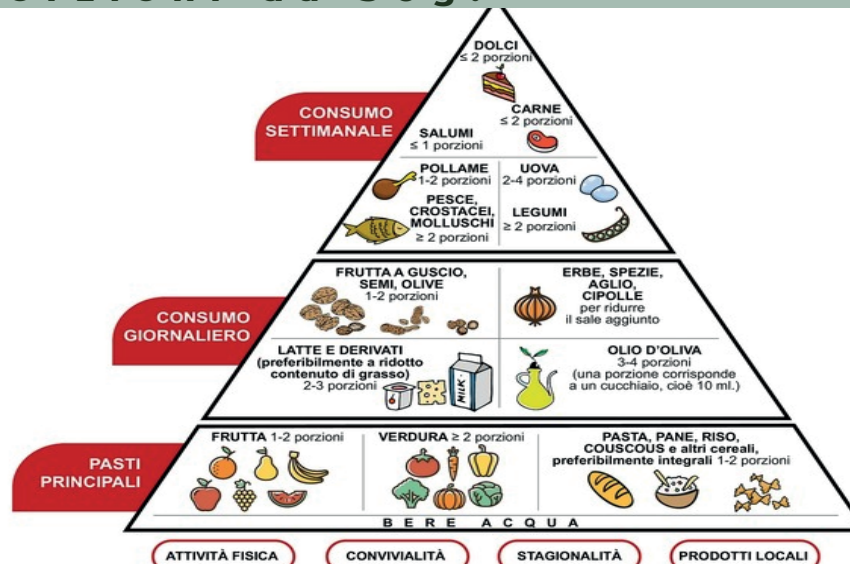
Canva



Canva

la dieta mediterranea

La dieta mediterranea è uno stile di vita, più che un semplice elenco di alimenti. Alla base della piramide alimentare ci sono tante verdure, un po' di frutta e cereali (preferibilmente integrali). Salendo, troviamo il latte e i derivati a basso contenuto di grassi (come lo yogurt) contemplati in 2-3 porzioni da 125ml. L'olio extravergine di oliva come condimento per eccellenza, da utilizzare prevalentemente a crudo (circa 3-4 cucchiaini al giorno) assieme ad aglio, cipolla, spezie ed erbe aromatiche, al posto del sale, sono i condimenti migliori per i nostri piatti in stile mediterraneo. Altri grassi buoni oltre a quelli dell'olio ci vengono forniti dalla frutta a guscio e dalle olive, in una o due porzioni da 30g.



ORIGINE E STORIA

LA CARBONARA È UN CELEBRE PIATTO DELLA CUCINA ITALIANA ORIGINARIO DI ROMA.

LA SUA STORIA È AVVOLTA NEL MISTERO. CI SONO DIVERSE TEORIE SULL'ORIGINE DEL NOME.

ALCUNI SOSTENGONO CHE IL NOME "CARBONARA" DERIVI DAL *CARBONE*, POICHÉ IL PIATTO ERA TRADIZIONALMENTE PREPARATO DAI CARBONARI ROMANI.

ALTRI CREDONO CHE IL NOME DERIVI DAL PEPE NERO, CHE RICORDA APPUNTO IL COLORE DEL CARBONE.

Special carbonara



INGREDIENTI

GLI INGREDIENTI NECESSARI PER LA CARBONARA SONO:

UOVO

GUANCIALE

PECORINO

ROMANO

PEPE NERO

PASTA (SPAGHETTI)

PREPARAZIONE

1 CUOCI LA PASTA

2 CUOCI IL

GUANCIALE IN
PADELLA

3 SBATTI LE UOVA
CON IL PECORINO
ROMANO E IL PEPE
NERO

4 UNISCI GLI
INGREDIENTI

shepherd's pie



SHEPHERD'S PIE (LITERALLY "SHEPHERD'S PIE")
IS A TASTY ANGLO-SAXON DISH: A PIE OF
LAMB AND VEGETABLES COVERED WITH
TUFTS OF SOFT MASHED POTATOES.

THE NAME SHEPHERD'S PIE APPEARS AROUND
1870, AND IT IS USED TO DISTINGUISH THIS
PREPARATION FROM COTTAGE PIE, WHICH IS
INSTEAD PREPARED USING BEEF.

THE INGREDIENTS ARE

600 G MINCED LAMB
30 G OF TOMATO PASTE
300 G OF FROZEN PEAS
2 WHITE ONIONS
1 CARROT
2 STICKS OF CELERY
2 BAY LEAVES
THYME TO TASTE
10 G OF WORCESTERSHIRE SAUCE
800 ML OF MEAT BROTH
SALT TO TASTE
BLACK PEPPER TO TASTE
40 G OF BUTTER
24 G OF EXTRA VIRGIN OLIVE OIL
FOR COVERAGE

1 KG OF FLOURY POTATOES
200 ML OF WHOLE MILK
80 G OF BUTTER
2 EGG YOLKS
SALT TO TASTE
BLACK PEPPER TO TASTE
NUTMEG TO TASTE

El salmorejo

El salmorejo (o salmorejo cordobés) es una sopa fría española (originaria de la ciudad de Córdoba) elaborada con tomates, pan, ajo y aceite de oliva que se mezclan para obtener una sopa cremosa y aterciopelada.



Los
ingredientes
son:

Tomates pera maduros 800 g

Pan duro 200 g

Ajo ½

Agua 250ml

Aceite de oliva virgen extra al
gusto

Sal al gusto

Pimienta negra al gusto

PARA GANAR

huevos 2

Jamón crudo (jamón serrano) 2
lonchas

preparación

Para preparar el salmorejo, empieza quitando la corteza a las rebanadas de pan duro 1 y cortándolas dados, luego la coloca en un bol y la remoja con unos 250 ml de agua 2, la dejama dejar en remojo durante aproximadamente media hora. Mientras tanto, pela los 3 tomates y córtala en cubos.

Coloca en la batidora los tomates cortados en cubitos, el pan remojado pero no exprimido y el medio diente de ajo 4, reduce todo a un puré. Luego añade unos 50 ml de aceite de oliva virgen extra, sal y pimienta y vuelve a triturar todo para mezclar bien los ingredientes: el resultado debe ser una velouté muy cremosa y densa. Tapar con film transparente 5 y dejar el salmorejo en el frigorífico al menos dos horas antes de disfrutarlo, ¡debe estar bien frío!

Mientras tanto, hervir 2 huevos duros y cuando estén listos cortarlos en rodajas o cubos y cortar las lonchas de jamón crudo curado (posiblemente jamón serrano) en tiras. Sirve el salmorejo bien frío adornando cada plato con huevos duros, tiras de jamón y un chorrito de aceite de oliva virgen extra!

Japarak

Questo piatto originario dell'Albania è molto antico e consiste in involtini in foglie di vite ripieni di riso, carne macinata e molto altro.

Börek

Questo cibo è originario della Turchia. Al di fuori è composto da pasta sfoglia, invece all'interno ci sono ingredienti come cipolle e carne macinata

Carciofi alla giudia

I carciofi alla giudia sono un tipico piatto ebraico-romanesco. Esso è composto dai carciofi cimaroli.

Pizza napoletana

Questo piatto molto famoso nel mondo è composto da vari ingredienti come: pomodoro, mozzarella, formaggio e molto altro

Borscht

Il Borscht è un piatto originario dell'Ucraina composto da: barbabietola, patate, carote e cavolo.

Vareniki

Questo piatto ucraino è fatto da grano con ripieno di patate, ciliege e cavoli.

I CHURROS

Piatto tipico della cucina spagnola e latino-americana. Sono dei buoni dolci dalla forma cilindrica e allungata a base di una pastella frita spolverata di zucchero a velo, con l'aggiunta a volte, di cannella.



Tatws pun munud

È un tradizionale stufato gallese con pancetta affumicata, brodo, patate e verdure.

Tutti gli ingredienti sono tagliati a fettine sottili. Per questo motivo si cuoce di norma in una grande padella da frittura e si serve in un piatto piano piuttosto che in una scodella.



LA LOMBARDIA



IL RISOTTO ALLA MILANESE

Il risotto alla milanese è uno dei primi piatti più famosi ed apprezzati della cucina lombarda, attenzione però a non confonderlo con il risotto allo zafferano che prevede una preparazione differente.

Il risotto alla milanese non è semplice riso, zafferano e burro, ciò che lo rende unico è il midollo di bue che dona al piatto un sapore e una consistenza davvero speciali.

Nel corso degli anni la ricetta ha subito diverse modifiche, per esempio la rimozione del midollo e l'aggiunta della salsiccia o di triti di prezzemolo e aglio, io però preferisco restare fedele alla tradizione, ecco la mia ricetta!



LA COTOLETTA ALLA MILANESE

La cotoletta alla milanese, chiamata anche costoletta alla milanese, è un secondo piatto tipico della tradizione culinaria lombarda, un vero e proprio simbolo della città di Milano insieme a ossobuco, risotto allo zafferano, polenta e panettone. Divenuta celebre in tutto il mondo e amatissima da grandi e piccini, si distingue dall'altrettanto nota wiener schnitzel per il tipo di carne con cui è preparata: per la cotoletta viennese si usa infatti carne di maiale, per quella alla milanese, invece, tradizione vuole che si utilizzi la costoletta di vitello, un taglio che si ricava dalla lombata o dal carré, da acquistare rigorosamente con l'osso. Chi vuole delle cotolette più sottili può invece optare per delle fettine, oppure ricavare la cosiddetta cotoletta a “orecchia d'elefante”: basterà privare la carne dell'osso, aprirla a libro e schiacciarla con il batticarne prima di friggerla.





LA CALABRIA

La nduja è uno dei più famosi, se non il più famoso, tra i prodotti alimentari tipici calabresi. La nduja (attenzione: nduja, non nduia!) è un salame morbido, spalmabile, piccantissimo.

È tipica del Monte Poro: Spilinga (in provincia di Vibo Valentia) è il comune d'elezione, ma l'area di produzione è estesa a molti comuni del vibonese. Il nome nduja deriva dal francese "andouille", che vuol dire "salsiccia". Non è tuttavia una salsiccia, per quanto possa assomigliarci.

La nduja è fatta con carne di maiale, un po' di grasso, e molto peperoncino piccante. Ed è proprio per l'abbondante peperoncino che la nduja è molto piccante. Non a caso qualcuno potrebbe preferire una versione "light".



**ragù calabrese è un prodotto tipico della Calabria
solitamente preparato per le domeniche in famiglia. Scopriamo
la ricetta originale.**

Solo chi è nato in Calabria o ha avuto la fortuna di trascorrervi qualche tempo può capire di cosa stiamo parlando. Il profumo del ragù alla calabrese è il protagonista indiscusso dei pranzi della Domenica e comincia a sobbollire presto la mattina per poi finire intorno a mezzogiorno. Questa antica ricetta, a differenza della versione forse più conosciuta bolognese, si prepara con muscolo di manzo e salsicce al finocchio. Non mancano poi i veri *gourmand* che aggiungono anche pancetta cruda.



LA PUGLIA

tipico della cucina pugliese che ha come protagonisti non solo il formato di pasta più famoso di questa terra, ma anche uno dei suoi ortaggi più caratteristici, le orecchiette con cime di rapa sono una ricetta dal gusto semplice e intenso, apprezzata in tutta Italia. Puoi scegliere se prepararla da zero, facendo a mano anche la pasta, oppure se acquistare le orecchiette confezionate.

Perfette anche con un tocco di peperoncino piccante, le orecchiette con cime di rapa sono l'ideale anche per chi segue una dieta vegetariana omettendo l'impiego delle acciughe.



I PANZEROTTI

panzerotti sono un lievitato tipico della cucina pugliese, nati come una pietanza umile ma ormai diventati un rinomato street food. Non sono altro che calzoni, ripieni di mozzarella e pomodoro e poi fritti fino a trasformarsi in mezzelune dorate e croccanti. Per gustarli non serve arrivare fino al tacco dello Stivale: puoi prepararli anche a casa per deliziare grandi e bambini. Una chicca in più? Puoi realizzarli anche in versione dolce, sostituendo l'impasto tradizionale, simile a quello della pizza, con della pasta frolla e sbizzarrendoti con le farciture, scegliendo tra cioccolato, ricotta o confetture varie!





LE MARCHE

Le olive all'ascolana sono il prodotto tipico che caratterizza la città di Ascoli Piceno e, più in generale, tutta la Regione Marche. Sono olive verdi denocciolate ripiene di carne, che vengono impanate e fritte. Prepararle non è impossibile, soprattutto con una buona manualità e materie prime di qualità. Come fare? Seguendo la nostra ricetta. L'ingrediente principale è infatti l'Oliva Ascolana del Piceno DOP in Salamoia, che viene prodotta seguendo un preciso disciplinare in 88 comuni tra le province di Ascoli Piceno, Fermo e Teramo. Un'area a cavallo tra due regioni: le Marche e l'Abruzzo. Tra gli altri ingredienti fondamentali non possono mancare: carni di bovino e suino, Parmigiano Reggiano DOP stagionato 36 mesi, uova, farina e pangrattato per la panatura. Di seguito, riportiamo la ricetta, le quantità e i passaggi da eseguire per realizzare circa 100 olive.



BOMBETTI IN PORCHETTA

Quelle che in altre parti vengono chiamate lumachine di mare, da noi sono i mitici **bombetti in porchetta**. Un piatto squisito, amato e tramandato negli anni da **pescatori** e **nonne** amorevoli. Mentre mangiate i bombetti sarete coinvolti corpo e mente, infatti, tirarli fuori dal guscio, richiede un certo talento, con lo stecchino o anche senza ... forse non proprio il piatto ideale a un primo appuntamento. Accompagnati da un buon [Verdicchio](#), assaporate l'odore e il sapore del mare, e una volta finito ... la **scarpetta** è d'obbligo!





CAWL

Lamb cawl is a typical Welsh recipe made with lamb and vegetables, initially cooked by farmers on their farms, nowadays it is easy to find it on all tables.

For Easter I wanted to get out of the traditional fried lamb ribs and do something different and healthier.

The result was a really tasty soup that can conquer even the **demanding** palates



INGREDIENTS

300 lamb (cubed shoulder)

200 potatoes

150 white onion

150 daikons

200 frozen peas

200 frozen broad beans

200 beer (double malt)

q.b. extra virgin olive oil

q.b. salt

750 ml stock vegetable

PREPARATION

Cook the lamb with the onion in 2.5 litres of water for 30/40 minutes; at the end of cooking, remove the bones and onion, keeping the broth. Wash and trim the vegetables and cut them into medium pieces. Put the vegetables, lamb meat, barley in the broth, season with salt and pepper; bring to a boil and cook for about 30 minutes until all the ingredients are cooked. Serve hot.

GAZPACHO

El gazpacho es una sopa fría a base de verduras crudas, típica de la cocina española y especialmente andaluza. En su versión original, los tomates más frescos y jugosos se licuan junto con pimientos, pepinos, ajo y pan duro: el resultado es un plato sabroso y refrescante, perfecto para servir durante la temporada de verano



INGREDIENTES

1 kg y 500 g de tomates
1 pepino grande
2 dientes de ajo
1 cucharada de albahaca picada
1 cucharada de perejil picado
1 limón
3 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
sal
pimienta

PREPARACION

1

Para preparar gazpacho simple, tome los tomates. Colóquelos en una olla con agua caliente durante dos minutos, lo suficiente para que la piel se desprenda ligeramente y transfíralos a un frasco con agua fría, para que sea más fácil pelarlos.

2

En este punto, comience a pelar los tomates y una vez enfriados, córtelos por la mitad, eliminando todas las semillas

4

Justo antes de servir, corta el pepino en cubos, sal y deja reposar durante 10 minutos para que pierda un poco de su amargor. Complete el gazpacho simple combinando los cubos de pepino en porciones individuales y una ronda de aceite de oliva virgen extra.

Poner los tomates cortados en la batidora y operarlo hasta obtener una mezcla homogénea. En un tazón, emulsione el aceite con el jugo de limón filtrado, una pizca de sal y una pizca de pimienta. Licúe de nuevo. Por último, añadir el ajo, el perejil y la albahaca picada. Ajustar la sal y la pimienta. Mezclar bien. Mantener en la nevera hasta el momento de llevar a la mesa.

IL RICETTARIO

Questo è il ricettario di:

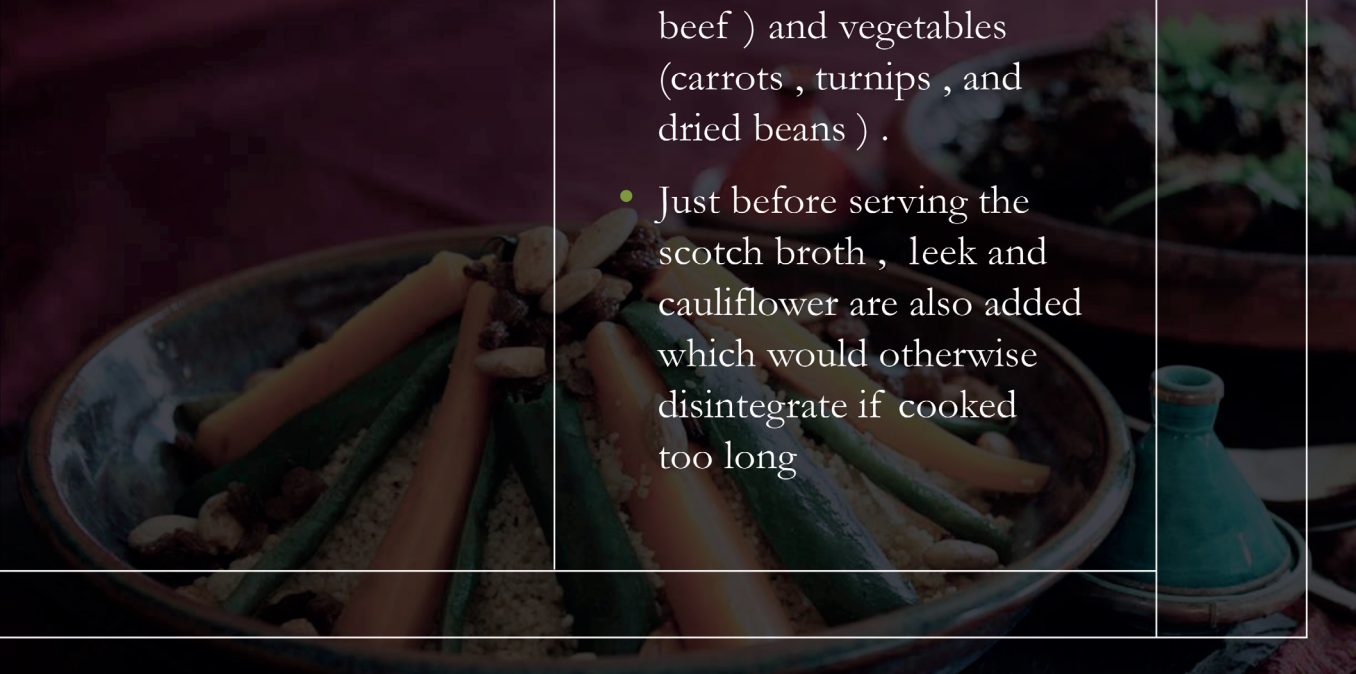
A close-up photograph of a white ceramic bowl filled with Scotch Broth. The soup contains large chunks of potatoes, sliced carrots, and pieces of meat, all in a light-colored broth. A silver spoon is partially submerged in the soup. The bowl is set on a dark red cloth. The background is a wooden surface.

SCOTCH BROTH

THE SCOTCH BROTH IS A TRADITIONAL SCOTLAND SOUP

Preparation

- This nutritious dish is prepared with barley , meat (lamb , mutton or beef) and vegetables (carrots , turnips , and dried beans) .
- Just before serving the scotch broth , leek and cauliflower are also added which would otherwise disintegrate if cooked too long



Ingredients

A top-down view of various fresh ingredients arranged on a dark, textured surface. In the upper left, a blue bowl contains several long red peppers, white parsnips, and small onions. To the right of the bowl are several whole carrots. Below the bowl are bunches of green onions and purple leeks. In the lower left, there are several small, round, orange and green tomatoes, a few whole red apples, and some garlic cloves.

- Lamb meat
 - Barley
 - Vegetables (Carrots ,
Onions , Leeks)
- 
- A top-down view of ingredients on the right side of the image. At the top right is a large head of white cauliflower next to a bunch of fresh green parsley. Below the cauliflower is a blue bowl filled with fresh green spinach leaves. To the left of the bowl are several whole red apples and a few cherry tomatoes on a vine.

Different types

- There are virtually endless variations of scotch brothes, different from each other both geographically and depending on the seasonal availability of ingredients

LA FONDUTA

La fonduta è uno dei piatti tipici
della Valle D Aosta





Ingredienti

- 400g di fontina
- 40g di burro
- 4 tuorli
- 2 dl di latte
- Tartufo bianco
- Sale
- Pepe bianco
- Fettina di pane nero

PROCEDIMENTO



- eliminare la crosta dalla fontina tagliarla a fettine sottili , raccoglierla in una terrina , versarle in latte indicato e farla riposare per un' ora.

Senza sgocciolarla troppo , ritirare la fontina dal latte e trasferirla in una casseruola

A fondo spesso.

Unire il burro fresco a pezzetti .

Porre il recipiente a bagnomaria , e, sempre mescolando, lasciare fondere il formaggio

Dapprima si forma una massa compatta che poi si scioglierà lentamente.

Quando il composto ha raggiunto una consistenza cremosa incorporare un tuorlo alla volta

Mescolando velocemente , quindi lasciarlo ancora a bagnomaria due , tre minuti in modo che il composto acquisti il suo tipico aspetto vellutato . Controllare il sale e insaporire con un pizzico di pepe , dopo si devono mettere i tartufi .

In caso contrario si può abbondare , ritirare , versare la fonduta nelle ciotole tenute in caldo , cospargere la superficie con lamelle sottili di tartufo e servirla con fette di pane nero , tostate a parte. Meglio se conservate calde avvolte in un tovagliolo



storia

- La storia della cosiddetta fonduta viene fatta risalire al XIII secolo, per mano del monaco svizzero Vicarius. Durante il periodo di Quaresima agli ecclesiastici veniva impedito il consumo di formaggio. Per sviare a questa regola, il monaco decise di fondere la sua forma di formaggio.

LA RICETTA TIPICA DELLA SARDEGNA

LA FREGOLA CON LE ARSELLE

INGREDIENTI:

- FREGOLA 200 g
- ARSELLE (vongole) 1 Kg
- POMODORI PELATI 150g
- VINO BIANCO 50 g
- AGLIO 2 spicchi
- PEPE NERO
- SALE FINO
- OLIO EXTRA VERGINE DI OLIVA

PASSAGGI PER LA PREPARAZIONE

- SBATTERE LE ARSELLE PER ASSICURARSI CHE NON SIANO PIENE DI SABBIA
- VANNO LASCIATE IN AMMOLLO PER 2 ORE IN UN'ACQUA FRESCA E SALATA
- SCOLATELE E SCIACQUATELE, SE CI SONO VONGOLE ROTTE SCARTATELE
- ANDATE AI FORNELLI E SCALDATE UN GIRO D'OLIO E UNO SPICCHIO D'AGLIO
- BUTTATE LE ARSELLE AI FORNELLI
- ORA BAGNATE CON IL VINO BIANCO LA PENTOLA

- ALZATE AL MASSIMO LA TEMPERATURA E LASCIATE DISCHIUDERE PER 4-5 MINUTI AGITANDO IL TEGAME
- SGUSCIATE LE ARSELLE
- VERSATE UN FILO D'OLIO E UNO SPICCHIO D'AGLIO
- APPENNA IL FORNO E' CALDO RIMUOVETE L'AGLIO
- TUFFATE I POMODORI PELATI
- LASCIATE A FUOCO MEDIO PER UN PAIO DI MINUTI
- E POI AGGIUNGETE LA FREGOLA
- SPEGNETE I FORNELLI E AGGIUNGETE IL PREZZEMOLO
- ECCO PRONTO IL PIATTO
- IMPIATTATE AGGIUNGENDO UN PO' DI PEPE

LA STORIA DEL PIATTO

SI PUO' DIRE CHE LA SUA ORIGINE SIA MILLENARIA, INFATTI IN SARDEGNA SONO STATI TROVATI REPERTI CHE NE ATTESTANO LA ORIGINI A PIU' DI 1000 ANNI FA.

QUESTO PIATTO CREATO GRAZIE AGLI SCAMBI COMMERCIALI CON FENICI E I PUNICI, E ALTRI PENSANO CHE SIA STATA INVENZIONE DEI SARDI.



INFORMAZIONI ALIMENTARI

LA FREGOLA NON IMPATTA NEGATIVAMENTE SULLA DIETA CONTRO L'IPERUCEMIA; E' TRA GLI ALIMENTI CONCESSI IN CASO DI FENILCHETONURIA. LA FREGOLA E' UNA FONTE DISCRETA DI VARIE VITAMINE DEL GRUPPO B, CHE COSTITUISCONO FATTORI COENZIMATICI MOLTO IMPORTANTI PER IL METABOLISMO CELLULARE E QUINDI PER IL FUNZIONAMENTO DI VARI TESSUTI.



Un piatto tipico
toscano:
I PICI
ALL'AGLIONE

I pici all' aglione un piatto tipico della Valdichiana ,
una valle della toscana





LA STORIA DEI PICI

I Pici sono una pasta fatta a mano, simile a grossi spaghetti, composta da farina di grano, acqua e sale.

I Pici erano un piatto povero su cui si basava la cucina contadina ed erano messi assieme a briciole (ossia pane tostato sbriciolato).

Il vero «protagonista» è l'Aglione della Valdichiana, perché è un aglione speciale:

1. I suoi denti d'aglio sono grandi
2. Il suo sapore è gentile invece dell'aglio classico che è aspro

INGREDIENTI

- Pici 360 g
- Aglio 6 spicchi
- Peperoncino fresco 1
- Pomodori ramati 700 g
- Olio extravergine d'oliva 5 cucchiaini
- Aceto di vino bianco 1 cucchiaio





PREPARAZIONE 1/2

- Per preparare i pici all'aglio, iniziate sbollentando i pomodori in acqua bollente per 1 minuto. Pelateli e privateli dei semi, poi tagliateli a piccoli cubetti (1-2). Schiacciate gli bene 3, se non disponete di questo attrezzo potete tagliare l'aglio a fettine e poi schiacciatelo con la lama di un coltello molto spessa .
- Ponete l'aglio schiacciato in un tegame con l'olio e il peperoncino privato dei semi e tritato finemente (4-5), fatelo rosolare a fiamma molto bassa: il soffritto dovrà cuocere lentamente e l'aglio non dovrà scurirsi ma solo sciogliersi. Lasciate sul fuoco per una decina di minuti fino a che l'aglio avrà cominciato a sciogliersi. A questo punto incorporate anche i pomodori a pezzetti 6

PREPARAZIONE 2/2

- aggiungete l'aceto e aggiustate il sale. Fate cuocere il sugo a fuoco basso fino a quando i pomodori si saranno disfatti, ottenendo una salsa cremosa (ci vorranno almeno 20 minuti). Nel frattempo mettete a bollire l'acqua salata per la pasta. Se il sugo dovesse asciugarsi eccessivamente potete aggiungere 2/3 mestoli di acqua. Quando l'acqua bolle, immergete i picci e, terminato il tempo di cottura che in genere richiede circa 18 minuti, scolateli al dente e fateli saltare nel sugo per insaporirli. Servite i picci all'aglione ben caldi. acqua di cottura della pasta



GLI AGNOLOTTI

Gli **agnolotti piemontesi**, o più semplicemente **agnolotti** sono una specialità di [pasta ripiena](#) tradizionale del [Piemonte](#), e in particolare, della zona dell'[Astesana](#) e del [Monferrato](#).

INGREDIENTI



- **INGREDIENTI**

- **Per la pasta: 800 g di farina**

- 7 uova

- 2 mezzi gusci d'acqua

- sale

- Per il ripieno: 600 g di carne di vitello

- 400 g di carne di maiale

- 2 cosce di coniglio

- 400 g di spinaci lessati e strizzati

- 3-4 uova

- 300 g di grana padano grattugiato

- 1 bicchiere di vino bianco secco

- 1 cipolla tritata

PREPARAZIONE



- Preparete la [pasta](#). Preparete il brasato e tritate il quantitativo indicato. Sbollentate gli [spinaci](#), tritateli e uniteli alla [carne](#). Amalgamate il tutto con i tuorli, l'uovo intero, il [formaggio](#), il [prosciutto](#) tritato, [sale](#) e [pepe](#). Se il composto fosse un po' asciutto, ammorbiditelo con alcuni cucchiari del sugo del brasato. Stendete la [pasta](#) a strisce
- Cuoceteli in acqua salata a bollore per circa 10 minuti.

LA SOPA DE PLATANO

No existe un mejor complemento para los almuerzos que una deliciosa sopa, por esto aquí te enseñamos a cocinar una de las más ricas y típicas, la sopa de plátano



INGREDIENTES

- 650 g de jitomate
- 50 g de amaranto
- 50 g de aceite
- 190 g de queso crema
- 100 g de plátano, pelado
- 1 cucharada de chile chipotle adobado
- 800 g de agua
- 2 cubos de caldo



preparaciòn

- 1.HERVIR LOS PLÁTANOS
- 2. CORTA LOS PLÁTANOS VERDES
- 3. FREÍR LAS PATATAS FRITAS
- 4 .SERVIR

Si ringraziano:

*la prof.ssa di lingua spagnola Maria Pina Camerano Spelta Rapini
e la prof.ssa di lingua inglese Daniela Giovannangelo
per aver condiviso con gli alunni l'inclusività e l'interculturalità,
nonché il prof. Davide Simboli, la prof.ssa Rosamaria Bellisario
e tutto il team docenti di classe II A*