

SCUOLA EQUIPARATA DELL'INFANZIA DI TELVE

# "INCONTRIAMOCI... IN CUCINA"



Anno scolastico 2002/2003



SCUOLA EQUIPARATA DELL'INFANZIA DI TELVE

*“incontriamoci... in cucina”*



ANNO SCOLASTICO 2002-2003

*Pubblicazione promossa dalla Scuola equiparata dell'infanzia di Telve e stampata con il contributo finanziario:*

- Cassa Rurale Centro Valsugana
- Comune di Carzano
- Comune di Telve

*Si ringraziano:*

- il Consiglio Direttivo, il personale della scuola
- la Federazione provinciale Scuole materne e in particolare il coordinatore gestionale, dott. Michele Fedrizzi e la coordinatrice pedagogica, dott. Bruna Rinaldi

Progetto grafico: Vincenzo Taddia

Stampa: Tipografia Litodelta - Scurelle (TN)

*La “nostra Scuola materna” è nata oltre cento anni fa per rispondere a un bisogno della comunità di Telve; è gestita, attraverso un consiglio direttivo, da un'associazione di cui tutti possono essere soci.*

*Rappresenta la naturale continuazione dell'attività educativa della famiglia; non si sostituisce, ma si integra ad essa per perseguire obiettivi condivisi. Nella nostra realtà può e deve diventare anche un punto di aggregazione e di animazione sociale e culturale. Esiste uno spazio d'incontro tra scuola e comunità che consente ad insegnanti, genitori e altre persone interessate ed impegnate nella gestione della scuola, di interagire attraverso il dialogo e la promozione di iniziative comuni, utili a prendere coscienza delle proprie responsabilità educative, sociali e culturali. La scuola appartiene alla comunità: gode della sua collaborazione ed ha il dovere ed il piacere di restituire alla comunità il frutto del lavoro comune.*

*Quest'anno la scuola presenta un testo piacevole ma anche utile, che è solo la conclusione di un lavoro che per l'intero anno scolastico ha visto impegnati i bambini, il personale, le famiglie (genitori ma anche nonni). Sarà un ricordo bello per chi troverà, fra qualche anno, la propria immagine, la propria ricetta o un proprio disegno in una così bella cornice; ma soprattutto è la testimonianza che la scelta di lavorare assieme fa crescere la scuola e la comunità che gravita intorno ad essa.*

*Tutto ciò è stato possibile grazie anche alla sensibilità delle Amministrazioni Comunali di Telve e Carzano ed alla nostra Cassa Rurale, che per statuto, ma soprattutto per scelta, sostengono le iniziative qualificate e utili per la comunità.*



MAURIZIO SCOTTON  
Presidente della scuola materna



...*D*i ricettari ce ne sono tanti, ma questo per noi è un po'... speciale poichè mamme, papà, nonne e amici hanno scritto per noi la propria ricetta collaborando così alla pubblicazione di questa singolare e piccola raccolta che racconta di bambini, trentini e stranieri, alla scoperta di sapori e profumi delle diverse cucine.

Appare come una sorta di allegro viaggio, durante il quale abbiamo potuto attraverso le ricette di una buona e anche fantasiosa cucina progettare, ricercare, collaborare, sperimentare e condividere. Il "tocco di colore", con il quale i bambini hanno esternato il proprio vissuto e che fa da cornice ad ogni ricetta, rende per noi ancora più prezioso e ricco il libro.

Ogni "piatto" proietta l'immagine di chi lo ha scelto, lo ha gustato, ed è lo specchio di un incontro, di una tradizione, di un costume e anche di un modo di vivere.

Così queste ricette sono diventate per noi piccole storie, momenti di dialogo tra noi e i bambini, ciascuno dei quali ha potuto apportare il proprio contributo.

Sicuramente alcune ricette non corrispondono ai criteri più stretti dell'arte culinaria, tuttavia per noi esse rappresentano un "ponte" tra scuola e famiglia.

Alcune ricette richiamano alla memoria la tradizione culinaria trentina, altre hanno portato fino a noi gusti ed aromi di altre culture e ci auguriamo comunque che tutte abbiano il sapore di prolungate e durature amicizie.

Desideriamo che questo libro sia un ricordo della nostra scuola e un regalo alla comunità; vorremmo che il frutto di questa esperienza fosse di stimolo ad essere più disponibili ed accoglienti verso l'altro.

Desideriamo infine ringraziare "gustosamente" tutti quelli che hanno prima di tutto creduto in questa nostra iniziativa e tutti quelli che ci hanno dato, poi, la possibilità di concretizzare il progetto.









*Antipasti Antipasti Antipasti Antipasti Antipasti Antipasti Antipasti*

# Antipasti





## INSALATA RUSSA

### INGREDIENTI:

2 uova lesse  
3 patate medie lesse  
3 carote medie lesse  
1 mela golden  
1 scatola di piselli  
4 cetrioli sottaceto  
sale  
pepe  
1 cucchiaino di senape  
250 g di maionese

### PROCEDIMENTO:

Tagliare tutti gli ingredienti a dadini. Mescolare la senape con la maionese e versare il composto sulle verdure.

Salare e pepare. Servire su di una foglia d' insalata.



Mamma di Luca



## MOZZARELLA IMPANATA

### INGREDIENTI PER 2 PERSONE:

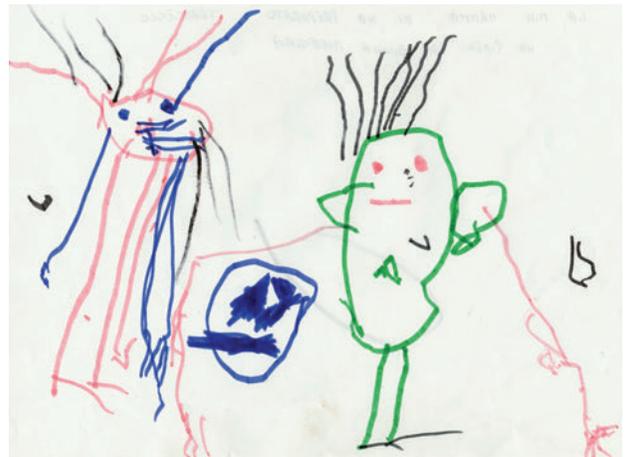
1 mozzarella (abbastanza grande)  
prosciutto cotto  
formaggio dolce (asiago o fontina)  
1 uovo  
pangrattato  
sale  
burro

### PROCEDIMENTO:

Tagliare la mozzarella in quattro fette; mettere tra le due fette un po' di prosciutto e una fetta sottile di formaggio. Unire le due fette aiutandosi con degli stuzzicadenti, passarle prima nell'uovo battuto con un pizzico di sale e successivamente nel pangrattato. Premere delicatamente sul pangrattato, in modo che l'impanatura possa aderire bene. Cuocere lentamente la mozzarella nel burro facendola dorare da entrambe le parti.



Mamma di Nicola



## TORTA SALATA

### INGREDIENTI:

- 500 g di pasta sfoglia
- 1 tazza di fontina a cubetti
- 1 tazza di pancetta affumicata a cubetti
- 2 uova
- 1 tazza di latte
- 2 cucchiari di parmigiano

### PROCEDIMENTO:

Tirare la sfoglia quanto basta per riuscire a chiuderla su se stessa, riempirla con la fontina e la pancetta. Sbattere le uova a parte, aggiungervi il latte e il parmigiano e sbattere ancora un po'. Aggiungere il ripieno, chiudere la sfoglia e infornare per circa 40 minuti a 180°-200°.



Mamma di Alice



## ZUCCHINE IN VASO

### INGREDIENTI:

- 1 kg di zucchine a rondelle
- 2 cipolle tagliate finemente
- 4 bicchieri d'olio
- 2 bicchieri d'aceto
- 1 cucchiario di sale
- 1 spicchio d'aglio tritato
- 1 ciuffo rosmarino tritato

### PROCEDIMENTO:

Far bollire olio e aceto; aggiungere le zucchine, le cipolle, il sale, l'olio, il rosmarino e l'aglio e farli cuocere per circa 4-5 minuti. Invasare il tutto ancora bollente. Servire come antipasto o contorno.



Mamma di Anna



## CANNONCINI CON WURSTEL

### INGREDIENTI:

1 confezione di pasta sfoglia a temperatura ambiente  
500 g di wurstel (piccoli)

### PROCEDIMENTO:

Portare ad ebollizione l'acqua in una pentola. Immergere per qualche istante i wurstel, scolare e raffreddare. Mettere la pasta sfoglia sul piano di lavoro infarinato e ricavare una sfoglia sottile. Ritagliare delle strisce di circa 8-10 cm e dividere ciascuna striscia in triangoli. Posare un wurstel su ogni triangolo di pasta, avvolgendo la sfoglia sullo stesso; spennellare con il tuorlo e far cuocere in forno a 180°- 200° per circa 15-20 minuti.



Mamma di Martina



## PIZZETTE CASARECCE

### INGREDIENTI:

fette di pane raffermo  
sugo di pomodoro  
mozzarella o formaggio morbido  
wurstel  
tonno  
prosciutto  
funghi

### PROCEDIMENTO:

Tagliare il pane a fette e adagiarvi il sugo di pomodoro; aggiungere formaggio o mozzarella tagliata a quadretti e il resto degli ingredienti. Condire il tutto con origano e olio d'oliva. Disporre su una placca da forno e cuocere a 200° per 15 minuti.



Mamma di Martina



## CROSTATA DI ZUCCHINE

### INGREDIENTI PER LA PASTA:

300 g di farina  
150 g di burro  
sale

### INGREDIENTI PER IL RIPIENO:

800 g di zucchine già pelate  
1 cipolla bianca  
2 uova  
50 g di parmigiano grattugiato  
1 cucchiaino di basilico  
olio  
pepe  
sale

### Procedimento:

Impastare la farina con il burro, il sale e pochissima acqua in modo da ottenere un impasto elastico ed omogeneo; lasciarlo riposare al fresco. Far appassire in due cucchiaini d'olio la cipolla tritata, unire le zucchine a rondelle e il basilico. Salare e pepare, aggiungendo a piacere pezzetti di pomodoro. Quando saranno quasi cotte, toglierle dal fuoco e versarvi sopra le uova sbattute con il grana. Stendere la pasta e con questa foderare una teglia unta di burro e farina, ricoprendo anche i bordi; riempirla con il ripieno di zucchine e cuocere la crostata in forno a 180° per circa 30 minuti.



Mamma di Silvia

## GELOSIE

### INGREDIENTI:

1 confezione di pasta sfoglia  
2 hg di prosciutto cotto  
2 hg di fontina  
funghi a piacere  
1 uovo

### PROCEDIMENTO:

Mettere in padella i funghi e farli cuocere. Stendere la pasta sfoglia e adagiarvi il prosciutto tagliato a pezzi, il formaggio a dadini e i funghi. Passare con l'albume dell'uovo i bordi della pasta e richiuderla; riporla in una teglia e spennellare con il tuorlo.

Infornare a 200° per 20-25 minuti.



Mamma di Ilaria





## BASTONCINI SALATI

### INGREDIENTI:

300 g di farina bianca  
100 g di burro  
2 tuorli d'uovo  
100 g di ricotta  
3 cucchiaini d'olio  
sale

### PROCEDIMENTO:

Impastare tutti gli ingredienti aggiungendo tanto parmigiano quanto è necessario per ottenere un impasto di giusta consistenza.  
Ricavarne tanti bastoncini e cuocerli al forno, in una placca imburata, per 10-15 minuti a calore moderato.



Mamma di Renè



## SARDE IN SAOR

### INGREDIENTI:

1 kg di sarde  
1 kg di cipolle bianche  
1 hg di uva passa  
aceto  
1 hg di pinoli  
50 g di olio di semi  
sale

### PROCEDIMENTO:

Pulire, squamare le sarde e metterle a scolare.  
Tagliare le cipolle a rondelle e cuocerle in un tegame con un po' di acqua.  
A metà cottura aggiungere 50 g d'olio, sale e continuare la cottura fino a imbrionimento.  
Qualche minuto prima di toglierle dal fuoco, aggiungere 150 g di aceto di vino bianco, l'uva passa, i pinoli e ultimare la cottura.  
Infarinare le sarde e friggerle in olio bollente.  
In una pirofila alternare uno strato di sarde ad uno di cipolle e terminare con queste.  
Mantenere a temperatura ambiente consumare dopo 2-3 giorni.



Papà di Leonardo



## INVOLTINI AL CARPACCIO

### INGREDIENTI:

- 150 g di formaggio fresco
- 1 cucchiaio di erba cipollina tritata
- 1 cucchiaio di prezzemolo tritato
- 12 fette di carne di manzo tagliate sottilissime

### PROCEDIMENTO:

- Lavare, asciugare, tritare l'erba cipollina e il prezzemolo.
- Mescolare il formaggio (tipo robiola) con l'erba cipollina e il prezzemolo.
- Spalmare il composto ottenuto sulle fette di carne.
- Arrotolare le fette a forma di involtino e servire.



Mamma di Samuele



*Antipasti Antipasti Antipasti Antipasti Antipasti Antipasti Antipasti*



## MORTADELLA CROCCANTE

### INGREDIENTI:

300 g di mortadella tagliata a fette alte 1 cm  
latte  
farina  
1 uovo  
pangrattato  
olio per friggere q.b.

### PROCEDIMENTO:

Tagliare la mortadella a spicchi, metterli a bagno nel latte per almeno un ora; scolare e infarinare. Passare nell'uovo sbattuto e poi nel pangrattato. Scaldare l'olio e friggere i pezzi di mortadella fino a quando diventeranno dorati. Tagliarli a dadini e stenderli sulla carta assorbente: servire freddi o tiepidi.



Mamma di Elena

## CROSTATA DI FORMAGGIO

### INGREDIENTI:

pasta sfoglia  
100 g di fontina  
100 g di gruviera  
100 g di parmigiano  
500 g di panna liquida  
30 g di farina bianca  
30 g di burro  
2 tuorli d'uovo  
sale

### PROCEDIMENTO:

Fate una besciamella con il burro, la farina, un po' di sale e la panna al posto del latte. Aggiungere i formaggi a pezzetti e il parmigiano grattugiato. Togliere dal fuoco e aggiungere i tuorli uno alla volta. Fasciate una pirofila con la pasta sfoglia, riempietela con il composto e mettetela in forno per 20-30 minuti circa.



Mamma di Reneè



## VITELLO TONNATO

### INGREDIENTI:

1 kg magatello di vitello  
dado  
1 gambo di sedano  
1 carota  
1 spicchio d'aglio  
1 cipolla  
1 foglia di alloro  
2 tuorli d'uovo  
limone  
pasta d'acciughe  
olio  
senape  
capperi (a piacere)  
sale

### PROCEDIMENTO:

Lessare in acqua salata con dado le verdure e il magatello. Lasciar raffreddare la carne. Nel frattempo preparare la maionese con i tuorli, l'olio e il limone; aggiustare il sale, aggiungere la pasta d'acciughe, la senape e i capperi tritati. Quando è fredda, tagliare la carne a fettine sottili e cospargerla con la salsa ottenuta. Guarnire con dei capperi.



Mamma di Gianluca



## HERMENDEZ

### INGREDIENTI PER 2 PERSONE:

2 fette di prosciutto tagliate un po' grosse (2-3 mm)  
1 mozzarella  
400 g di passata di pomodoro  
un po' di origano

### PROCEDIMENTO:

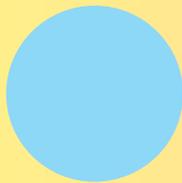
Prendere le fette di prosciutto e mettere  $\frac{1}{2}$  mozzarella sulla metà di ogni fetta; piegarle a metà e chiuderle con 3 stuzzicadenti per ogni fetta. Scaldare una pentola con un po' d'olio di oliva, adagiare le fette e rosolarle su entrambi i lati. Versare poi la passata di pomodoro e lasciar insaporire il tutto per 15 minuti, aspettando che la mozzarella si fonda. Servire con un po' di origano e con il sugo di pomodoro.



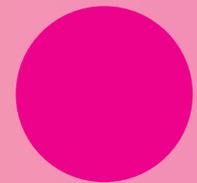
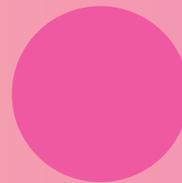
Mamma di Massimiliano







# Contorni



## INSALATA DI CAVOLFIORE

Ricetta colombiana

### INGREDIENTI:

1 cavolfiore da 700-800 g  
6 cucchiaini di maionese  
3 cucchiaini di yogurt naturale  
1 cucchiaino di senape  
1 cucchiaino di ketchup  
1 cucchiaino di zucchero  
½ ceppo d'insalata cappuccina tagliata piccola  
2 pomodori non molto maturi tagliati a rotelle  
3 uova sode tagliate a rotelle  
sale  
pepe

### PROCEDIMENTO:

Tagliare il cavolo a pezzi, lavarlo e lessarlo in acqua a fuoco medio; quando bolle continuare la cottura a fuoco minimo per 20 minuti.  
Scolarlo e passarlo sotto l'acqua fredda.  
A parte, mescolare senape, maionese, yogurt, ketchup, zucchero, sale e pepe.  
In un'insalatiera mettere il cavolfiore, i pomodori, le uova, la lattuga. Coprire con la salsa preparata in precedenza e mescolare il tutto.



Mamma di Leonardo



24

## PEPERONATA

### INGREDIENTI:

2 peperoni gialli, 2 rossi e 2 verdi  
2 grosse cipolle bianche  
4 zucchine sottili  
4 hg di pomodori pelati  
2 dadi vegetali  
sale  
olio

### PROCEDIMENTO:

Pulire i peperoni e tagliarli a pezzetti, tagliare a pezzetti anche le cipolle e le zucchine a rondelle non troppo sottili.  
Aggiungere i pomodori pelati, i dadi e mettere tutto in una grande pentola a freddo con l'olio. Far cuocere a fuoco vivo per 15 minuti senza coperchio, rigirando di tanto in tanto.  
Aggiustare di sale, far cuocere gli ultimi 10 minuti a fuoco basso con coperchio.  
La peperonata acquista maggiore sapore se riscaldata.



Mamma di Michela



## SALADE TUNISINA

### INGREDIENTI:

300 g di pomodoro fresco  
200 g di peperoni verdi  
100 g di cipolle  
100 g di tonno  
50 g di olive  
2 uova  
100 g di cetrioli  
olio  
basilico  
succo di limone  
sale

### PROCEDIMENTO:

Tagliare il peperone, il pomodoro, la cipolla e i cetrioli a pezzetti. Aggiungere sale, olio, basilico, succo di limone, tonno e, come guarnizione, distribuire sopra olive e uova sode tagliate a fettine.



Mamma di Bilel



## MOUSSAKA

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

4 melanzane  
400 g di carne tritata  
2 pomodori  
1 grossa cipolla  
1 spicchio di aglio  
1 foglia di alloro  
2 tazze di besciamella  
4 cucchiai di parmigiano grattugiato  
olio di oliva  
sale  
pepe  
farina

### PROCEDIMENTO:

Mondate le melanzane, lavatele, affettatele, spolverizzatele di sale e lasciatele riposare. Intanto tritate la cipolla e fatela rosolare in una casseruola con un cucchiaino di olio. Aggiungete la carne e lasciatela insaporire per 10 minuti a fiamma bassa.

Intanto sbollentate i pomodori, pelateli, eliminate i semi e tritate grossolanamente la polpa. Unitela alla carne con l'aglio, l'alloro, il sale, il pepe e cuocete per 30 minuti circa.

Scolate le melanzane eliminando il sale residuo, asciugatele, infarinatele e friggetele nell'olio. Sistematele poi a strati in una teglia, spolverizzate di sale e pepe, alternandole con una strato di ragù. Terminate con uno strato di besciamella, cospargete la superficie con il formaggio e cuocete in forno già caldo per 20 minuti.



Mamma di Erika

## MEDAGLIONI DI POMODORO

### INGREDIENTI:

pomodori  
uova  
pangrattato  
mozzarella  
sale

### PROCEDIMENTO:

Lavare e tagliare dei pomodori abbastanza grandi in medaglioni da 1 cm di spessore. Passarli nell'uovo sbattuto con un pizzico di sale e poi nel pangrattato. Rosolare le fette di pomodoro impanato in un po' d'olio caldo; quando saranno ben dorati da entrambe le parti, mettere sopra a ogni medaglione una fettina di mozzarella. Quando quest'ultima si sarà sciolta, togliere i medaglioni dalla pentola e disporli su un piatto da portata.



Mamma di Francesco



## PASTICCIO DI MELANZANE

### INGREDIENTI:

5 melanzane  
farina  
sale  
olio  
2 mozzarelle  
parmigiano grattugiato  
salsa di pomodoro

### PROCEDIMENTO:

Pulite le melanzane, tagliatele a fette e mettetele in un colapasta a strati, cosparse di sale. Mettetele sopra un peso in modo che siano pressate e lasciatele così per un'ora. Dopo averle sciacquate in acqua corrente, infarinatetele e friggetele in tanto olio. Disponete in una teglia unta uno strato di melanzane e ponete sopra delle fettine di mozzarella, parmigiano grattugiato e salsa di pomodoro già preparata prima. Coprite il tutto con un altro strato di melanzane, e così di seguito. Spolverizzate di pangrattato e all'ultimo strato, che sarà di melanzane, aggiungete un filo d'olio. Infornate a 180°-200° fin che è dorato. Questo piatto può essere servito sia caldo che freddo.



Mamma di Micelle





## PEPERONI FARCITI

### INGREDIENTI PER 6 PERSONE:

6 peperoni  
700 g di lombata di maiale macinata  
4 cipolle  
2 cucchiaini di olio extravergine di oliva  
150 g di riso a chicco lungo lessato  
2 uova  
paprica  
prezzemolo  
pepe  
sale

### PER LA SALSA:

1 scatola di pelati, 2 spicchi d'aglio, 1 cipolla, timo

### PROCEDIMENTO:

Per la preparazione della salsa sgocciate i pomodori. In una casseruola fate soffriggere la cipolla e l'aglio tritati nell'olio. Aggiungete i pelati privati dei semi e tritati grossolanamente, qualche fogliolina di timo, sale e pepe. Lasciate cuocere dolcemente per ½ ora circa. Immergete i peperoni 5 minuti in acqua bollente salata. Sgocciolateli, tagliate loro la calotta superiore e privateli dei semi. Tritate le cipolle e fatele appassire nell'olio in un padella a fuoco basso. Aggiungete la carne e lasciate insaporire per 10 minuti. Fuori dal fuoco unite il riso lessato, le uova intere, un po' di prezzemolo tritato, un pizzico di paprica, pepe e sale. Mescolate con un cucchiaino di legno per amalgamare tutti gli ingredienti. Riempite con questo composto i peperoni aiutandovi con un cucchiaino e poneteli in una casseruola in cui stiano con la parte tagliata rivolta verso l'alto. Aggiungete la salsa di pomodoro, coprite con un coperchio e fate cuocere per 45 minuti a fuoco dolce. Ogni tanto controllate che non attacchino al fondo della casseruola. Servite i peperoni quando saranno leggermente intiepiditi. Sono buoni anche freddi. Volendo, spolverizzate con basilico tritato.



Mamma di Erika

## CIPOLLE RIPIENE

### INGREDIENTI:

4 grosse cipolle  
200 g di carne tritata  
1 uovo  
100 g di formaggio grattugiato  
sale  
pepe  
burro

### PROCEDIMENTO:

Far lievemente tostare la carne tritata in poco burro. Lessare a mezza cottura le cipolle, quindi tagliarle a metà in senso orizzontale; togliere al centro di ogni mezza cipolla un po' di polpa e tritarla, mescolandola poi alla carne. Unire il formaggio, un pizzico di sale e di pepe e legare questi ingredienti con l'uovo intero, ottenendo un impasto omogeneo. Riempire con questo composto le cavità lasciate in ogni mezza cipolla, completando con un fiocchetto di burro; disporre tutte le cipolle in una pirofila precedentemente imburata e salare. Se si vuole ottenere la crosticina dorata, pennellare la superficie con un uovo sbattuto e spolverizzarla con grissini tritati finemente. Mettere il recipiente nel forno già caldo (200°) finché le cipolle saranno completamente cotte (circa 40-50 minuti). Questa nutriente ricetta viene servita solitamente calda, ma è ottima anche se gustata fredda.



Mamma di Giorgia



## ROSTEL DE PATATE

### INGREDIENTI:

1 kg di cipolle  
400 -500 g di carne per lessato  
2 cipolle bianche grosse  
rosmarino  
prezzemolo  
sale  
pepe  
granulato  
olio  
burro q. b.

### PROCEDIMENTO:

Tagliare la cipolla a rondelle e rosolarla con olio e burro (sono golose di condimento). Aggiungere le patate tagliate a fettine e bollite precedentemente, la carne lessata a pezzetti, il pepe, il sale il granulato e un trito di rosmarino. Rosolare bene il tutto, finché si è formata una bella crosticina dorata. Prima di servire, metterci un pizzico di prezzemolo.



Nonna di Francesco



## PATATE E "SENELO"

### INGREDIENTI:

1 kg di patate  
300-400 g di sedano  
2 cipolle bianche  
2 spicchi di aglio (a piacere)  
sale  
granulato  
pepe  
olio  
burro

### PROCEDIMENTO:

Cuocere in acqua salata le patate con il sedano, quando sono cotte scolare e lasciar raffreddare. In una pentola (possibilmente antiaderente) mettere l'olio, il burro, la cipolla tritata finemente e l'aglio schiacciato (se si desidera metterlo). Rosolare leggermente, aggiungere le patate e il sedano tagliati a pezzi, mescolare, salare, pepare e arrostitire bene.



Nonna di Mariachiara



## PAPRIKE PUNJENE KROMPIROM

(PEPERONI RIPIENI) *RICETTA BOSNIACA*

### INGREDIENTI:

6 peperoni gialli (grandezza piccola)  
1 kg di patate  
1 cipolla  
1 carota  
sale  
pepe  
dado vegetale in polvere (metà cucchiaino da minestra)  
1 confezione da 200 ml di panna da cucina

### PROCEDIMENTO:

Lavare e svuotare i peperoni tirando fuori tutto l'interno.

Sbucciare le patate, lavarle, asciugarle e tagliarle a piccoli cubetti.

Nel frattempo tagliare finemente la cipolla e la carota; unire le patate, il sale, il pepe, il dado in polvere e saltare tutto in una padella con un goccio d'olio per circa 2-3 minuti.

Una volta freddo l'impasto aggiungere 100 ml di panna, amalgamare il tutto e riempire i peperoni.

Disporli allineati in un tegame unto d'olio, cospargerli di un filo di olio e un pizzico di sale.

Mettere in forno già caldo a 170° per circa 35-40 minuti.

Togliere dal forno e coprire tutto con la panna rimasta.

Infornare per altri 15 minuti circa controllando che non diventino troppo asciutto.

P.S. Nel caso avanzino patate si possono utilizzare nel tegame in mezzo ai peperoni.



Mamma di Marco

## TEGOLINE AL FORMAGGIO

### INGREDIENTI:

500 g di fagiolini (anche surgelati)  
2 spicchi d'aglio  
50 g di burro  
30 g di parmigiano  
30 g di emmenthal  
sale

### PROCEDIMENTO:

Far cuocere i fagiolini in acqua bollente, sbucciare nel frattempo l'aglio e metterlo in padella con 50 g di burro. Sciogliere il condimento e dorare l'aglio, che verrà tolto a fine cottura.

Scolare i fagiolini, metterli nel burro e cuocerli a fuoco medio per qualche minuto, mescolando in continuazione.

Cospargere i fagiolini dei due formaggi grattugiati e mescolare il tutto.

Spegnere il fuoco e lasciar riposare per un paio di minuti, in modo che il formaggio possa sciogliersi con il calore. Servire caldo.



Mamma di Christian



## FAGIOLI ALL'UCCELLETTO

### INGREDIENTI PER 6 PERSONE:

1 kg fagioli borlotti freschi o ½ kg di secchi messi a bagno la sera prima  
1 salsiccia fresca  
100 g di pancetta  
1 costa di sedano  
1 cipolla media  
4 cucchiaini di salsa di pomodoro  
alcune foglie di salvia  
sale q.b.  
dado vegetale  
2 cucchiaini di olio d'oliva

### PROCEDIMENTO:

Fare un soffritto con 2 cucchiaini di olio d'oliva, la pancetta a dadini, la salsiccia a pezzetti, la cipolla tritata e il sedano tritato.

Quando tutto è rosolato aggiungere i fagioli e il pomodoro; coprire il tutto d'acqua e mettere la salvia, il sale quanto basta e a piacere un po' di dado vegetale.

Cuocere per 30 minuti circa.



Nonna di Alice



## CRAUTI

### INGREDIENTI:

1 kg di crauti  
1 ½ cipolla  
1 foglia di alloro (a piacere)  
1 spicchio d'aglio (a piacere)  
2-3 bacche di ginepro  
1 cucchiaio di farina bianca  
un po' di sale e pepe

### PROCEDIMENTO:

Mettere i crauti in una pentola e coprirli d'acqua. Aggiungere la mezza cipolla, la foglia d'alloro, l'aglio, il pepe e le bacche di ginepro e far cuocere per 30 minuti.

In un'altra pentola rosolare nel burro la cipolla tritata finemente, spolverare con la farina, far dorare il tutto e aggiungere questo soffritto ai crauti mescolando molto bene; aggiustare di sale.



Nonno di Alex



## CAPUSI SCALTRÌ

### INGREDIENTI:

1 cavolo  
1 cipolla  
30 g di burro  
sale  
pepe  
3-4 cucchiari di olio

### PROCEDIMENTO:

Soffriggere olio, burro e cipolla.  
Quando il tutto è rosolato, aggiungere i cavoli tagliati sottili, salare e pepare.  
Mescolare, incorporare un po' d'acqua e ultimare la cottura.



Mamma di Michele



## PATATE ALLA CONTADINA

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

4 patate  
1 cipolla  
50 g di pancetta cruda affumicata  
latte q.b.  
olio extra vergine d'oliva  
sale  
pepe

### PROCEDIMENTO:

Pelare e lavare le patate.  
In un tegame rosolare con olio extra vergine d'oliva la pancetta e la cipolla, precedentemente tagliate a striscioline.  
Ungere la pirofila da forno con un po' di burro e stendervi sul fondo il soffritto di cipolla e pancetta.  
Prendere le 4 patate e tagliarle a fettine fini, dopodiché metterle nella pirofila disposte una sopra l'altra, formando uno strato.  
Salare e pepare coprendo infine il tutto con il latte.  
Infornare a una temperatura di 170° per 10 minuti.  
Togliere la pirofila dal forno, coprirla con la carta alluminio e proseguire la cottura per altri 20 minuti.



Mamma di Alex



## PEPERONI ALLA PEPERLIZIA

### INGREDIENTI:

¼ di zucchero

¼ di olio

1 l di aceto (bianco)

2 ½ peperoni (gialli e rossi)

### PROCEDIMENTO:

Lavare i peperoni accuratamente, privarli dei semi e tagliarli a pezzi (quadrati). Far bollire olio, zucchero e aceto; spegnere il tutto, togliere dal gas, mettere i peperoni e lasciare macerare per circa 8 ore.

Invasare i peperoni (per comodità utilizzare dei vasetti da consumare una volta aperti) e coprirli con il liquido.

Chiudere bene i vasi di vetro con il loro tappo e conservare anche per un mese e mezzo.

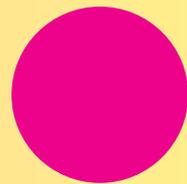
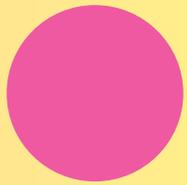
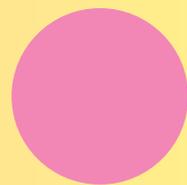
Maestra Rita

Insegnante sezione





# Primi piatti



## RISOTTO PRIMAVERA

### INGREDIENTI:

olio  
burro  
½ bicchiere di vino bianco  
½ cipolla  
zucchine  
peperoni  
carote  
6 pugni di riso  
dado vegetale  
2-3 cucchiari di panna  
1 manciata di prezzemolo tritato  
grana  
sale  
pepe

### PROCEDIMENTO:

Far appassire (a fiamma bassa) ½ cipolla tritata in un po'd'olio, quindi aggiungere le verdure tagliate a pezzettini (zucchine, peperoni, carote) e cuocere per 2-3 minuti a fiamma bassa.

Unire circa 6 pugni di riso e "tostarlo" a fiamma vivace insieme alle verdure.

Aggiungere ½ bicchiere di vino bianco e lasciarlo svaporare.

Aggiungere l'acqua bollente e il dado (o dado e sale) quanto basta.

Coprire con il coperchio.

A cottura quasi ultimata unire una noce di burro, 2-3 cucchiari di panna, il prezzemolo tritato, un po' di pepe, il grana e "mantecare".



Mamma di Annachiara

## AGNOLOTTI (O RAVIOLI) CON SALSADINOCCI

### INGREDIENTI:

800 g di agnolotti  
1 cipolla  
150 g di gherigli di noce  
1 bicchiere di latte  
200 ml di panna  
burro  
150 g di parmigiano grattugiato  
dado  
sale

### PROCEDIMENTO:

Imbiondire la cipolla nel burro, unire i gherigli di noce tritati, la panna e il latte.

Lasciar bollire per qualche minuto, poi aggiungere il dado e farlo sciogliere.

Mettere in una pentola acqua e sale.

Lessare gli agnolotti e scolarli a cottura ultimata.

Condire gli agnolotti con il sugo ottenuto, spolverizzandoli di parmigiano.



Mamma di Nicola





## ORECCHIETTE CON CIME DI RAPE

### INGREDIENTI PER 5 PERSONE:

500 g di cime di rape  
500 g di orecchiette fresche  
1 spicchio di aglio  
180 cl d'olio  
un pizzico di peperoncino

### PROCEDIMENTO:

Portare ad ebollizione l'acqua occorrente per cuocere la pasta, pulire e lavare le cime di rape e, quando l'acqua bolle, salare e versare le verdure.

Lasciar cuocere per dieci minuti, poi aggiungere la pasta e ultimare la cottura.

Nel frattempo in un pentolino scaldare l'olio con l'aglio e il peperoncino; quando l'aglio è imbiondito togliere dal fuoco.

Scolare la pasta al dente e aggiungere l'olio bollente; mescolare e servire caldo.



Mamma di Anna

## PENNE FANTASIA

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

350 g di penne  
300 g di pomodori maturi  
100 g di pancetta  
200 g di tonno sott'olio  
5 foglie di basilico  
1 spicchio d'aglio  
1 scalogno  
olio  
sale  
parmigiano

### PROCEDIMENTO:

Bollire l'acqua per cuocere la pasta.

Nel frattempo tagliare lo scalogno e la pancetta e farli soffriggere in un tegame con un po' d'olio e uno spicchio d'aglio.

Quando sono imbionditi, aggiungere i pomodori tagliati a pezzetti.

Cuocere per 15 minuti, unire il tonno e le foglie di basilico.

Scolare la pasta e condirla con la salsa e il parmigiano.



Mamma di Silvia



## GNOCCHI ALLA ROMANA

### INGREDIENTI:

1 l di latte  
2 ½ di semolino bianco  
3 tuorli d'uovo  
parmigiano  
1 noce di burro  
sale

### PROCEDIMENTO:

Bollire un litro di latte, aggiungere a pioggia il semolino e la noce di burro. Salare e cuocere per 20 minuti.

A fine cottura togliere dal fuoco, aggiungere i tre tuorli d'uovo e un pugno di grana. Capovolgere il tutto su un piano di marmo unto (o su carta da forno), formare un piano di 1 cm, lasciar raffreddare e fare delle forme con degli stampini (bicchiere bagnato d'acqua fredda).

Ungere una teglia e disporre sopra gli gnocchi, cospargerli con fiocchetti di burro (o olio) e parmigiano. Mettere in forno a 200° per 15-20 minuti.



Mamma di Gianluca



## ORECCHIETTE PRIMAVERA

### INGREDIENTI:

½ kg di orecchiette  
3 carote gialle  
3 zucchine verdi  
3 zucchine gialle  
2 ml di panna da cucina  
3 hg di gamberetti precotti  
prezzemolo fresco  
olio d'oliva  
sale

### PROCEDIMENTO:

Pelare le carote, tagliarle a cubetti e così le zucchine dopo averle lavate.

Buttare le verdure assieme alle orecchiette in acqua bollente salata e far cuocere per circa 15-20 minuti.

A cottura quasi ultimata versare qualche cucchiaio di olio d'oliva in un altro tegame e, una volta scaldato, aggiungere i gamberetti; dopo 1-2 minuti scolare la pasta con le verdure e farla saltare a fuoco vivace assieme ai crostacei. Aggiungere la panna, mescolare per far amalgamare gli ingredienti e spolverare con del prezzemolo sminuzzato. Buon appetito!



Mamma di Manuel



## GNOCCHI DI SPINACI

### INGREDIENTI:

250 g di spinaci  
400 g di ricotta  
2 uova  
2 cucchiaini di farina  
100 g di parmigiano  
polpa di pomodoro  
foglie di basilico  
olio d'oliva  
sale  
pepe  
noce moscata

### PROCEDIMENTO:

Lessare gli spinaci in acqua bollente salata, strizzali e tritarli finemente. Mescolarli in una ciotola con ricotta, uova, sale, noce moscata e farina; formare in seguito delle palline e infarinarle.

Preparare la salsa con polpa di pomodoro, olio, basilico, sale e pepe.

Mettere sul fuoco l'acqua, salarla e quando bolle versarvi gli gnocchi; appena vengono a galla scolarli e condirli con la salsa e il parmigiano.



Mamma di Giulia





## MINESTRA DI LENTICCHIE

### INGREDIENTI:

pancetta cruda affumicata  
cipolla  
sedano  
carote gialle  
salsa di pomodoro  
lenticchie secche  
dado  
pepe  
olio extra vergine d'oliva

### PROCEDIMENTO:

Versare in una pentola un cucchiaio di olio d'oliva; tritare la cipolla con un po' di sedano e delle carote gialle.

Tagliare a dadini la pancetta e rosolare il tutto. Incorporare tre pugni di lenticchie, un cucchiaio di salsa di pomodoro, un dado e un pizzico di pepe. Aggiungere l'acqua in quantità desiderata e cuocere lentamente. A piacere si può unire della pastina da minestra.



Mamma di Simone



## SPATZLI

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

200 g di farina bianca  
1 dl acqua (eventualmente metà latte)  
2 uova  
sale  
1 cucchiaio di semolino

### PROCEDIMENTO:

Mettere la farina in una ciotola, disporvi le uova al centro, aggiungere il sale e iniziare ad impastare dal mezzo.

Unire l'acqua o il latte fino a ottenere una pasta morbida e omogenea.

Versare la pasta nell'acqua salata e bollente, facendola passare attraverso il crivello.

Lasciar cuocere finché gli gnocchi non salgono a galla. A piacere si può aggiungere parmigiano o burro fuso dorato.



Mamma di Marta



## TORTIGLIONI AL TONNO

### INGREDIENTI:

4 cucchiaini d'olio  
250 g di tonno in scatola  
1 spicchio d'aglio  
1 cipolla piccola  
1 rametto di basilico  
1 rametto di prezzemolo  
1 carota  
1 gambo di sedano  
2 pomodori maturi  
sale  
pepe  
tortiglioni

### PROCEDIMENTO:

Tritare finemente carota, cipolla e aglio.  
Versare l'olio in una casseruola e farvi rosolare gli ingredienti tritati.  
Unire la polpa dei pomodori spellati senza semi e lasciar cuocere per 5 minuti.  
Scolare bene il tonno aggiungendolo alla salsa, assieme al basilico e al prezzemolo.  
Cuocere i tortiglioni in acqua salata.  
Scolare e versare nella casseruola con il sugo.  
Cuocere il tutto per due minuti.



Mamma di Christian



## TAGLIATELLE ALLA POLPA DI GRANCHIO

### INGREDIENTI:

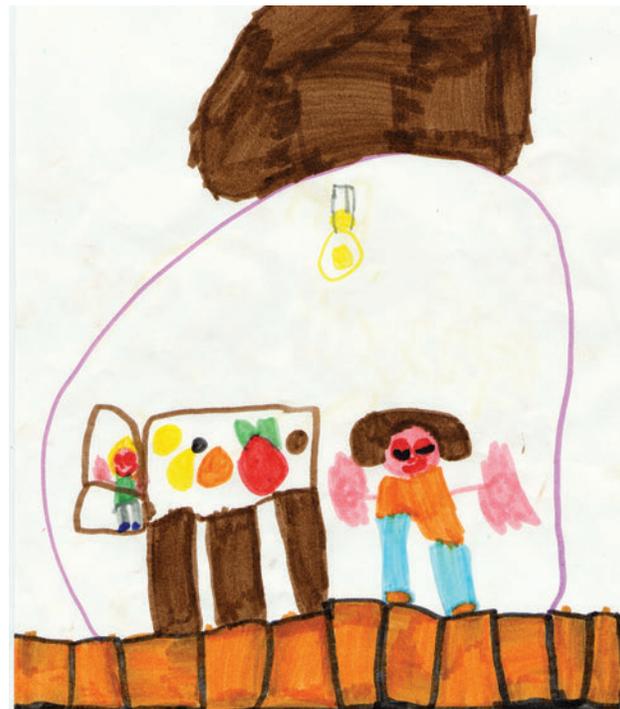
250 g di polpa di granchio  
200 ml di panna da cucina  
40 g di burro  
250 g di tagliatelle

### PROCEDIMENTO:

Sciogliere il burro in una casseruola.  
Unire metà della polpa di granchio tagliata a dadini.  
Lasciare insaporire a fiamma bassa per 5 minuti.  
Aggiungere la panna e la rimanente polpa di granchio frullata.  
Salare e scaldare ancora per alcuni minuti.  
Cuocere le tagliatelle al dente, scolarle e condirle con la salsa ben calda.



Mamma di Alessandro



## STRUDEL AGLI SPINACI

### INGREDIENTI:

500 g di spinaci surgelati tritati  
150 g di burro  
250 g di ricotta  
2 uova  
100 g di parmigiano grattugiato  
200 g di farina  
sale q.b.  
noce moscata grattugiata

### PROCEDIMENTO:

Scongelare gli spinaci, passarli in padella con un po' di burro e farli asciugare. Aggiungere la ricotta, la noce moscata, il parmigiano grattugiato; mescolare il tutto e coprire il composto.

Mettere la farina a fontana sulla spianatoia, aggiungere il sale, le uova, mezzo bicchiere d'acqua e lavare l'impasto.

Stendere il tutto con il matterello e spalmare sopra il composto di spinaci; arrotolare poi la sfoglia su se stessa.

Avvolgere il rotolo su un telo bagnato e adagiarlo in una larga casseruola ovale, dove si deve far bollire in acqua salata.

Cuocere per 45 minuti. A cottura ultimata estrarre delicatamente il rotolo dall'acqua, eliminare il panno e tagliare il rotolo a fette.

Condire con il burro fuso o con della salsa di pomodoro. Aggiungere il parmigiano grattugiato.



Nonna di Alex



## LASAGNE AGLI SPINACI

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

2 cipolle, 1 spicchio d'aglio, 2 carote, 1 cucchiaio di olio extra vergine d'oliva, 400 g di pomodori pelati, 12 fogli di lasagne, 375 g di spinaci tritati surgelati, sale, pepe, origano, 40 g di parmigiano grattugiato.

### INGREDIENTI PER LA BESCIAMELLA:

30 g di burro, 2 cucchiaini di farina, 40 cl latte, 100 g di parmigiano grattugiato, sale, pepe.

### PROCEDIMENTO:

Sbucciare e tritare la cipolla e l'aglio.

Raschiare leggermente le carote e grattugiarle.

Scaldare l'olio in una pentola e saltare a fuoco medio la cipolla, l'aglio e le carote.

Con il mixer o con il passaverdura ridurre in purea i pomodori e insaporire con il sale, il pepe e l'origano.

Preparare la besciamella facendo sciogliere il burro a fuoco lento in una casseruola, aggiungere la farina e mescolare energicamente, fino ad ottenere un composto spumoso. Unire il latte caldo e far cuocere per 5 minuti, continuando a mescolare, a partire dal momento in cui la salsa inizia a bollire. Fuori del fuoco, incorporare il formaggio grattugiato e regolare di sale e pepe.

Lessare al dente le lasagne in acqua bollente salata. Scolarle bene e allinearle su un canovaccio, perché si asciugano.

Ungere leggermente la pirofila. Stendere sul fondo 4 fogli di lasagne, poi uno strato di spinaci (scongelarli a temperatura ambiente in un colapasta perché gocciolino bene), metà del composto di cipolla, l'aglio, le carote e 20 g di parmigiano. Pepare e salare appena. Ripetere l'operazione e terminare con uno strato di lasagne, la besciamella e il parmigiano rimasto.

Mettere la pirofila in forno preriscaldato a 180° per circa 30 minuti.

Servire ben caldo.



Mamma di Loris

## RISO FILANTE

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

370 g di riso

200 g di mozzarella

150 g di prosciutto cotto

2 uova

3-4 cucchiaini di parmigiano grattugiato

sale

pepe

noce moscata

30 g di burro

### PROCEDIMENTO:

Dopo aver cotto il riso in acqua bollente, scolarlo, metterlo in una teglia da forno e condirlo con il burro e il parmigiano grattugiato.

Aggiungere la mozzarella tagliata a pezzetti, il prosciutto tagliato a filetti grossi come fiammiferi, le uova sbattute come frittata, un pizzico di pepe e un po' di noce moscata grattugiata.

Passare in forno caldo per 5 minuti e servire subito.



Mamma di Marta



## CANEDERLI AL FEGATO IN BRODO

### INGREDIENTI:

300 g di pane bianco  
200 g di fegato di manzo  
100 g di grasso di rognone di vitello (oppure olio)  
½ cipolla  
prezzemolo  
1 spicchio d'aglio  
½ cucchiaino di maggiorana  
1 uovo  
buccia di limone  
sale q.b.  
1 l di brodo di carne

### PROCEDIMENTO:

Tagliare il pane a dadini molto piccoli e metterli in una terrina.

Passare nel tritacarne il fegato, il grasso, la cipolla e il prezzemolo. Aggiungere l'uovo, salare e condire con maggiorana e un po' di scorza di limone.

Mescolare il tutto con il pane.

Con il composto ottenuto, formare dei canederli e metterli in acqua bollente precedentemente salata.

Far bollire a fuoco lento per 15-20 minuti.

Servire in brodo ben caldo.



Mamma di Debora



## PAPPARDELLE BOSNIA

### INGREDIENTI:

1 scaloppa di tacchino  
2 cipolle  
200 g di peperoni (misti)  
600 g di pomodori (senza semi e buccia)  
2 spicchi d'aglio  
sale  
pepe  
paprika dolce  
succo di limone  
cannella  
prezzemolo

### PROCEDIMENTO:

Tritare le cipolle e rosolarle in un po' d'olio; aggiungere i peperoni tagliati a dadini, la carne (senza pelle e tagliata sempre a dadini) e mescolare di tanto in tanto.

Unire 2 cucchiaini di limone, il sale, il pepe, la paprika dolce, l'aglio tritato e una spolverata di cannella.

Coprire e cuocere il tutto per circa 20-30 minuti; a cottura ultimata aggiungere i pomodori tagliati a pezzettini e un po' di prezzemolo. Terminare la cottura. Cuocere la pasta al dente, scolarla e condirla con il sugo pronto.

Aggiustare il sale e il pepe.

Mettere tutto in una pirofila, cospargere con tanto grana grattugiato e infornare per 15-20 minuti.



Mamma di Benjamin

## SPAGHETTI CON SUGO ALLA "LUGANEGA"

### INGREDIENTI:

1 "luganega", ½ cipolla, 500 g di pomodori pelati (circa), sale q.b., dado, basilico, peperoncino (a piacere), burro, olio, 400 g di spaghetti.

### PROCEDIMENTO:

Rosolare ½ cipolla tritata con burro e olio.  
Spellare e tagliare una "luganega" a piccoli pezzi e aggiungerla al soffritto.  
Farla rosolare per pochi minuti e incorporare circa 500 g di pelati passati.  
Unire il dado, il basilico e il peperoncino (a piacere).  
Cuocere per 20 minuti e condire gli spaghetti preparati a parte.



Mamma di Aurora

## CONCHIGLIE AL RAGÙ

### INGREDIENTI:

200 g di carne macinata mista, ½ cipolla, ½ dado, ½ carota, 1 gambo di sedano, basilico, vino bianco, pomodori pelati, 4 hg di conchiglie, un po' di burro, un po' d'olio, sale, pepe.

### PROCEDIMENTO:

Far rosolare la carne nel burro, nell'olio e nella cipolla, aggiungendo un po' di vino bianco.  
Dopo aver fatto evaporare il vino, aggiungere i pelati, la carota, il sedano, il basilico, il sale, il pepe e il dado.  
Cuocere il tutto lentamente per 1 ora e 30 minuti.  
A parte, in acqua salata, cuocere la pasta e a cottura ultimata servirla con sopra il ragù.



Mamma di Elisa



## COUS COUS

Tunisia

### INGREDIENTI:

½ bicchiere di olio  
1 kg di carne  
1 cipolla  
100 g di pomodoro  
¼ l di brodo  
150 g di zucca  
1 carota  
2 tazze di cous cous

### PROCEDIMENTO:

Mettere in una pentola ½ bicchiere di olio e la carne tagliata a piccoli pezzi; far rosolare il tutto per 15 minuti.

Aggiungere una cipolla piccola a pezzetti e il pomodoro; far cuocere per 20 minuti.

Mescolare dell'acqua con il dado, la zucca, la carota e cuocere per 10 minuti.

In un altro tegame cuocere a bagnomaria il cous cous bagnato con un po' d'acqua, finché non sia completamente evaporata. Aggiungere infine il cous cous nella pentola con la carne e far cuocere 30 minuti continuando a mescolare.



Mamma di Behaeddine



## RISOTTO AGLI ASPARAGI

### INGREDIENTI:

4-5 hg di riso, asparagi, ½ bicchiere di vino bianco, brodo, 1 noce di burro, olio, cipolla, parmigiano

### PROCEDIMENTO:

Rosolare gli asparagi a pezzetti con olio e cipolla, aggiungere il riso e farlo dorare; versare in seguito il vino bianco e farlo evaporare.

Incorporare il brodo e mescolare fino a raggiungere la cottura al dente; unire il burro, una manciata di parmigiano e far mantecare.



Mamma di Giulia



## RISOTTO AL MIRTILLO

### INGREDIENTI PER 6 PERSONE:

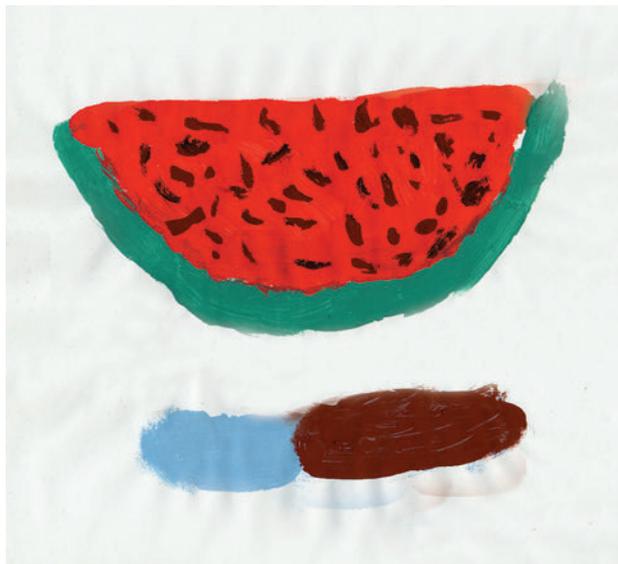
500 g di riso  
½ cipolla tagliata finissima  
300 g di mirtilli  
½ scatola di panna da cucina  
parmigiano grattugiato  
brodo vegetale  
150 g di burro  
1 bicchiere di vino bianco

### PROCEDIMENTO:

Mescolare il burro con la cipolla.  
Aggiungere metà mirtilli, il riso e un bicchiere di vino bianco.  
Mescolare lentamente aggiungendo il brodo quanto basta.  
A cottura ultimata, versare ½ scatoletta di panna da cucina, i mirtilli rimanenti e il parmigiano.  
Buon appetito!



Nonna di Marco



## SPATZLI DI “ RAVIZOLE ”

### INGREDIENTI:

300 g di “ravizole”  
4 uova  
200 g di farina bianca  
sale  
pepe

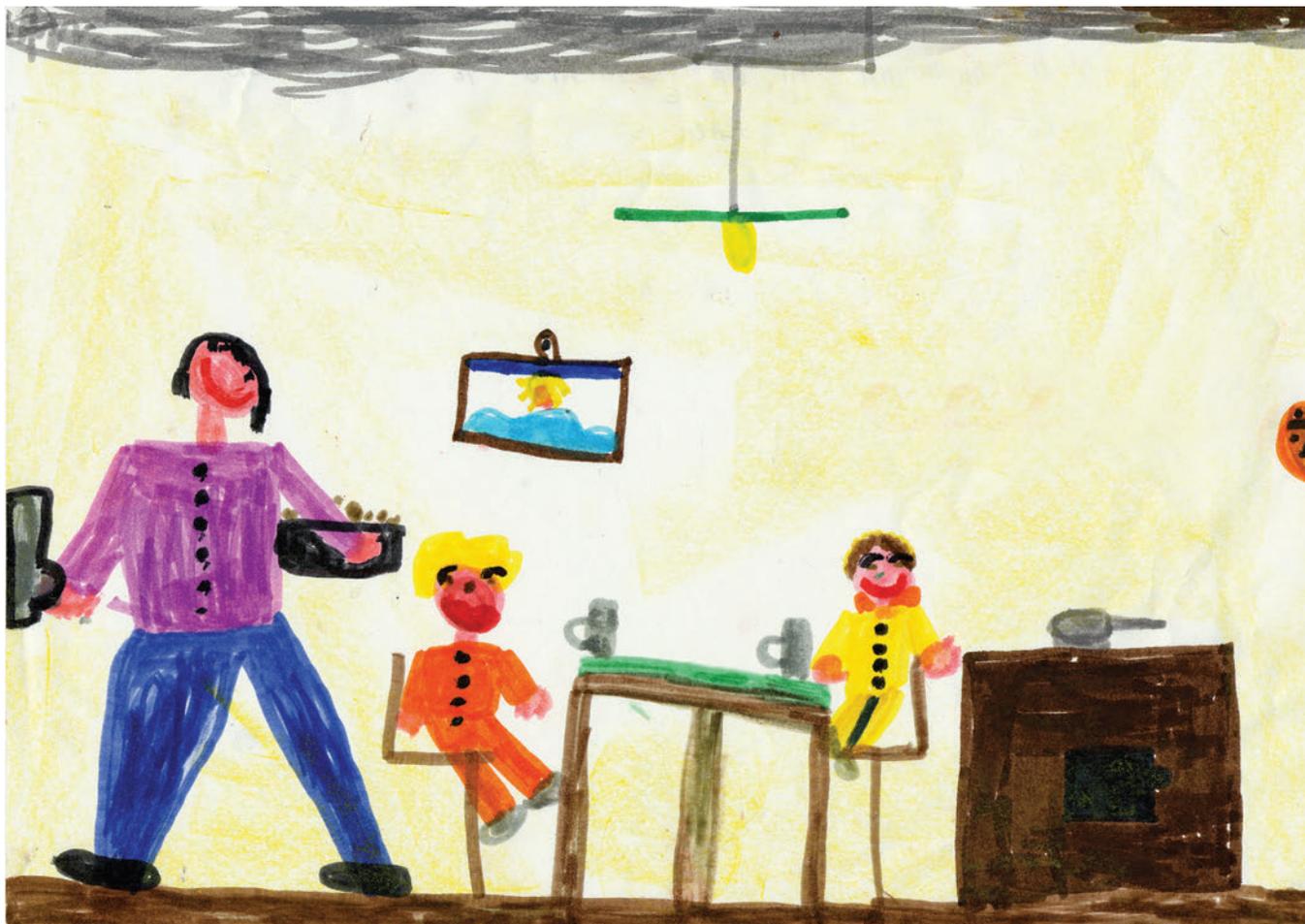
### PROCEDIMENTO:

Le “ravizole” sono degli spinaci di montagna dal sapore più delicato dei normali spinaci.  
Al posto delle “ravizole” si possono usare foglie di bietta o germogli di ortica, o “farinele”.  
Cuocere le “ravizole” in acqua salata, scolare e tritare nel mixer insieme alle uova e alla farina, fino a formare una pastella morbida.  
Aggiustare di sale.  
Mettere l’impasto, un po’alla volta, nell’apposito attrezzo per fare gli spatzli e farli colare in acqua bollente salata.  
Appena vengono a galla, scolarli e spadellarli con burro e salvia (o con panna e speck tagliato a striscioline).



Mamma di Lorenzo





## TRIPPE DI VITELLO ALLA PARMIGIANA

### INGREDIENTI:

1 kg di trippa  
2 manciate di fagioli lessati  
3 carote  
2 coste  
2 gambi di sedano  
2 foglie di alloro  
1 cipolla  
½ bicchiere di passata di pomodoro  
grana  
1 bicchiere di vino bianco  
1 dado

### PROCEDIMENTO:

Pulire la trippa e cuocerla nell'acqua per 20 minuti, scolarla e quando è fredda tagliarla a listelli.

Prendere un tegame, mettere un po' di burro e un po' d'olio, tagliare a pezzettini tutte le verdure e aggiungerle al condimento.

Far rosolare leggermente.

Aggiungere le trippe con il bicchiere di vino bianco e far evaporare.

Nel frattempo prendere 1 l d'acqua, 1 dado, ½ bicchiere di passata di pomodoro (fatta bollire per un minuto) e aggiungere al tutto.

Cuocere per 1 ora e 30 minuti a fuoco lento.

15 minuti prima della cottura aggiungere i fagioli lessati e alla fine il grana.



Nonna di Camilla

## “PASTA E FASOI” PASTA E FAGIOLI

### INGREDIENTI:

1 l di brodo  
4 hg di fagioli lessati  
½ salsiccia  
1 ½ hg di ditalini piccoli da minestrone  
1 gambo di sedano  
1 cipolla  
1 bicchiere di passata di pomodoro  
1 spicchio d'aglio (a piacere)

### PROCEDIMENTO:

Rosolare la salsiccia con la cipolla e il sedano, poi aggiungere i fagioli metà interi e metà schiacciati.

Incorporare quindi la salsa di pomodoro, il brodo, un dado e quando il tutto bolle, mettere la pasta.

A cottura ultimata aggiungere un po' di prezzemolo, poi servire.



Mamma di Giacomo



## RISOTTO ALLE FRAGOLE

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

350 g di riso  
150 g di fragole  
50 g di burro (oppure olio)  
1 cipolla piccola  
1  $\frac{1}{4}$  l di brodo  
 $\frac{1}{2}$  bicchiere di panna  
 $\frac{1}{2}$  bicchiere di vino bianco

### PROCEDIMENTO:

Rosolare la cipolla con 40 g di burro (oppure olio), incorporare il riso e dopo un minuto spruzzare con il vino bianco.

Aggiungere le fragole tagliate a pezzetti.

Bagnare il tutto con un mestolo di brodo.

Cuocere il risotto per circa 15 minuti, aggiungendo il brodo.

Incorporare la panna e cuocere per 3 minuti.

Spegnere il fuoco e aggiungere il burro rimasto.

Salare e pepare a piacere, mescolando bene.

Lasciar riposare per 1 minuto e servire!



Mamma di Giulia

## RISO CON CARNE E PISELLI

### INGREDIENTI:

100 g di piselli  
500 g di riso  
500 g di carne  
250 g di patate  
100 g di peperoncino verde  
100 g di cipolle  
10 ml di olio  
2 cucchiaini di salsa di pomodoro  
pepe nero macinato  
sale  
1 l di acqua

### PROCEDIMENTO:

Scaldare in una pentola l'olio, aggiungere in seguito la cipolla tritata finemente e la carne.

Cuocere per 10 minuti.

Incorporare la salsa di pomodoro, il sale, il pepe nero, il peperoncino e mescolare per 5 minuti.

Versare 1 l di acqua e, quando bolle, mettere i piselli. Cuocere il riso (la ricetta originale prevede la cottura a vapore), aggiungendo acqua se necessario.

A cottura ultimata, versare il sugo preparato precedentemente e servire.



Mamma di Yassin





## ZUPPA MAROCCHINA

### INGREDIENTI PER 6 PERSONE:

200 g di lenticchie  
200 g di ceci  
1 cipolla  
250 g di carne di vitello  
2 foglie di sedano  
1 mazzetto di prezzemolo  
50 g di riso  
150 g di farina  
1 cucchiaino di zafferano  
1 kg di pomodori  
½ bicchiere di olio  
sale  
pepe

### PROCEDIMENTO:

Mettere i ceci in un recipiente per 1 giorno (serve per poi sbucciarli).

Passare i pomodori, tritare la cipolla, il sedano e il prezzemolo.

Tagliare la carne a pezzetti, aggiungere il sale, il pepe, lo zafferano e l'olio.

Mettere tutto dentro una pentola (anche i ceci e le lenticchie), aggiungere 1 l d'acqua e lasciar bollire per 20 minuti.

Incorporare il riso e la farina (messa a parte dentro un po' d'acqua fredda), mescolando piano finché il riso è cotto.



Mamma di Rida

## GNOCCHI DI PATATE

### INGREDIENTI PER 6 PERSONE:

2 kg di patate  
400 g di farina bianca  
2 uova  
un po' di noce moscata  
sale  
sugo di pomodoro o crema al gongorola

### PROCEDIMENTO:

Lessare le patate, privarle poi della buccia e passarle nello schiacciapatate.

Raccoglierle sulla spianatoia.

Versare la farina a pioggia in modo da distribuirle uniformemente sulle patate.

Unire una presa di sale e le uova.

Lavorare l'impasto con le mani fino a quando risulterà morbido e compatto.

Formare con le mani dei lunghi rollini di pasta e tagliarli poi a pezzi di circa 1 cm.

Cuocere in abbondante acqua salata, scolare e condire con sugo di pomodoro o con crema al gongorola.

Gemma  
cuoca



## RISO AL LATTE

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

1 l di latte  
50 g di burro  
280 g di riso  
sale  
1 bicchiere d'acqua

### PROCEDIMENTO:

Riscaldare il latte, aggiungere il bicchiere d'acqua e appena bolle versare il riso.  
Unire il burro e il sale necessario.  
Finire di cuocere mescolando spesso.

Carla  
operatore



## RICETTA PER FARE IL DADO DI CARNE

### INGREDIENTI:

1 ½ kg di carne magra macinata  
1 kg di cipolle  
1 kg di carote  
2 aglio  
1 kg di sale grosso  
1 manciata di origano  
sedano a piacere  
un po' di salvia  
un po' di rosmarino

### PROCEDIMENTO:

Mettere in una pentola larga la carne macinata finemente e farla rosolare un po'.  
Nel frattempo lavare le verdure e tagliarle grossolanamente.  
Mettere tutte le verdure in un'altra pentola e farle appassire.  
Quando sono pronte, aggiungere la carne e il sale.  
Lasciar cuocere a forno moderato per 2-3 ore, rimestando di tanto in tanto.  
A cottura ultimata mettere nel robot e frullare.  
Invasare il composto e conservare in cantina.

Maestra Annarosa  
Insegnante sezione



## CREMA DI VERDURE

### INGREDIENTI:

½ cipolla  
sedano  
olio d'oliva  
30 g di prosciutto cotto  
2 carote  
2 patate  
1 zuccina  
1 presa di spinaci  
1 rametto di rosmarino

### PROCEDIMENTO:

Soffriggere leggermente la cipolla in un cucchiaio di olio d'oliva.

Aggiungere contemporaneamente il prosciutto a pezzettini e il sedano.

Tagliare le rimanenti verdure e unirle al soffritto, ricoprendole di acqua abbondante. Aggiungere una presa di sale, ½ dado e il rametto di rosmarino.

Nella pentola a pressione il tempo di cottura è al massimo di 30 minuti.

Frullare il tutto con una pistola elettrica o passare con il passaverdura.



Mamma di Chiara



## MINESTRA CREMA DI PISELLI

### INGREDIENTI PER 6 PERSONE:

75 g di burro  
3 cucchiai di farina  
0,750 l di latte  
0,750 l di acqua  
750 g di piselli freschi (oppure 200 g di secchi)  
5 cucchiai di parmigiano grattugiato  
sale

### PROCEDIMENTO:

Fare una besciamella con il burro e la farina.

Condirla con un pizzico di sale e lasciarla cuocere adagio, mescolandola con un cucchiaio di legno.

Lessare i piselli in acqua salata e passarli.

Versare la purea ottenuta dai piselli nella casseruola dove cuoce la besciamella.

Quando la crema di piselli sarà arrivata ad una giusta densità, toglierla dal fuoco, condirla con il parmigiano grattugiato e distribuirla nelle scodelle.

Volendo, si può servire con crostini di pane.



Mamma di Veronica



## RISOTTO CON LA ZUCCA

### INGREDIENTI:

400 g di riso  
500 g di zucca  
50 g di burro  
1 carota  
1 cipolla  
½ l di brodo di carne  
50 g di parmigiano grattugiato  
sale

### PROCEDIMENTO:

Tagliare la zucca a dadini e sbiancarla nell'acqua bollente salata; scolarla e metterla da parte.

Unire in una casseruola il burro con un battuto di carota e cipolla.

Rosolare a fiamma bassa, aggiungere il riso e amalgamarlo con il trito.

Bagnare poi il riso con il brodo ben caldo, versandone un paio di mestoli alla volta.

A metà cottura regolare il sale e aggiungere la zucca. Incorporare infine il restante brodo e il parmigiano grattugiato.



Mamma di Alex



## ORZETTO ALLA TRENTINA

### INGREDIENTI:

2-3 carote  
2 gambi di sedano  
1 cipolla  
3 patate  
un pugno di fagioli  
100 g di orzo perlato  
2-3 cucchiari di olio  
un pezzetto di pancetta affumicata  
un pizzico di sale  
2-3 bicchieri di latte  
acqua q.b.

### PROCEDIMENTO:

Soffriggere la cipolla, precedentemente tritata, in un po' d'olio;

aggiungere le carote, il sedano, le patate tagliate a dadini e i fagioli messi a bagno prima.

Soffriggere leggermente il tutto; versare poi l'acqua, il sale, l'orzo perlato e un pezzo di pancetta affumicata. A circa metà cottura aggiungere del latte.

Terminare la cottura molto lentamente e servire.



Mamma di Riccardo



## CANEDERLI ALLO SPECK

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

300 g di pane bianco raffermo  
2 bicchieri di latte  
100 g di speck  
2 uova  
½ cipolla  
prezzemolo  
1 noce di burro  
1-2 cucchiai di farina bianca

### PROCEDIMENTO:

Tagliare a dadini 300 g di pane raffermo e metterlo in ammollo in una terrina con 2 bicchieri di latte.

Tagliare a dadini piccolissimi 100 g di speck e aggiungerlo al pane.

Incorporare 2 uova sbattute e un ciuffo di prezzemolo tritato.

Lasciar riposare per 30 minuti.

Trascorso questo tempo, in un tegamino, con una noce di burro imbiondire ½ cipolla tritata finemente.

Aggiungerla nella terrina, regolare il sale e mescolare. Se l'impasto non è sufficientemente asciutto, unire 1-2 cucchiari di farina. Con le mani bagnate formare delle palline di 5-6 cm di diametro e cuocerle in brodo bollente per 20-25 minuti.

Se si teme che non tengano la cottura, cuocerne una per prova: se si spappola, sarà opportuno aggiungere ancora un po' di farina all'impasto.

Servire i canederli nel loro brodo con una spruzzata di erba cipollina.



Mamma di Carlo

## STRANGOLA PRETI GNOCCHI DI SPINACI

### INGREDIENTI:

300 g di pane  
800 g di spinaci  
2 uova  
3 cucchiari di farina bianca  
5 cucchiari di pane grattugiato  
latte quanto basta  
sale  
formaggio grattugiato  
burro

### PROCEDIMENTO:

Tagliare il pane a cubetti e versare sopra il latte e le uova sbattute (non deve essere bagnato troppo, altrimenti richiede troppa farina).

Lessare e strizzare bene gli spinaci, poi tritarli.

Aggiungere la farina e il pane grattugiato.

Regolare il sale e formare dei rotolini del diametro di 2 cm; tagliarli poi a pezzettini.

Buttarli nell'acqua bollente salata e farli cuocere finché vengono a galla.

Servire con burro fuso e formaggio grattugiato.



Mamma di Michela





# Secondi piatti



## OSSIBUCHI DI MAIALE ALLA TRENTINA

### INGREDIENTI:

7- 8 ossibuchi  
1 bicchiere di vino rosso  
salsa di pomodoro  
sale e pepe

### PROCEDIMENTO:

Prendere gli ossibuchi di maiale senza cotica e farli rosolare con burro e olio.

Quando saranno dorati bene da tutte e due le parti aggiungere del vino rosso (1 bicchiere) e lasciarlo evaporare.

Salare e pepare.

Nel frattempo preparare a parte della salsa di pomodoro allungata con acqua e aggiungere della noce moscata.

Quando il vino sarà evaporato aggiungere la salsa alla carne e lasciare cuocere a fuoco moderato per circa 1 ora e mezza.

Servire caldo con del purè di patate.



Mamma di Aurora



## SGOMBRO COL TONCO

### INGREDIENTI:

½ cipolla  
1 o 2 scatolette di sgombro  
4 -5 cucchiaini di passata di pomodoro  
farina bianca

### PROCEDIMENTO:

In una pentola bassa rosolare ½ cipolla con un po' di olio, aggiungere 1 o 2 scatolette di sgombro senza l'olio.

Aggiungere 4 - 5 cucchiaini di passata di pomodoro e un po' di acqua; lasciare cuocere a fuoco lento per circa 20 minuti mescolando di tanto in tanto e se occorre aggiungere ancora acqua.

Infine mettere ½ cucchiaino di farina bianca sciolto in ½ bicchiere di acqua tiepida e lasciare addensare il "tonco" per circa 10 minuti. Servire con la polenta.



Bisnonna di Francesco





## GAMBERONI AL FORNO

### INGREDIENTI:

20 gamberoni  
2 spicchi di aglio  
1 bicchiere di vino bianco  
1 cucchiaio di prezzemolo tritato  
6 cucchiaini di olio extra vergine di oliva  
sale

### PROCEDIMENTO:

Versate in una pirofila 6 cucchiaini di olio, gli spicchi di aglio tagliati finemente e un cucchiaio di prezzemolo. Da ultimo adagiate i gamberoni rigirandoli nel condimento e unitevi un pizzico di sale. Chiudete la pirofila con la carta stagnola e mettetela in forno a 200° per circa 20 minuti. Togliete la carta stagnola e riponeteli in forno per altri 20 minuti e servite.



Nonna di Emanuele



## LEPRE IN SALMÌ

### INGREDIENTI:

1 lepre  
2 cipolle  
2 carote  
2 coste di sedano  
6 chiodi di garofano  
10 g di pepe nero in grani  
8 bacche di ginepro  
1 spicchio di aglio  
3 foglie di alloro  
timo, salvia, rosmarino  
bicchiere di vino rosso  
½ bicchiere di aceto  
1 cucchiaio di farina bianca  
1 tazzina di panna fresca

### PROCEDIMENTO:

Tagliare a pezzi una cipolla, un gambo di sedano, una carota, 1 spicchio di aglio e versarli tutti in una casseruola con un bicchiere di vino rosso, ½ bicchiere di aceto, sale, pepe in grani, bacche di ginepro, timo, salvia, rosmarino e far bollire per circa 15 minuti. Aggiungere il tutto (bollente) sulla lepre tagliata e pezzi e lasciar marinare per circa 12 ore, quindi scolare la carne.

Rosolare la cipolla con alcuni dadini di pancetta magra e gli aromi, aggiungere la lepre e farla rosolare. Bagnare con il vino bianco e spolverare con la farina bianca.

Abbassare la fiamma e versare il vino con gli ingredienti della marinatura. Coprire e cuocere per circa 2 ore a fuoco basso. Trascorso il tempo togliere la carne e proseguire la cottura della salsa per qualche minuto. Prima di versarla sulla carne passarla al passatutto e amalgamare con la panna.



Mamma di Pietro

## SPEZZATINO

### INGREDIENTI:

7 -8 hg di carne tagliata a pezzetti  
sale  
cipolla  
carota  
sedano  
½ bicchiere di vino bianco  
sale, pepe

### PROCEDIMENTO:

Mettere in una pentola un trito di sedano, carota, cipolla e far rosolare con del burro.  
Aggiungere i pezzi di carne continuando a far rosolare.  
Salare, pepare, spruzzare con del vino bianco continuando a far rosolare a fuoco lento.  
Durante la cottura aggiungere del brodo vegetale o di carne fino a cottura ultimata.  
Tutto deve cuocere per circa 1 ora e ½.



Nonna di Erik

## SOGLIOLA ALL'ORIGANO

### INGREDIENTI:

1 cucchiaio di farina bianca  
1 cucchiaio di farina gialla  
1 pizzico di sale  
1 pizzico di origano  
filetti di sogliola

### PROCEDIMENTO:

Mescolare in un piatto la farina (gialla e bianca), il sale e l'origano.  
Passare i filetti di sogliola nel composto e cuocere in padella con un po' d'olio.



Mamma di Andrea



## TACCHINO AL TIMO E CAPPERI

### INGREDIENTI:

petto di tacchino da 400 g  
 3 cucchiaini di olio extra vergine di oliva  
 1 cucchiaio di farina bianca  
 3 dl di brodo vegetale o acqua  
 2 cucchiaini di limone  
 1 cucchiaio di capperi sotto sale  
 1 cucchiaio di timo fresco

} per la salsa

### PROCEDIMENTO:

Lavate i capperi sotto l'acqua corrente privandoli di tutto il sale; scolateli ed asciugateli con un canovaccio e tritateli.

In una casseruola su fuoco moderato fate scaldare l'olio e adagiate il petto di tacchino tagliato in 4 pezzi e salato da entrambe le parti e farlo rosolare.

Spolverate i pezzi con la farina, mescolando accuratamente, quindi versate in brodo vegetale o l'acqua in quantità sufficienti per coprire il tutto e lasciare cuocere a fuoco moderato.

Quando il liquido di cottura sarà ridotto alla metà, togliete i pezzi di petto di tacchino e teneteli al caldo tra due piatti precedentemente riscaldati.

Aggiungete nella casseruola ancora sul fuoco, i capperi e il timo fresco lavato e asciugato con un canovaccio.

Fate scaldare per un minuto mescolando con un cucchiaio di legno per staccare il fondo di cottura.

Togliete la salsa dal fuoco e, sempre mescolando, aggiungete il succo di limone.

Versate la salsa sul petto di tacchino e servite caldo.



Mamma di Loris

## POLPETTE AL FORNO

### INGREDIENTI:

500 g di carne macinata  
 1 cucchiaio di grana  
 1 spaccatina rafferma  
 1 uovo  
 sale, pepe  
 pane grattugiato

### PROCEDIMENTO:

Spugnare nel latte caldo la spaccatina tagliata a pezzetti, strizzarla ed aggiungerla alla carne.

Mescolare il tutto insieme all'uovo, al grana, al sale e al pepe.

Fare delle polpette passandole nel pane grattugiato.

Scaldare il forno a 180°.

Riporre le polpette in una teglia con un dito di olio di oliva già scaldato nel forno e lasciar cuocere per circa 30 minuti.



Mamma di Chiara



## POMODORI RIPIENI ALLA CARNE

### INGREDIENTI:

5 pomodori medi  
1 hg di carne macinata  
½ hg di prosciutto cotto  
½ hg di mortadella  
1 uovo  
parmigiano  
prezzemolo  
un pizzico di noce moscata  
sale

### PROCEDIMENTO:

Tagliare a metà i pomodori, svuotarli e mettere il sugo in un recipiente. Unire al sugo la carne tagliata a pezzettini, il prosciutto, la mortadella, l'uovo, il parmigiano, il prezzemolo, la noce moscata e il sale. Riempire i pomodori con questo composto e metterci sopra un po' di olio d'oliva. Infornare a 160° per 30 minuti.



Mamma di Elisa



## POLPETTONE

### INGREDIENTI:

400 g di carne di vitello tritata  
100 g di carne di maiale tritata  
100 g di parmigiano grattugiato  
2 cucchiaini di farina bianca  
2 patate passate al setaccio  
1 tazza di latte  
2 uova  
½ bicchiere di vino bianco  
1 cipolla  
2 carote  
1 gambo di sedano  
sale, pepe  
olio d'oliva

### PROCEDIMENTO:

Mettere tutto in una terrina e amalgamare bene. Dare la forma di un rotolo e infarinare. Far rosolare il polpettone in una teglia con dell'olio, aggiungere la cipolla e il vino bianco. Coprire e infornare per circa 30 minuti.



Nonna di Erik



## CALAMARI RIPIENI

### INGREDIENTI:

5 calamari  
 100 g di riso  
 100 g di cipolle  
 50 g di prezzemolo  
 50 g di grana  
 4 uova  
 4 cucchiaini di olio  
 1 cucchiaio di salsa di pomodoro  
 2 spicchi di aglio  
 pepe nero

### PROCEDIMENTO:

Prendere il riso crudo e lavarlo. Aggiungere la cipolla e il prezzemolo tagliati sottili, il grana e 2 uova (cotte sode). Fare a pezzettini 2 spicchi di aglio e 2 uova fresche; mettere il tutto in una scodella. Nel frattempo tagliare le pinne laterali dei calamari e bollirle per circa 30 minuti; aggiungerle poi agli ingredienti preparati precedentemente. Il tutto sarà poi usato come ripieno per i calamari che vanno chiusi con degli stuzzicadenti. Mettere in seguito i calamari in una pentola larga, aggiungendo un po' di olio, la cipolla, il sale, il pepe, l'aglio e un cucchiaio di salsa di pomodoro. Cuocere per 5 minuti e aggiungere poi circa 1 l di acqua (quanta basta per coprire tutti i calamari). Pungere i calamari per non farli scoppiare e farli cuocere per circa 1 ora e 30 minuti.



Mamma di Bilel

## POLPETTONE DI TONNO

### INGREDIENTI:

2 scatole da 160 g di tonno all'olio d'oliva  
 1 uovo  
 pane grattugiato (quanto basta)  
 3 cucchiaini di parmigiano  
 prezzemolo

### PROCEDIMENTO:

Scolare il tonno e premerlo con una forchetta; aggiungere l'uovo, il parmigiano, il prezzemolo e il pane grattugiato (quanto basta per amalgamare il composto).

Ungere un foglio di alluminio con un po' d'olio e mettere sopra il composto, dandogli la forma di un salame. Arrotolare l'alluminio e legarlo con del filo (chiudere bene anche le estremità).

Immergere il tutto in una pentola di acqua bollente e cuocere per 20 minuti.

Togliere il polpettone dall'involucro e tagliarlo a fette. Servire caldo con la maionese.



Mamma di Christian





## FILETTO DI MANZO

### INGREDIENTI:

500 g di fettine di filetto di manzo  
1 cucchiaio di granulare vegetale  
50 g di pancetta  
150 g di riso  
1 uovo  
20 g di farina  
8 cucchiaini di olio  
1 dl di panna agra  
sale  
pepe  
prezzemolo  
un po' di margarina

### PROCEDIMENTO:

Battere le fettine di manzo con il batticarne.  
Sciogliere la margarina in una pentola, soffriggere la pancetta e unire alla fine il riso parzialmente cacinato.  
Aggiungere il prezzemolo, il granulare vegetale, il pepe e il sale.  
Mettere il composto ottenuto su una metà della fettina di manzo e sovrapporre l'altra metà in modo da richiudere il filetto.  
Fissare il tutto con uno stuzzicadenti.  
Impanare le fettine prima nell'uovo sbattuto e poi nella farina.  
Cuocere nell'olio bollente.  
Quando la carne è cotta aggiungere la panna agra.



Mamma di Stefan

## MUSAKA DI CRAUTI

### INGREDIENTI:

100 g di pancetta  
400 g di carne macinata mista  
2 cucchiaini di salsa di pomodoro  
2 cucchiaini di granulare vegetale  
sale  
pepe  
1 foglia di alloro  
700 g di crauti  
80 g di riso  
1 uovo  
3 dl di latte

### PROCEDIMENTO:

Soffriggere la cipolla nell'olio.  
Aggiungere la pancetta, la carne macinata, la salsa di pomodoro, il granulare vegetale, il sale, il pepe e la foglia di alloro.  
Mettere in una pentola metà dei crauti, la carne preparata prima e il riso bollito.  
Coprire con l'altra metà dei crauti, il latte e l'uovo sbattuto.  
Cuocere in forno a 40° per 50 minuti.



Mamma di Stefan



## CAPRIOLO IN SALMÌ

### INGREDIENTI:

- 1 kg di capriolo (a pezzetti tipo goulash)
- 2 ½ cipolle (a dadini piccoli)
- 2 ½ carote gialle (a dadini piccoli)
- 5 chiodi di garofano
- 4 foglie di alloro
- 6 bacche di ginepro (schiacciate)
- 6 bacche di ginepro (schiacciate)
- 8 acciughe (di vasetto)
- 10 capperi (di vasetto)
- 2 l di vino rosso (possibilmente Teroldego)
- brodo di carne o di dado
- sale
- 2 hg di burro
- 1 bicchierino di stravecchio

### PROCEDIMENTO:

Mettere il tutto in una bacinella con il vino rosso e lasciar marinare per 24 ore.

In una teglia (se possibile piatta e grande) mettere la carne con un po' di sugo; appena questo si consuma aggiungerne ancora.

Preparare a parte il brodo vegetale (o di dado) e aggiungerne fino a bisogno.

Regolare di sale e cuocere circa 4 ore.

Aggiungere infine il burro, 1 bicchierino di stravecchio e far cuocere ancora 5 minuti.

Il sugo non deve essere troppo liquido.



Amico di Carolina

## FORMAGGIO FRITTO CON CIPOLLA

### INGREDIENTI:

- 400 g di formaggio
- 1 cipolla
- 1 patata
- 2 cucchiaini di olio

### PROCEDIMENTO:

Tagliare finemente la cipolla e rosolarla in qualche cucchiaino di olio.

Aggiungere il formaggio tagliato a dadini.

La patata cruda grattugiata servirà a rendere il formaggio più morbido e meno filoso.

Cuocere il tutto in una pentola ampia per 15 minuti, mescolando di tanto in tanto.



Mamma di Lorenzo



## FRITTO DI CALAMARI E SCAMPI

### INGREDIENTI:

500 g di calamari  
500 g di scampi di media grossezza  
100 g di farina bianca  
6 dl di olio di semi per friggere, sale  
fettine di limone e ciuffetti di prezzemolo per la guarnizione

### PROCEDIMENTO:

Infarinate i calamari e gli scampi tenendoli poi in un setaccio che scuoterete per eliminare l'eccesso di farina. In una padella per fritti versate l'olio di semi e portate a temperatura elevata. Solo quando l'olio sarà al punto giusto gettatevi, pochi alla volta, i calamari. Quando avete finito con i calamari, friggete gli scampi che una volta cotti, verranno a galla. Appena tolti dalla padella passateli sulla carta assorbente per far perdere loro l'eccesso di unto. Salateli e serviteli subito ben caldi su un piatto decorato con fettine di limone e ciuffetti di prezzemolo.



Mamma di Alessandro

## POLENTA "CONZÀ"

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

avanzi di polenta  
1 "luganega" fresca grande  
50 g di burro  
200 g di formaggio fresco (fontina)  
salvia  
parmigiano

### PROCEDIMENTO:

Preparare la polenta tagliata a dadini; gettarla nell'acqua bollente per 2 minuti circa e scolarla. Nel frattempo preparare sbriciolata la "luganega" e rosolarla molto lentamente nel burro e nella salvia. Tagliare quindi a dadini il formaggio. Prendere una pirofila, mettere uno strato di polenta, cospargerla con la luganega, il sugo della "luganega" e il formaggio fresco. Sovrapporre un altro strato di polenta e terminare con una manciata di parmigiano. Mettere in forno a 180° e cuocere per 30 minuti.



Nonna di Francesco



## PALOMBO IN UMIDO

### INGREDIENTI:

palombo (anche congelato)  
burro  
cipolla  
½ dado  
poco pepe  
2-3 cucchiari di salsa di pomodoro

### PROCEDIMENTO:

In una teglia antiaderente mettere un po' di burro e la cipolla tritata.

Far rosolare la cipolla e contemporaneamente infarinare il palombo.

Sistemare in una teglia il palombo, ½ dado e poco pepe.

Far rosolare il tutto e aggiungere 2-3 cucchiari di salsa di pomodoro.

Aggiungere un po' d'acqua calda e coprire con il coperchio.

Far cuocere a fuoco lento per 15 minuti.



Mamma di Simone

## PATATE AL FORNO CON AGNELLO

### INGREDIENTI PER 5 PERSONE:

500 g di patate  
800 g di agnello tagliato a pezzi  
aglio  
pepe  
prezzemolo  
sale  
formaggio grattugiato

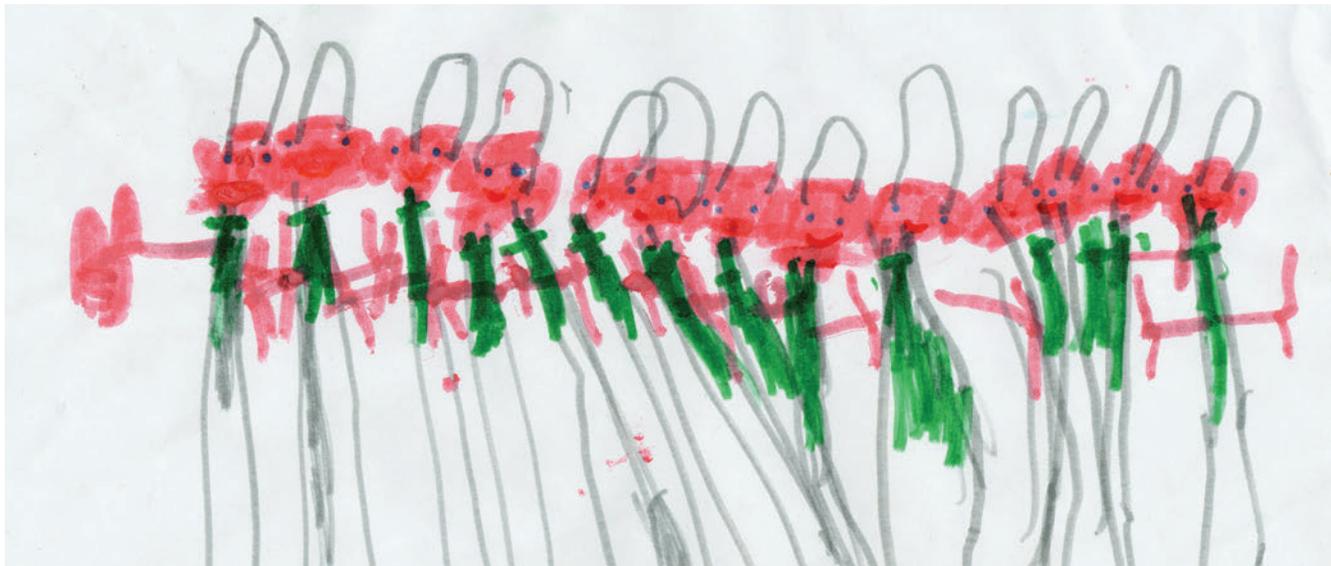
### PROCEDIMENTO:

Pulire e tagliare a pezzi le patate, metterle in una teglia insieme all'agnello tagliato a pezzi e condire con aglio tritato, prezzemolo, pepe e formaggio grattugiato.

Mescolare, aggiungere acqua quanta basta e mettere in forno caldo a 180° finché la carne è cotta.



Mamma di Anna



## BRASATO

### INGREDIENTI:

1 kg di manzo  
3 carote  
3 gambi di sedano  
1 cipolla  
1 patata  
1 foglia d'alloro  
1 rametto di rosmarino  
una manciata di prezzemolo

### PROCEDIMENTO:

Mettere sul fuoco una casseruola con un po' di olio; tritare la cipolla, tagliare a quadretti la patata e versare il tutto nella casseruola.

Lasciar rosolare e in seguito aggiungere le carote, il sedano (tagliato a quadretti non troppo fini, non troppo grossi), il prezzemolo, l'alloro e il rosmarino (tagliati fini).

A questo punto mettere la carne (salata e pepata) nella casseruola, aggiungendo il brodo di tanto in tanto.

Lasciar bollire per 3 ore a fuoco lento.

A cottura ultimata tagliare la carne a fette e tritare la verdura con il passaverdura.

Servire la carne con il sugo sopra.



Nonna di Nicolas



## VITELLO IN SALSA D'ACCIUGHE

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

8 fettine di fesa di vitello  
4 filetti di acciughe sott'olio  
80 g di pancetta tesa in una sola fetta  
40 g di burro  
farina  
1 cucchiaio di aceto balsamico  
erba cipollina  
sale  
pepe

### PROCEDIMENTO:

Battere le fettine di vitello con il batticarne e infarinarle.

Rosolare le fettine nel burro caldo (in una pentola antiaderente), salarle, pepearle, bagnarle con l'aceto balsamico e continuare la cottura per 5-7 minuti.

Toglietele dal tegame e tenerle al caldo.

Rosolare poi la pancetta tagliata a dadini, aggiungere i filetti di acciuga tritati e l'erba cipollina sminuzzata.

Mescolare fino ad ottenere una salsina; ottenuta questa, rimettere in padella le fettine e lasciarle insaporire per alcuni istanti.

Guarnire con erba cipollina e servire subito.



Mamma di Carlo





## BENNI CON TONNO

### ARGENTINA

#### INGREDIENTI:

300 g di tonno  
 500 g di patate (bollite e passate con il passaverdura o lo schiaccia patate)  
 80 g di formaggio emmenthal  
 250 g di pane grattugiato  
 1 cipolla piccola  
 1 cucchiaio di prezzemolo (tritato)  
 1 uovo  
 1 spicchio d'aglio  
 sale  
 pepe  
 ½ l di olio

#### PROCEDIMENTO:

In una ciotola mescolare il tonno, il formaggio (tagliato a dadini), la cipolla e l'aglio tagliuzzati finemente.

Aggiungere il sale e il pepe.

Fare delle piccole palline (a forma di mandarino) e ultimare l'impasto.

Sbattere l'uovo in una ciotola assieme al prezzemolo; prendere una pallina per volta, passarla nell'uovo e successivamente nel pane grattugiato.

Scaldare l'olio e friggere le palline una alla volta.



Mamma di Rida



## A SADO CHIMICHURI

### GRIGLIATA CON SALSA

#### INGREDIENTI PER LA GRIGLIATA:

costine di maiale  
 braciolo  
 pollo  
 fiorentine o altra carne

#### INGREDIENTI PER LA SALSA:

3 cucchiaini di origano  
 4 spicchi d'aglio  
 1 pizzico di pepe nero  
 1 cucchiaino di peperoncino tritato  
 ½ l di aceto  
 un po' d'olio  
 un po' di sale

#### PROCEDIMENTO:

Mettere in una pentola l'aceto, l'origano, l'aglio tritato, un pizzico di pepe, il peperoncino e far bollire.

Quando il tutto bolle lasciar raffreddare; aggiungere poi un goccio di olio.

Se non si consuma tutta la salsa, conservare in frigo (è preferibile preparare la salsa 1-2 giorni prima).

Cuocere la carne sulla griglia e aggiungere la salsa preparata.



Mamma Oriana



## TORTINO DI VERDURE

### INGREDIENTI PER LA PASTA:

250 g di farina integrale  
100 g di olio extravergine d'oliva  
1 uovo intero  
un pizzico di sale  
1 bicchiere di acqua tiepida

### INGREDIENTI PER IL RIPIENO:

300 g di ricotta  
50 g di parmigiano  
500 g di verdure stufate  
sale  
pepe  
semi di sesamo

### PROCEDIMENTO:

Fare un impasto come per la pasta alimentare, lavorarlo molto bene e lasciarlo riposare per 30 minuti. Foderare uno stampo da torta con la pasta, amalgamare la ricotta con le verdure, il parmigiano, il sale e il pepe. Versarlo nello stampo e cospargerlo con i semi di sesamo. Cuocere in forno caldo per 30 minuti.

Evelina  
*Operatrice d'appoggio*



## OSSIBUCHI

### INGREDIENTI:

4 ossibuchi di vitello (spessore di circa 2 cm)  
1 cipolla piccola  
2 carote medie  
½ bicchiere di vino bianco  
1 cucchiaio di passata di pomodoro  
sale  
pepe  
olio  
burro  
farina  
un po' di prezzemolo  
1 bicchiere di brodo

### PROCEDIMENTO:

Infarinare gli ossibuchi e farli rosolare in una padella con un po' d'olio e burro per 3-4 minuti girandoli. Nel frattempo preparare in un'altra pentola un po' d'olio, aggiungere la cipolla con le carote tagliate sottili e soffriggere. Aggiungere quindi gli ossibuchi e il vino lasciandolo evaporare. Incorporare il pomodoro, il sale e il pepe. Cuocere a fuoco medio finché la carne non sarà cotta. Se manca sugo aggiungere un po' di brodo caldo, se il sugo è troppo togliere il coperchio e far evaporare (a fiamma alta). A cottura ultimata aggiungere un cucchiaio di prezzemolo tritato. Questo piatto può essere servito sia con la polenta, sia come sugo per gli spaghetti ("Spaghetti con gli ossibuchi").

Carla  
*Insegnante sezione* ■

## GULASCH

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

800 g di polpa di manzo (spalla)  
4 cipolle rosse  
farina  
70 g di burro  
1 bicchiere di vino rosso  
brodo  
2 cucchiai di conserva  
paprica piccante (o curry)  
sale  
pepe  
erbe aromatiche (timo, rosmarino, maggiorana, ...)

### PROCEDIMENTO:

Tagliare la carne a pezzetti e infarinarla.  
Tritare le cipolle; mettere in una pentola il burro, le cipolle e farle appassire a fuoco lento per 10 minuti.  
Unire la carne e farla rosolare con le erbe aromatiche.  
Salare, pepare e spruzzare con il vino facendolo evaporare lentamente.  
Diluire la conserva con due mestoli di brodo, versare il tutto sulla carne e coprire il recipiente.  
Continuare la cottura a fuoco dolce per 1 ora e 45 minuti, unendo un po' alla volta altro brodo.  
Cinque minuti prima del termine di cottura, unire un cucchiaino di paprica o curry.

Antonella  
Insegnante sezione ■



## BACCALÀ IN UMIDO CON PATATE

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- ½ kg di baccalà salato
- ½ kg di patate
- ½ kg di pomodori maturi
- 1 cipolla
- 1 spicchio d'aglio
- 1 cucchiaio di olio d'oliva

### PROCEDIMENTO:

Tagliare a pezzi il baccalà e lasciarlo in ammollo in acqua fredda per 3 giorni.

Una volta perso il sale, il baccalà è pronto per la cottura.

Far rosolare la cipolla e l'aglio nell'olio e cuocere per circa 20 minuti.

Aggiungere alla salsa un bicchiere d'acqua fredda e quando il tutto bolle incorporare le patate tagliate a cubetti.

Cuocere per circa 10 minuti e immergere in seguito il baccalà.

Continuare la cottura per altri 15 minuti.

Lucina  
*Insegnante del posticipo*



## BRASATO DI MANZO

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

1 kg di carne di manzo (girello o piccione)  
 1 l di vino rosso  
 2 carote  
 2 cipolle  
 1 costa di sedano  
 salvia  
 rosmarino  
 alloro  
 aglio  
 noce moscata  
 pepe in grani  
 olio  
 burro

### PROCEDIMENTO:

Preparare la marinata con il vino, le carote, il sedano, le cipolle tagliate a metà, le erbe aromatiche, l'aglio, il pepe in grani e pochissima noce moscata. Legare la carne in modo che non perda la forma. Coprire bene la carne con questa marinata e lasciarla macerare per almeno 6 ore (se si vuole un risultato eccezionale lasciarla macerare per un giorno intero). Scolare la carne dal vino, lardellarla (bucherellare la carne e infilare dei pezzettini di lardo) e farla rosolare a fiamma vivace nel burro. Quando sarà ben colorita da tutte le parti, aggiungere la marinata con tutte le verdure e cuocere a fuoco bassissimo per 2-3 ore. A metà cottura passare le verdure e il sugo al setaccio e versare il ricavato sulla carne, salare e pepare. Il brasato va servito bollente con polenta o purè di patate a piacere.



Mamma di Veronica

## FORNO

### INGREDIENTI:

750 g di carne (bovina)  
 750 g di patate  
 un mazzetto di prezzemolo  
 100 g di cipolle  
 10 ml di olio  
 250 di pomodori  
 1 cucchiaio di salsa di pomodoro  
 pepe nero  
 sale  
 peperoncino piccante

### PROCEDIMENTO:

Scaldare il forno a 200°. Tagliare le patate a pezzettini, tritare il prezzemolo e aggiungere la cipolla affettata ad anelli. Tagliare la carne a pezzi abbastanza grandi e mettere la carne e la cipolla in una pirofila insieme all'olio, al sale, al pepe, alla salsa di pomodoro e a ½ l di acqua. Cuocere in forno per 1 ora, versando di tanto in tanto un po' d'acqua. Aggiungere poi le patate, i pomodori, il peperoncino e cuocere ancora per 30 minuti. A cottura ultimata disporre il tutto in un piatto da portata e guarnire con il prezzemolo.



Mamma di Yassin



## CACCIUCCO ALLA LIVORNESE

### INGREDIENTI:

500 g di polipi e totani, 500 g di cozze ben pulite e lavate, 1 kg di pesce da zuppa assortito (San Pietro, Cappone, Scorfano, Pescatrice, Triglia, Nasello, ...), 8 gamberoni, 3 spicchi di aglio, 1 gambo di sedano, 1 carota, 1 cipolla, 1 mazzetto di prezzemolo, poco peperoncino rosso piccante, 500 g di pomodori pelati, 1 bicchiere di vino bianco secco, 100 g di olio d'oliva, 8 fette di pane raffermo casereccio agliato

### PROCEDIMENTO:

Pulite tutti i pesci e liberate i gamberi dalla loro corazza.

In una casseruola fate aprire le cozze e conservate solo mezza valva con il mollusco e il liquido che si formerà. Tritate non troppo finemente la cipolla, il sedano, la carota, l'aglio, il prezzemolo e il peperoncino rosso e fate rosolare il tutto nell'olio d'oliva ben caldo.

Quando il soffritto inizierà ad imbiandire unite i totani e i polipi tagliati grossolanamente a pezzi; lasciate che l'acqua che si formerà evapori completamente quindi bagnate con il vino.

Asciugato il vino, aggiungete i pomodori schiacciati e un po' di sale. Cinque minuti di cottura ancora e poi togliete i totani e i polpi e conservateli bene al caldo (se si raffreddano diventano gommosi).

Il risultato dovrà essere un brodetto denso che passerete al colino cercando di schiacciare bene i residui perché se ne ricavi tutta la sostanza possibile.

Rimettete sul fuoco il passato, diluitelo con un po' d'acqua calda ed aggiungete tutto il rimanente pesce crudo e i gamberoni.

Lasciate cuocere a fiamma molto bassa per almeno un quarto d'ora poi unite i polpi, le cozze e i totani.

Fate tostare in forno le fette di pane, adagiatelo su ciascun piatto dopo averle strofinate con l'aglio, versatevi sopra il cacciucco e servite subito in tavola.



## “TONCO DE PONTESELO”

### INGREDIENTI PER 4-5 PERSONE:

½ bicchiere di vino bianco o aceto di vino  
2-3 cucchiari di farina bianca tostata (o farina gialla bollita precedentemente)  
1 cucchiario di salsa di pomodoro (a piacere)  
sale  
rosmarino  
salvia  
1 salsiccia  
burro

### PROCEDIMENTO:

Tagliare a fette piuttosto grosse la salsiccia, rosolarla con del burro e bagnarla con del vino bianco.  
Far sciogliere la farina con acqua e un cucchiario di conserva e versare il composto sulla salsiccia; aggiungere un rametto di rosmarino e due foglie di salvia.  
Lasciar cuocere per 40 minuti molto lentamente.  
Servire con la polenta.



Mamma di Michele





## OMELETTE DI PROSCIUTTO E FORMAGGIO

### INGREDIENTI:

4 uova  
1 cucchiaio di farina  
½ bicchiere di latte  
sale  
2 cucchiaini di parmigiano grattugiato  
½ bicchiere di olio  
sottilette  
prosciutto

### PROCEDIMENTO:

Sbattere in una terrina le uova con la farina, il sale, il latte e il parmigiano.

Mettere in una pentola un po' di olio e scaldare; quando inizia a fumare, aggiungere un po' del composto.

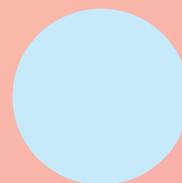
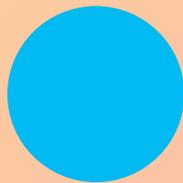
Cuocere a fuoco lento muovendo la pentola in modo tale da non far attaccare la pastella al fondo.

Quando l'omelette è pronta, mettere al centro le sottilette e il prosciutto; ripiegare poi i lembi verso il centro.



Mamma di Christian





*Dolci Dolci Dolci*

# Dolci



## BACI DI DAMA

### INGREDIENTI:

1 confezione di amaretti  
250 g di mascarpone  
zucchero  
caffè  
farina di cocco

### PROCEDIMENTO:

Inzuppare nel caffè zuccherato degli amaretti. Unirli a due a due con della crema fatta con mascarpone e zucchero.

Far ruzzolare i baci in un po' di cacao zuccherato a cui è stato mescolato un po' di cocco grattugiato.



Mamma di Andrea





## TORTA DI MELE

### POLACCA

#### INGREDIENTI:

- 200 g di burro
- 1 bicchiere di zucchero (200 g)
- 3 bicchieri di farina
- 1 cucchiaino di lievito
- 3 uova
- 5 - 6 mele (golden medie)
- cannella

#### PROCEDIMENTO:

Impastare insieme farina, zucchero, 3 tuorli d'uovo, burro e lievito. Togliere dall'impasto una parte di pasta e metterla nel freezer, che si raffreddi.

Stendere la pasta rimasta nella placca, grattugiarsi sopra le mele quindi coprire con gli albumi montati a neve e spolverare con della cannella.

Prendere la pasta dal freezer e grattugiarla sopra la torta.

Mettere in forno per 45 minuti a 180°.



Mamma di Luca



## VOCNI KOLAC DOLCE DI FRUTTA

### INGREDIENTI:

1 kg di mele (rosse dolci)  
9 cucchiaini di zucchero  
6 uova intere  
6 cucchiaini di farina  
½ bustina di lievito

### PROCEDIMENTO:

Sbucciare le mele e dividerle in quattro parti, disporle in uno stampo di forma desiderata e cospargerle con 3 cucchiaini di zucchero; metterle in forno a 180° finché non inizino a fare la schiuma bianca; a questo punto toglierle dal forno.

Nel frattempo sbattere le uova intere, aggiungere la farina, 6 cucchiaini di zucchero e ½ bustina di lievito.

Mettere l'impasto così ottenuto sopra le mele ancora calde e rimettere tutto in forno a 200° per circa 40 min. (controllare la cottura con uno stuzzicadenti).

Quando il dolce è cotto togliere dal forno e farlo raffreddare bene.

Una volta freddo capovolgere su un piatto e decorare a piacere (panna montata, crema pasticcera, dolce neve).

Mettere in frigo.



Mamma di Marko



## TORTA DI MELE

### INGREDIENTI:

1 tazza di zucchero  
2 tazze di farina  
1 tazza di olio (di semi)  
2 uova intere  
1 bustina di lievito  
1 bustina di vanillina  
1 presa di sale  
4 mele  
uva sultanina

### PROCEDIMENTO:

Mettere tutti gli ingredienti nel robot da cucina e amalgamarli tutti insieme; stendere l'impasto nella tortiera. Tagliare le mele a ottavi e disporle nell'impasto a circolo.

Cospargere con un po' di uvetta e infine un po' di zucchero. Cuocere in forno per 35-40 min. a temperatura di 180°.



Mamma di Anna



## BANANA SPLIT

### INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

4 piccole banane  
50 cl di gelato alla vaniglia

### PER LA SALSA:

250 g di fragole  
100 g di zucchero a velo  
1 cucchiaino di succo di limone

### PER LA DECORAZIONE:

35 cl di panna da montare  
25 g di zucchero a velo  
35 g di mandorle pelate e tagliate a filetti.

### PROCEDIMENTO:

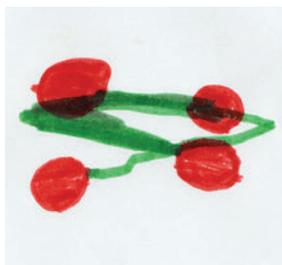
Passare le fragole nel mixer con lo zucchero a velo e il succo di limone. Filtrare il preparato e conservarlo al fresco.

Sbucciare le banane, tagliarle a metà per il lungo e allinearle in 4 piattini individuali. Montare la panna e lo zucchero a velo. Con l'apposito scavino ricavare 1-2 palline di gelato e sistemarle vicino alle mezze banane. Irrorare velocemente frutta e gelato con la salsa di fragole.

Decorare le banane con ciuffetti di panna montata e con dei filetti di mandorle.



Mamma di Pietro



## CROSTATA ALLE MANDORLE

### INGREDIENTI:

300 g di farina bianca  
100 g di burro a pezzetti  
100 g di zucchero  
100 g di mandorle tritate  
1 tuorlo  
½ bicchierino di grappa  
1 cucchiaino di bicarbonato

### PROCEDIMENTO:

Mettere sulla spianatoia tutti gli ingredienti e lavorare l'impasto.

Distribuire l'impasto su una teglia o piastra; infornarla a 160/180° per circa 20 min.



Mamma di Samuele



## SALAME DOLCE

### INGREDIENTI:

50 g di cacao  
 100 g di cioccolata  
 100 g di burro  
 200 g di zucchero  
 300 g di biscotti secchi  
 2 uova  
 un po' di liquore

### PROCEDIMENTO:

Sbattere le uova, lo zucchero, il burro; aggiungere il cacao e il cioccolato a pezzettini. Sminuzzare i biscotti e aggiungerli al composto; infine aggiungere il liquore. Mescolare bene il tutto, avvolgerlo in un foglio di alluminio e mettere in freezer.



Mamma di Alice

## TORTA AL LIMONE

### INGREDIENTI:

#### Per la base:

250 g di farina  
 130 g di burro  
 80 g di zucchero  
 sale  
 1 uovo

#### Per il ripieno:

3 uova  
 150 g di zucchero  
 2 limoni  
 150 g di burro

### PROCEDIMENTO:

Preparare il fondo torta e non cuocerlo.

Sbattere le uova con lo zucchero, aggiungere la buccia grattugiata del limone (utilizzando solo la parte gialla) e il succo di mezzo limone; incorporare nell'impasto il burro appena fuso e tiepido.

Aggiungere altro succo di limone.

Versare il composto nella tortiera foderata di pasta. Cuocere in forno a calore moderato per circa 30 min.



Mamma di Marco



*Dolci Dolci Dolci*



## SPADINE AL CIOCCOLATO

### INGREDIENTI:

150 g di burro ammorbidito  
150 g di zucchero a velo  
la scorza grattugiata di un limone  
1 pizzico di sale  
2 uova  
300 g di farina  
100 g di cioccolato fondente

### PROCEDIMENTO:

Lavorare in una ciotola il burro e lo zucchero in modo da ottenere una crema, unire la scorza del limone, il sale e le uova sbattute; unire infine la farina setacciata.

Mescolare il tutto.

Riempire la tasca da pasticciare con l'impasto e fare delle "spadine" sulla carta da forno.

Mettere in frigo per 15 minuti, poi in forno per altri 15 minuti.

Intanto fondere il cioccolato a bagnomaria; intingere poi le punte delle "spadine" nel cioccolato fuso e farle raffreddare.



Mamma di Marta

## TORTA AL CIOCCOLATO

### INGREDIENTI:

200 g di zucchero  
120 g di burro  
100 g di farina  
200 g di nocciole o mandorle  
120 g di cioccolato amaro  
4 uova intere  
1 bustina di lievito  
poca grappa

### PROCEDIMENTO:

Sciogliere il burro con lo zucchero, aggiungere le uova intere ed un pizzico di sale, unire poi il cioccolato e le nocciole tritate, lavorare il tutto; aggiungere la farina con il lievito e la grappa. Infornare a 170° per 55 min.



Mamma di Marta



## PASTELLA PER FRIGGERE (mele, ecc.)

### INGREDIENTI:

150 g di farina bianca  
1 uovo  
½ bicchiere di vino bianco  
2 cucchiaini di grappa  
sale

### PROCEDIMENTO:

In una ciotola mettere la farina, il vino, la grappa, il sale e incorporare il tuorlo. La pastella deve essere densa, ma fluida. Lasciare riposare per mezz'ora e incorporare l'albume montato a neve.

Quando la pastella è pronta si immergono le mele tagliate a rondelle e poi si friggono.



Nonna di Mariachiara



## FERRI DI CAVALLO AL CIOCCOLATO

### INGREDIENTI:

300 g di farina bianca  
100 g di mandorle tritate  
100 g di zucchero a velo  
200 g di burro  
1 bustina di vanillina  
100 g di cioccolato fondente  
1 pizzico di sale  
2 tuorli d'uovo

### PROCEDIMENTO:

Versare la farina a fontana sulla spianatoia, mettere al centro i due tuorli, il burro ammorbidito, lo zucchero, la vanillina, le mandorle finemente tritate, un pizzico di sale e lavorare con le mani gli ingredienti fino ad ottenere una pasta omogenea.

Formare con un po' di pasta dei rotolini di circa 1 cm. di diametro e lunghi 10 cm. che verranno ripiegati a ferro di cavallo.

Adagiarli sulla placca da forno imburata e cosparsa di pane grattugiato e metterli in forno preriscaldato a 190° per circa 20 min.

Una volta raffreddati intingere le punte nel cioccolato precedentemente sciolto a bagnomaria ed adagiarli su una grata fino ad indurimento del cioccolato. A piacere si possono cospargere con zucchero a velo.



Mamma di Manuel

## TORTA MORA

### INGREDIENTI:

300 g di zucchero  
200 g di burro o margarina  
200 g di fecola di patate  
100 g di farina  
100 g di cioccolato in polvere  
4 uova  
sale  
lievito

### PROCEDIMENTO:

Sbattere lo zucchero con il burro fino a quando diventa spumoso aggiungendo un uovo alla volta. Sbattere bene, unire la farina con la fecola e il lievito, mescolare e incorporare il cioccolato.

Mettere in forno tiepido (circa 175/180°).



Mamma di Debora



## TORTA DI MELE

### INGREDIENTI:

750 g di mele  
100 g di burro  
125 g di zucchero  
3 tuorli d'uovo  
200 g di farina bianca  
3 cucchiaini di latte  
3 albumi

### PROCEDIMENTO:

Sbucciare circa 700 gr. di mele e tagliarle in diversi spicchi. A parte lavorare 100 gr. di burro, aggiungere 125 gr. di zucchero, 3 tuorli d'uovo (uno che non veda l'altro), 200 gr. di farina e circa 3 cucchiaini di latte. Unire le chiare battute a neve e infine una bustina di lievito. Mettere l'impasto ottenuto in tortiera unta e infarinata, coprendolo con gli spicchi delle mele. Cospargere di zucchero a velo e cuocere in forno caldo.



Mamma di Simone



## DOLCE AL CACAO DOLCE SPRINT BOSNIA

### INGREDIENTI:

3 uova  
10 cucchiaini di zucchero  
15 cucchiaini di latte  
7 cucchiaini di olio  
12 cucchiaini di farina  
1 cucchiaino di lievito  
2 cucchiaini di cacao amaro  
si può aggiungere a piacere dell'uvetta oppure noci o mandorle tritate

### INGREDIENTI PER LA COPERTURA:

½ litro di latte  
5 cucchiaini di zucchero

### PROCEDIMENTO:

Amalgamare tutti gli ingredienti fra di loro; infornare a 160° per 20 - 30 minuti.  
Nel frattempo far bollire ½ litro di latte con 5 cucchiaini di zucchero; versare il latte caldo sopra il dolce appena sfornato (ancora caldo).  
Lasciare raffreddare. Decorare con la panna montata, cospargere con cioccolato grattugiato; mettere in frigo e servire freddo.



Mamma di Benjamin



## MIELE DI TARASSACO DENTE DE CAN

### INGREDIENTI:

500 fiori sbocciati freschi di tarassaco  
2 l di acqua  
2 limoni non trattati  
1 kg di zucchero

### PROCEDIMENTO:

Tenere solo le corolle dei fiori per alcuni giorni (non i gambi) e metterle a bollire con l'acqua e i 2 limoni tagliati a metà, per circa 20 minuti in una pentola senza coperchio.

Lasciare poi riposare il tutto per 24 ore; poi filtrare i fiori ed aggiungere al succo lo zucchero; mettere a bollire fino a ottenere la densità voluta.

Invasare il miele ancora bollente in vasetti di vetro.



Mamma di Raffaele





## PANE DEGLI ORSI

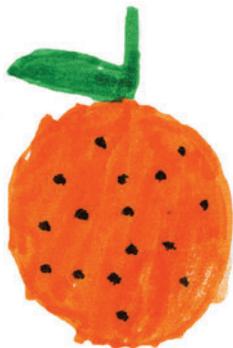
### INGREDIENTI:

1 kg di farina tipo 0  
1 dado di lievito di birra  
10-15 cucchiaini di miele  
3 cucchiaini di olio  
3 pizzichi di sale  
acqua q.b.

### PROCEDIMENTO:

Riempire una tazza di acqua tiepida, aggiungere un cucchiaino di miele e il lievito di birra. Mescolare e lasciar riposare per alcuni minuti. Nel frattempo versare in una terrina (possibilmente di legno) la farina, il sale, l'olio e il miele rimasto. Aggiungere l'acqua con il lievito e impastare. Mettere sulla spianatoia, lavorare a lungo, quindi lasciar lievitare per circa 30 minuti. Fare delle pagnotte e inciderle con il coltello formando una piccola croce. Metterle su una placca da forno e lasciarle lievitare ancora in un posto caldo per circa 25-30 minuti. Mettere in forno preriscaldato a 190° circa per 20-25 minuti circa.

Gruppo dei bambini medi



## STRUDEL TRENINO

### INGREDIENTI PER LA PASTA:

300 g di farina  
60 g di olio d'oliva  
1 uovo  
10 g di zucchero  
un pizzico di sale  
latte q.b.

### INGREDIENTI PER IL RIPIENO:

1500 g di mele  
100 g di uvetta  
50 g di pinoli  
100 g di noci (a piacere)  
cannella (a piacere)  
20 g di zucchero

### PROCEDIMENTO:

Impastare assieme la farina, l'uovo, l'olio, lo zucchero e il sale; aggiungere il latte in quantità sufficiente per ottenere un impasto morbido, elastico, da poter tirare con facilità. Dividere in 2 parti la pasta e tirarla in due sfoglie. Adagiarvi sopra le mele tagliate a fettine sottili, i pinoli, l'uvetta, i gherigli di noce, lo zucchero e la cannella; arrotolare e cuocere in forno a 180°-190° per 50 minuti circa. A cottura ultimata spennellare con il succo rilasciato dalle mele oppure spolverizzarlo con lo zucchero a velo.

Gruppo dei bambini piccoli

## FRITTELLE DI MELE

### INGREDIENTI:

4 grosse mele renetta  
 50 g di zucchero  
 130 g di latte  
 1 uovo intero  
 80 g di farina  
 1 cucchiaino da caffè di lievito in polvere o 2 cucchiaini di birra  
 un pizzico di sale  
 zucchero a velo  
 olio per friggere

### PROCEDIMENTO:

Lavorare bene l'uovo con lo zucchero.  
 Aggiungere la farina e il latte continuando a mescolare e facendo attenzione che non si formino grumi.  
 Aggiungere un pizzico di sale e infine il cucchiaino di lievito (o 2 cucchiaini di birra).  
 Deve risultare una pastella non troppo liquida.  
 Sbucciare le mele, togliere il torsolo e tagliarle in orizzontale in modo che risultino delle ciambelline dello spessore di 0,5 cm circa.  
 Passare le mele nella pastella e friggere nell'olio ben caldo.  
 Quando saranno dorate, sgocciolare e asciugare nella carta assorbente.  
 Spolverizzare con zucchero a velo e servire calde.

Daniela  
 Insegnante sezione ■



## OMELETTE

### INGREDIENTI PER 6 PERSONE:

120 g di farina  
 3 uova  
 1 dl di latte  
 30 g di burro  
 un pizzico di sale

### PROCEDIMENTO:

Sbattere bene le uova, aggiungere la farina facendo attenzione a non farle fare grumi; unire del latte fino a farla diventare abbastanza liquida e versare un po' di burro fuso.  
 Prendere una padella di circa 20-25 cm, metterla sul fuoco, scaldarla, ungerla un pochino e con un mestolo versare un po' di impasto in modo da coprire il fondo della padella.  
 Lasciar cuocere un momento, poi girare l'omelette dall'altra parte e infine togliere dal fuoco (deve essere molto sottile).  
 L'omelette si può riempire con marmellata, nutella, aggiungendo sale e prezzemolo tritati nell'impasto (tagliate a striscioline per poi fare il consommé Julienne), o essere farcite in molti altri modi e essere servite come primo piatto.



Papà di Riccardo



## GROSTOLI

### INGREDIENTI:

1 kg di farina  
1 pizzico di sale  
4 cucchiaini di zucchero  
4 uova  
1 hg di margarina o burro  
1 confezione di panna da montare  
1 bustina di lievito  
1 bicchierino di grappa  
olio di semi per friggere

### PROCEDIMENTO:

Versare la farina su di un piano, aggiungere tutti gli ingredienti e impastare.  
Lasciar riposare la pasta e successivamente tirarla in una sfoglia molto sottile.  
Tagliare a striscioline e friggere in olio bollente.  
Togliere dall'olio e asciugare con carta assorbente.  
Infine cospargere con zucchero a velo.



Mamma di Giacomo

## PLUM CAKE

### INGREDIENTI:

250 g di farina bianca  
150 g di zucchero  
2 uova  
125 cl di latte  
125 cl di olio  
½ bustina di lievito  
sale  
limone  
zucchero vanigliato

### PROCEDIMENTO:

Mettere sulla spianatoia tutti gli ingredienti e lavorare l'impasto. Distribuire la pasta in uno stampo oppure negli appositi stampini.  
Guarnire a piacere con mandorle, mele, uvetta.  
Infornare a 200° per 8 min. circa.



Mamma di Samuele



## FLAN DE CHOCOLATE

### CREMA AL CIOCCOLATO (ARGENTINA)

#### INGREDIENTI:

200 g di cioccolato fondente  
 5 uova intere  
 4 cucchiaini di Maizena  
 200 g di zucchero  
 1 stecca di vaniglia  
 ¾ l di latte  
 100 g di cioccolato fondente a pezzetti

#### PROCEDIMENTO:

Bollire ½ l di latte in una pentola con la stecca di vaniglia e lo zucchero.

In una tazza mescolare la maizena con il resto del latte freddo e incorporarlo lentamente al latte caldo continuando a mescolare; continuare la cottura per 8 minuti.

Togliere dal fuoco e aggiungere le uova una alla volta sempre mescolando.

Grattugiare il cioccolato fondente in un altro pentolino con un goccio di latte e far sciogliere a fuoco lento.

Una volta sciolto aggiungere al composto e lavorare a fuoco medio per un minuto.

Ungere ed infarinare una terrina, mettervi il composto e infornare per 15 minuti a 200°-220° (a bagnomaria), finché il composto risulterà denso.

Togliere dal forno, far raffreddare e decorare con pezzetti di cioccolato.



Mamma di Oriana



## TORTA GRECA

#### INGREDIENTI:

2 hg di burro (morbido)  
 2 hg di zucchero  
 4 uova  
 2 hg di amaretti sbriciolati  
 1 hg di cioccolato fondente a pezzi  
 1 hg di mandorle macinate  
 2 hg di farina  
 un pizzico di sale  
 ½ bustina di lievito

#### PROCEDIMENTO:

Montare le uova con il burro e lo zucchero.

Aggiungere poi la farina e mano a mano tutti gli ingredienti.

Infornare e cuocere a 200° per 30 minuti.



Mamma di Ilaria



## TIRAMISÙ

### INGREDIENTI:

2 uova  
 3 cucchiari di zucchero  
 250 g di mascarpone  
 un pizzico di sale  
 un po' di liquore  
 200 g di savoiardi  
 caffè zuccherato  
 cacao amaro

### PROCEDIMENTO:

Sbattere i tuorli d'uovo con 3 cucchiari di zucchero, aggiungere il mascarpone e un po' di liquore.

In un'altra terrina montare gli albumi a neve, aggiungendo un pizzico di sale e incorporarli in seguito ai tuorli.

Mescolare bene finché non si ottiene una crema densa. Bagnare i savoiardi nel caffè zuccherato, disporli in una pirofila (si deve formare uno strato di savoiardi) e spalmare la crema ottenuta in precedenza.

Alternare un altro strato di savoiardi e un altro di crema.

Infine cospargere il tutto con un po' di cacao amaro e mettere in frigo.

Maestra Deborah  
 Insegnante sezione



## ROLAT DI BANANE

### ROTOLO DI BANANE

#### INGREDIENTI PER LA PASTA:

6 uova  
 6 cucchiari di zucchero  
 lievito in polvere  
 3 cucchiaini di cacao  
 5 cucchiari di farina

#### INGREDIENTI PER LA CREMA:

½ l di latte  
 15 g di zucchero  
 2 bustine di budino al cioccolato senza zucchero (o crema pasticciera)  
 ½ stecca di cioccolato fondente  
 2 banane

#### PROCEDIMENTO:

Montare gli albumi con 6 cucchiari di zucchero, aggiungere i tuorli e mescolare per 10 minuti.

Incorporare il lievito in polvere, il cacao, la farina e mescolare a mano.

Infornare il tutto.

Nel frattempo bollire il latte, lo zucchero e il budino; aggiungere il cioccolato fondente e lasciar raffreddare.

Spalmare la crema sulla pasta e aggiungere le banane. Arrotolare e spalmare ancora con la crema.

Tagliare a fette e servire.



Mamma di Kristiyan



## ZEPPOLE

### INGREDIENTI:

1 kg di farina  
 1 kg di patate (bollite)  
 8 uova  
 200 g di burro  
 2 cubetti di lievito di birra  
 un pizzico di sale  
 1 l di olio (se ne serve ancora aggiungerne)

### PROCEDIMENTO:

Su una spianatoia mettere la farina a fontana e schiacciare le patate al centro.

Aggiungere il burro, le uova e il lievito (sciolto in un po' d'acqua tiepida con il sale).

Impastare il tutto con la farina e formare delle piccole ciambelle.

Disporle su un piano con sotto una tovaglia e coprirle. Lasciarle lievitare per circa 2 ore.

Una volta lievitate, preparare sul gas una pentola (abbastanza alta) con dentro l'olio (abbondante) e friggere.

Far dorare da entrambe le parti.

Ancora calde, passarle nello zucchero e disporle su un vassoio. Servire ancora calde.

Gruppo dei bambini grandi



## TORTA GIORNO E NOTTE

### INGREDIENTI:

250 g di farina  
 150 g di zucchero  
 3 uova  
 1 bustina di zucchero vanigliato  
 200 g di burro  
 5-6 cucchiaini di latte  
 1 bicchierino di rhum  
 25 g (2 cucchiaini colmi) di cacao  
 1 bustina di lievito

### PROCEDIMENTO:

Lavorate il burro a crema, aggiungete lo zucchero vanigliato e i tuorli. Unite gradualmente la farina alternando l'aggiunta del latte. Infine incorporate alla pasta il rhum, gli albumi montati a neve e il lievito. Mettete metà della pasta nello stampo, all'altra metà aggiungete il cacao e distribuite poi sopra la pasta bianca.

Infornare a 180° per 30-40 minuti.



Mamma di Simone



## BISCOTTI CON MIELE

### INGRDIENTI:

7 ½ hg di farina  
3 uova intere  
4 tuorli  
6 cucchiaini di miele caldo  
1 cucchiaino di bicarbonato  
un po' di burro  
3 hg di zucchero  
2 cucchiaini di cannella

### PROCEDIMENTO:

Mescolare tutti gli ingredienti e lasciare riposare per un ora.

Formare delle palline e metterle in forno fino a quando non diventano dorate.

Preparare quattro albumi montati a neve con 12 cucchiaini di zucchero.

Versare i biscotti nel recipiente contenente gli albumi montati a neve, toglierli e disporli su una placca da forno. Lasciare riposare 2-3 giorni.



Mamma di Kristiyan



## ZELTEN

### INGREDIENTI:

100 g di burro  
 150 g di zucchero  
 300 g di farina bianca  
 4 uova  
 1 dose di lievito per dolci  
 ¼ l di latte  
 un pizzico di sale  
 150 g di noci sgusciate  
 250 g di fichi secchi  
 50 g di pinoli  
 50 g di uva sultanina  
 mandorle per guarnire

### PROCEDIMENTO:

Sciogliere a bagnomaria il burro nello stesso recipiente dove si prepara la pasta e sbatterlo bene con lo zucchero.

Aggiungere la farina, le uova e mescolare bene tutta la pasta con il lievito.

Unire il latte e mescolare il tutto per 15 minuti da una sola parte.

La pasta deve rimanere un po' dura.

Aggiungere poi le noci sgusciate, i fichi tagliati a piccoli pezzi, l'uva sultanina e mescolare bene; versare il tutto in una tortiera infarinata.

Guarnire con delle mandorle sbucciate e spezzate e mettere in forno preriscaldato a 180° per circa 45 minuti.

Danila  
*inserviente ausiliaria*



## ROSE DEL DESERTO

### INGREDIENTI:

- 150 g di farina
- 60 g di burro
- 70 g di zucchero
- 1 uovo
- 1 pizzico di sale
- 100 g di uvetta (lavata e asciugata)
- 2 cucchiaini lievito
- 1 arancia media grattugiata (buccia)
- 1 pacco corn-flakes
- 1 cucchiaio di rum oppure di acqua

### PROCEDIMENTO:

Lavorare il burro con lo zucchero, aggiungere l'uovo, il sale, la buccia d'arancia grattugiata, la farina e il lievito, il rum (o l'acqua) e l'uvetta. Con due cucchiaini fare delle palline e passarle nei corn-flakes aiutandosi con le mani. Disponerli sulla placca del forno (ricoperta con la carta forno) e metterli nel forno per 15 - 20 min. a 180°. Quando sono freddi cospargerli con lo zucchero a velo (dose per 25 - 30 pasticcini).



Giacomo



## TORTA ALL'ANANAS

### INGREDIENTI PER LA BASE:

- ananas in scatola o fresco
- 4 savoiardi
- 300 g di farina bianca
- 80 g di margarina
- 1 uovo
- 1 hg di zucchero
- 1 busta lievito
- un pizzico di sale
- 1 bicchierino di brandy

### INGREDIENTI PER LA CREMA PASTICCERA:

- ½ l di latte
- 75 g di zucchero
- 25 g di farina bianca
- 1 tuorlo d'uovo
- buccia di limone

### PROCEDIMENTO PER LA CREMA PASTICCERA:

Sbattere il tuorlo con lo zucchero e la farina, versare lentamente il latte bollente, sempre mescolando e cuocere per 4-5 minuti.

### PROCEDIMENTO PER LA BASE:

Amalgamare l'uovo, la farina, lo zucchero, la margarina, il lievito e il sale. Una volta preparata la pasta stenderla sulla tortiera precedentemente unta e infarinata e sbriciolarvi sopra i 4 savoiardi; coprire con le fette di ananas fatte macerare per 10 minuti nel brandy. Per finire spalmatevi sopra la crema pasticcera. Infornare a 180° per circa 40 minuti (fino a quando la torta assumerà un colore dorato).



Colleghe mamma di Elena

## TORTA DI CASTAGNE

### INGREDIENTI:

600 g di castagne (crude e sbucciate)  
 5 uova  
 2 cucchiari di farina bianca  
 200 g di zucchero  
 1 bicchierino di brandy  
 50 g di burro  
 un pizzico di sale  
 latte

### PROCEDIMENTO:

Mondare le castagne dalla buccia esterna, lessarle in poca acqua salata per 10 minuti, affinché si possa levare loro la buccia interna.

Dopo aver tolto tutta la buccia, finire di lessare nel latte per altri 10 minuti.

Passare al setaccio (passaverdura medio).

Lavorare molto bene lo zucchero con i 5 tuorli d'uovo fino a formare una crema; unire la passata di castagne, il bicchierino di brandy, i 2 cucchiari di farina bianca e il burro, continuando a mescolare.

Incorporare delicatamente gli albumi montati a neve densa.

Infarinare uno stampo e mettervi il composto.

Mettere in forno non troppo caldo (170°-180°) per 45 minuti circa.

Prima di servire, spolverizzare con del cioccolato.



Mamma di Camilla



## FOCACCIA DELLA NONNA

### INGREDIENTI:

650 g di farina bianca  
 200 g di burro  
 150 g di zucchero  
 3 uova  
 50 g di lievito di birra  
 zucchero a granelli

### PROCEDIMENTO:

Sciogliere il lievito in acqua tiepida, versarlo in 150 gr. di farina e impastare. Lasciare riposare coperto da un panno fino a che non raddoppia di volume.

Nel frattempo sbattere a neve gli albumi delle uova con un pizzico di sale; i tuorli miscelarli con lo zucchero; sciogliere il burro a bagnomaria, unirli alle uova e zucchero. Aggiungere anche gli albumi montati a neve, la farina rimanente e, alla fine, l'impasto che avevamo messo a lievitare. Impastare bene (per 20 minuti circa). Coprire l'impasto con un panno e lasciare lievitare finché non raddoppia il suo volume.

Stenderlo nella teglia di cottura e dare la forma desiderata (treccia, focaccina, ecc.); lasciare lievitare, coprendo con un panno, fino al raddoppiamento del volume.

Prima di cuocere spennellare con il tuorlo sbattuto e cospargere con lo zucchero a granelli. Far cuocere in forno caldo a circa 140° - 150° per 30 minuti circa.



Papà di Annachiara

## PAN DEL VESCOVO

Dolce di Natale

### INGREDIENTI:

6 uova, 400 g di zucchero, 400 g di farina, 200 g di nocciole sghusciate, 200 g di cioccolato fondente.

### PROCEDIMENTO:

Sbattere le 6 uova intere con lo zucchero molto bene, poi aggiungere la farina. Tagliare in modo grossolano (non tritare) le nocciole e il cioccolato che poi verranno aggiunti all'impasto. Infornare in un terrina tonda ( 26 cm.) o rettangolare a 180° per 40 minuti. Tagliare a fettine sottili di circa mezzo centimetro.



Mamma di Raffaele





*Dossier fotografico*

***Dossier fotografico***

*Dossier fotografico*







Dossier  
fotografico





Dossier  
fotografico









*Dossier  
fotografico*





Dossier  
fotografico



Dossier  
fotografico



*Dossier  
fotografico*



FINITO DI STAMPARE NEL MESE DI MAGGIO 2003  
DA LITODELTA - SCURELLE (TN)





COMUNE DI CARZANO



COMUNE DI TELVE