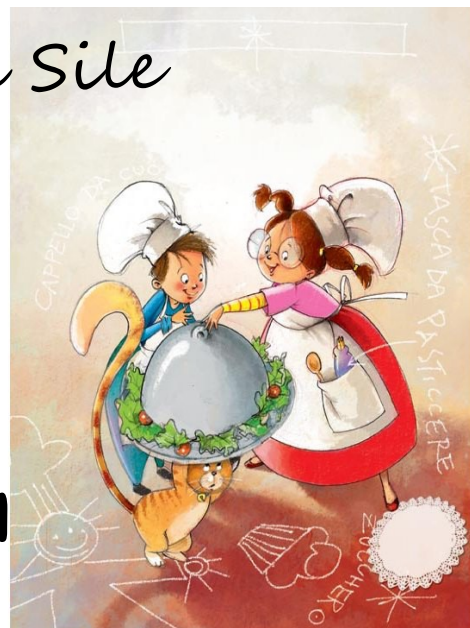




Comune di Casale sul Sile



**progetto per le scuole
dell'infanzia
"GENITORI CUOCHI PER UN
GIORNO"**

ricette finaliste

concorso gastronomico anno scolastico 2012/2013

ricetta proposta dalla Sig.ra **Battaglion Lara**

cous cous tonno e pomodorini

INGREDIENTI: 500 gr. Cous cous precotto, 250 gr tonno sottolio, pomodorini 500 gr, succo di 1 limone, sale olio evo, basilico (facoltativa cipolla)

PREPARAZIONE: mettere il cous cous in una ciotola, aggiungere olio e acqua bollente lasciare a riposo fino ad assorbimento del liquido, sgranare con la forchetta e aggiungere il succo di limone, tonno, pomodorini a pezzetti, un po' di basilico (cipolla cruda a fettine se gradita). Lasciar riposare alcune ore in frigorifero. Servire fresco con aggiunta di poco olio.

ricetta proposta dalla Sig.ra **Battaglion Lara**

crema di porri e patate

INGREDIENTI: 500 gr porri, 300 gr patate sbucciate, 250 ml latte, 750 ml brodo vegetale, sale, olio evo

PREPARAZIONE: tagliare porri e patate a pezzettoni, far insaporire per qualche minuto in pentola a fuoco dolce, aggiungere latte e brodo, salare, portare a bollore, far cuocere a fuoco basso per 40 minuti. Frullare fino ad ottenere una crema aggiungere olio a crudo

ricetta proposta dalla Sig.ra **Berto Daniela**

trofie ai porri

INGREDIENTI: 320 gr trofie, 500 gr porri, 1 cipolla, 2 cucchiaini olio evo, un po' di latte, 2 cucchiaini parmigiano, qualche foglia di basilico, 1 spicchio d'aglio, sale, pepe

PREPARAZIONE: affettare i porri sottilissimi, tritare la cipolla mettere tutto in padella

con l'aglio e un pò d'acqua. Rosolare un paio di minuti, togliere l'aglio. Bagnare con il latte e abbassare la fiamma. Cuocere per 8 minuti mescolando ed aggiungendo altra acqua se necessario, insaporire con sale e pepe. Cuocere la pasta mantenendo un po' del liquido di cottura, saltarla in padella con i porri, aggiungere il basilico, olio, parmigiano.

ricetta proposta dalla Sig.ra **Berto Daniela**

polpette di legumi

INGREDIENTI: 500 gr legumi lessati (fagioli, lenticchie, ceci, piselli) 1 uovo, 1 patata (gr.150) 20 gr parmigiano, 2 cucchiari pan grattato (oltre a quello che serve per impanare) 1 spicchio di aglio, 1 piccola cipolla, prezzemolo o altre erbe aromatiche, poco sale

PREPARAZIONE: unire i legumi precedentemente lessati in una padella insaporire con lo spicchio d'aglio e la cipolla tritata. Passare con il passaverdura i legumi e la patata lessa, versare il composto in una ciotola aggiungere l'uovo, il parmigiano il sale, il pangrattato (l'impasto deve risultare morbido ma compatto) e impastare bene. Formare delle palline, passarle nel pangrattato, disporle su una teglia da forno. Infornare a 180° per 20 minuti coperte con un foglio di alluminio. Servire accompagnate con salsa di pomodoro.

ricetta proposta dalla Sig.ra **Bortoletto Federica**

tortino di patate

INGREDIENTI: 2 kg di patate, 3 hg di prosciutto cotto, 4 mozzarelle, formaggio (tipo filante) olio evo, sale

PREPARAZIONE: Cuocere a vapore le patate, sbucciarle, tagliarle a fette di circa 1 cm. Fare uno strato di patate su una teglia mettere un po' d'olio, sale, fette di mozzarella, prosciutto, formaggio. Fare altri strati terminando con patate e formaggio. Passare in forno per 15 minuti finché il formaggio fa la crosticina

ricetta proposta dalla Sig.ra **Vedrana Fajkovic**

polpette di ceci con il riso

INGREDIENTI: 400 gr di ceci lessati, 250 gr riso, 1 cipolla, prezzemolo, 3 cucchiari di farina di mais finissima, 30 gr pecorino grattugiato, 1 uovo, 400 gr polpa di pomodoro, sale, olio evo

PREPARAZIONE: frullare i ceci, aggiungere sale, farina di mais, pecorino e uovo. Formare delle polpette della dimensione di una noce. Rosolare nel tegame olio, cipolla, aggiungere la polpa di pomodoro, sale. Unire le polpette coprire e cuocere per 30 minuti a fuoco bassissimo mescolando delicatamente. Cospargere col prezzemolo tritato. Lessare il riso scolarlo al dente metterlo sui piatti e servire accompagnato con le polpette di ceci al pomodoro.

ricetta proposta dalla Sig.ra **Pegorin Paola**

pasta con i broccoli

INGREDIENTI: (per 1 persona) 60 gr pasta di farro, 80 gr broccolo verde, olio evo, grana
PREPARAZIONE: Mettere il broccolo a pezzi in una pentola con un litro d'acqua , salare,

portare a bollore aggiungere la pasta. Scolare impiattare condire con olio evo e grana

ricetta proposta dalla Sig.ra **Salvalaio Giada**

pasta al pesto di zucchini

INGREDIENTI: 200 gr pasta, 3 zucchini, 20 gr grana, mezzo spicchio d'aglio, sale, tre o quattro foglie di basilico, olio evo

PREPARAZIONE: Cuocere al vapore le zucchini tenendole al dente. Lessare la pasta. Frullare le zucchini con sale, basilico, olio e grana fino a farne una crema. Condire la pasta con la salsa

LE RICETTE VOTATE DALLA COMMISSIONE CHE SI SONO CLASSIFICATE AI PRIMI TRE POSTI SONO GIA' STATE INSERITE NEL MENÙ DELL'ANNO SCOLASTICO IN CORSO