

# L'Europa Unita a tavola



**I.C. “Federico De Roberto” di Catania  
Classe IIC  
Scuola Secondaria di primo grado  
A.S. 2020/2021**



# Il Koulibiak (Russia)



Il Koulibiak è una torta salata tipicamente russa, la quale viene solitamente farcita con:

1. Pesce
2. Salmone o storione
3. Uova sode
4. Riso o grano saraceno
5. Funghi
6. Cipolle
7. Aneto

Ma esistono tante varianti del Koulibiak (di carne e anche vegetariane, dove il pesce viene sostituito da cavoli e patate).

## *Koulibiak di salmone*

1. Preriscaldare il forno a 180° C. Cuocere il riso con il brodo di pesce per 15 minuti, poi scolare bene il riso e lasciarlo raffreddare
2. Mescolare il riso con l'uovo sbattuto, i gamberi lessati, i funghi, l'aneto, il prezzemolo e l'erba cipollina tritati, la scorza di limone e il suo succo in una scodella e regolare di sale e pepe.
3. Dividere il filetto di salmone in 2 pezzi eguali. Stendere il primo rotolo di pasta sfoglia in un rettangolo di 4 cm più largo delle fette di salmone, mentre il secondo sarà di 5 cm più largo del primo, potrete farli anche più larghi eliminando successivamente l'eccesso di pasta.
4. Distribuire le foglie di spinaci sopra il foglio di pasta sfoglia più piccola, lasciando 2 cm di bordo, posizionare uno dei filetti di salmone sulle foglie di spinaci, poi coprire con il composto di riso, utilizzandolo tutto.
5. Posizionare il secondo filetto di salmone sul composto di riso come per fare un sandwich. Coprire il salmone con le foglie di spinaci rimanenti.
6. Spennellate i bordi della pasta sfoglia con l'uovo sbattuto e coprire il ripieno di salmone con il secondo foglio, più grande, di pasta sfoglia. Sigillare i bordi della sfoglia con le mani poi eliminare la parte di pasta sfoglia in eccesso.
7. Trasferire il koulibiak in una teglia imburrata, realizzare un paio di fori nella parte superiore quindi spennellare con l'uovo rimasto.
8. Cuocere il forno per 25-30 minuti, o fino a quando la pasta è croccante e dorata.





# Pudding (Inghilterra)



Il pudding è un dolce tipico della Gran Bretagna e gli ingredienti che servono per prepararla sono i seguenti:

110 g di farina autolievitante

140 g di pangrattato

280 g di zucchero di canna

200 g di strutto-sugna

3 uova

75 ml di birra tipo Stout o Porter

4 cucchiaini di spezie miste (cannella, chiodi di garofano, zenzero, noce moscata)

110 g di bucce di agrumi (limone e arancia)

110 g di mandorle tritate

110 g di mirtilli

140 g di uva sultanina

100 g di frutta candita (ciliegie, cedro...)

100 g di frutta essicata (fichi, prugne...)

300 ml di liquore (rum, grappa...)

1 bicchierino di brandy per flambare.

## *PROCEDIMENTO*

una ciotola riunire tutta la frutta fresca e candita, la frutta secca, l'uvetta, le bucce di agrumi, le mandorle e il rum e lasciare a macerare per una notte in frigorifero.

Il giorno dopo sbattere le uova, unire la birra stout e la frutta macerata e mescolare.

In un'altra ciotola setacciare la farina, unire la sugna, il pangrattato e le spezie e mescolare bene, infine unire tutti gli ingredienti e travasare l'impasto in una ciotola di ceramica da pudding capiente almeno 2 litri.

Mettere circa 5 cm di acqua in una pentola grande il doppio dello stampo usato per il budino e portare lentamente ad ebollizione, nel frattempo preparare l'imbragatura per il budino usando un telo oppure carta stagnola e fissando l'estremità con uno spago (verrà cotto capovolto).

Immergere la ciotola di ceramica nell'acqua bollente (l'acqua deve arrivare a metà della ciotola) e cuocere con coperchio per circa 8-9 ore, rabboccando l'acqua se necessario.

Una volta pronto, il pudding si può conservare in luogo fresco e asciutto per massimo un anno. Se lo si consuma subito, basta lasciarlo raffreddare e poi rovesciarlo su un vassoio, irrorarlo con il brandy e flambandolo con l'aiuto di un accendino.andy per flambare.





# Torta di ricotta con papavero (Germania)



**Per l'impasto:**

setacciare 375 g di di farina

1 cucchiaino rado di lievito in polvere

aggiungere 75 g di zucchero

1 cucchiaini di zucchero vanigliato

2 uova

175 g di burro o margarina mischiare gli ingredienti con uno sbattitore

usando la frusta a spirale prima a velocità minima poi massima. Mettere l'impasto su piano di lavoro e impastare con le mani fino ad ottenere un impasto liscio, se risulta troppo morbido far riposare in frigo.

**Per il ripieno di ricotta:**

Mescolare

750 g di ricotta

250 g di zucchero

2 tuorli

1 pizzico di sale

½ limone grattugiato

non trattato

75 g di burro morbido

1 cucchiaino di gelatina

in polvere

montare a neve

2 albumi e incorporare

**Per il ripieno di papavero:**

mischiare

250 g di preparato di papavero      2 cucchiaini di miele

2 uova

100 g di uvetta sultanina stendere 2/3 dell'impasto su una teglia precedentemente imburrata, spalmare il ripieno di ricotta e adagiare sopra quello di papavero.

Stendere molto sottile l'impasto e con l'aiuto di una rotellina formare delle strisce larghe 1 cm.

Adagiarle sopra il preparato di papavero formando una griglia.

Forno Statico 170 – 200 °C (preriscaldato)

Tempo di cottura 50 minuti

**Per la glassa di albicocche**

3-4 cucchiaini di confettura di albicocca

passata al setaccio

3 cucchiaino di acqua unire e far bollire

spennellare le strisce della torta.

**PREPARATO DI PAPAVERO:**

60 ml di latte

25 g di burro

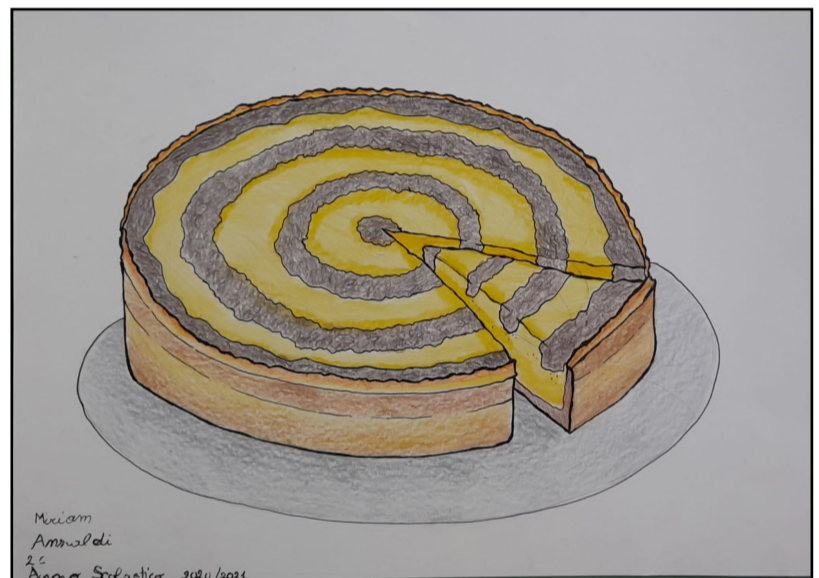
125 g di papavero

50 g di zucchero

1 uovo

Riscaldare in un pentolino il latte e aggiungere il burro affinché non sia completamente sciolto.

Unire il papavero e lo zucchero e dopo che si è lasciato leggermente raffreddare unire l'uovo e amalgamare.



# Biscotti di Pan di Zenzero (Svezia)

## **INGREDIENTI**

**360 gr di farina '00**

**75 gr di zucchero semolato**

**75 gr di zucchero di canna**

**150 gr di burro freddo**

**150 gr di melassa scura**

**(in alternativa 150 gr di miele)**

**1 uovo**

**2 pizzichi di sale**

**1/2 cucchiaino di bicarbonato**

**2 cucchiaini di zenzero in polvere**

**2 cucchiaini di cannella in polvere**

**1/2 cucchiaino di noce moscata**

**1/2 cucchiaino di chiodi di garofano**

**Per la Ghiaccia reale (Decorazioni Biscotti e Cuoricini di zucchero):**

**150 – 170 gr di zucchero a velo vanigliato**

**1 cucchiaino di succo di limone fresco**

**30 gr di albume d'uovo fresco**

**colorante alimentare rosso o del colore che preferite**

**Occorrente per decorare:**

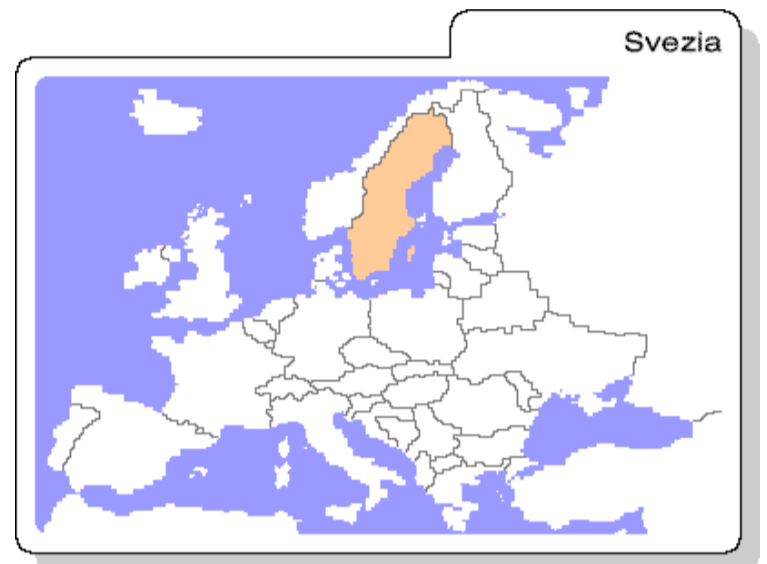
**carta da forno**

**2-3 sac à poche usa e getta**

**beccuccio tondo a foro molto stretto, il mio Wilton N°1 (potete utilizzare al massimo il N°2 altrimenti i decori verranno troppo larghi)**

**stuzzicadenti**

**1/2 cucchiaino di miele per attaccare i cuoricini**



## ***PROCEDIMENTO***

**Prima di tutto, ponete 350 gr di farina nel mixer. Infine aggiungete il burro freddissimo di frigo tagliato a pezzetti: (conservate 10 gr per il piano di lavoro). Poi aggiungete le spezie in polvere, lo zucchero di canna, lo zucchero semolato e il sale. Poi date un colpo di mixer ad alta velocità, pochi secondi affinché si crei una sabbatura. Infine aggiungete la melassa e l'uovo alla sabbatura. Poi ancora, date un giro di mixer ad alta velocità e in pochissimo tempo vedrete il composto rapprendersi da un solo lato. Infine trasferite l'impasto su un piano di lavoro infarinato con gli ultimi 10 gr di farina e formate una palla velocemente. L'impasto è morbido, dev'essere proprio così, avvolgetelo in una pellicola per alimenti e schiacciatelo leggermente. Infine lasciatelo riposare in frigo per almeno 2 h. Trascorso il tempo indicato infarinate un piano di lavoro freddo (come marmo, alluminio, plastica). Dividete l'impasto in 2-3 parti e stendetene una parte per volta**

**Stendete l'impasto con un matterello infarinato ad uno spessore di 4-5 mm e intagliate la sfoglia (che attenzione deve risultare fredda e omogenea) con un taglia biscotti leggermente infarinato. Appena realizzate i biscotti, sformateli dal taglia biscotti e adagiateli subito in una teglia foderata di carta da forno ad una distanza di 5- 6 cm gli uni dagli altri. Infine cuocete subito la prima teglia in forno a 180° per 12 minuti. I biscotti appena sfornati risulteranno morbidi, lasciateli raffreddare su una gratella o fuori dalla teglia; si solidificheranno in poco tempo ma il cuore resterà leggermente morbido. Prima di tutto, lasciate raffreddare completamente i Biscotti Pan di Zenzero prima di procedere con le decorazioni, almeno 3 – 4 h. Meglio se rimandate al giorno successivo.**



# Escargots (Francia)



La ricetta delle escargot si distingue per l'elevata raffinatezza e la piacevolissima crema a base di burro, aglio e prezzemolo con cui viene farcito l'interno delle lumache. I modi in cui cucinarli sono tanti. Per realizzare la ricetta dovrete procuravi delle lumache da terra e tenerle in una bacinella con dei fiori per circa 2 giorni. Inoltre la tradizione prevede che le lumache vengano passate in forno.

**Ingredienti:**

**40 lumache, 60 g di prezzemolo, 1 spicchio di aglio, sale grosso q.b., 250 g di burro ammorbidito, 1 cipolla, sale fino q.b., pepe nero q.b.**



# Crêpes suzette (Francia)



**La crepe suzette è un dolce francese. Il piatto è composto da crespelle imbevute nella beurre suzette: una caratteristica salsa a base di zucchero caramellato, mandarino o arancia, scorza d'arancia e Grand Marnier.**

**Ingredienti:**

**2 uova medie, 300 ml di latte, 1 un cucchiaio di zucchero, 150 g di farina, 40 g di burro, ½ di scorza d'arancia.**





# Gulasch (Ungheria)

## INGREDIENTI

Manzo 1 kg  
Brodo di carne 1,5 l  
Patate 450 g  
Cipolle 230 g  
Peperoni verdi a cornetto medi 3  
Pomodori ramati 1  
Aglio 1 spicchio  
Paprika dolce in polvere 20 g  
Semi di cumino 5 g  
Olio extravergine d'oliva 30 g  
Sale fino 10 g

## Procedimento

Per preparare il gulasch ungherese, per prima cosa preparate circa 1,5 lt di brodo di carne. Poi prendete la carne, eliminate i tessuti connettivi e i filamenti di grasso e tagliatela a fette spesse circa 1,5-2 cm, quindi riducetele a dadini. Mondate e tritate la cipolla finemente. Passate al pomodoro: staccate il picciolo, lavatelo e riducete anche questo a piccoli dadini di circa 1 cm. Mondate e schiacciate uno spicchio di aglio. Versate l'olio in una casseruola dai bordi alti, poi unite la cipolla. Fate rosolare bene la cipolla a fuoco medio per circa 10 minuti, mescolando di tanto in tanto per non farla bruciare. Una volta che la cipolla sarà appassita, aggiungete la carne nel tegame, mescolate e lasciate rosolare per circa 10 minuti, mescolando spesso perchè la carne non si attacchi. Una volta che la carne sarà ben sigillata e rosolata, potete versare la paprika e i semi di cumino. Mescolate e versate anche l'aglio e i pomodori, poi mescolate ancora per amalgamare il tutto. Ora bagnate con il brodo (che avrete precedentemente scaldato) fino a coprire completamente la carne. Coprite con coperchio e lasciate cuocere a fuoco medio per circa 1 ora e mezza, controllando e rimestando di tanto in tanto. Nel frattempo pelate le patate e tagliatele a dadini. Lavate e rimuovete il picciolo dai peperoni, eliminate i semini interni e tagliate i peperoni a listarelle di circa 1 cm in senso obliquo. Ora unite sia i peperoni che le patate al gulasch. Mescolate, coprite con il coperchio e lasciate cuocere ancora per circa 30 minuti. Una volta pronto, servite il vostro gulasch ungherese ben caldo, magari all'interno di un cocchetto!





# Paella (Spagna)



## **Ingredienti:**

- 350 gr di riso bomba (o parboiled)**
- 250 gr di pollo (sovraccosce, al netto degli scarti)**
- 250 gr di coniglio (al netto degli scarti)**
- 700 gr di calamari**
- 500 gr di gamberoni**
- 500 gr di cozze**
- 500 gr di vongole**
- 2 peperoni (rosso e giallo)**
- 150 gr di piselli**
- 200 gr di fagiolini**
- 800 ml di brodo vegetale**
- 3 spicchi di aglio**
- di olio d'oliva (extravergine)**
- 2 bustine di zafferano**
- 2 cucchiaini di paprika (dolce)**
- 1/2 cucchiaino di curcuma**
- 1/2 cucchiaino di pimento (in polvere)**
- 1/2 cucchiaino di pepe di cayenna**
- 1/2 cucchiaino di aglio (liofilizzato, in polvere)**
- 1/2 cucchiaino di cipolla (liofilizzata, in polvere)**
- di sale**



**La paella valenciana mista è un classico piatto della cucina spagnola, rinomato per la sua ricchezza di gusto e conosciuto in tutto il mondo. Per preparare la paella valenciana iniziate a pulire le vongole e le cozze, come indicato qui e qui. Riscaldare un filo d'olio d'oliva con uno spicchio d'aglio e aggiungete i molluschi, lasciateli schiudere a fuoco moderato, con il coperchio, mescolando ogni tanto, fin quando non si saranno aperti tutti. Non appena saranno tiepidi sgusciateli quasi tutti, tenendone da parte pochi interi per decorare i piatti. Filtrate il liquido di cottura e tenetelo da parte.**



# Bacalhau Bras (Portogallo)

**Ingredienti per 4 persone :**

**400 g di baccalà già ammollato**

**400 g di patate e pasta**

**4 uova**

**3 cipolle**

**1 spicchio d'aglio**

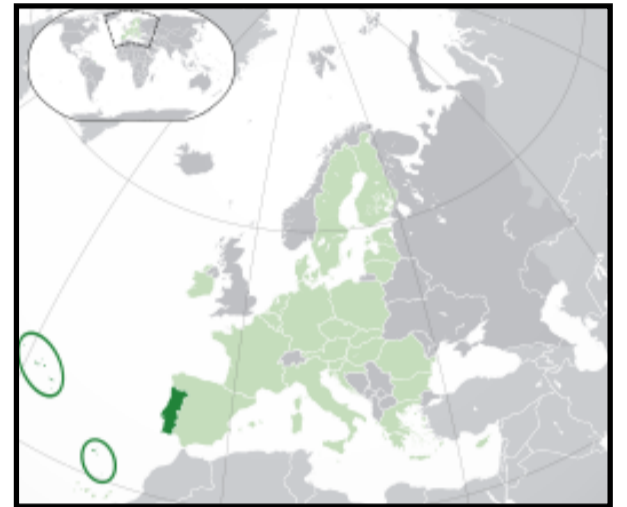
**20 olive nere**

**3 cucchiaini di olio do oliva**

**Un ciuffo di prezzemolo**

**Sale e pepe**

**Taglia il baccalà a listarelle con un coltello. Sbucciare cipolle e patate e tagliarle a bastoncini sottili. Trita l'aglio e taglia la cipolla, cuocere nell'olio per 30 minuti. Aggiungere le patate, poi unire anche il baccalà e cuocere mescolando spesso circa 30 minuti. Sbattere le uova in una ciotola e aggiungerle alla padella a fuoco spento, come per fare una frittata, ma mantenendo una consistenza cremosa, o eventualmente mantenere il fuoco al minimo per 30 secondi circa dopo aver aggiunto le uova, quindi spegnere. Aggiungere: sale, pepe e il prezzemolo tritato e per dare un tocco al piatto**



# Pizza ( Italia)



La pizza è un piatto tipico italiano, solitamente la pizza viene condita con pomodoro e mozzarella (pizza margherita), però secondo i gusti si possono aggiungere vari ingredienti.

Gli ingredienti per l'impasto sono i seguenti:

400 g di farina 0 per pane e pizza oppure (250 farina 00 e 150 Manitoba)

240 g di acqua a temperatura ambiente

10 g di lievito di birra fresco o 3 g di lievito di birra secco

1 cucchiaino raso di zucchero

8 g di sale 1 cucchiaino

1 cucchiaio di olio extra vergine di olio

## *PROCEDIMENTO*

Per preparare la pasta per la pizza abbiamo scelto di impastare il tutto a mano, ma se preferite utilizzare l'impastatrice potrete seguire gli stessi procedimenti, utilizzando il gancio a velocità medio bassa. Cominciate versando il lievito nell'acqua a temperatura ambiente e scioglietelo per bene.

In alternativa potete anche sbriciolare il lievito nella farina, il risultato non cambierà. Se preferite, potete utilizzare 2 g di lievito di birra disidratato. Proseguite versando la farina manitoba e quella 00 in un recipiente.

Poi versate l'acqua un po' alla volta mentre impastate con le mani la temperatura ideale dell'acqua è di 25°. Quando avrete versato la metà del liquido, potete aggiungere anche il sale continuare ad impastare, versando l'acqua sempre un po' alla volta, fino ad ottenere un composto omogeneo.

A questo punto potete aggiungere l'olio, anche questo versato un po' alla volta mentre continuate ad impastare.

Infine trasferite l'impasto sul piano da lavoro e lavoratelo con le mani 9 fino a che non sarà liscio e omogeneo



Ottenuto un bel panetto liscio, lasciatelo riposare sul piano di lavoro per una decina di minuti coprendolo con la ciotola.

Una volta riposato dategli una piccola piega: immaginate che la sfera sia divisa in 4 parti, prendete l'estremità di ognuna, tiratela delicatamente e ripiegate verso il centro, infine dategli la forma di una sfera. Trasferite l'impasto così formato in una ciotola, coprite con pellicola trasparente e lasciate lievitare.

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

### *Pasta per la pizza ricetta*

Trascorso il tempo della lievitazione, l'impasto sarà bello gonfio 13, quindi trasferitelo sul piano da lavoro 14 e dividetelo a metà con un tarocco 15. Se dovesse servirvi, potete infarinare leggermente il piano di lavoro.

### *Come cucinare Pasta per la pizza*

Tornate a dare una piega all'impasto, come avete fatto prima della lievitazione, poi capovolgetelo e procedete con la pirlatura: pirlare l'impasto significa farlo girare con le mani sul ripiano di lavoro portandolo verso di voi e poi allontanandolo ripetutamente fino ad ottenere una sfera liscia e regolare 16. Trasferite i due impasti su un vassoio 17 e lasciateli riposare ancora per una mezz'oretta, sempre coperti con pellicola o con un canovaccio 18, prima di poter tirare l'impasto per la pizza e condirlo a vostro piacimento!



# Cassata Siciliana (Italia-Sicilia)

## PER PAN DI SPAGNA:

3 uova intere di taglia grande

3 tuorli di taglia grande

160 gr di zucchero semolato

70 gr di farina'00

95 gr di fecola di patate

buccia grattugiata di 1 limone (e o di buccia grattugiata di arancia)

1 bustina di vaniglia (oppure estratto)

1 pizzico di sale

## Crema di ricotta e cioccolato:

800 g di ricotta di pecora perfettamente sgocciolata

300 g di zucchero semolato

150 g di gocce di cioccolato fondente

50 gr di scorza d'arancia candita di ottima qualità

## Pasta reale:

300 g di farina di mandorle

300 g di zucchero

75 g di acqua

colorante alimentare verde in polvere

## Glassa di zucchero per Cassata:

circa 350 gr di zucchero a velo vanigliato

qualche cucchiaino di acqua.

## Ghiaccia reale per decorare:

75 gr di zucchero a velo vanigliato

2 gocce di succo di limone fresco

10 gr di albume d'uovo

Per la finitura: frutta candita mista

## Preparazione basi per la Cassata :

Prima di tutto, preparate il pan di spagna. lasciate raffreddare perfettamente poi sigillate con una pellicola e riponetelo in frigo ben imballato, sarà più semplice tagliarlo.

**CREMA DI RICOTTA :** Prendete la ricotta fresca, adagiatela in un canovaccio pulito, strizzatela in modo che fuoriesca il latte in eccesso. Ripetete quest'operazione 2 – 3 volte fino a quando non otterrete una ricotta completamente asciutta! Se la ricotta non è asciutta rischiate di rovinare la cassata, perchè se cola acqua non si taglia la fetta!

Infine, quando la ricotta è asciutta, adagiatela in una ciotola con lo zucchero, lavoratela con un cucchiaino. Poi frullate tutto con un minipimer. Questo trucchetto vi permetterà di ottenere un composto liscio e vellutato in pochi secondi senza setacciare. Aggiungete quindi le gocce di cioccolato, mescolate e riponete in frigo. Non coprite con pellicola che fa condensa, al massimo con un piatto di carta. Assemblare la Cassata siciliana

Prima di tutto, tagliate il pan di spagna in 3 dischi. Il primo vi serve per i bordi, il secondo per il fondo, il terzo per la chiusura. Ogni disco dovrà avere lo spessore di minimo 1 cm



**Con gli sfridi che avanzano potete realizzare dei golosi Cake pops**

**Dal primo disco di pan di spagna ricavate delle strisce di 5 – 6 cm di larghezza ovvero della stessa misura del bordo della teglia.**

**Ricavate dei trapezi con base larga 6 e base piccola 3 cm. A questo punto assottigliate lo spessore dei trapezi dandogli uno spessore di 1/5 cm è più semplice assottigliare i piccoli piuttosto che un intero disco.**

**L'assottigliamento è fondamentale in modo che il bordo della cassata sia sottile ma soprattutto tutto uguale. Stendete la pasta reale ad uno spessore di 1/2 cm e ricavate trapezi uguali al pan di spagna. Foderate la teglia con una pellicola per alimenti, ponete doppio strato in modo che sia facile da estrarre e aggiungete lungo i bordi i trapezi alternati stretti, uno attaccato all'altro senza spazio. Tagliate eventuali bordi e imprecisioni. Dal secondo disco di pan di spagna ricavate un cerchio che abbia la stessa misura del fondo. tagliate con un coltello. Adagiate il fondo al centro della tortiera sistemando i bordi.**

**Pennellate i bordi di pan di spagna e leggermente il fondo, con acqua e zucchero (1 tazza con 1 cucchiaino di zucchero precedentemente sciolti su fuoco basso e fatti raffreddare )**

**Non inumidite troppo, toccate con le mani e sistemate bene tutto insieme. Infine versate la crema di ricotta e gocce di cioccolato ormai fredda e perfettamente compatta. Se tirandola fuori dal frigo ha fatto qualche goccia di condensa , versate le gocce via.**

**Lasciate 1 cm di bordo! fondamentale per incassare poi il successivo pan di spagna. Adagiate quindi l'ultimo cerchio di pan di spagna, tagliato anche questo su misura.**

**Deve incassarsi perfettamente ai bordi! Mi raccomando, questo passaggio è fondamentale! Altrimenti rischiate che capovolgendo esce fuori la farcitura!**

**Sigillate perfettamente senza aggiungere bagne!**

**Ricordate che questo ultimo disco, sarà il fondo della cassata e deve essere il più asciutto possibile! Richiudete con la pellicola laterale e riponete in frigo per almeno 24 h massimo di 3 giorni. Importantissimo questo passaggio di riposo. La Cassata siciliana deve assestarsi completamente. Le consistenze devono solidificarsi, i profumi mescolarsi insieme.**

## GIORNO 3

**Prima di sformare e tirare fuori la cassata dal frigo per glassarla organizzatevi il lavoro.**

**Scegliete un piatto o un'alzatina su cui sformare il dolce, che abbia bordi lisci che possiate ripulire dalla glassa che cola.**

**Una volta sformata su piatto, non potrete ri – trasferirla da altre parti.**

**Scegliete accuratamente i canditi da utilizzare. Montate la sac a poche con un beccuccio piccolo pronto per le decorazioni in ghiaccia. Glassa per Cassata e glassatura perfetta**

**Per glassare perfettamente la cassata siciliana ci vuole un attimo di pazienza. E va fatto in più riprese.**

**Riponete la metà dello zucchero in una ciotola e iniziate a mescolare con 1 cucchiaino di acqua. Dovrete ottenere una glassa morbida che cola dal cucchiaio. che non sia troppo dura, ma nemmeno eccessivamente morbida, aggiungete altre gocce d'acqua per stemperare e raggiungere la consistenza giusta. Sformate la cassata sul piatto scelto. Versate la glassa di zucchero partendo dal fondo e fatela scivolare sui lati allargandola con un coltello. Pulite i bordi, raccogliete la glassa in eccesso e riponetela nella ciotola.**

**Ponete la cassata in frigo e aspettate che la glassa si solidifichi almeno 30 minuti. Nel frattempo girate quella che già avete.**

**Versate nuovamente la glassa e ridistribuite tutto sui lati.**

**Ripulite nuovamente.**





**Riponete la cassata in frigo e lasciatela lì per almeno 2 h. Trascorso il tempo indicato preparate l'altra metà di glassa questa volta dev'essere molto più densa non deve colare eccessivamente. versate la metà al centro della cassata in modo che si formi un disco bianco. Riponete in frigo e fate solidificare almeno 2 h la glassa che resta potete lasciarla a temperatura ambiente. Basterà un goccio d'acqua per ritornare come prima.**

### **Decorare la Cassata siciliana**

**A questo punto realizzate la ghiaccia mescolando gli ingredienti tutti insieme. Dovrete ottenere una ghiaccia reale molto densa, bianca e compatta per realizzare i decori plastici. Inserite nella sac a poche e realizzate il reticolo sul disco bianco completamente solido. Aggiungete un pois di ghiaccia su ogni estremità del rombo. Riponete in frigo ad asciugare per almeno 3 h! el frattempo decorate la frutta con la ghiaccia reale.**

**Quando la superficie della cassata è asciutta, con l'aiuto di un coltello a punta tonda stuccate e glassate le pareti laterali con il resto della glassa di zucchero. Non preoccupatevi se cola sui bordi, poi ripulirete tutto.**

**Riponete in frigo a raffreddare per 3 h circa.**

**Quando la cassata è completamente asciutta, Tagliate dai bordi laterali del piatto la glassa in eccesso. Ripulite, decorate con la frutta candita!**

**Ecco pronta la Cassata siciliana**





# Pita Greca (Grecia)

il pane pita è un pane morbido e lievitato di origine mediorientale molto più diffuso e conosciuto per la famosa *pita greca* o *Gyros* a base di carne. La pita è un pane facilissimo da preparare in casa e può essere cotta sia al forno che in padella. Si tratta di un *impasto base* molto simile a quello dell'impasto pizza: *farina, acqua, lievito di birra, sale e olio di oliva*.

Si forma il classico panetto che viene lasciato lievitare fino al raddoppio dopodiché si formano i panetti e viene steso a mo' di focaccia. La cottura più veloce, e senza dubbio quella che preferisco, è in padella in quanto si ottiene un pane molto morbido internamente ma con la giusta croccantezza esterna.

Si può usare come pane per accompagnare secondi piatti e insalate di ogni tipo, hummus di ceci oppure arrotolato da farcire: un'idea può essere riempirlo con l'insalata greca a base di *feta, cetrioli, pomodori*.

## **Ingredienti:**

**500 g di farina, 320 ml di acqua, 25 g di olio, 10 g di sale, 10 g di zucchero, 20 g di lievito di birra.**



# Insalata Greca (Grecia)



**L'insalata greca è un piatto tradizionale estivo che si può trovare in ogni ristorante greco. E' composta da insalata verde, pomodori, cetrioli, cipolle ecc... Inoltre è un contorno adatto ad accompagnare un secondo piatto di carne e pesce oppure gustato come piatto.**

**Ingredienti:**

**200 g di feta, 8 olive nere greche, 2 cetrioli, origano q.b. , 150 g di lattuga iceberg, 1 cipolla rossa, 4 cucchiaini di olio, 2 piccoli pomodori ramati.**



# Sarmale in foi de vita (Romania)

**Ingredienti :**

foglie di vite \*  
carne macinata mista ( meglio di agnello... )  
riso  
cipolla piccola  
aneto e prezzemolo  
conserva di pomodoro  
olio  
sale, pepe



-  
Alla carne macinata aggiungiamo : riso ( 1 tazza ) , cipolla tritata, l'aneto e il prezzemolo tritati , sale, pepe, 1 cucchiaio di olio e 1-2 cucchiaini di pomodoro .  
Le foglie di vite \* se sono fresche devono essere bollite in acqua salata e con succo di limone , se sono comprate nel barattolo devono essere lasciate in acqua fredda per alcune ore perchè sono di sicuro troppo salate.

Prendiamo una foglia di vite e la mettiamo su un piatto o sul piano di lavoro, aggiungiamo 1 cucchiaio o 1 cucchiaino di ripieno ( se le foglie sono grosse o piccole) nella parte del gambo, arrotoliamo.

In una pentola aggiungiamo 1 cucchiaio di olio e uno strato di foglie di vite e poi gli involtini a cerchi concentrici e a strati se abbiamo piu' involtini ...  
aggiungiamo acqua e succo di limone fino a coprire gli involtini. È meglio farli cuocere nella pentola normale e con un coperchio o con un piatto sopra per tenerli fermi durante la cottura. Possiamo farli bollire per 1 ora e poi continuare la cottura nel forno sempre coperte a fuoco basso ( 100-120°C) per un'altra ora.





# Patatine fritte (Belgio)

## **INGREDIENTI:**

- patate adatte alla frittura (Bintje)
- 1 litro di olio di semi o burro blanc de boeuf)
- Sale

## **PROCEDIMENTO:**

Sbucciate le patate e non lavatele (pulitele con un panno pulito). Affettatele prima a fette con uno spessore di 8 millimetri, poi in bastoncini spessi a loro volta 8 millimetri. Dividete le patatine in porzioni di 400 grammi. Avvolgendole in uno straccio pulito per asciugarle.

Scaldate il burro o l'olio per la frittura, meglio se è di arachidi in una casseruola dai bordi alti. Quando l'olio ha raggiunto i 160° C buttate le patate e

cuocetele per 10-12 minuti, mescolando di continuo, fino a quando verranno a galla. Sgocciolatele e stendetele in uno strato unico sulla carta da cucina, fino a quando non si saranno completamente raffreddate. Tra la prima e la seconda frittura il grasso o l'olio andrebbero filtrati.

Per la seconda frittura: scaldate l'olio a 180°, ributtate le patate precedentemente fritte e cuocetele per un paio di minuti fino a quando non risultano dorate.

Sgocciolatele bene, cospargetele di sale e servitele subito.



Laboratorio di Geografia

## **“L’Europa Unita A Tavola”**

I.C. “Federico De Roberto” di Catania.  
Classe IIC Scuola Secondaria di I grado.  
A.S. 2020/2021

Ricette: Gaballo, Speciale, Sodaro, Iozzia,  
Puglisi.

Disegni: Anzaldi, Forzese, Grassia, Gulisano.  
Foto: Siena, Spinella, (Coadiuvati dalla Prof.ssa  
Caravotta Antonella)

Editing: Guzzardi, Finocchiaro, Caputo.

Coordinatrice: Prof.ssa Montalto Cristina A.M.A.

