

SCUOLA DELL'INFANZIA "ROMIATI"
RESCHIGLIANO DI CAMPODARSEGO (PD)

RICETTARIO



MERENDA



Frutta fresca (mela, pera, banana, clementine, fragole, ciliegie, pesche, prugne) adeguatamente tagliate e denocciolate preparate al momento. I frutti vengono stoccati e conservati in condizioni igienico sanitarie e a temperature conformi al D.Lgs. 155/97 nel locale dispensa.



Fette biscottate (**glutine**) con marmellata. La marmellata e le fette biscottate vengono conservate in dispensa a temperature conformi al D.Lgs. 155/97 nel locale dispensa.

Biscotti (**glutine**) secchi tipo frollini.



Yogurt alla frutta: (**latte**) Viene conservato in frigorifero a temperatura + 2° fino al momento del consumo.

P.S.= Tutti i prodotti aperti e non utilizzati vengono eliminati.

PRIMI PIATTI

PASSATO DI VERDURA CON LEGUMI E SENZA LEGUMI



Ingredienti:

pasta di grano duro (**glutine**)

Verdure fresche: carote, **sedano**, patate, cipolle

Verdure surgelate: bieta, piselli, fagioli, prezzemolo, basilico

Sale

Preparazione:

Lessare le verdure miste in abbondante acqua fredda e salata, a cottura ultimata (circa due ore) mixare le verdure, regolare il sale e aggiungere la pastina secondo specifica tabella grammatura.

A fine cottura aggiungere olio extravergine d'oliva.

N.B.= Le verdure sono in parte congelate in parte fresche

MINISTRONE DI FAGIOLI



Ingredienti:

Pasta di grano duro (**glutine**)

Patate

Cipolla

Fagioli surgelati

Sale

Olio di oliva

Preparazione:

Lessare patate, cipolle e fagioli in abbondante acqua. A cottura ultimata (circa due ore) mixare le verdure, regolare il sale e aggiungere la pastina secondo specifica tabella grammatura. A fine cottura aggiungere olio di oliva extravergine.

MINISTRINA IN BRODO VEGETALE



Ingredienti:

pasta di grano duro (**glutine**)

sedano, carote, cipolle

sale q.b. o dado vegetale (**sedano**)

Olio di oliva extravergine

parmigiano reggiano **latte**

Preparazione:

Versare in acqua fredda leggermente salata le verdure fresche. A cottura ultimata mixare le verdure aggiungere la pastina secondo specifica tabella grammatura.

Condire con parmigiano reggiano (conservato alla temperatura di + 2° in frigorifero fino al momento dell'impiego) e olio extra vergine d'oliva secondo specifica tabella grammatura. Regolare il sale e servire

MINISTRINA
IN BRODO DI CARNE S.G.R.
(Gallina o Manzo)



Ingredienti:

pasta di grano (**glutine**)

brodo di carne sgrassato (gallina o manzo)

cipolla

sedano

carota

sale q.b.

Preparazione:

Preparare il brodo con la bollitura della carne e delle verdure fresche.

Versare nel brodo sgrassato e filtrato la pastina secondo specifica tabella grammatura.

MINISTRA DI RISO **CON CAROTE E PATATE**



Ingredienti:

riso

patate

carote

cipolla

sale q.b.

parmigiano reggiano (**latte**)

olio di oliva extravergine

Preparazione

Mettere a cuocere le verdure fresche tagliate a pezzetti nell'acqua fresca e salata.

Passarle con il mixer ad immersione, aggiungere il riso al passato ottenuto e continuare la cottura.

A fine cottura aggiungere il parmigiano reggiano (conservato alla temperatura di +2° in frigorifero fino al momento dell'impiego) e l'olio di oliva extravergine secondo specifica tabella grammatura.

MINISTRA DI RISO **CON ZUCCA O PORRO**



Ingredienti:

riso

zucca

porro

patate

sale q.b.

parmigiano reggiano (latte)

olio extravergine di oliva

Preparazione

Mettere a cuocere la zucca con le patate o il porro con le patate tagliati a pezzetti, nell'acqua fresca e salata, aggiungere la parte bianca del porro e le patate.

A cottura ultimata passare con il mixer ad immersione, aggiungere il riso al passato ottenuto e continuare la cottura.

A fine cottura aggiungere il parmigiano reggiano (conservato alla temperatura di +2° in frigorifero fino al momento dell'impiego) olio di oliva extravergine secondo specifica tabella grammatura

RISOTTO MORBIDO CON PARMIGIANO REGGIANO



Ingredienti

Riso q.b.
Cipolla
Parmigiano reggiano (**latte**)
Brodo vegetale
Burro (**latte**)

Preparazione:

Stufare la cipolla tritata con poco brodo vegetale.

Mixare la verdura, unire il riso e cuocere aggiungendo il brodo vegetale.

A cottura ultimata unire il burro, il parmigiano reggiano conservato alla temperatura di + 2° in frigorifero fino al momento dell'uso, secondo specifica tabella grammatura e mantecare.

RISOTTO MORBIDO PRIMAVERA **CON VERDURA**

(ZUCCHINE/PISELLI)



Ingredienti:

riso
zucchine / piselli
cipolla
dado vegetale (sedano)
parmigiano reggiano (latte)
olio extra vergine di oliva
sale

Preparazione:

Stufare le cipolle tritate con brodo vegetale. Unire le verdure tagliate finemente e farle cuocere. Passarle con il mixer. Aggiungere il riso alla purea ottenuta, e portare a cottura aggiungendo il brodo gradatamente.

A cottura ultimata mantecare con il parmigiano reggiano conservato alla temperatura di +2° in frigorifero fino al momento dell'impiego.

RISOTTO MORBIDO AL POMODORO



Ingredienti

**riso q.b.
passata di pomodoro
aglio
olio di oliva extravergine
sale**

Preparazione:

In una casseruola fare restringere la passata di pomodoro con l'aggiunta di uno spicchio d'aglio; a fuoco spento togliere l'aglio aggiunge aggiungere l'olio di oliva extravergine.

Lessare il riso in acqua bollente salata, a fine cottura scolare e condire con il sugo di pomodoro.

SUGO PER PASTA AL BURRO E SALVIA

Ingredienti:

burro (**latte**)
olio di oliva
salvia
parmigiano reggiano (**latte**)
sale q. b.

Preparazione

Far fondere il burro in una casseruola senza portarlo a bollore, aggiungere olio di oliva e le foglie di salvia fresche lavate, con il sale. Dopo circa 30 minuti, passare al colino il burro fuso e condire la pasta.

PASTA AL BURRO E SALVIA



Ingredienti:

pasta di grano duro q.b. (**glutine**)
sugo burro salvia (**latte**)
olio di oliva
parmigiano reggiano (**latte**)
Sale q.b.

Preparazione

Mettere sul fuoco una capace casseruola con abbondante acqua salata, portare ad ebollizione, versare la pasta riportare ad ebollizione fino a cottura ultimata. Scolare la pasta, condire con il sugo burro e salvia, aggiungere parmigiano reggiano grattugiato, conservato alla temperatura di + 2° in frigorifero fino al momento dell'uso, secondo specifica tabella grammatura.

SUGO PER PASTA AL ROSMARINO

Ingredienti:

rosmarino
olio di oliva extravergine
sale q. b.

Preparazione

Tritare finemente il rosmarino fresco e aggiungerlo all'olio d'oliva in un contenitore. Dopo circa 2 ore filtrare l'olio con un colino e condire la pasta .

PASTA AL ROSMARINO



Ingredienti:

Pasta di grano duro q.b. (**glutine**)
Sugo al rosmarino
Parmigiano reggiano (**latte**)
Sale q.b.

Preparazione

Mettere sul fuoco una capace casseruola con abbondante acqua salata, portare ad ebollizione, versare la pasta riportare ad ebollizione fino a cottura ultimata. Scolare la pasta, condire con il sugo al rosmarino, aggiungere parmigiano reggiano, conservato alla temperatura di + 2° in frigorifero fino al momento dell'uso, secondo specifica tabella grammatura.

SUGO PER PASTA AL POMODORO

Ingredienti:

cipolla
aglio
passata di pomodoro
olio oliva extravergine
sale q.b.

Preparazione

Mettere in una casseruola l'aglio e cipolle tagliate finemente fare appassire con un po' di brodo vegetale, unire la passata di pomodoro. Togliere l'aglio e far restringere il sugo, aggiungere il sale.

Mantenere accesa la fiamma pilota per permettere il mantenimento del sugo ad una temperatura $> + 75^{\circ}$. Aggiungere l'olio prima del condimento della pasta.

PASTA AL POMODORO



Ingredienti:

Pasta di grano duro q.b. (glutine)
Sugo al pomodoro
Parmigiano reggiano (latte)
Sale q.b.

Preparazione

Mettere sul fuoco una capace casseruola con abbondante acqua salata, portare ad ebollizione, versare la pasta, riportare ad ebollizione fino a cottura ultimata.

Scolare la pasta, condire con il sugo di pomodoro preparato, aggiungere parmigiano reggiano, conservato alla temperatura di $+ 2^{\circ}$ in frigorifero fino al momento dell'uso, secondo specifica tabella grammatura.

SUGO PER PASTA TIPO PESTO

Ingredienti:

basilico
aglio
parmigiano reggiano (**latte**)
olio di oliva extravergine
sale q. b.

Preparazione

Frullare le foglie fresche di basilico con aglio e sale, aggiungere il parmigiano reggiano, amalgamare bene il tutto e poi aggiunge l'olio di oliva extravergine a filo fino alla consistenza desiderata.

PASTA TIPO PESTO



Ingredienti:

Pasta di grano duro q.b. (**glutine**)
Sugo tipo pesto
Parmigiano reggiano (**latte**)

Preparazione

Mettere sul fuoco una capace casseruola con abbondante acqua salata, portare ad ebollizione, versare la pasta, riportare ad ebollizione fino a cottura ultimata. Scolare la pasta, condire con il sugo tipo pesto.

SUGO PER PASTA AL RAGU' DI VERDURE E MANZO



Ingredienti:

carota, **sedano**, cipolla
passata di pomodoro
carne macinata di manzo
sale q.b/dado vegetale (**sedano**)
olio di oliva extravergine

Preparazione

Lavare e mixare sedano carota cipolla. Porre il trito in una casseruola, stufare le verdure con un po' d'acqua, aggiungere la carne, asciugare e amalgamare il tutto rigirando spesso, aggiungere la passata di pomodoro, regolare sale o preparato per brodo, procedere alla cottura (circa 2 ore).

A cottura ultimata aggiungere un filo di olio extravergine di oliva.

Mantenere accesa la fiamma pilota per permettere il mantenimento del ragù ad una temperatura $> + 75^{\circ}$

PASTA AL RAGU' DI VERDURE E MANZO



Ingredienti:

Pasta di grano duro q.b. (**glutine**)
Sugo al ragù di verdure e manzo
Parmigiano reggiano (**latte**)
Sale q.b.

Preparazione

Mettere sul fuoco una capace casseruola con abbondante acqua salata, portare ad ebollizione, versare la pasta, riportare ad ebollizione fino a cottura ultimata.

Scolare la pasta, condire con il ragù di verdure e carne preparato

SECONDI PIATTI

BOLLITO DI MANZO O DI GALLINA



Ingredienti:

carne di manzo o gallina

sedano

carote

cipolla

sale q.b.

Preparazione

Mettere a cuocere la carne in acqua fredda salata con le verdure. A cottura ultimata filtrare il brodo e tagliare la carne sottilmente, porzionare e servire

COSCETTE DI POLLO AL LIMONE



Ingredienti:

cosce di pollo disossate
aglio
rosmarino
salvia
limone
sale q.b.

Preparazione

Disporre le cosce di pollo in una teglia da forno, aggiungere l'aglio, il rosmarino, la salvia il limone.

Salare e infornare a forno caldo a 180° C

A metà cottura girare il pollo proseguire la cottura.

A cottura ultimata tagliare a pezzetti, porzionare e servire.

SPEZZATINO DI MANZO **O POLLO E TACCHINO**



Ingredienti:

Manzo o pollo e tacchino
Cipolla
Carota
Passata di pomodoro
Olio di oliva extra vergine
Brodo vegetale (sedano)
Vino bianco
Sale q.b.

Preparazione

Tritare finemente la cipolla e la carota farla appassire con un po' di brodo vegetale, rosolare la carne, aggiungere la passata; proseguire con la cottura per due ore circa. Ultimata la cottura, porzionare e servire

SOPRA COSCIA DI TACCHINO AL FORNO



Ingredienti:

Cosce di tacchino senza pelle e disossate

Sedano, carote, cipolla

Vino bianco

sale q.b.

Preparazione

Disporre in una teglia da forno il tacchino e le verdure tagliate a pezzettoni.

Infornare a forno caldo a 180° C. per due ore circa

A cottura ultimata togliere la carne e frullare tutte le verdure.

Servire la carne porzionata con il sugo di verdure.

STRACCETTI DI POLLO ALLA PIZZAIOLA



Ingredienti

Petto di pollo
Passata di pomodoro
Brodo vegetale (sedano)
Aglio
Olio di oliva extravergine
Sale q.b.

Preparazione

Affettare i petti di pollo e batterli con il batticarne, tagliarli a striscioline, farli saltare in una casseruola aggiungere l'aglio e la passata di pomodoro.
Fare restringere, togliere l'aglio.
A fine cottura aggiungere a fuoco spento un filo d'olio.

SALSICCETTE DI POLLO E TACCHINO



Ingredienti

Salsicette confezionate (**latte**)

Preparazione

Togliere il budello alle salsicette e disporle in una teglia da forno. Cuocere lentamente. A fine cottura tagliare a tronchetti e porzionare.

BISTECCHIE DI MANZO A STRACCETTI/ O MACINATO



Ingredienti

Bistecche di sotto-filetto o macinato di manzo magro

Rosmarino

Aglio

Olio di oliva extravergine

Sale q.b.

Preparazione

Tagliare a striscioline le bistecche.

Mettere la carne (bistecche o macinato) in una casseruola con il rosmarino e aglio; salare.

A cottura ultimata togliere il rosmarino e l'aglio, aggiungere a fuoco spento, un filo d'olio.

POLPETTONE DI MANZO **(ANCHE AL POMODORO)**



Ingredienti

Carne macinata di manzo magro

Mollica di pane (glutine)

Latte

Uova

Prezzemolo

Parmigiano reggiano (latte)

Olio di oliva extravergine

Passata di pomodoro

Sale q.b.

Preparazione

Unire alla carne macinata il pane ammorbidito nel latte, le uova, il prezzemolo tritato, il parmigiano reggiano grattugiato, il sale.

- 1) Disporre il polpettone in una teglia da forno con poco olio e aggiungere la passata di pomodoro.
- 2) Disporre il polpettone in forno e cuocere a vapore
- 3) Disporre il polpettone in una teglia e cuocere al forno con erbe profumate. Cuocere in forno a 180° C. per due ore.

SCALOPPINE DI MAIALE AL LIMONE



Ingredienti

Fettine di lonza di maiale
Farina bianca "00" (glutine)
Buccia di limone
Olio di oliva extravergine
Sale q.b.

Preparazione

Disporre in padella la carne già tagliata a pezzetti con poco brodo vegetale e buccia di limone naturale.
A cottura quasi ultimata aggiungere una leggera spolverata di farina "00".

FRITTATA AL FORNO O IN PADELLA



Ingredienti

Uova

Sale

Latte

Parmigiano reggiano (latte)

Olio di oliva

Preparazione

Sbattere le uova con il sale aggiungere il latte e il parmigiano reggiano.

Oliare una teglia versare il composto e cuocere a fuoco lento, girando lentamente il preparato, oppure infornare e lasciar cuocere lentamente.

FILETTO DI PESCE PANATO AL FORNO

Ingredienti

Filetto di platessa merluzzo (pesce) (prodotto congelato)

Pangrattato (glutine)

Olio di oliva

Sale

rosmarino

Preparazione

Lavare il pesce e farlo gocciolare.

Impanare e disporlo in una teglia unta con olio e un po' di rosmarino.

Infornare in forno caldo a 170° C. per circa 20 minuti. A cottura ultimata porzionare.

PESCE AL FORNO O A VAPORE

Ingredienti

Salmone, persico, platessa, merluzzo (pesce) (prodotto congelato)

Olio di oliva extra vergine

Sale

Limone

Pomodorini, olive nere

Preparazione

Disporre i tranci di pesce in piccole porzioni in padella al forno o a vapore.

Cuocere a 180° per 15/20 minuti.

La ricetta può subire delle variazioni in base al prodotto a disposizione.

CONTORNI

POLENTA

Ingredienti

Farina di mais
Sale
acqua

Preparazione

Far bollire l'acqua con un po' di sale, versare a pioggia la farina di mais fino a una consistenza morbida. Cuocere per circa 40 minuti.
Versare in un vassoio a bordi alti lasciar intiepidire prima di servire porzionata.

PURE'

Ingredienti

Patate
Latte
Burro
sale

Preparazione

Lessare le patate. Dopo averle sbucciate e passate al passaverdura amalgamare con il latte e salare. A fuoco spento unire il burro.

PISELLI

Ingredienti

Piselli surgelati

Cipolla

Dado vegetale (sedano)

Olio di oliva extra vergine

Preparazione

In una casseruola far appassire la cipolla tritata finemente con un po' d'acqua, aggiungere i piselli e il dado vegetale.

A cottura ultimata aggiungere l'olio.

PATATE E CAROTE

Ingredienti

Patate

Carote

Olio extra vergine di oliva

sale

Preparazione

Tagliare a dadini le patate e le carote con un filo d'olio, cuocerli in forno a 180°.

CAROTINE STUFATE

Ingredienti

Carotine surgelate

Brodo vegetale

Olio

Burro latte

Sale

Preparazione

In una casseruola disporre le carotine surgelate aggiungere il brodo vegetale.
A fine cottura aggiungere l'olio e una noce di burro.

ZUCCHINE TRIFOLATE

Ingredienti

Zucchine

Aglio

Prezzemolo

Dado vegetale (sedano)

Preparazione

Cuocere le zucchine tagliate a rondelle sottili in una casseruola, con poco olio, uno spicco d'aglio e sale.

A fine cottura aggiungere poco prezzemolo finemente tagliato, togliere l'aglio.

SPINACI (O BIETA) SALTATI

Ingredienti

Spinaci (surgelati)
Bieta (surgelata)
Olio extravergine di oliva
Aglio
Dado vegetale (sedano)

Preparazione

Mettere gli spinaci o bieta in una teglia con uno spicchio d'aglio, salare.
Cuocere lentamente a fine cottura togliere l'aglio e aggiungere l'olio di oliva extra vergine.

VERDURE LESSATE

Ingredienti

Patate
Fagiolini surgelati
Cavolfiore
Olio di oliva
Sale

Preparazione

Pulire le verdure fresche e lavarle. Lessarle in acqua salata.
Scolarle e condirle con olio e sale.

INSALATA DI VERDURA

Ingredienti

Lattuga
Radicchio
Finocchi
Cappuccio
Carote
Pomodoro
Olio oliva
Aceto
Sale

Preparazione

Mondare le verdure e lavarle in acqua fredda.
Tagliare sottilmente le verdure, condire con olio e sale.

DOLCI

CROSTATA ALLA MARMELLATA



Ingredienti:

2 uova

150 gr zucchero

300 gr farina "00" (glutine)

175 gr. Burro (latte)

la buccia grattugiata di limone

un pizzico di sale

un vasetto di confettura

Preparazione:

Disporre la farina a "fontana" sul tavolo, rompere nel mezzo un uovo intero e un rosso, spolverizzare con una presa di sale. Aggiungere lo zucchero ed il burro morbido a pezzetti, la buccia di limone grattugiata.

Impastare gli ingredienti velocemente. La pasta frolla deve essere lavorata pochissimo, quanto basta per amalgamare gli ingredienti e formare un panetto.

Le mani devono essere fredde per evitare di sbriciolare la pasta.

Mettere a riposare per un'ora la pasta in frigo.

Imburrare uno stampo da crostata o usare la carta forno.

Stendere $\frac{3}{4}$ della pasta sullo stampo bordare con un cordoncino tutto intorno, distribuire la confettura su tutta la superficie. Con la pasta rimasta, formare delle striscioline che disporremo a grata sulla confettura.

Infornare per circa 40 minuti in forno caldo a 180°.

DOLCE BICOLORE



Ingredienti:

350 gr. Farina "00" (glutine)
100 gr. Burro (latte)
1 vasetto yogurt alla vaniglia (latte)
250 gr zucchero
4 uova
20/25 gr. di cacao amaro
3-4 cucchiari di latte
sale
1 bustina lievito
limone

Preparazione:

In una capace terrina sbattere bene le uova con lo zucchero e il burro, unire lo yogurt, aggiungere la farina, il latte, il limone, la bustina di lievito e mescolare con cura. Imburrare uno stampo da dolci e versarvi metà dell'impasto: a quello rimasto nella terrina incorporare il cacao, amalgamandolo bene. Versare il composto marrone su quello chiaro. Introdurre lo stampo in forno caldo e cuocere per 45 minuti a 180°. Lasciar raffreddare nello stampo prima di sfornare

TORTA DI MELE



Ingredienti:

250 gr farina “00” (glutine)

150 gr zucchero

100 gr burro (latte)

3 uova

3 – 4 mele tagliate a pezzetti

1 bustina di lievito sciolta in ½ bicchiere di latte

1 vanillina

Sale

Zucchero di canna

Preparazione:

Sbucciare le mele, eliminare i torsoli e tagliarle a pezzettini.

In una ciotola rompere le uova, unire il sale, lo zucchero, la farina setacciata, il burro morbido, il lievito sciolto nel latte e la vanillina, mescolare con una frusta fino ad ottenere un impasto omogeneo. Aggiungere le mele, amalgamare mescolando delicatamente, trasferire il composto in uno stampo per dolci rivestito di carta forno, spolverizzare con lo zucchero di canna cuocere in forno per 40 minuti a 180°. (Si può aggiungere un cucchiaino di scorza grattugiata di limone non trattato).

TORTA ALLO YOGURT



Ingredienti

1 vasetto di yogurt da 125 gr. (latte)

3 uova

3 vasetti di farina "00" (glutine)

2 vasetti di zucchero

½ vasetto di olio semi di mais

1 pizzico di sale

1 bustina lievito

Preparazione

In una terrina sbattere i rossi d'uovo con lo zucchero fino a renderli spumosi, aggiungere poco alla volta la farina, lo yogurt e l'olio di semi, i bianchi dell'uovo sbattuti a neve (precedentemente). Da ultimo aggiungere il lievito, mescolare avendo cura che tutti gli ingredienti siano amalgamati perfettamente..

Imburrare uno stampo da dolci versarvi impasto.

Introdurre lo stampo in forno caldo e cuocere per 30 minuti a 180°.

Lasciar raffreddare nello stampo prima di sfornare.

TORTA CAROTE E ARANCE



Ingredienti

200 gr carote tritate

200 gr zucchero

300 gr farina "00" (glutine)

2 uova

140 ml succo di arancia

100 ml olio semi

40 gr mandorle

1 bustina lievito

Buccia grattugiata delle arance non trattate

sale

Preparazione

In una terrina versare le carote tritate lo zucchero le uova il succo delle arance la farina, mescolare molto bene avendo cura che tutti gli ingredienti siano amalgamati perfettamente. Da ultimo aggiungere le mandorle tritate, la buccia grattugiata delle arance l'olio di semi e il lievito

Imburrare uno stampo da dolci versarvi impasto.

Introdurre lo stampo in forno caldo e cuocere per 40 minuti a 180°.

Lasciar raffreddare nello stampo prima di sfornare.

TORTA PER CELIACI



Ingredienti

250 gr farina “Nutri-free”

180 gr zucchero

20 gr cacao amaro

130 ml latte

120 ml olio di mais

3 uova

1 vanillina

1 bustina lievito

Sale

Preparazione

In una terrina montare le uova con lo zucchero fino a che saranno diventate belle spumose, unire la farina con il cacao la vanillina e il lievito.

A filo unire l'olio di mais e il latte mescolare molto bene il tutto.

Infornare a forno caldo 180° per 30/40 minuti.