

RICETTE DAL MONDO CON LA ZUCCA BERTAGNINA E ALTRI PRODOTTI DEL TERRITORIO PAVESE

A cura delle classi
III A e B - Dorno; III C e D - Garlasco
della scuola secondaria di primo grado

IL PROGETTO

“Ricette dal mondo con la zucca bertagnina e altri prodotti del territorio pavese” è la terza fase del progetto **Paint your Life with Colours, Food and Territory** che l'Istituto comprensivo “L.G. Poma” di Garlasco realizza in rete con altre scuole del territorio. Si tratta di un progetto CLIL (Content Language Integrated Learning) che prevede l'apprendimento integrato della lingua straniera (inglese, francese o spagnolo) e del contenuto di una disciplina (scienze).

Il progetto, avviato nell'anno scolastico 2015-2016 con alcune delle attuali classi terze della scuola secondaria di primo grado delle sedi di Garlasco e Dorno, si suddivide in tre fasi:

- la piramide alimentare, con traduzione dei vocaboli in inglese, francese e spagnolo;
- il diario alimentare, redatto in lingua italiana, inglese e francese;
- la ricerca di ricette straniere che vengono rivisitate con l'utilizzo di prodotti del territorio pavese (zucca Bertagnina, cipolla di Breme, patata di Cencerate) e presentate in lingua originale e in traduzione italiana.

Scuola capofila: Istituto Besozzi di Vigevano, dirigente Prof. Alberto Panzarasa

Docenti coinvolti: Prof. Angelo Pagetti (spagnolo), Prof. Emanuela Marani (inglese), Prof. Barbara Airò (francese) e Prof. Barbara Torchio (scienze)

BERTAGNINA PUMPKIN SOUP

Preparation: 20 min.

Cook: 25 min.

INGREDIENTS

(serves 6)

- 4 tbsp olive oil
- 2 onions from Breme
- 1kg Bertagnina pumpkin
- 700ml vegetable stock or chicken stock
- 250 ml double cream
- 4 slices wholemeal seeded bread
- 1 handful Bertagnina pumpkin seeds

METHOD

Heat 2 tbsp olive oil in a large saucepan, then gently cook 2 finely chopped onions for 5 mins, until soft but not coloured. Add 1 kg peeled, de-seeded and chopped Bertagnina pumpkin to the pan, then carry on cooking for 8-10 mins, stirring occasionally until it starts to soften and turn golden.

Pour 700 ml vegetable stock into the pan, then season with salt and pepper. Bring to the boil, then simmer for 10 mins until the squash is very soft. Pour the 250 ml of double cream into the pan, bring back to the boil, then purée with a hand blender.

While the soup is cooking, slice the crusts from 4 slices of wholemeal seed bread, then cut the bread into small croutons. Heat the remaining 2 tbsp olive oil in a frying pan, then fry the bread until it starts to become crisp. Add a handful of pumpkin seeds to the pan, then cook for a few mins more until they are toasted. Reheat the soup if needed, taste for seasoning, then serve scattered with croutons and seeds and drizzled with more olive oil, if you want.

ZUPPA DI ZUCCA BERTAGNINA

Preparazione: 20 min.

Cottura: 25 min.

INGREDIENTI

(per 6 persone)

- 4 cucchiaini di olio d'oliva
- 2 cipolle di Breme
- 1 kg di zucca Bertagnina
- 700 ml di brodo vegetale o di pollo
- 250 ml di panna
- 4 fette di pane integrale
- una manciata di semi di zucca Bertagnina

PREPARAZIONE

Scaldate due cucchiaini da tavola di olio d'oliva in una grande casseruola, poi cuocete a fuoco lento due cipolle di Breme finemente tritate per cinque minuti, fino a renderle morbide, ma non dorate. Aggiungete nella padella un kg di zucca Bertagnina sbucciata, denocciolata e tagliata, poi continuate a cuocere per otto-dieci minuti, mescolando di tanto in tanto fino a che inizia ad ammorbidirsi e imbiondire.

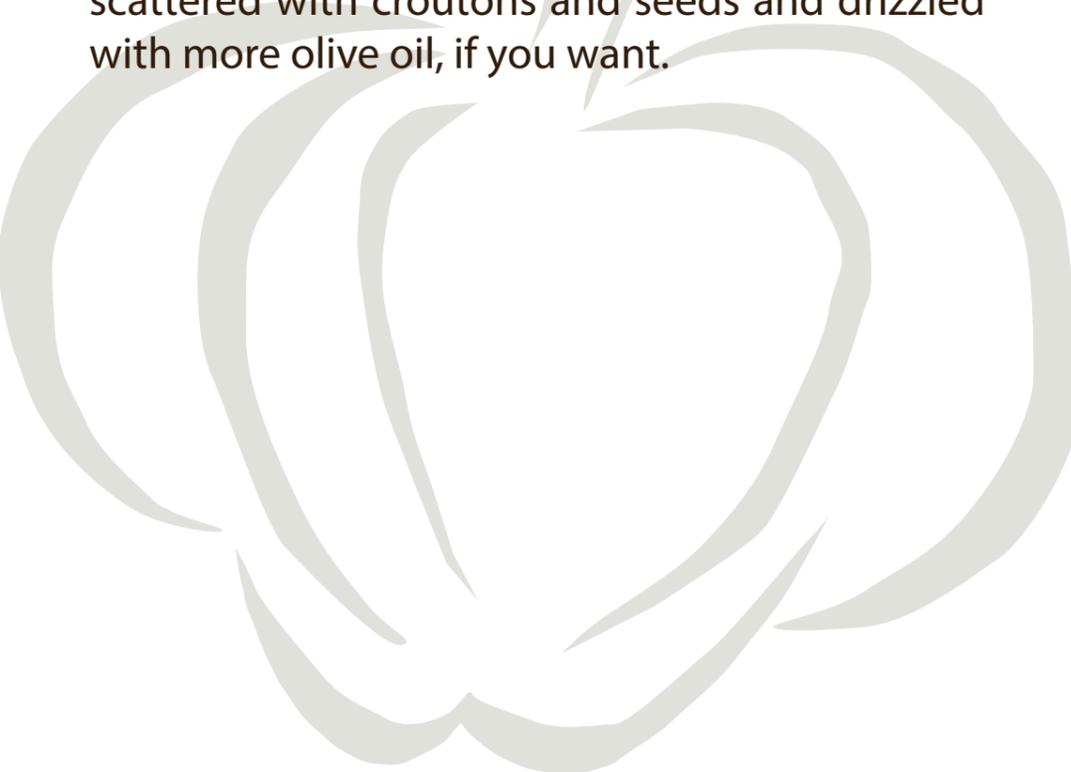
Versate 700ml di brodo vegetale nella pentola, poi insaporite con sale e pepe. Portate a bollore, poi lasciate bollire lentamente per dieci minuti fino a che diventi purea. Versate 250ml di panna nella pentola, riportate a bollore, poi frullate con un frullatore a immersione, fino a ottenere un passato.

Mentre la zuppa sta cuocendo, togliete la crosta da 4 fette di pane integrale, poi tagliate il pane in piccoli crostini.

Scaldate i rimanenti due cucchiaini d'olio d'oliva in una padella, poi frigate il pane fino a che inizia a diventare croccante.

Aggiungete una manciata di semi di zucca Bertagnina nella padella, poi cuocete per alcuni minuti fino a che diventano tostati.

Riscaldete la zuppa se necessario, assaggiate per insaporire, poi servite cospargendola con crostini e semi e aggiungete un filo d'olio d'oliva a piacere.



TORTILLA DE PATATAS DE CENCERATE

45 min.

INGREDIENTES

- 3 patatas de Cencerate
- 1 cebolla de Breme
- 5 huevos
- aceite de oliva virgen extra
- sal

PREPARACIÓN

Primero pelamos las patatas. Partimos por la mitad y cortamos a juliana. Cortamos por la mitad la cebolla y retiramos fácilmente la piel. Cortamos las puntas de cada lado y hacemos unos cortes verticales y luego horizontales, así logramos picar a daditos muy pequeños. Reservamos todo en un plato. En una sartén agregamos abundante aceite, y cuando esté a temperatura medio-alta, agregamos las patatas y seguidamente la cebolla. Mesclamos y dejamos cocinar por 20 minutos, cuando estén doradas las retiramos del aceite. Agregamos 2 pizcas generosas de sal, y damos una vueltas, mientras tanto en un bol grande cascamos los huevos y batimos con energía. Las patatas ya están en su punto y con la ayuda de una espumadera, escurrimos bien el aceite y agregamos al bol con el huevo batido. Colamos el aceite sobrante para otra fritura y agregamos las últimas patatas al bol, damos unas vueltas para que las patatas se impregnen bien de huevo. Y en la misma sartén sin agregar más aceite, comprobamos que sigue caliente y colocamos la mezcla del bol. Y cocinamos a fuego bajo por 5 minutos. A lo largo de este tiempo, con la ayuda de una lengua de cocina vamos rodeando la tortilla, es importante hacer girar la tortilla en la sartén así. Notaremos que la tortilla esta cuajada cuando veamos que la base ya tiene una consistencia. Con un plato más grande que la sartén, tapamos, damos la vuelta a la tortilla y colocamos de nuevo en la sartén. Cocinamos a fuego bajo por 5 minutos más y la tortilla ya estará en su punto.

TORTILLA DI PATATE DI CENCERATE

45 min.

INGREDIENTI

- 3 patate di Cencerate
- 1 cipolla di Breme
- 5 uova
- olio extra vergine d'oliva
- sale

PREPARAZIONE

Iniziare pelando le patate, subito dopo tagliarle alla julienne.

Tagliare a metà la cipolla e sbucciarla. Tagliare le estremità e fare dei tagli verticali e orrizzontali, in modo che diventino come dei cubi molto piccoli. Mettere il tutto in un piatto, in una padella aggiungere un'abbondante dose d'olio, e quando arriva ad una temperatura medio-alta, aggiungere le patate e subito dopo la cipolla. Mescolare e lasciare cuocere per 20 minuti, quando diventano dorate bisogna toglierle dall'olio. Aggiungere 2 pizzichi abbondanti di sale e dare una mescolata. Nel frattempo in una ciotola grande rompere le uova e sbatterle con energia. Le patate saranno già cotte e con l'aiuto di una schiumarola, scolare bene l'olio e aggiungerle alla ciotola insieme all'uovo. Colare l'olio avanzato per un'altra frittura e aggiungere le ultime patate alla ciotola, infine dare una mescolata in modo che le patate si impregnino di uovo. Nella stessa padella aggiungere dell'altro olio, assicurarsi che sia caldo e mettere l'impasto nella padella. Cuocere a fuoco lento per 5 minuti. Nel frattempo, con l'aiuto di una spatolina girare la tortilla, noterete che sarà pronta quando la base avrà una certa consistenza.

Con un piatto più grande coprire la padella, voltare la tortilla e rimetterla di nuovo nella padella. Cuocere a fuoco lento per altri 5 minuti e la tortilla sarà pronta.

SOUPE A L'OIGNON DE BREME

Préparation: 25 min.

Cuisson: 20 min.

INGREDIENTS

(pour 4 personnes)

- 4 gros oignons de Breme
- 100 g de comté râpé
- 50 g de beurre
- 25 cl de vin blanc
- 1 cuillère à soupe de farine
- 1 l d'eau
- 6 tranches de pain de mie
- sel, poivre
- 1 cuillère à soupe d'huile

PREPARATION

Pelez et émincez les oignons, faites-les revenir dans le mélange beurre, huile.

Saupoudrez le mélange de farine, mouillez d'eau chaude et de vin blanc et assaisonnez.

Couvrez et laissez bouillonner doucement pendant 20 minutes.

Faites griller le pain, disposez chaque tranche dans le fond de 4 petits bols individuels supportant le passage au four. Saupoudrez d'un peu de fromage râpé. Versez la soupe par-dessus.

Saupoudrez à nouveau de fromage et faites gratiner.

ZUPPA DI CIPOLLE DI BREME

Preparazione: 25 min.

Cottura: 20 min.

INGREDIENTI

(per 4 persone)

- 4 cipolle di Breme grandi
- 100 g di formaggio comté (o groviera) grattugiato
- 50 g di burro
- 25 cl di vino bianco
- 1 cucchiaio di farina
- 1 l d'acqua
- 6 fette di pane in cassetta
- sale, pepe
- 1 cucchiaio d'olio

PREPARAZIONE

Pelate e affettate finemente le cipolle, fatele rivivere in olio e burro. Spolverizzate con la farina, bagnate con acqua e vino bianco, salate e pepate. Coprite e lasciate sobbollire per 20 minuti.

Fate grigliare il pane, disponete ogni fetta sul fondo di quattro piccole ciotole individuali resistenti al passaggio in forno. Cospargete il pane con un po' di formaggio grattugiato. Versatevi sopra la zuppa.

Cospargete di nuovo con il formaggio e fate gratinare in forno.

