



**I.C. Don Rimoldi Varese 1**

**“ Ci prepariamo così all'Expo di Milano ”**

# **Il nostro ricettario contro gli sprechi**

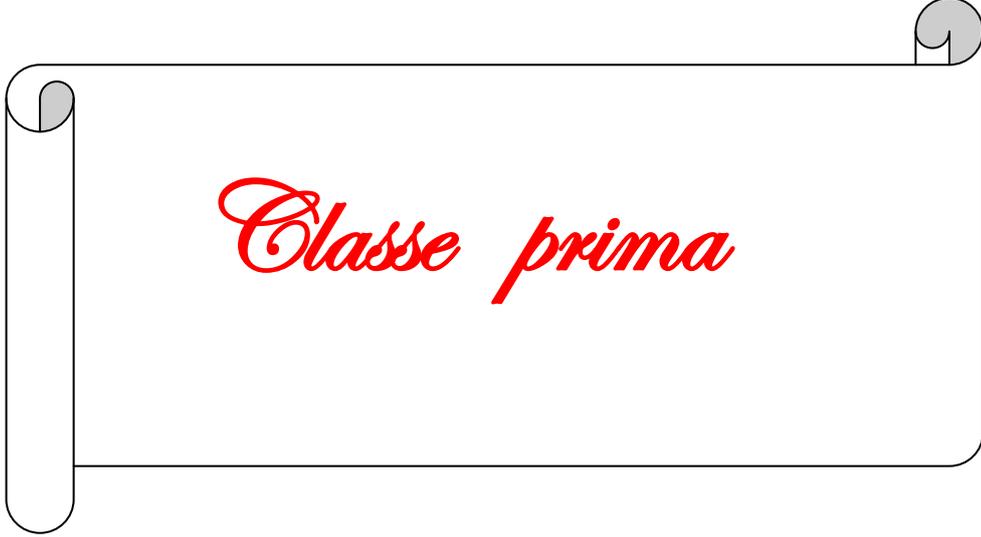
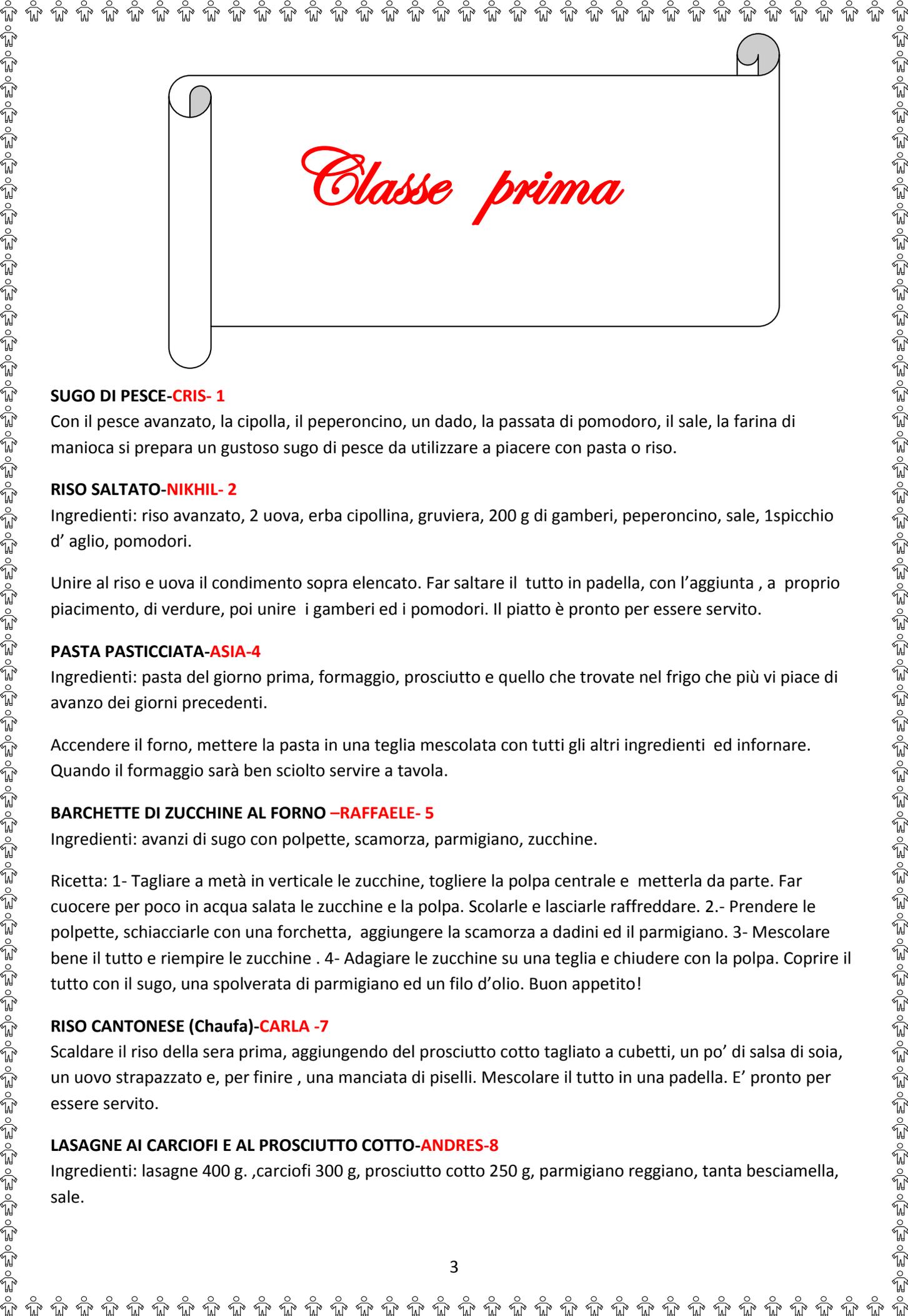
**a.sc. 2014/2015**

# Prefazione

Un ringraziamento a tutte le mamme che hanno contribuito alla realizzazione di questo opuscolo. Le ricette rispettano l'ordine alfabetico degli alunni. Alcune di esse sono simili, ma anche un solo ingrediente può differenziare il sapore del cibo preparato. Un invito a "sperimentare" i vari piatti, nel rispetto dell'ambiente, dell'economia, della salute.

## Indice:

- Ricette della **classe prima** con immagini illustrative (pag. 3,4,5,6);
- Ricette della **classe seconda** con immagini illustrative (pag. 7,8,9,10);
- Ricette della **classe quarta A** con immagini illustrative (pag.11,12,13,14);
- Ricette della **classe quarta B** con immagini illustrative (pag.15,16,17).



# Classe prima

## **SUGO DI PESCE-CRIS- 1**

Con il pesce avanzato, la cipolla, il peperoncino, un dado, la passata di pomodoro, il sale, la farina di manioca si prepara un gustoso sugo di pesce da utilizzare a piacere con pasta o riso.

## **RISO SALTATO-NIKHIL- 2**

Ingredienti: riso avanzato, 2 uova, erba cipollina, gruviera, 200 g di gamberi, peperoncino, sale, 1spicchio d' aglio, pomodori.

Unire al riso e uova il condimento sopra elencato. Far saltare il tutto in padella, con l'aggiunta , a proprio piacimento, di verdure, poi unire i gamberi ed i pomodori. Il piatto è pronto per essere servito.

## **PASTA PASTICCIATA-ASIA-4**

Ingredienti: pasta del giorno prima, formaggio, prosciutto e quello che trovate nel frigo che più vi piace di avanzo dei giorni precedenti.

Accendere il forno, mettere la pasta in una teglia mescolata con tutti gli altri ingredienti ed infornare. Quando il formaggio sarà ben sciolto servire a tavola.

## **BARCLETTE DI ZUCCHINE AL FORNO -RAFFAELE- 5**

Ingredienti: avanzi di sugo con polpette, scamorza, parmigiano, zucchine.

Ricetta: 1- Tagliare a metà in verticale le zucchine, togliere la polpa centrale e metterla da parte. Far cuocere per poco in acqua salata le zucchine e la polpa. Scolarle e lasciarle raffreddare. 2.- Prendere le polpette, schiacciarle con una forchetta, aggiungere la scamorza a dadini ed il parmigiano. 3- Mescolare bene il tutto e riempire le zucchine . 4- Adagiare le zucchine su una teglia e chiudere con la polpa. Coprire il tutto con il sugo, una spolverata di parmigiano ed un filo d'olio. Buon appetito!

## **RISO CANTONESE (Chaufa)-CARLA -7**

Scaldare il riso della sera prima, aggiungendo del prosciutto cotto tagliato a cubetti, un po' di salsa di soia, un uovo strapazzato e, per finire , una manciata di piselli. Mescolare il tutto in una padella. E' pronto per essere servito.

## **LASAGNE AI CARCIOFI E AL PROSCIUTTO COTTO-ANDRES-8**

Ingredienti: lasagne 400 g ,carciofi 300 g, prosciutto cotto 250 g, parmigiano reggiano, tanta besciamella, sale.

Alle normali lasagne, aggiungere strati alternati di carciofi tagliati a listarelle e ben cotti, pezzetti di prosciutto cotto, besciamella e parmigiano grattugiato. Cuocere a 180° in forno per 20 min., finché non sarà tutto gratinato. Buon appetito, ma non esagerate: ne basta un piatto.

### **CUSCUS DOAA-9**

Quando la mia mamma prepara il cuscus e ce n'è molto e di sugo poco, se avanza il cuscus asciutto, la mamma lo mette in un piatto, ci versa un po' di latte e il pranzo è pronto.

### **TORTA MARGHERITA-ANNA- 11**

Tagliare a dadini la torta avanzata, preparare un po' di caffè ed un po' di crema, poi un po' di cacao amaro. Mettere nelle tazzine uno strato di torta, il caffè e la crema ; poi chiudere con un altro strato di torta. Sopra il tutto, spolverare con il cacao amaro. Mettere le tazzine in freezer per mezz' ora e poi servire.

### **LE POLPETTE DEL VENERDI' –GRETA 12**

Scolare in una ciotola o nel boccale del robot di cucina la zuppa di lenticchie avanzata dal giorno prima e frullare fino ad ottenere un composto liscio. Aggiungere alla crema ottenuta un cucchiaino di curry, uno di paprika dolce, un pizzico di pepe, uno spicchio d' aglio ed un po' di pan grattato. Frullare il tutto ed aggiungere ancora il pangrattato, fino ad ottenere un composto morbido ma compatto ( se è il caso regolare il sale). Con l'impasto ottenuto, preparare delle piccole polpettine, passarle nel pangrattato e friggerle in abbondante olio caldo; scolarle e servire ben calde.

### **RISO ALLA CANTONESE-ELISA 13**

1-Cuocere il riso in abbondante acqua per circa dieci minuti 2- Cuocere i piselli in acqua bollente, strapazzare le uova in un wok con due cucchiari di olio-3- Porre in una pentola due cucchiari di olio e far saltare il prosciutto a cubetti , i piselli con un pizzico di sale. Appena il composto sarà rosolato, aggiungere il riso- 4- Far saltare il riso alla cantonese in padella, aggiungere un pizzico di sale, il pepe e la salsa di soia-5- Servite il riso alla cantonese nei piatti.

### **INSALATA DI AVANZI DI POLLO E AVOCADO –AYLEN 14**

Gli avanzi di pollo devono essere tagliati in piccoli pezzi, poi affettare il sedano bianco a rondelle, dopo averlo pulito, aggiungere il formaggio a dadini ( tipo fontina). Pulire un avocado e tagliarlo a dadini (su di esso spremere un limone). Tritare una cipolla piccola, bianca e stufarla a fuoco basso, perché non si deve bruciare. Quando il trito è freddo, unire gli altri ingredienti, mettere poco olio d'oliva, mischiarlo a tre cucchiari di maionese, aggiungere il sale, il pepe a piacere. Mescolare il tutto, farlo riposare per mezz' ora.

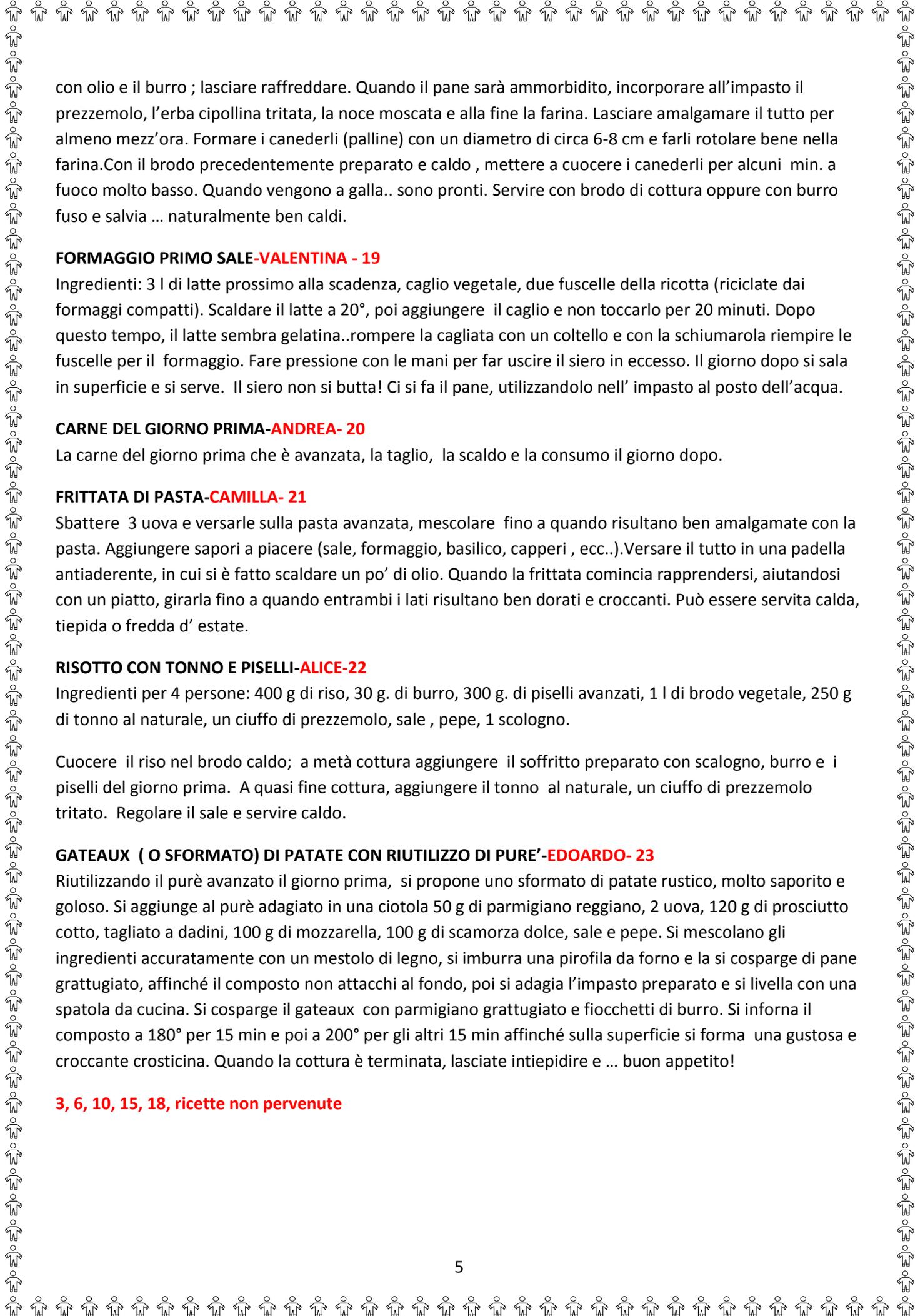
### **PANE ALL'UOVO-NIKOLETTA- 16**

Ingredienti: pane raffermo, due uova, sale, pepe nero, olio. Prendere le due uova e sbatterle in un recipiente, aggiungere sufficientemente sale e pepe. Prendere il pane raffermo ed immergerlo nell'uovo sbattuto ; infine in una padella friggere il pane con le uova.

### **CANEDERLI ( KNODEL)-LUCA- 17**

Ingredienti per 4 persone : pane raffermo 200 g, brodo di carne 2l, burro 30 g, 2 uova, 50 g di farina, pepe e noce moscata, una spolverata, 1 cipolla piccola, latte 150 ml, Speck ( o affettati avanzati 100g), un ciuffetto di prezzemolo, , un cucchiaino di erba cipollina,.

Mettere in una terrina il pane raffermo a dadini con uova, un pizzico di pepe, il sale e il latte, mescolare e lasciare riposare per almeno due ore; tagliare lo speck (o altri affettati) e la cipolla. Preparare un soffritto



con olio e il burro ; lasciare raffreddare. Quando il pane sarà ammorbidito, incorporare all'impasto il prezzemolo, l'erba cipollina tritata, la noce moscata e alla fine la farina. Lasciare amalgamare il tutto per almeno mezz'ora. Formare i canederli (palline) con un diametro di circa 6-8 cm e farli rotolare bene nella farina. Con il brodo precedentemente preparato e caldo , mettere a cuocere i canederli per alcuni min. a fuoco molto basso. Quando vengono a galla.. sono pronti. Servire con brodo di cottura oppure con burro fuso e salvia ... naturalmente ben caldi.

### **FORMAGGIO PRIMO SALE-VALENTINA - 19**

Ingredienti: 3 l di latte prossimo alla scadenza, caglio vegetale, due fucelle della ricotta (riciclate dai formaggi compatti). Scaldare il latte a 20°, poi aggiungere il caglio e non toccarlo per 20 minuti. Dopo questo tempo, il latte sembra gelatina..rompere la cagliata con un coltello e con la schiumarola riempire le fucelle per il formaggio. Fare pressione con le mani per far uscire il siero in eccesso. Il giorno dopo si sala in superficie e si serve. Il siero non si butta! Ci si fa il pane, utilizzandolo nell' impasto al posto dell'acqua.

### **CARNE DEL GIORNO PRIMA-ANDREA- 20**

La carne del giorno prima che è avanzata, la taglio, la scaldo e la consumo il giorno dopo.

### **FRITTATA DI PASTA-CAMILLA- 21**

Sbattere 3 uova e versarle sulla pasta avanzata, mescolare fino a quando risultano ben amalgamate con la pasta. Aggiungere sapori a piacere (sale, formaggio, basilico, capperi , ecc..).Versare il tutto in una padella antiaderente, in cui si è fatto scaldare un po' di olio. Quando la frittata comincia rapprendersi, aiutandosi con un piatto, girarla fino a quando entrambi i lati risultano ben dorati e croccanti. Può essere servita calda, tiepida o fredda d' estate.

### **RISOTTO CON TONNO E PISELLI-ALICE-22**

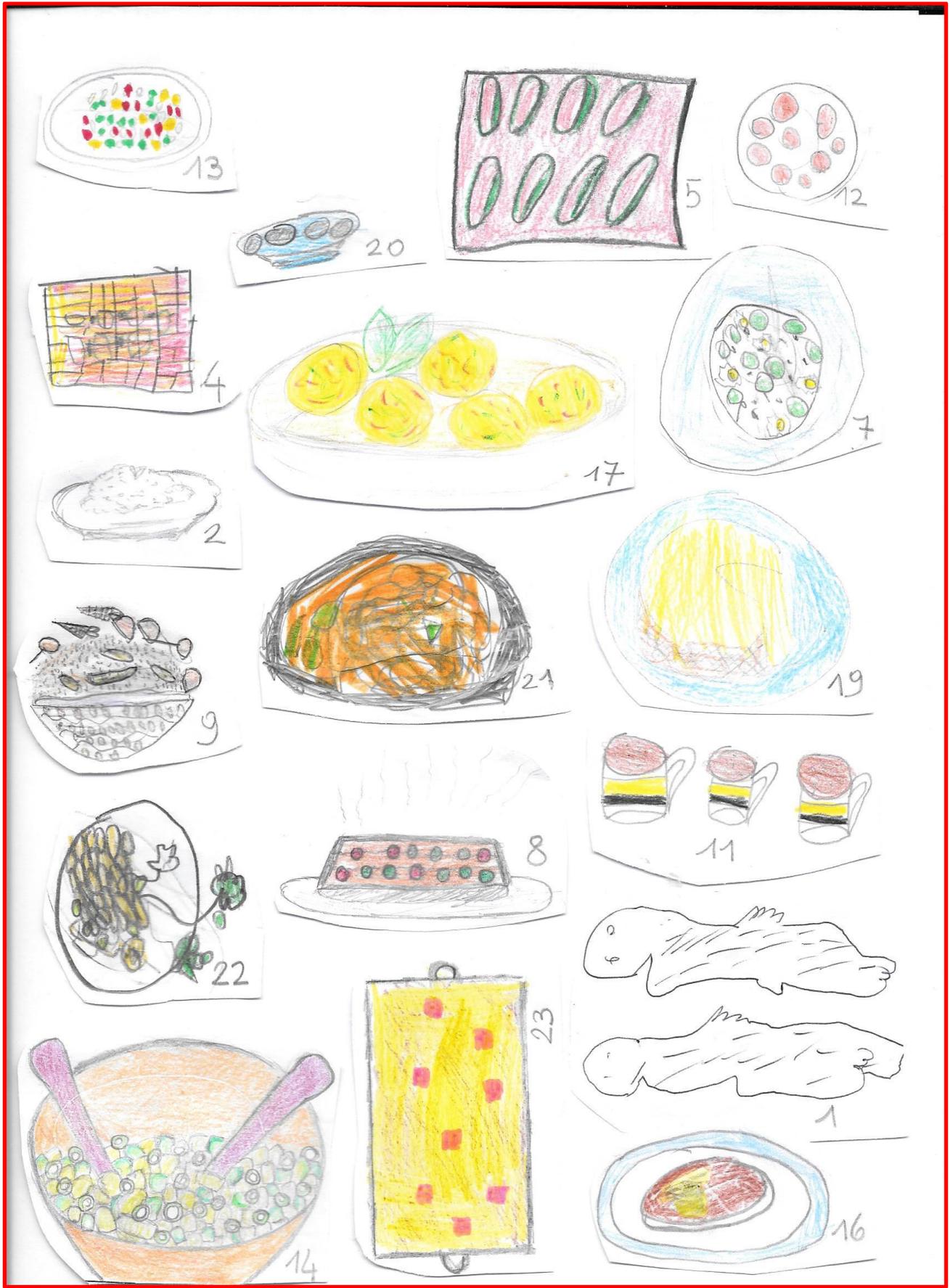
Ingredienti per 4 persone: 400 g di riso, 30 g. di burro, 300 g. di piselli avanzati, 1 l di brodo vegetale, 250 g di tonno al naturale, un ciuffo di prezzemolo, sale , pepe, 1 scogno.

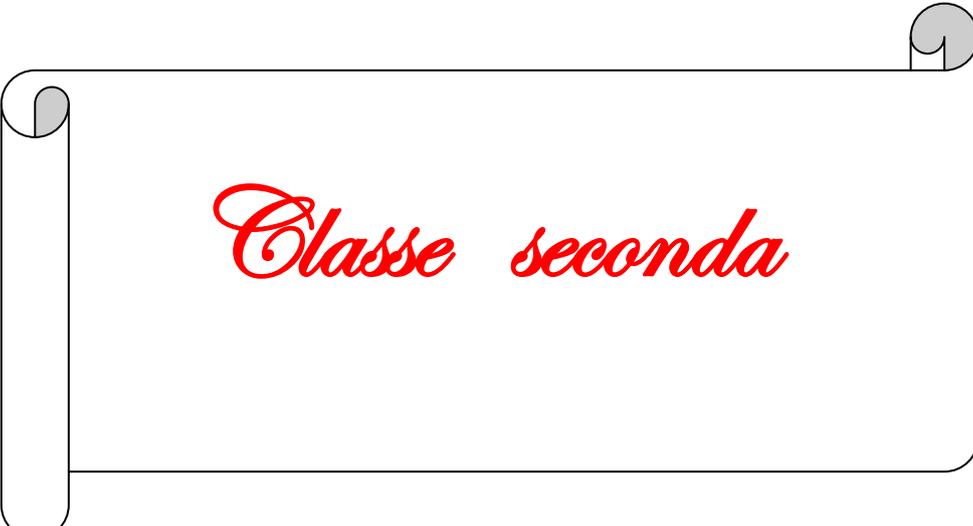
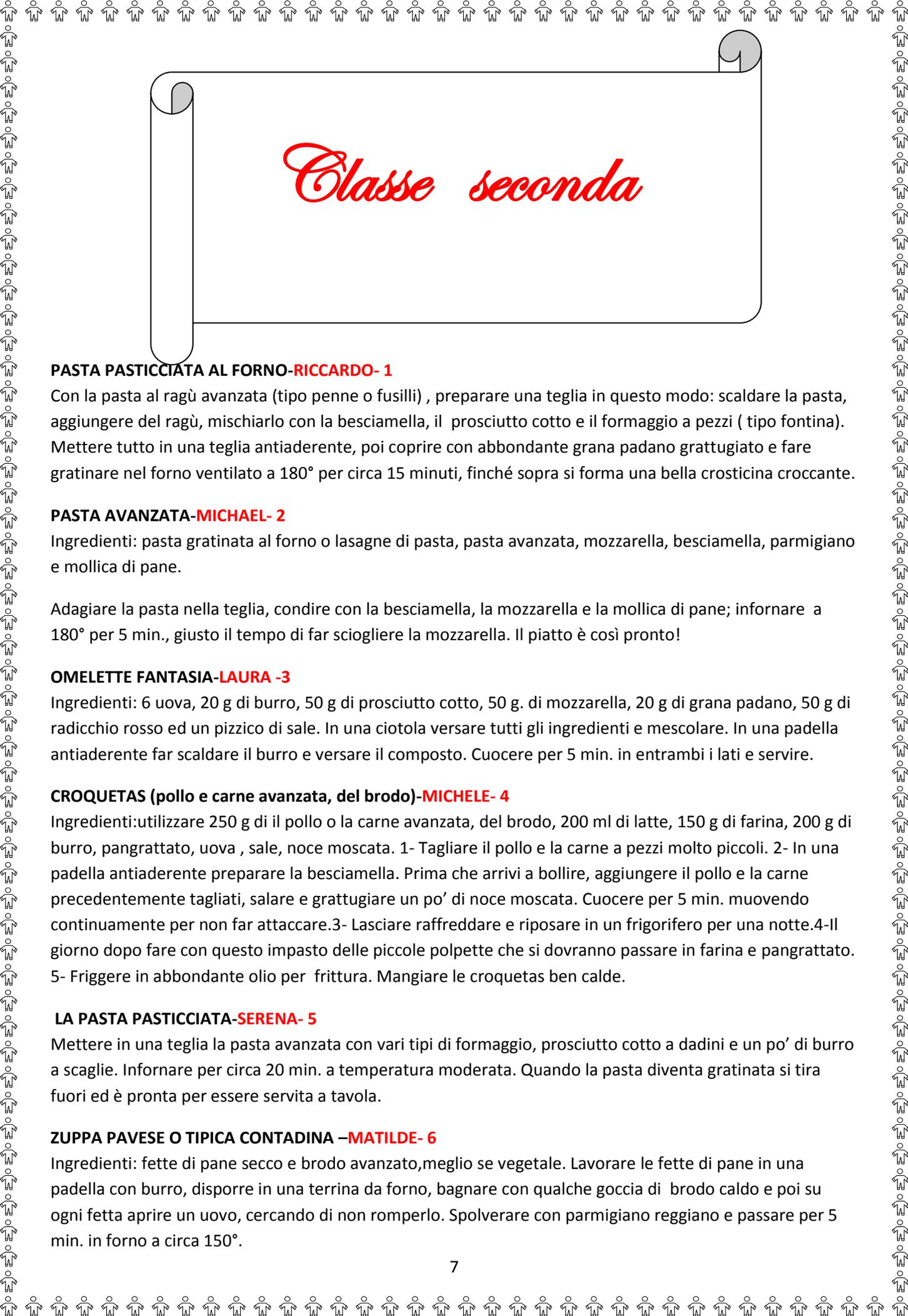
Cuocere il riso nel brodo caldo; a metà cottura aggiungere il soffritto preparato con scogno, burro e i piselli del giorno prima. A quasi fine cottura, aggiungere il tonno al naturale, un ciuffo di prezzemolo tritato. Regolare il sale e servire caldo.

### **GATEAUX ( O SFORNATO) DI PATATE CON RIUTILIZZO DI PURE'-EDOARDO- 23**

Riutilizzando il purè avanzato il giorno prima, si propone uno sformato di patate rustico, molto saporito e goloso. Si aggiunge al purè adagiato in una ciotola 50 g di parmigiano reggiano, 2 uova, 120 g di prosciutto cotto, tagliato a dadini, 100 g di mozzarella, 100 g di scamorza dolce, sale e pepe. Si mescolano gli ingredienti accuratamente con un mestolo di legno, si imburra una pirofila da forno e la si cosparge di pane grattugiato, affinché il composto non attacchi al fondo, poi si adagia l'impasto preparato e si livella con una spatola da cucina. Si cosparge il gateaux con parmigiano grattugiato e fiocchetti di burro. Si inforna il composto a 180° per 15 min e poi a 200° per gli altri 15 min affinché sulla superficie si forma una gustosa e croccante crosticina. Quando la cottura è terminata, lasciate intiepidire e ... buon appetito!

**3, 6, 10, 15, 18, ricette non pervenute**





# Classe seconda

## **PASTA PASTICCATA AL FORNO-RICCARDO- 1**

Con la pasta al ragù avanzata (tipo penne o fusilli) , preparare una teglia in questo modo: scaldare la pasta, aggiungere del ragù, mischiarlo con la besciamella, il prosciutto cotto e il formaggio a pezzi ( tipo fontina). Mettere tutto in una teglia antiaderente, poi coprire con abbondante grana padano grattugiato e fare gratinare nel forno ventilato a 180° per circa 15 minuti, finché sopra si forma una bella crosticina croccante.

## **PASTA AVANZATA-MICHAEL- 2**

Ingredienti: pasta gratinata al forno o lasagne di pasta, pasta avanzata, mozzarella, besciamella, parmigiano e mollica di pane.

Adagiare la pasta nella teglia, condire con la besciamella, la mozzarella e la mollica di pane; infornare a 180° per 5 min., giusto il tempo di far sciogliere la mozzarella. Il piatto è così pronto!

## **OMELETTE FANTASIA-LAURA -3**

Ingredienti: 6 uova, 20 g di burro, 50 g di prosciutto cotto, 50 g. di mozzarella, 20 g di grana padano, 50 g di radicchio rosso ed un pizzico di sale. In una ciotola versare tutti gli ingredienti e mescolare. In una padella antiaderente far scaldare il burro e versare il composto. Cuocere per 5 min. in entrambi i lati e servire.

## **CROQUETAS (pollo e carne avanzata, del brodo)-MICHELE- 4**

Ingredienti: utilizzare 250 g di il pollo o la carne avanzata, del brodo, 200 ml di latte, 150 g di farina, 200 g di burro, pangrattato, uova , sale, noce moscata. 1- Tagliare il pollo e la carne a pezzi molto piccoli. 2- In una padella antiaderente preparare la besciamella. Prima che arrivi a bollire, aggiungere il pollo e la carne precedentemente tagliati, salare e grattugiare un po' di noce moscata. Cuocere per 5 min. muovendo continuamente per non far attaccare. 3- Lasciare raffreddare e riposare in un frigorifero per una notte. 4- Il giorno dopo fare con questo impasto delle piccole polpette che si dovranno passare in farina e pangrattato. 5- Friggere in abbondante olio per frittura. Mangiare le croquetas ben calde.

## **LA PASTA PASTICCATA-SERENA- 5**

Mettere in una teglia la pasta avanzata con vari tipi di formaggio, prosciutto cotto a dadini e un po' di burro a scaglie. Infornare per circa 20 min. a temperatura moderata. Quando la pasta diventa gratinata si tira fuori ed è pronta per essere servita a tavola.

## **ZUPPA PAVESE O TIPICA CONTADINA –MATILDE- 6**

Ingredienti: fette di pane secco e brodo avanzato, meglio se vegetale. Lavorare le fette di pane in una padella con burro, disporre in una terrina da forno, bagnare con qualche goccia di brodo caldo e poi su ogni fetta aprire un uovo, cercando di non romperlo. Spolverare con parmigiano reggiano e passare per 5 min. in forno a circa 150°.

### **TORTA CON PANE DURO AVANZATO –ALESSANDRO F. - 7**

Ingredienti: 250 g di pane bianco duro, 500 ml di latte, 125 g. di zucchero, cacao amaro a piacere, due uova piccole. Grattugiare il pane duro, aggiungere lo zucchero, il latte, due uova, cacao amaro a piacere. Imburrare una tortiera, versare l'impasto ben amalgamato e cuocerlo in forno a 180° fino a quando è cotto.

### **GNOCCHI RIPIENI CON POMODORI E MOZZARELLA-DANIELE -8**

Preparare l'impasto con patate, farina, fecola, 1 uovo e sale. Creare dei dischi con il mattarello, poi riempirli con la mozzarella tagliata a cubetti e pezzi di polpa di pomodoro. Chiudere gli gnocchi. Sciogliere in una padella del burro, adagiare gli gnocchi e cuocere per 5 min.

### **BRUSCHETTE CON POMODORO OLIO ED ORIGANO-ALESSANDRO M.--9**

Tagliare a fette il pane raffermo, di due giorni prima, lasciarlo dorare per una decina di minuti al forno per 120°. Nel frattempo tagliare a pezzetti i pomodori ( privandoli dei semi) e condire con olio d'oliva, sale, ed origano. Distribuire poi i pomodori sulle fette di pane tostato; infine servire le bruschette.

### **POLPETTE DI RISO-SHIRLLY – 11**

Con il riso avanzato il giorno prima preparare delle polpette mescolando l'uovo con un po' di sale ed un po' di prezzemolo; preparare delle polpette, girarle nel pangrattato e friggerle in abbondante olio caldo.

### **PASTA SFOGLIA -KIRSTINA – 12**

Utilizzando le verdure avanzate il giorno prima, preparare un impasto con cipolle, carote, broccoli, pepe, mescolarlo con le uova sbattute. Stendere poi l'impasto sulla pasta sfoglia srotolata sulla carta forno ed infornare per circa 20 min.

### **FRITTATA DI PASTA -SIMONE – 13**

Ingredienti: pasta avanzata il giorno prima, uova, pezzetti di formaggio avanzato, parmigiano reggiano. Mescolare le uova con la pasta, il formaggio e il grana. Cuocere bene in padella da tutte e due le parti. Servire calda.

### **CROCCHETTE DI RISO GIALLO -ALESSIO – 14**

Con il riso giallo avanzato formare delle palline, mettere all'interno di esse il prosciutto cotto e la mozzarella a dadini, richiuderle, passarle nell'uovo sbattuto e nel pangrattato. Friggere le crocchette nell'olio caldo per alcuni minuti. Scolare bene, asciugarle su un panno assorbente e servire.

### **ARANCINI DI RISO- ANDREA- 15**

Ingredienti: riso avanzato, ragù, piselli, pan grattato, formaggio. Amalgamare il riso con il ragù, i piselli ed il formaggio grattugiato. Formare delle palline, passarle nel pangrattato e poi friggerle nell'olio bollente.

### **ZUPPA DI POLLO DI MAMMA-GABRYELL-16**

Ingredienti:1) pollo avanzato 2) 3-4 patate-3) 2-3 carote 4) 1 cipolla 5) del brodo vegetale 6) sedano 7) sale.

Mettere a bollire l'acqua, aggiungere il pollo, le patate, le carote, la cipolla ed il sedano tagliati a dadini. Aggiungere il brodo vegetale per dare più gusto. Salare a piacere.

### **PIZZA DI PANE- DANTE- 17**

Ingredienti: pane vecchio, latte, pomodori, mozzarella, olio, sale. Mettere pezzetti di pane vecchio in una teglia, aggiungere il latte per ammorbidirli, aggiungere i pomodori e la mozzarella tagliata a pezzetti, olio e sale. Infornare per 15/20 min. a 200°. Buon appetito!

### **PANE DEL GIORNO PRIMA- ANTONIO- 18**

Ingredienti: un filone d pane, 4 uova, formaggio grana, sale. Tagliare a fette il pane, sbattere le uova con il grana e il sale. Scaldare in una padella antiaderente un filo d'olio. Mettere l'uovo sbattuto e subito le fette di pane. Appena si cuoce il composto, girare il tutto, come se fosse una frittata, far prendere il colore dorato anche dall'altra parte. Mangiare infine il cibo preparato caldo o freddo, a piacere.

### **MERINGHE “ DUE DOLCI SONO MEGLIO DI UNO”- CAMILLA – 19**

Utilizzare gli albumi delle uova, di cui i tuorli sono stati usati per fare una crostata, e preparare le meringhe (o spumine). Montare a neve gli albumi con circa 50/60 g. di zucchero per ogni albume ( 1uovo); quindi utilizzare un cucchiaino e formare delle palline da infornare per tre ore a 100/120°. Sono ottime da mangiare con panna e/o cioccolato fuso.

### **MARMELLATA DI ARANCE- ALEXANDRU- 20**

Con le arance avanzate, si può preparare la marmellata. Tagliare le arance lavate a cubetti, metterli in una pentola e cuocere per qualche ora, insieme allo zucchero. Questa marmellata può essere utilizzata per altri dolci. I miei dolcetti hanno questi ingredienti: uova, burro, un po' di latte, farina, zucchero, e la marmellata preparata. L'impasto si mette nelle formine piccole per dolci e si cuociono a 200° per 25 minuti.

### **POLPETTINE DI RISO- NICOLO'- 21**

Mettere il riso avanzato in un recipiente, aggiungere un uovo, la mozzarella a pezzettini, un po' di piselli ed impastare il tutto. Con le mani formare delle polpettine, impannarle con il pane grattugiato e friggerle in padella con olio.

### **SPEZZATINO DI CARNE CON PATATE- GLENN- 22**

Ingredienti:1 kg. di carne, olio d'oliva, aglio, cipolla, sale, patate, salsa di soia. Nello spezzatino che si cuoce con gli ingredienti citati sopra, si possono aggiungere pezzetti di pane avanzato o del riso, già cucinato. Mangiare come una paella, se il riso è abbondante.

### **POLPETTE DI CARNE- Maestra Laura-**

Ingredienti: carne avanzata, 2 uova, latte, grana, noce moscata, farina, olio extravergine, sale.

Tritare la carne avanzata, aggiungere le uova ed amalgamare con le mani, unire un po' di latte, la farina, il grana, il sale e la noce moscata. Amalgamare ancora con le mani, controllare la consistenza dell' impasto, che non deve essere né troppo asciutto, né troppo morbido (eventualmente all' occorrenza aggiungere latte o farina). Prendere un po' di impasto per volta e preparare delle polpette, passarle nella farina e cuocerle in padella in olio caldo per circa 10 min., girando le polpette a metà cottura.

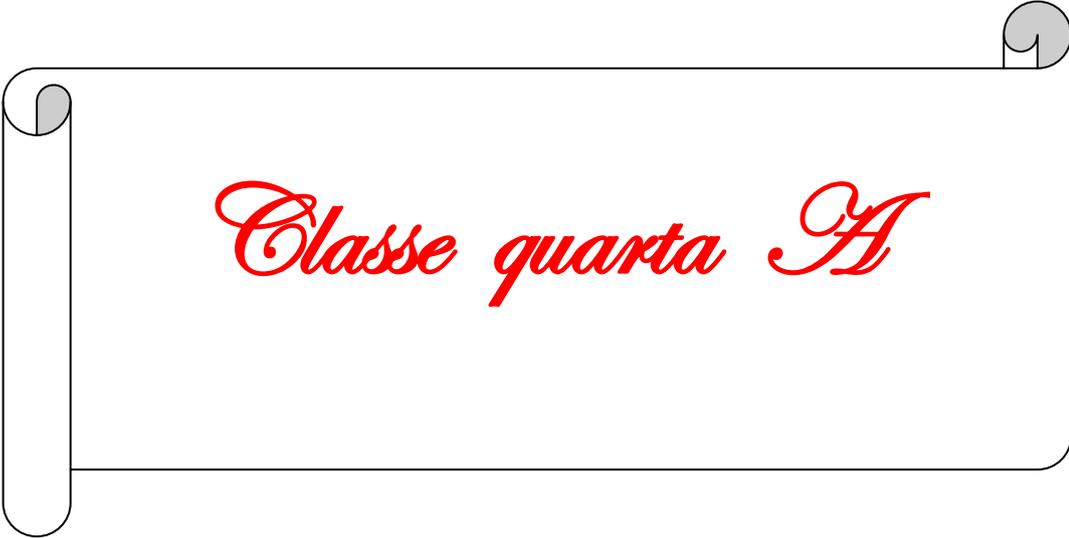
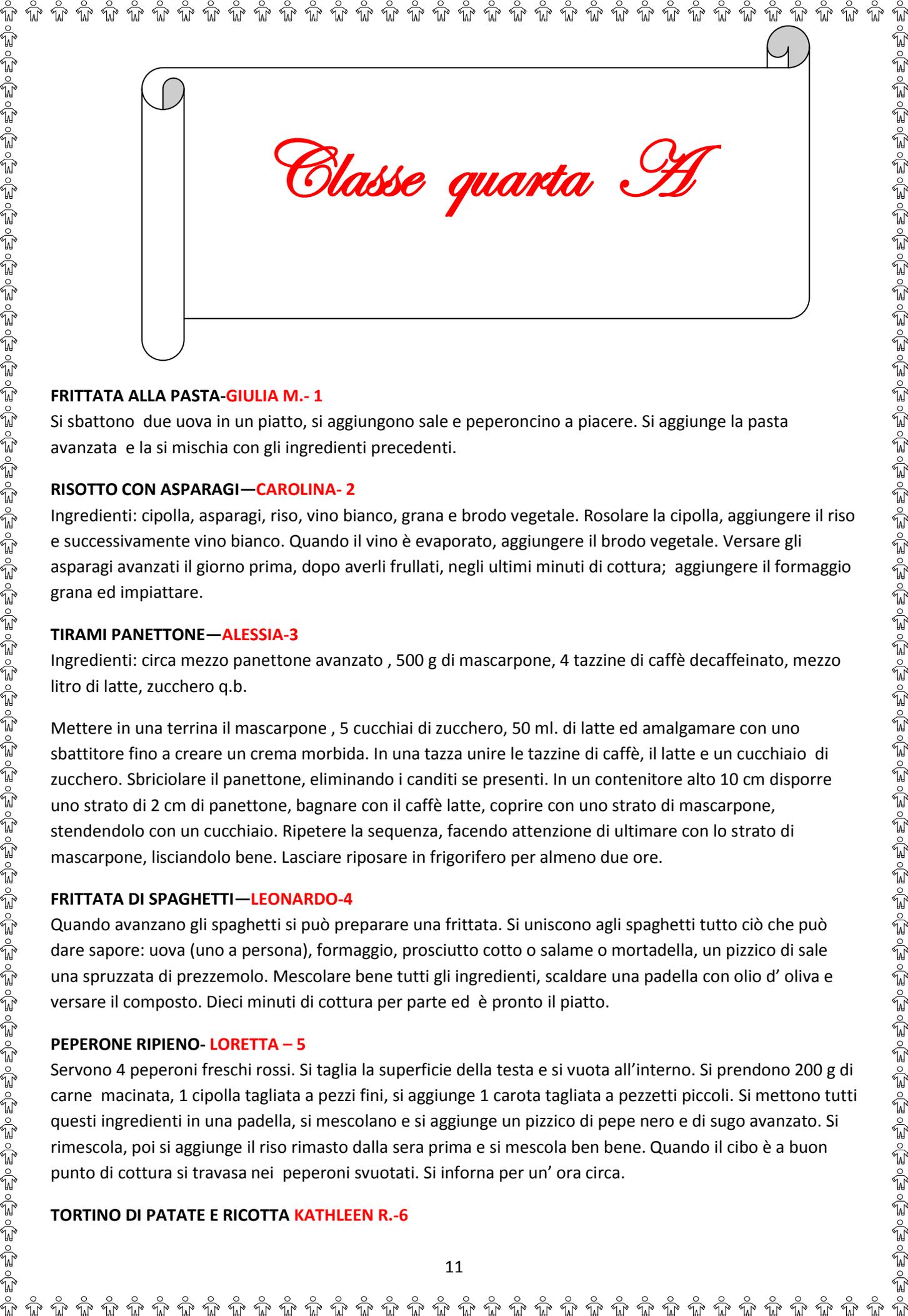
### **ANTIPASTO RUSTICO- Maestra Maddalena-**

Ingredienti: polenta avanzata, formaggio saporito, speck, prezzemolo

La polenta avanzata e fredda si può tagliare a strati quadrati. Tra due strati si inserisce un pezzetto piatto di formaggio saporito a scelta (fontina...), Sopra lo strato superiore si posiziona un ricciolo di speck affettato con una spolverata di prezzemolo. Le varie tartine si scaldano poi al forno per 10 min. a 200 g. e si servono calde su un piatto, dopo aver bloccato ogni pezzo con uno stuzzicadente.

### **10- ricetta non pervenuta**





# Classe quarta A

## **FRITTATA ALLA PASTA—GIULIA M.- 1**

Si sbattono due uova in un piatto, si aggiungono sale e peperoncino a piacere. Si aggiunge la pasta avanzata e la si meschia con gli ingredienti precedenti.

## **RISOTTO CON ASPARAGI—CAROLINA- 2**

Ingredienti: cipolla, asparagi, riso, vino bianco, grana e brodo vegetale. Rosolare la cipolla, aggiungere il riso e successivamente vino bianco. Quando il vino è evaporato, aggiungere il brodo vegetale. Versare gli asparagi avanzati il giorno prima, dopo averli frullati, negli ultimi minuti di cottura; aggiungere il formaggio grana ed impiattare.

## **TIRAMI PANETTONE—ALESSIA-3**

Ingredienti: circa mezzo panettone avanzato , 500 g di mascarpone, 4 tazzine di caffè decaffeinato, mezzo litro di latte, zucchero q.b.

Mettere in una terrina il mascarpone , 5 cucchiaini di zucchero, 50 ml. di latte ed amalgamare con uno sbattitore fino a creare una crema morbida. In una tazza unire le tazzine di caffè, il latte e un cucchiaino di zucchero. Sbriciolare il panettone, eliminando i canditi se presenti. In un contenitore alto 10 cm disporre uno strato di 2 cm di panettone, bagnare con il caffè latte, coprire con uno strato di mascarpone, stendendolo con un cucchiaino. Ripetere la sequenza, facendo attenzione di ultimare con lo strato di mascarpone, liscendolo bene. Lasciare riposare in frigorifero per almeno due ore.

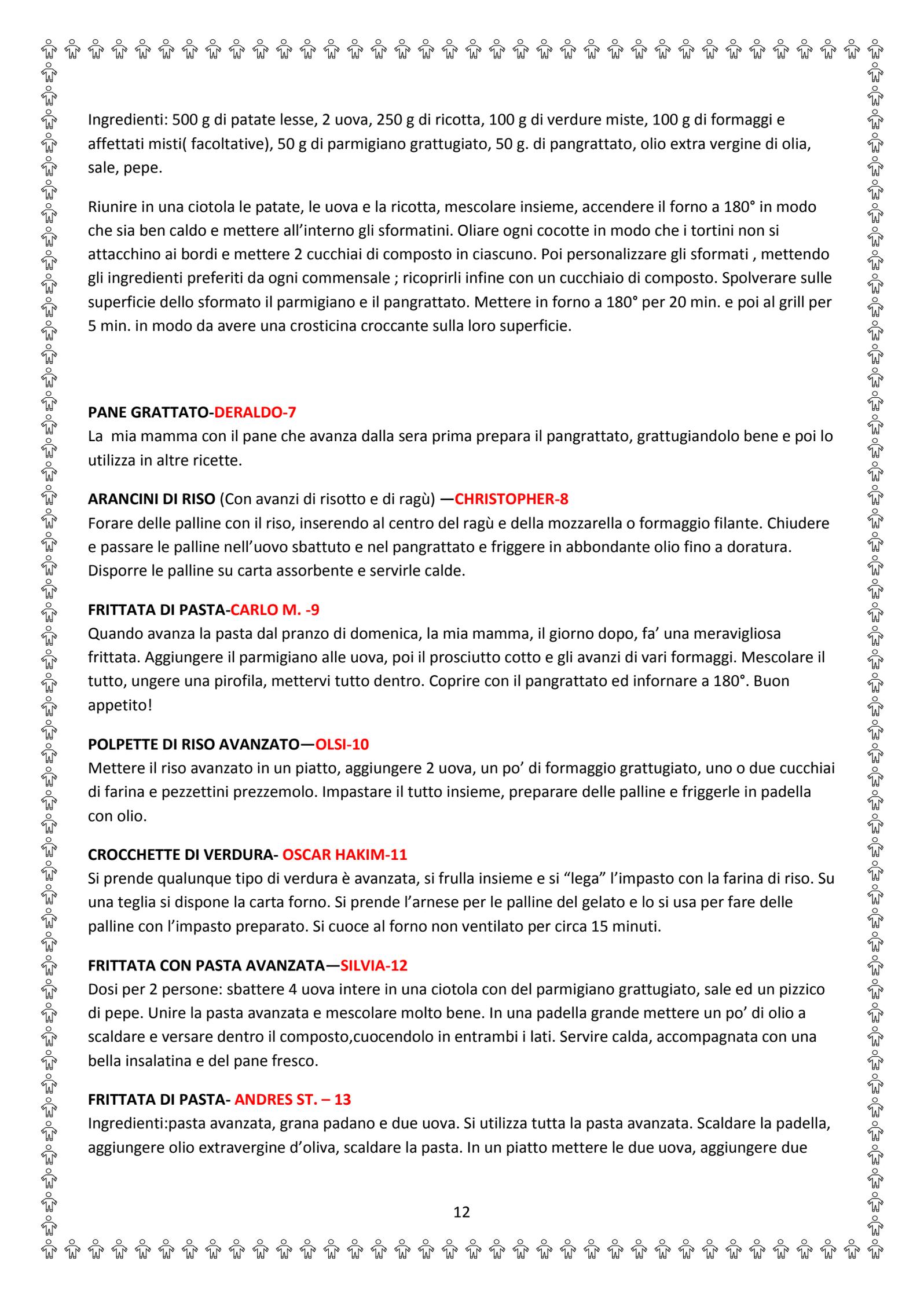
## **FRITTATA DI SPAGHETTI—LEONARDO-4**

Quando avanzano gli spaghetti si può preparare una frittata. Si uniscono agli spaghetti tutto ciò che può dare sapore: uova (uno a persona), formaggio, prosciutto cotto o salame o mortadella, un pizzico di sale e una spruzzata di prezzemolo. Mescolare bene tutti gli ingredienti, scaldare una padella con olio d'oliva e versare il composto. Dieci minuti di cottura per parte ed è pronto il piatto.

## **PEPERONE RIPIENO- LORETTA – 5**

Servono 4 peperoni freschi rossi. Si taglia la superficie della testa e si vuota all'interno. Si prendono 200 g di carne macinata, 1 cipolla tagliata a pezzi fini, si aggiunge 1 carota tagliata a pezzetti piccoli. Si mettono tutti questi ingredienti in una padella, si mescolano e si aggiunge un pizzico di pepe nero e di sugo avanzato. Si rimescola, poi si aggiunge il riso rimasto dalla sera prima e si mescola ben bene. Quando il cibo è a buon punto di cottura si travasa nei peperoni svuotati. Si inforna per un'ora circa.

## **TORTINO DI PATATE E RICOTTA KATHLEEN R.-6**



Ingredienti: 500 g di patate lesse, 2 uova, 250 g di ricotta, 100 g di verdure miste, 100 g di formaggi e affettati misti( facoltative), 50 g di parmigiano grattugiato, 50 g. di pangrattato, olio extra vergine di olia, sale, pepe.

Riunire in una ciotola le patate, le uova e la ricotta, mescolare insieme, accendere il forno a 180° in modo che sia ben caldo e mettere all'interno gli sformatini. Oliare ogni cocotte in modo che i tortini non si attacchino ai bordi e mettere 2 cucchiaini di composto in ciascuno. Poi personalizzare gli sformati , mettendo gli ingredienti preferiti da ogni commensale ; ricoprirli infine con un cucchiaio di composto. Spolverare sulle superficie dello sformato il parmigiano e il pangrattato. Mettere in forno a 180° per 20 min. e poi al grill per 5 min. in modo da avere una crosticina croccante sulla loro superficie.

### **PANE GRATTATO-DERALDO-7**

La mia mamma con il pane che avanza dalla sera prima prepara il pangrattato, grattugiandolo bene e poi lo utilizza in altre ricette.

### **ARANCINI DI RISO (Con avanzi di risotto e di ragù) —CHRISTOPHER-8**

Forare delle palline con il riso, inserendo al centro del ragù e della mozzarella o formaggio filante. Chiudere e passare le palline nell'uovo sbattuto e nel pangrattato e friggere in abbondante olio fino a doratura. Disporre le palline su carta assorbente e servirle calde.

### **FRITTATA DI PASTA-CARLO M. -9**

Quando avanza la pasta dal pranzo di domenica, la mia mamma, il giorno dopo, fa' una meravigliosa frittata. Aggiungere il parmigiano alle uova, poi il prosciutto cotto e gli avanzi di vari formaggi. Mescolare il tutto, ungere una pirofila, mettervi tutto dentro. Coprire con il pangrattato ed infornare a 180°. Buon appetito!

### **POLPETTE DI RISO AVANZATO—OLSI-10**

Mettere il riso avanzato in un piatto, aggiungere 2 uova, un po' di formaggio grattugiato, uno o due cucchiaini di farina e pezzettini prezzemolo. Impastare il tutto insieme, preparare delle palline e friggerle in padella con olio.

### **CROCCHETTE DI VERDURA- OSCAR HAKIM-11**

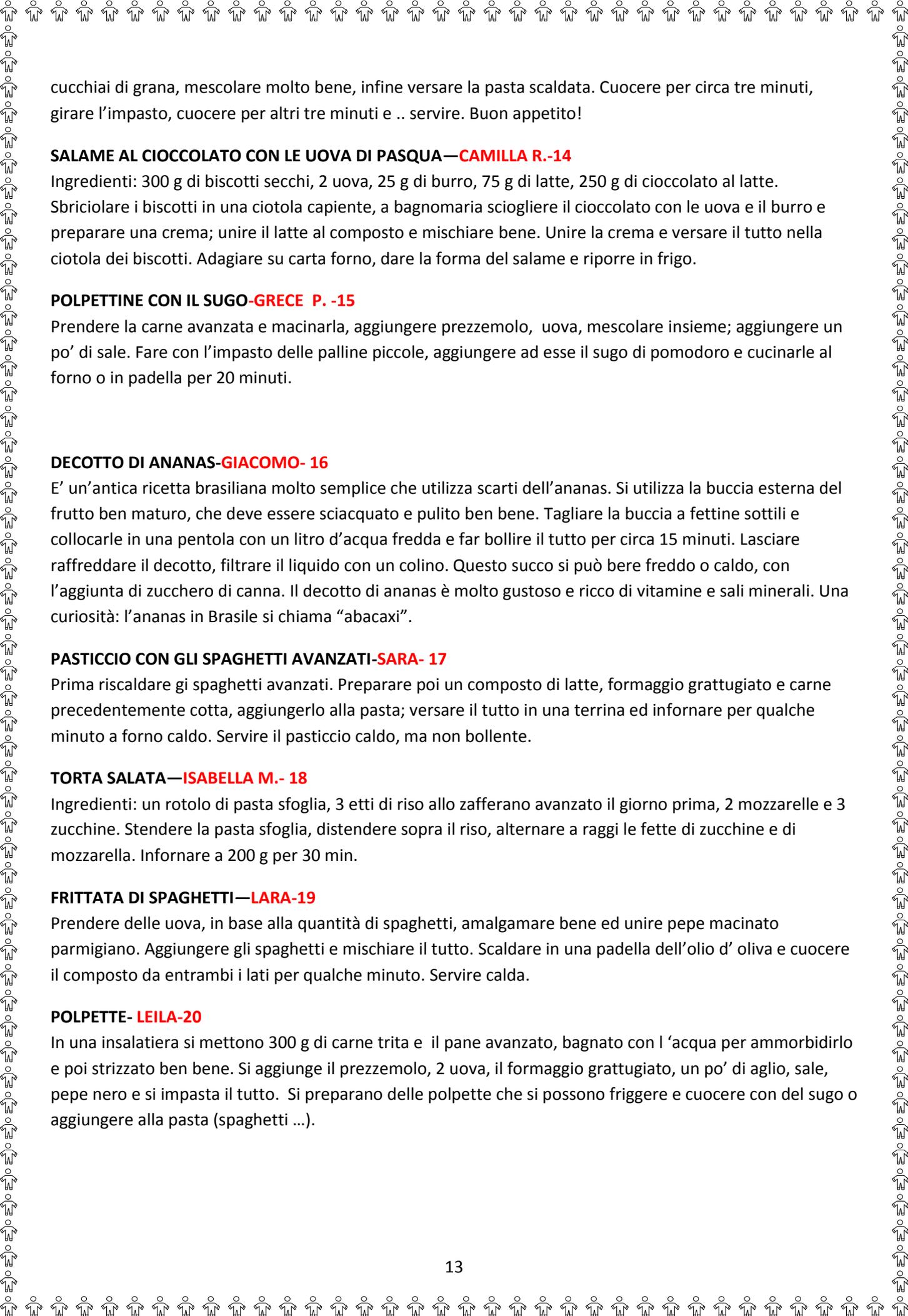
Si prende qualunque tipo di verdura è avanzata, si frulla insieme e si "lega" l'impasto con la farina di riso. Su una teglia si dispone la carta forno. Si prende l'arnese per le palline del gelato e lo si usa per fare delle palline con l'impasto preparato. Si cuoce al forno non ventilato per circa 15 minuti.

### **FRITTATA CON PASTA AVANZATA—SILVIA-12**

Dosi per 2 persone: sbattere 4 uova intere in una ciotola con del parmigiano grattugiato, sale ed un pizzico di pepe. Unire la pasta avanzata e mescolare molto bene. In una padella grande mettere un po' di olio a scaldare e versare dentro il composto, cuocendolo in entrambi i lati. Servire calda, accompagnata con una bella insalatina e del pane fresco.

### **FRITTATA DI PASTA- ANDRES ST. – 13**

Ingredienti:pasta avanzata, grana padano e due uova. Si utilizza tutta la pasta avanzata. Scaldare la padella, aggiungere olio extravergine d'oliva, scaldare la pasta. In un piatto mettere le due uova, aggiungere due



cucchiari di grana, mescolare molto bene, infine versare la pasta scaldata. Cuocere per circa tre minuti, girare l'impasto, cuocere per altri tre minuti e .. servire. Buon appetito!

#### **SALAME AL CIOCCOLATO CON LE UOVA DI PASQUA—CAMILLA R.-14**

Ingredienti: 300 g di biscotti secchi, 2 uova, 25 g di burro, 75 g di latte, 250 g di cioccolato al latte.

Sbriciolare i biscotti in una ciotola capiente, a bagnomaria sciogliere il cioccolato con le uova e il burro e preparare una crema; unire il latte al composto e mischiare bene. Unire la crema e versare il tutto nella ciotola dei biscotti. Adagiare su carta forno, dare la forma del salame e riporre in frigo.

#### **POLPETTINE CON IL SUGO-GRECE P. -15**

Prendere la carne avanzata e macinarla, aggiungere prezzemolo, uova, mescolare insieme; aggiungere un po' di sale. Fare con l'impasto delle palline piccole, aggiungere ad esse il sugo di pomodoro e cucinarle al forno o in padella per 20 minuti.

#### **DECOTTO DI ANANAS-GIACOMO- 16**

E' un'antica ricetta brasiliana molto semplice che utilizza scarti dell'ananas. Si utilizza la buccia esterna del frutto ben maturo, che deve essere sciacquato e pulito ben bene. Tagliare la buccia a fettine sottili e collocarle in una pentola con un litro d'acqua fredda e far bollire il tutto per circa 15 minuti. Lasciare raffreddare il decotto, filtrare il liquido con un colino. Questo succo si può bere freddo o caldo, con l'aggiunta di zucchero di canna. Il decotto di ananas è molto gustoso e ricco di vitamine e sali minerali. Una curiosità: l'ananas in Brasile si chiama "abacaxi".

#### **PASTICCIO CON GLI SPAGHETTI AVANZATI-SARA- 17**

Prima riscaldare gli spaghetti avanzati. Preparare poi un composto di latte, formaggio grattugiato e carne precedentemente cotta, aggiungerlo alla pasta; versare il tutto in una terrina ed infornare per qualche minuto a forno caldo. Servire il pasticcio caldo, ma non bollente.

#### **TORTA SALATA—ISABELLA M.- 18**

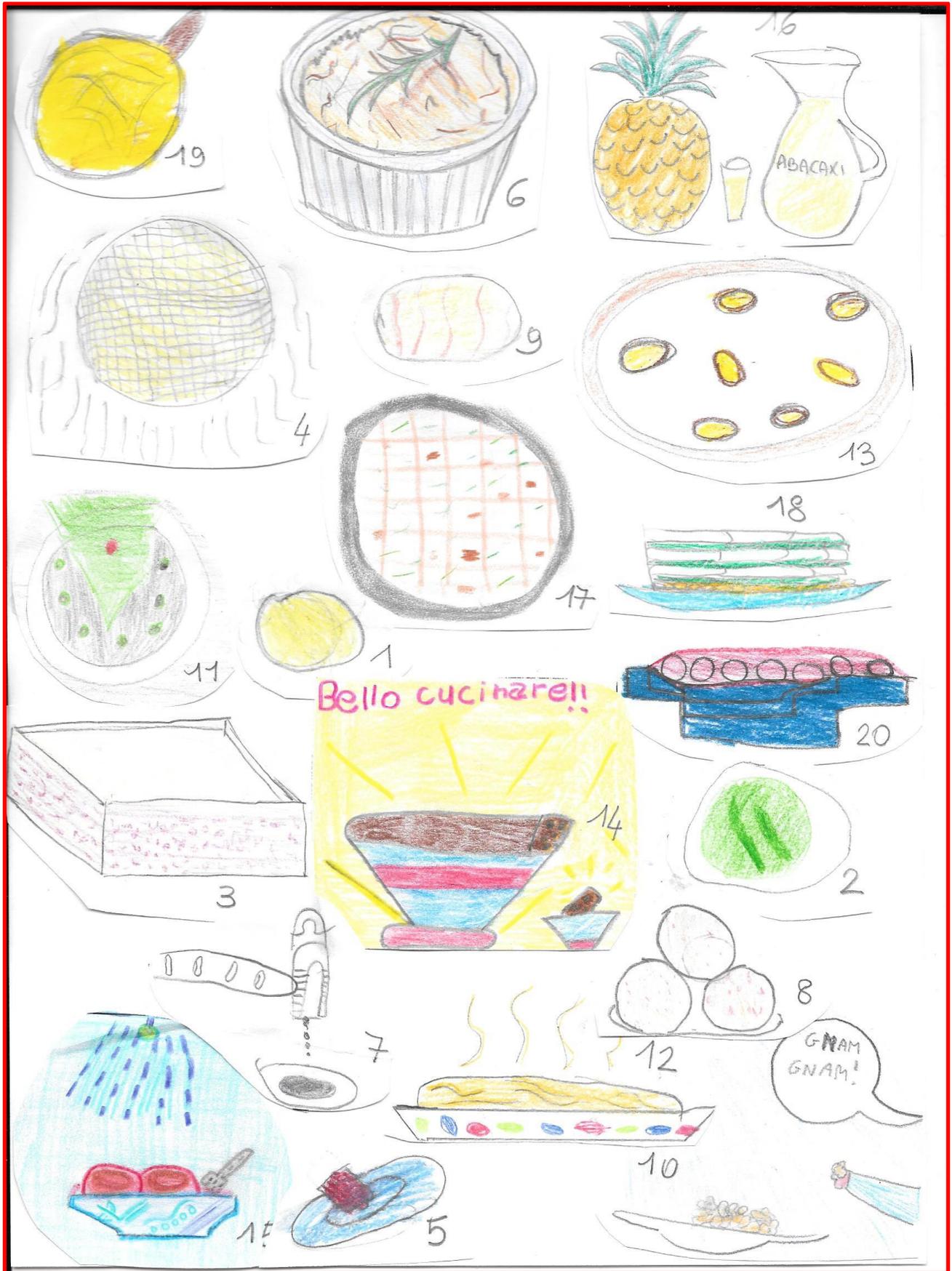
Ingredienti: un rotolo di pasta sfoglia, 3 etti di riso allo zafferano avanzato il giorno prima, 2 mozzarelle e 3 zucchine. Stendere la pasta sfoglia, distendere sopra il riso, alternare a raggi le fette di zucchine e di mozzarella. Infornare a 200 g per 30 min.

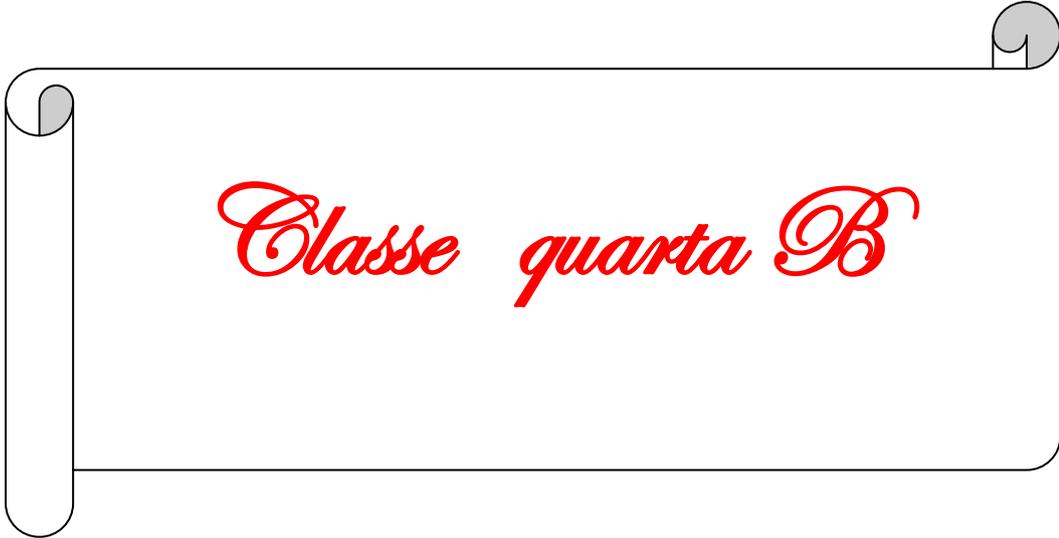
#### **FRITTATA DI SPAGHETTI—LARA-19**

Prendere delle uova, in base alla quantità di spaghetti, amalgamare bene ed unire pepe macinato parmigiano. Aggiungere gli spaghetti e mischiare il tutto. Scaldare in una padella dell'olio d'oliva e cuocere il composto da entrambi i lati per qualche minuto. Servire calda.

#### **POLPETTE- LEILA-20**

In una insalatiera si mettono 300 g di carne trita e il pane avanzato, bagnato con l'acqua per ammorbidirlo e poi strizzato ben bene. Si aggiunge il prezzemolo, 2 uova, il formaggio grattugiato, un po' di aglio, sale, pepe nero e si impasta il tutto. Si preparano delle polpette che si possono friggere e cuocere con del sugo o aggiungere alla pasta (spaghetti ...).





## Classe quarta B

### **ARANCINI- LORENZO-1**

Con il riso avanzato il giorno prima, si preparano delle palline, al cui interno si mette del sugo. Si impanano le palline nel pangrattato e si friggono. Si asciugano le palline con la carta assorbente e si dispongono in forno a 120° per 10 minuti. Sono buonissimi!

### **TORTA SALATA- ANASTASIA-2**

Ingredienti:pasta sfoglia, una zucchina, due o tre cubetti di spinaci surgelati, una carota, un uovo sodo, una mozzarella. Tagliare a rondelle le zucchine e le carote, cucinarle in acqua salata, aggiungere i cubetti di spinaci, scolare, mettere il composto sulla pasta sfoglia, aggiungere l'uovo sodo e la mozzarella, tagliati a cubetti. Infornare il tutto a 180° per 15 min. Gli ortaggi sopracitati possono essere sostituiti con altri, a piacere.

### **ARANCINI CON RISO AVANZATO- AURORA-3**

Ingredienti: riso, farina, acqua e pangrattato. Fare delle palline con il riso avanzato della sera prima. Con la farina e l'acqua preparare una pastella, coprire le palline di riso con la pastella e farle girare su pangrattato. Friggere le palline in abbondante olio caldo: risulteranno croccanti all'esterno e morbide dentro.

### **FRITTATA DI SPAGHETTI- LATIF-4**

In una ciotola sbattere le uova con il sale, il pepe ed il parmigiano; aggiungere gli spaghetti avanzati e friggere il tutto in una padella.

### **ARROS CHAUHFA- (RISO CINESE) - VALENTINA- 5**

Ingredienti:riso bianco, wustel, uova, cipollotti, salsa di soia, due pezzi di zenzero.. Friggere i wustel, a pezzi e, a parte, friggere le uova. Mescolare il riso bianco con un cucchiaino di salsa di soia a piacere, due pezzi di zenzero e per ultimo il cipollotto a pezzi. Girare bene tutto il composto e servire.

### **TONNO - GABRIELE-6**

Sgocciolare il tonno di una scatola, metterlo in una scodella, aggiungere maionese, olio al limone ( o olio extra vergine d'oliva con qualche goccia di limone), origano ed un pizzico di sale.

### **PAN GRATTATO- ANDREA-7**

Quando avanza il pane, si frulla e si prepara il pangrattato, con cui si prepara dell'altro cibo.

### **GATTO DI PATATE -MARIA V.-8**

Ingredienti:2 chili di patate, latte quanto basta, 200 g di formaggio grattugiato (parmigiano e pecorino), 2 mozzarelle, 200 g di salme Napoli, 3 uova.

Si lessano le patate e poi, quando sono fredde, si passano con lo schiacciap patate; poi si aggiunge il latte, il formaggio, il sale, le uova. Si impasta il tutto e alla fine si aggiunge il salame e la mozzarella tagliata a pezzettini. Si unge una pirofila con la margarina, si spolvera con il pangrattato e vi si versa l'impasto, livellandolo. Si cosparge sopra con una spolverata di pangrattato, si aggiunge qualche fiocco di gradina e si inforna a 180° per circa un'oretta. Buon Appetito!

#### **RFISA– MAATI-9**

Se avanzano delle crepes, si può preparar un piatto tipico del Marocco: Rfisa. Ingredienti: carne di pollo, sugo, lenticchie, cipolle, sale, olio d'oliva extravergine, aglio. Cucinare insieme gli ingredienti per mezz'ora, tagliare le crepes a pezzetti e servire il tutto.

#### **TORTA DI MELE CON PANE RAFFERMO- VERONICA-10**

Ingredienti: 800 g di mele, 150 g di pane secco, 100 g di zucchero di canna, 40 g di burro, un cucchiaio di latte, un cucchiaino di cannella. Lavare, sbucciare, tagliare a fettine le mele, farle cuocere con metà dose di zucchero e cannella, far cuocere per 10 minuti con il coperchio. Nel frattempo grattugiare il pane. Mettere il burro ed il latte a scaldare in una padella, aggiungere il pane grattugiato e l'altra metà dose dello zucchero. Preriscaldare il forno a 190°, stendere parte dell'impasto in una tortiera, aggiungere le mele cotte, stendere l'altra metà dell'impasto di pane, far cuocere il tutto per 15/20 minuti.

#### **AVANZI DI POLENTA- ALICE-11**

Dopo averla fatta raffreddare, tagliare la polenta a fette, formando dei bastoncini. Dorare in una padella con dell'olio i bastoncini, asciugarli nella carta assorbente, servirli con delle salse (ketchup o maionese) come aperitivo,

#### **PASTA POLLO E ZUCCHINE – GRETA-12**

Prendere la carne avanzata, sminuzzarla finemente, prendere due zucchine e tagliarle a rondelle. Mettere a bollire l'acqua e cuocere la pasta. In una padella con un filo d'olio far saltare le zucchine, aggiungendo del prezzemolo tritato, poi il pollo, mescolandolo ogni tre, quattro minuti; unire la pasta scolata e far amalgamare bene il composto, prima di servire.

#### **SI CONSUMA TUTTO- MARVIN-13**

A casa mia il cibo che avanza si riscalda e si mangia tutto.

#### **NON SI AVANZA NIENTE– GLORIA-15**

Se avanza del cibo si consuma o il giorno stesso o il giorno successivo.

#### **SI CONSUMA TUTTO -CIELO- 16**

Nella mia casa se avanza del cibo si consuma al più presto e non si utilizzano per altri piatti.

#### **14- ricetta non pervenuta**

