



Contributo al menù del Palio.

Gli alunni delle classi 4B e 4B del plesso di Scuola Primaria di Stella di Monsampolo, vogliono dare un piccolo contributo al menù relativo al banchetto per le nozze di Forasteria degli Acquaviva e Rinaldo di Brunforte. Diversi alunni hanno descritto piatti che sono in linea con la tradizione culinaria del nostro territorio e della sua storia. Naturalmente, i piccoli si sono documentati chiedendo in famiglia, così da stabilire fra scuola e famiglia scambi di informazioni e suggerimenti, veicolando un'intensa rete di testi regolativi (ricette), che li ha portati a sbirciare in un mondo, per loro, inusuale, ma che li spinge ugualmente ad appropriarsi di conoscenze relative al gusto, alla gastronomia e al loro linguaggio seguendo un itinerario storico-geografico relativo all'ultimo lembo di terra marchigiana.

Per i **primi piatti** si consigliano zuppe di verdure oppure ravioli ripieni con carni o formaggio.

I **secondi** sono a base di carni mentre i **contorni** sono soprattutto legumi e verdure varie

Quaglie ripiene allo Spiedo



Ingredienti | Cosa ci dobbiamo procurare:

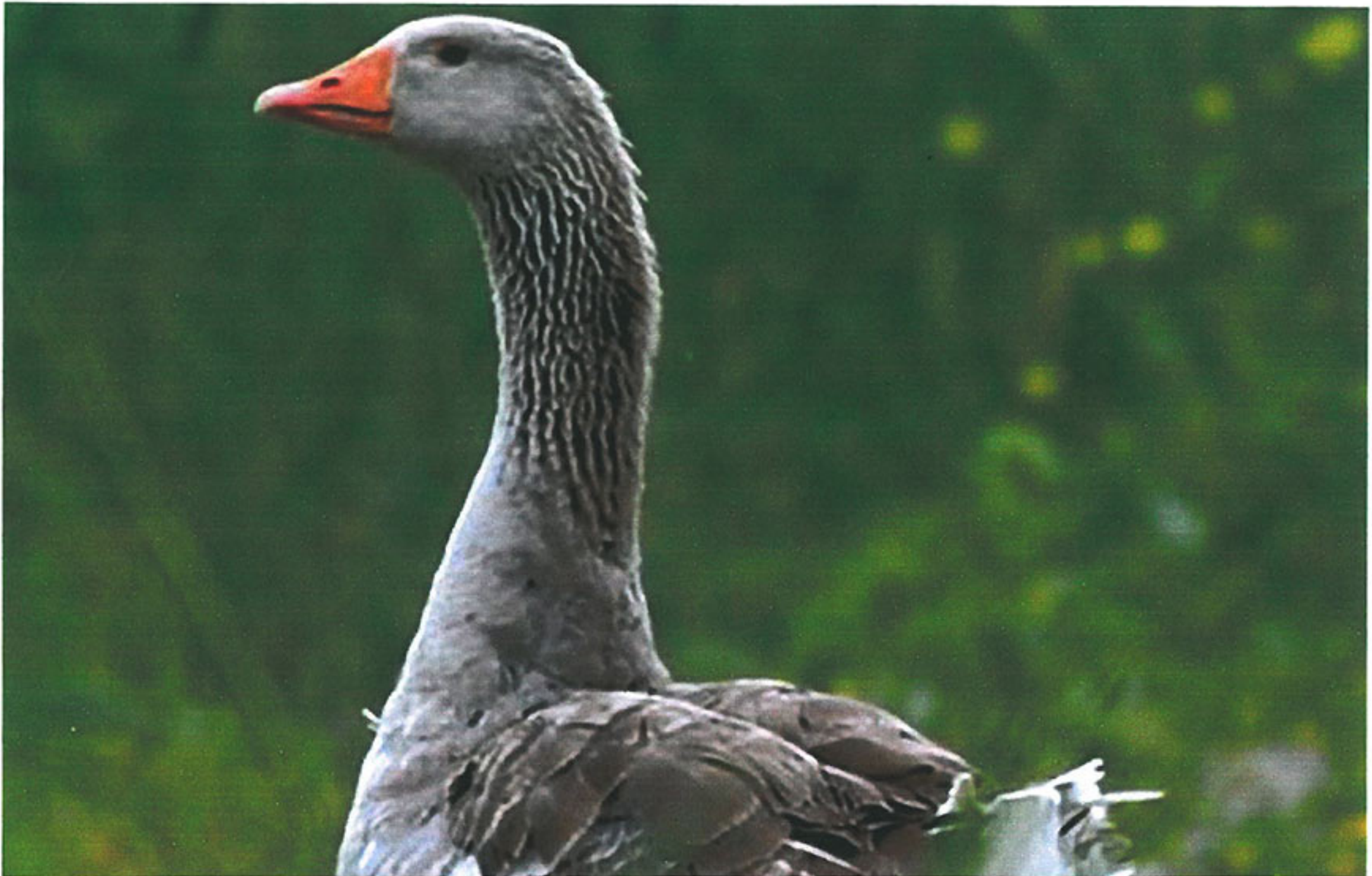
Occorrente per 1 quaglia

- Circa 50 g di pecorino fresco
- 10 g circa di midollo di bue appena estratto dall'osso
- 2 fettine di pancetta ben salata
- alloro in foglia
- sale
- pepe

Esecuzione | Come la prepariamo:

Prendiamo le quaglie e puliamole bene. Cospargiamole di sale e di pepe all'interno e inseriamovi una noce di midollo, il formaggio e un pezzetto di foglia d'alloro. Posizioniamo poi una foglia d'alloro intera sul dorso e una sulla pancia del volatile, avvolgiamo il tutto con le fettine di pancetta e fermare l'involtino con uno stecchino. Mettiamo le quaglie allo spiedo ricordandoci di posizionarvi sotto una [leccarda](#), al fine di raccogliere il sugo di cottura che sarà mescolato al formaggio fuso. Il sughetto così ottenuto servirà per bagnare le quaglie un momento prima di servirle. Non appena le quaglie avranno raggiunto il punto giusto di cottura, ossia quando saranno ben dorate, dovranno essere allineate sul piatto da portata, cosparse col sugo di cottura e con del sale fino. Il piatto potrà essere abbellito con delle foglie di alloro.

Oca arrosto



Ingredienti | Cosa ci dobbiamo procurare:

Ricetta per 6 persone

- 1 bella oca giovane di 2,5-3 kg
- ¼ di litro di buon aceto
- 2 limoni sugosi (o 2 arance amare) da agricoltura biologica
- 1 mazzetto di prezzemolo
- 3-4 foglie di alloro fresco
- 1 rametto di salvia
- 1 rametto di rosmarino
- 4-5 grossi spicchi d'aglio
- sale

Esecuzione | Come la prepariamo:

Svuotiamo e prepariamo l'oca come qualsiasi altro volatile. Schiacciamo gli spicchi d'aglio. Tritiamo grossolanamente tutte le erbe. Mescoliamo l'aglio e mettiamo in un recipiente con l'aceto. Mescoliamo bene il tutto. Saliamo l'oca all'interno ed inseriamoci il misto di erbe bagnate nell'aceto. Ricuciamo l'apertura. Dopo averla riposta in una [leccarda](#), arrostitiamola in forno caldo in ragione di 15-18 minuti ogni mezzo chilogrammo se si tratta di un animale giovane, di 20 se è un'oca grassa. Quando è arrostita, mettiamo la leccarda sul fuoco. Togliamo una parte del grasso se ne è fuoriuscito troppo. Portiamo ad ebollizione il sugo della leccarda, quindi aggiungiamoci 15 cl di acqua. Bolliamo, staccando con la spatola di legno il fondo di cottura e facciamo ridurre di un terzo. Aggiungiamo poi il succo di agrumi e facciamo bollire ancora un po'. Assaggiamo e, se necessario, aggiustiamo il condimento. Tagliamo l'oca in pezzetti e serviamola con la salsa di cottura.

Spalla di Montone allo Spiedo



Ingredienti | Cosa ci dobbiamo procurare:

- 1 spalla d'agnello (di castrato o di montone) di circa 1,5 kg
- 150 g di pancetta molto grassa
- sale

Esecuzione | Come la prepariamo:

Tagliamo la pancetta a dadini e lardelliamo la spalla che in precedenza avremo messo in una [leccarda](#). Saliamo e arrostitiamo allo spiedo o cuociamo in forno caldo per circa 1 ora e un quarto. Spegliamo il forno, socchiudiamo lo sportello e facciamo riposare la carne per circa un quarto d'ora. Serviamo con la salsa verde. Recuperiamo il sugo dalla leccarda e aggiungiamolo alla [salsa verde](#).



Una cascata di dolci e pasticcini.

TORTA CON RICOTTA.

Ingredienti (8/10 persone):

1 Kg di ricotta

200g di burro

200g di panna liquida

200 g di zucchero

3 uova

Una manciata di uvetta

Canditi a piacere

Preparazione

Si copre il colapasta con una tela fitta e si versa dentro la ricotta e si pone sopra un peso. Si lascia così per 20 ore (in frigo). Il giorno dopo si prende il burro morbido, si unisce alle uova e allo zucchero, fino ad ottenere un composto soffice e biancastro. Il composto si deve sbattere a lungo per un quarto d'ora. Poi si aggiunge la ricotta



scolata, diventata asciutta e compatta. Si lavora ancora il composto per 15 minuti. Si tagliano i canditi e si uniscono al composto insieme all'uvetta. Infine si prende uno stampo che si riveste con una tela fitta, versare il composto e farlo rimanere in frigo per 24 ore. Al momento di servirlo il dolce si toglie dallo stampo e si decora con altri canditi.

SALAME DI FICHI

Ingredienti:

100 g di fichi

200 g. di noci

100 g. di mandorle sbucciate e tritate

30 g. di miele

Procedimento.

Macinare i fichi secchi, le noci, le mandorle; mettere il tutto in una ciotola, aggiungere il miele e due cucchiaini di vino cotto dolce, amalgamare il tutto e formare un rotolo. Arrotolarlo con carta oleata o da forno, mettere in frigo per alcuni giorni.

CIAMBELLINE

Ingredienti:

uova, olio, zucchero e farina.

Preparazione.

Impastare tutti gli elementi in una ciotola. Quando il composto è ben amalgamato, si divide in tante parti per farne delle lunghe strisce di 15 cm, che vengono unite alle due estremità per formare una ciambella. Mettere le ciambelle nell'acqua bollente e farle bollire per 5 minuti. Alla fine scolare e metterle in forno, per ultimare la cottura.

TORTA DI FICHI

Ingredienti:

150 g. di burro

120 g di zucchero

250 di farina

4 uova

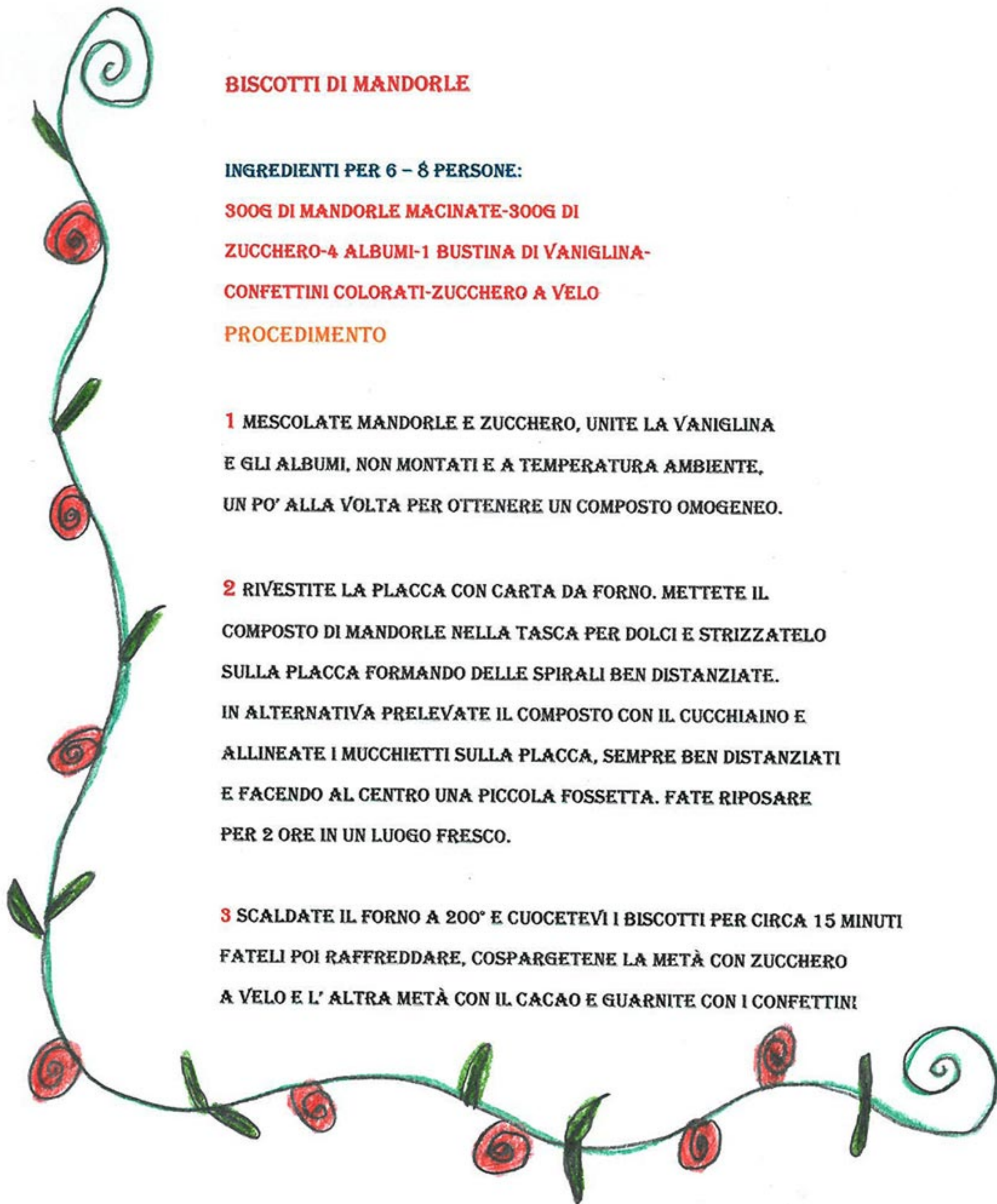
½ litro di latte

1 pizzico di sale

4 fichi

Procedimento.

Sciogliere il burro in una terrina, sbattere i tuorli con lo zucchero, aggiungere la farina e lentamente il latte. Mettere, ora, il pizzico di sale e il lievito. Versare il tutto e adagiare i fichi sopra. Infornare a 180° per 30 minuti



BISCOTTI DI MANDORLE

INGREDIENTI PER 6 - 8 PERSONE:

300G DI MANDORLE MACINATE-300G DI
ZUCCHERO-4 ALBUMI-1 BUSTINA DI VANIGLINA-
CONFETTINI COLORATI-ZUCCHERO A VELO

PROCEDIMENTO

- 1** MESCOLATE MANDORLE E ZUCCHERO, UNITE LA VANIGLINA E GLI ALBUMI, NON MONTATI E A TEMPERATURA AMBIENTE, UN PO' ALLA VOLTA PER OTTENERE UN COMPOSTO OMOGENEO.
- 2** RIVESTITE LA PLACCA CON CARTA DA FORNO. METTETE IL COMPOSTO DI MANDORLE NELLA TASCA PER DOLCI E STRIZZATELO SULLA PLACCA FORMANDO DELLE SPIRALI BEN DISTANZIATE. IN ALTERNATIVA PRELEVATE IL COMPOSTO CON IL CUCCHIAINO E ALLINEATE I MUCCHIETTI SULLA PLACCA, SEMPRE BEN DISTANZIATI E FACENDO AL CENTRO UNA PICCOLA FOSSETTA. FATE RIPOSARE PER 2 ORE IN UN LUOGO FRESCO.
- 3** SCALDATE IL FORNO A 200° E CUOCETEVI I BISCOTTI PER CIRCA 15 MINUTI FATELI POI RAFFREDDARE, COSPARGETENE LA METÀ CON ZUCCHERO A VELO E L' ALTRA METÀ CON IL CACAO E GUARNITE CON I CONFETTINI!

CIAMBELLE DI PASQUA

INGREDIENTI

- 2 uova
- 2 cucchiai di olio
- 2 cucchiai di zucchero
- la scorza grattugiata di un limone
- farina quanto basta

PREPARAZIONE

Prendete una ciotola e versatevi le uova, lo zucchero, l'olio, la scorza di limone grattugiata e lentamente la farina fino a quando non otterrete un impasto omogeneo, né troppo morbido, né troppo duro.

Prendete l'impasto e formate delle ciambelle.

Prendete una pentola, riempietela d'acqua e fate bollire.

Lessate le ciambelle per circa 8 minuti lasciando che si girino da sole.

Toglietele dall'acqua e mettetele ad asciugare su un canovaccio.

Una volta asciutte incidetele di lato tutto intorno e cuocete in forno a 180°C per circa 40 minuti.

Coniglio alla "NCIP e NCIAP"

Ingredienti

1 coniglio

2 spicchi di aglio

olio

rosmarino

peperoncino

sale

olive nere

salsa di pomodoro

aceto

Preparazione:

PRENDERE IL CONIGLIO E SPESSARLO A PESSI PICCOLI, METTERE IN AMMOLLO IN ACQUA E ACETO.

Dopo qualche ora si prendono i pessi di coniglio, si insaporiscono con aglio, olio, peperoncino e sale. Si fanno rosolare in padella, si aggiungono olive nere, poco pomodoro e si termina la cottura in forno.

