



RICETTARIO

Caratteristiche del menù per:

- Scuola Infanzia
- Scuola Primaria
- Scuola Secondaria 1° grado

RICETTARIO

PRIMI PIATTI

PASTE ASCIUTTE

**Pasta
Pomodoro pelati o
passata , aglio, olio di
oliva extravergine.**

01 Pasta alla marinara

Preparare la salsa di pomodoro con aglio e olio di oliva extravergine, aggiustare di sale. Lessare la pasta e condire.

**Pasta
pinoli,basilico
grana padano
olio extravergine di
oliva
aglio, sale**

02 Pasta al pesto alla genovese

Frullare pinoli, aglio e sale con poco olio e.v.
Aggiungere le foglie di basilico e unire l'olio restante.
Mescolare il pesto con il grana e condire la pasta.

**Pasta
pinoli,basilico
grana padano, latte,
farina 0.**

03 Pasta al pesto delicato

Incorporare la farina al latte a freddo e cuocere fino ad ottenere la salsa besciamella. A fine Cottura aggiungere il pesto alla genovese aggiustare di sale, condire la pasta e servire.

**Pasta
cipolla, sedano, carota
passata di pomodoro
grana padano
olio extravergine di
oliva
aglio, sale**

04 Pasta al pomodoro

Porre in una casseruola le verdure tritate con un pizzico di sale.
Unire la passata di pomodoro (o i pelati).
Passare al passaverdura e restringere il sugo.
Condire la pasta e aggiungere il grana.

Pasta
cipolla, sedano, carota
passata di pomodoro
grana padano
basilico
olio extravergine di
oliva
aglio, sale

05 Pasta al pomodoro e basilico

Porre in una casseruola le verdure tritate con un pizzico di sale.
Unire la passata di pomodoro (o i pelati).
Passare al passaverdura, restringere il sugo e aggiungere il basilico fresco o surgelato.
Condire la pasta e aggiungere il grana.

Pasta
cipolla, sedano, carota,
aglio, passata di
pomodoro o
pomodori pelati, funghi
champignons, prezzemo
lo, olio extravergine di
oliva
sale,

06 Pasta al pomodoro e funghi

Tritare le verdure e brasarle con poco brodo vegetale, aggiungere i pomodoro pelati e i funghi tagliati. A fine cottura aggiustare di sale e aggiungere olio di oliva extra un filo. Condire la pasta.

Pasta
piselli
cipolla, sedano, carota
passata di pomodoro o
pomodori pelati
olio extravergine di
oliva
prezzemolo, sale, aglio

07 Pasta al pomodoro e piselli

Tritare le verdure e brasarle con poco brodo vegetale, aggiungere i piselli e i pomodoro pelati e cuocere. A fine cottura aggiustare di sale e aggiungere olio di oliva extra un filo. Condire la pasta

Pasta
ricotta
cipolla, sedano, carota
passata di pomodoro o
pomodori pelati
olio extravergine di
oliva
prezzemolo, sale, aglio

08 Pasta al pomodoro e ricotta

Porre in una casseruola le verdure tritate con un pizzico di sale.
Unire la passata di pomodoro (o i pelati).
Passare al passaverdura e restringere il sugo. Al sugo ottenuto unire la ricotta ed amalgamare bene. Condire la pasta.

**Pasta
zucchine
cipolla, sedano, carota
passata di pomodoro o
pomodori pelati
olio extravergine di
oliva
prezzemolo, sale, aglio**

09 Pasta al pomodoro e zucchine

Brasare le zucchine e le altre verdure, carote, cipolla e sedano, in poco brodo vegetale. Aggiungere i pomodori pelati e cucere. A cottura ultimata, restringere il sugo, aggiustare di sale, aggiungere olio e.v. Cuocere la pasta e condire con il sugo così ottenuto, cospargere con grana.

**Pasta
Carne di tacchino
macinato
cipolla, sedano, carota
passata di pomodoro o
pomodori pelati,
zucchine,
olio extravergine di
oliva
sale.**

10 Pasta al ragù delicato

In una casseruola riunire la carne, cipolla carota e sedano tritati assieme; far cuocere a fuoco lento per qualche minuto; aggiungere il pomodoro, le zucchine sminuzzate, aggiustare di sale, chiudere con il coperchio e continuare la cottura lentamente. Cuocere la pasta e condire con il sugo ottenuto.

**Pasta
macinato di manzo
magro
cipolla, sedano, carota
passata di pomodoro o
pomodori pelati
olio extravergine di
oliva
grana sale, aglio**

11 Pasta al ragù di carne

In una casseruola riunire la carne, cipolla carota e sedano tritati assieme; far cuocere a fuoco lento per qualche minuto; aggiungere il pomodoro, aggiustare di sale, chiudere con il coperchio e continuare la cottura lentamente. Cuocere la pasta e condire con il sugo ottenuto. A piacere aggiungere il grana.

**Pasta
cipolla, aglio,
prezzemolo, filetti di
merluzzo e di
halibut, pomodoro pelati
o passata,
grana padano
olio extravergine di
oliva
sale**

12 Pasta al ragù di pesce

Brasare in una casseruola le verdure tritate con poco brodo vegetale, aggiungere il pesce a pezzetti e fare insaporire, Aggiungere il pomodoro e cuocere per circa una ora e mezza. Restringere il sugo, aggiustare di sale, aggiungere un filo di olio di oliva extravergine e condire la pasta.

**Pasta
macinato di tacchino
cipolla, sedano, carota
passata di pomodoro o
pomodori pelati
olio extravergine di
oliva
grana sale, aglio**

13 Pasta al ragù di tacchino

In una casseruola riunire la carne, cipolla carota e sedano tritati assieme; far cuocere a fuoco lento per qualche minuto; aggiungere il pomodoro, aggiustare di sale, chiudere con il coperchio e continuare la cottura lentamente. Cuocere la pasta e condire con il sugo ottenuto. A piacere aggiungere il grana.

**Pasta
cipolla, sedano, carote
pomodori pelati
grana padano
olio extravergine di
oliva
aglio, sale**

14 Pasta al ragù vegetale

Porre in una casseruola le verdure tagliate grosse con un pizzico di sale. Unire i pelati già passati. Cuocere per circa un'ora e quindici minuti. Condire la pasta e aggiungere il grana.

**Pasta
cipolla, sedano, carote
pomodoro fresco,
basilico fresco,
grana padano
olio extravergine di
oliva
sale**

15 Pasta al sugo estivo

Tritare le verdure e brasarle in poco brodo vegetale, aggiungere il pomodoro fresco tagliato a pezzetti. A cottura ultimata insaporire con basilico fresco ben sminuzzato e un filo di olio di oliva extravergine, condire la pasta e servire.

**Pasta
Tonno
cipolla, sedano, carota
passata di pomodoro o
pomodori pelati
olio extravergine di
oliva
prezzemolo, sale, aglio**

16 Pasta al tonno

Tritare finemente aglio, cipolla e mettere in un tegame con poco brodo vegetale;aggiungere il tonno sgocciolato dall'olio e la passata di pomodoro precedentemente preparata;cuocere a fuoco lento.A ultimata cottura unire il prezzemolo,sale e l'olio.

Pasta
cipolla, sedano, carote
funghi
champiognons, pomodoro pelati, burro, latte,
farina 0, grana padano
olio extravergine di
oliva
sale

17 Pasta alla boscaiola

Tritare le verdure e brasarle con poco brodo vegetale, aggiungere il pomodoro e i funghi. Cuocere lentamente; a parte preparare la salsa besciamella sciogliendo a bagnomaria il burro e incorporando la farina, quindi aggiungere il latte bollente, continuare la cottura. A cottura ultimata unire il sugo con la salsa e condire la pasta a piacere aggiungere il grana.

Pasta
cipolla, sedano, carote
pomodori pelati
prosciutto cotto, piselli
olio extravergine di
oliva,
sale

18 Pasta alla campagnola

Porre in una casseruola le verdure tritate con un brodo vegetale, aggiungere il prosciutto cotto a dadini e i piselli, dopo qualche minuto unire i pelati già passati e lasciare cuocere lentamente per circa un'ora e quindici minuti. Aggiungere un filo d'olio di oliva extravergine e condire la pasta.

Pasta
cipolla, sedano, carote
carne di maiale
pomodoro
grana padano
olio extravergine di
oliva
sale

19 Pasta alle contadina

Tagliare a cubetti le verdure e brasarle con poco brodo vegetale, aggiungere la carne di maiale macinata e il pomodoro. Cuocere lentamente e alla fine aggiungere un filo di olio extravergine di oliva condire la pasta e aggiungere il grana.

Pasta
cipolla, sedano, carote
pomodoro pelati o
passata, burro, latte,
farina 0,
grana padano
sale

20 Pasta alla Mammarosa

Brasare le verdure tagliate e pezzetti con poco brodo vegetale, unire i pelati, aggiustare di sale e cuocere lentamente per un'ora. A parte preparare la salsa besciamella sciogliendo il burro a bagnomaria e aggiungendo la farina, quindi al composto si aggiunge il latte bollente e si termina la cottura per qualche altro minuto. Alla fine si assembla il sugo di pomodoro con la salsa besciamella e si condisce la pasta, a piacere aggiungere il grana.

Pasta
cipolla, sedano, carota
verdure fresche di
stagione (dell'orto)
passata di pomodoro o
pelati
grana padano
olio extravergine di
oliva
aglio, sale

21 Pasta alla ortolana

Tritare carota sedano e cipolla e brasare in poca acqua, aggiungere le verdure di stagione tagliate a pezzetti (invernali: carote, zucchine, olive - estivo : melanzane, peperone, zucchine) il pomodoro pelato o passata. Restringere il sugo, aggiungere un filo di olio extravergine di oliva e condire la pasta con aggiunta di grana.

Pasta
cipolla, sedano, carota
origano,aglio,passata di
pomodoro o pelati
grana padano
olio extravergine di
oliva
aglio, sale

22 Pasta alla pizzaiola

Fare insaporire in un tegame con poca acqua l'aglio spezzettato; togliere l'aglio unire l'origano, carote, sedano, cipolle, aggiungere i pelati e frullare tutto. Restringere il sugo, aggiungere un filo di olio extravergine di oliva e condire la pasta a piacere aggiungere il grana.

Pasta
cipolla, sedano, carote
zucchine,piselli,
grana padano
olio extravergine di
oliva
sale

23 Pasta alla primavera

Brasare carote sedano e cipolla tritate finemente con poco brodo vegetate, aggiungere le zucchine e i piselli e cuocere a fuoco lento. Alla fine aggiustare di sale quindi condire la pasta e aggiungere grana a piacere.

Pasta
Zucca gialla, funghi
trifolati cipolla aglio
grana padano
olio extravergine di
oliva
sale

24 Pasta con zucca e funghi

Sbollentare la zucca tagliata a dadini, brasare la cipolla e l'aglio tritati e aggiungere i funghi e la zucca con poco brodo vegetale. Cuocere lentamente aggiungendo liquido di tanto in tanto. Aggiustare di sale aggiungere un filo d'olio e condire la pasta cospargere di grana padano a piacere.

**Pasta
cipolla, sedano, carota,
aglio, passata di
pomodoro o
pomodori pelati, funghi
champignons, prezzemolo,
olio extravergine di
oliva
sale, latte, farina**

25 Pasta pasticciata ai funghi

Tritare le verdure e brasarle con poco brodo vegetale, aggiungere i pomodori pelati e i funghi tagliati. Preparare la salsa besciamella con il latte, la farina ed aggiungerla al sugo a cottura ultimata. Condire la pasta, a piacere formaggio grana.

**Pasta
cipolla, sedano, carote
pomodori pelati, latte,
farina 0,
grana padano
olio extravergine di
oliva
aglio, sale**

26 Pasta pasticciata al ragù vegetale

Porre in una casseruola le verdure tagliate grosse e l'aglio con un pizzico di sale. Unire i pelati già passati. Cuocere per circa un'ora e quindici minuti. A parte preparare la salsa besciamella sciogliendo la farina nel latte. Unire il sugo vegetale con besciamella e condire la pasta, a piacere formaggio grana.

**Pasta
macinato misto di
manzo e suino,
cipolla, sedano, carota
passata di pomodoro o
pomodori pelati latte
farina
olio extravergine di
oliva
grana sale, aglio**

27 Pasta pasticciata alla bolognese

In una casseruola riunire la carne, cipolla, carota e sedano tritati assieme; far cuocere a fuoco lento per qualche minuto; aggiungere il pomodoro, aggiustare di sale, chiudere con il coperchio e continuare la cottura lentamente. Preparare la besciamella con latte e farina e aggiungerla al sugo a fine cottura. Cuocere la pasta e condire con il sugo ottenuto. A piacere aggiungere il grana.

PRIMI ASCIUTTI SPECIALI

**Gnocchi di patate
freschi o surgelati,
cannella macinata,
zucche, grana, burro,
sale**

28 Gnocchi di patate alla polesana

Sciogliere il burro a bagnomaria, aggingere cannella, zucchero, grana .
Condire gli gnocchi lessati e scolati..

**Pasta all'uovo
macinato di manzo e
suino
cipolla, sedano, carota
passata di pomodoro o
pomodori pelati
olio extravergine di
oliva
grana sale, aglio,
besciamella (latte
intero, farina 0) grana
padano.**

29 Lasagne al forno

In una casseruola riunire la carne, cipolla carota e sedano tritati assieme; far cuocere a fuoco lento per qualche minuto; aggiungere il pomodoro, aggiustare di sale, chiudere con il coperchio e continuare la cottura lentamente. Bollire il latte e aggiungere la farina per ottenere la salsa besciamella. Cuocere la pasta procedere alla preparazione in teglia con stari di pasta e strati di ragù e besciamelle spolveraiti di grana padano. Cuocere in forno a 180°C per 50 minuti e servire..

**Pasta all'uovo
Ripiena di ricotta e
spinaci
cipolla, sedano, carota
passata di pomodoro o
pomodori pelati
olio extravergine di
oliva
grana sale, aglio**

30 Ravioli al pomodoro

In una casseruola riunire cipolla carota e sedano tritati assieme; far cuocere a fuoco lento per qualche minuto; aggiungere il pomodoro, aggiustare di sale, chiudere con il coperchio e continuare la cottura lentamente. Cuocere la pasta e condire con il sugo ottenuto. A piacere aggiungere il grana.

**Pasta all'uovo
cipolla, aglio,passata
di pomodoro o
pomodori pelati, funghi
champignons,
prosciutto cotto
s/p,prezzemolo,olio
extravergine di
oliva
sale.**

31 Tagliatelle al prosciutto e funghi

Tritare le verdure e brasarle con poco brodo vegetale, aggiungere i funghi e quindi il pomodoro. Cucinare lentamente e a cottura ultimata aggiungere il prosciutto cotto tagliato a dadini, aggiustare di sale, l'olio di oliva extra e condire le tagliatelle.

Pasta all'uovo
cipolla, sedano, carote
pomodori pelati
prosciutto cotto, piselli
olio extravergine di
oliva,
sale

32 Tagliatelle alla campagnola

Porre in una casseruola le verdure tritate con un brodo vegetale, aggiungere il prosciutto cotto tagliato a dadini , dopo qualche minuto aggiungere i piselli pizzico di sale, unire i pelati già passati e lasciare cuocere lentamente per circa un'ora e quindici minuti. Aggiungere un filo d'olio di oliva extravergine e condire la pasta.

Pasta all'uovo
cipolla, sedano, carote
carne di maiale
pomodoro
grana padano
olio extravergine di
oliva
sale

33 Tagliatelle alle contadina

Tagliare a cubetti le verdure e brasarle con poco brodo vegetale, aggiungere la carne di maiale macinata e il pomodoro. Cuocere lentamente e alla fine aggiungere un filo di olio extravergine di oliva condire la pasta e aggiungere il grana.

Pasta all'uovo
cipolla, sedano, carote
zucchine, piselli,
grana padano
olio extravergine di
oliva
sale

34 Tagliatelle dell'orto

Brasare carote sedano e cipolla tritate finemente con poco brodo vegetale, aggiungere le zucchine e i piselli e cuocere a fuoco lento. Alla fine aggiustare di sale e aggiungere un filo di olio extravergine di oliva, quindi condire la pasta e aggiungere grana a piacere.

RISO E RISOTTI

Riso
cipolla, sedano, carote
zucchine, piselli,
latte, farina, burro,
grana padano
olio extravergine di
oliva
sale

35 Riso alla primavera

Brasare carote sedano e cipolla tritate finemente con poco brodo vegetale, aggiungere le zucchine e i piselli e cuocere a fuoco lento. Preparare la salsa besciamella con latte, burro, farina e incorporarle a fine cottura del sugo. Alla fine aggiustare di sale quindi condire il riso e aggiungere grana a piacere.

Riso
cipolla, sedano, carota
passata di pomodoro
grana padano
olio extravergine di
oliva
aglio, sale

36 Riso al pomodoro

Porre in una casseruola le verdure tritate e l'aglio con un pizzico di sale.
Unire la passata di pomodoro (o i pelati).
Passare al passaverdura e restringere il sugo.
Condire il riso e aggiungere il grana.

Riso
grana padano burro
olio extravergine di
oliva
sale

37 Riso alla parmigiana

Bollire il riso e condirlo con olio di oliva extravergine, burro e grana padano.

Riso
cipolla,
prezzemolo, zucchine
grana padano
olio extravergine di
oliva
aglio, sale

38 Riso alla paesana

Tritare la cipolla con il prezzemolo e l'aglio e brasarle in poco brodo vegetale, aggiungere le zucchine tagliate e cuocere lentamente. Ultimare con aggiunte di un filo d'olio. Condire il riso e aggiungere il grana.

Riso
cipolla, zucca, patate,
grana padano
olio extravergine di
oliva
aglio, sale

39 Riso alla zucca gialla

Tritare la cipolla e brasarla in poco brodo vegetale, aggiungere le zucca e poche patate tagliate a pezzi e cuocere con brodo vegetale. A cottura ultimata aggiungere l'olio d'oliva extravergine. Condire il riso e aggiungere il grana.

Riso
cipolla,
prezzemolo,zucchine
grana padano
olio extravergine di
oliva
aglio, sale

40 Riso alle zucchine

Tritare la cipolla con il prezzemolo e l'aglio e brasarle in poco brodo vegetale, aggiungere le zucchine tagliate e cuocere lentamente. Ultimare con aggiunte di un filo d'olio. Condire il riso e aggiungere il grana.

Riso
Latte, burro, farina 0,
grana padano
olio extravergine di
oliva
aglio, sale

41 Riso Biancaneve

Preparare la salsa besciamella sciogliendo il burro ed incorporando la farina; al composto aggiungere il latte bollente e ultimare la cottura per qualche altro minuto. Unire il grana padano e condire il riso.

Riso
cipolla, prezzemolo,
piselli,olio extravergine
di oliva
sale.

42 Riso con piselli

Tritare la cipolla e brasarle con poco brodo vegetale e i piselli, far cuocere lentamente, aggiungere il prezzemolo, aggiustare di sale e insaporire con l'olio di oliva extra. Condire il riso a piacere aggiungere il grana.

MINESTRE

**Carote, zucchine,
sedano, cipolla, carote,
olio extravergine di
oliva
acqua
prezzemolo
sale**

43 Crema di carote e zucchine

Mettere a cuocere in acqua salata tutte le verdure tagliate a pezzetti, e cuocere per circa 1 ora. Passare tutto al passaverdura, condire con olio di oli extravergine e grana.

**Patate, carote,
sedano, cipolla, piselli,
patate, pomodoro poco,
olio extravergine di
oliva
acqua
sale**

44 Crema di verdura

Mettere a cuocere in acqua salata tutte le verdure e cuocere lentamente per circa 1 ora. Passare tutto al passaverdura, aggiungere olio di oli extravergine e grana.

**Pastina
patate, carote,
sedano, cipolla, piselli,
patate, pomodoro poco,
olio extravergine di
oliva
acqua

sale**

45 Crema di verdura con pastina o riso

Mettere a cuocere in acqua salata tutte le verdure e cuocere lentamente per circa 1 ora. Passare tutto al passaverdura, cocere la pastina nel brodo, aggiungere olio di oli extravergine e grana.

**Zucchine, patate,
cipolla
olio extravergine di
oliva
acqua
prezzemolo
sale**

46 Crema di zucchine

Mettere a cuocere le patate tagliate a pezzetti nell'acqua leggermente salata, dopo alcuni minuti aggiungere le zucchine e poi la cipolla.

Passare le verdure nel passaverdura ed unire il purè al liquido di cottura.

Fare concentrare fino ad ottenere una crema, aggiungere il prezzemolo, l'olio ed il grana.

**Pasta
cipolla
carota
sedano
sale
olio di oliva
extravergine**

47 Minestra vegetale con riso o pastina

Versare in acqua bollente leggermente salata le verdure.
A cottura ultimata togliere le verdure e rimettere il brodo sul fuoco per la cottura della pasta/riso; aggiustare di sale , condire con olio extravergine di oliva e grana padano.

**Pasta,
fagioli secchi borlotti,
sedano, carote,
cipolla, pomodoro,
grana padano
olio extravergine di
oliva
sale**

48 Passato di fagioli con pasta o riso

Mettere il ammollo i fagioli secchi e dopo avere cambiato l'acqua almeno tre volte, lavarli e sgocciolarli metterli in una pentola con le verdure tagliate grosse. Aggiungere acqua leggermente salata, il pomodoro e cuocere. Passare tutto al passaverdura edr eliminare le buccie dei legumi . Assemblare il brodo con la pasta/riso, condire con olio extravergine di oliva e grana padano.

**Pasta,
Legumi secchi misti
(fagioli, piselli,
lenticchie,) sedano,
carote,
cipolla,
grana padano
olio extravergine di
oliva
sale**

49 Passato di legumi misti con pasta o riso

Mettere il ammollo i legumi secchi e dopo avere cambiato l'acqua almeno tre volte, lavarli e sgocciolarli metterli in una pentola con le verdure tagliate grosse. Aggiungere acqua leggermente salata, e cuocere. Passare tutto al passaverdura edr eliminare le buccie dei legumi . Assemblare il brodo con la pasta/riso, condire con olio extravergine di oliva e grana padano.

**Orzo,
cipolla, carota, sedano,
verdure miste gelo(
fagioli, fagiolini, piselli,
zucchine, carote),patate
fresche,
grana padano
olio extravergine di
oliva
sale**

50 Passato di verdura con orzo

Versare in acqua bollente leggermente salata le verdure.
A cottura ultimata passarle al passaverdura e rimettere sul fuoco.
Aggiungere l'orzo, continuare la cottura.
A fuoco spento condire con olio e.v. e grana padano.

**Pasta,
cipolla, carota, sedano,
verdure miste gelo(
fagioli, fagiolini, piselli,
zucchine, carote),patate
fresche,
grana padano
olio extravergine di
oliva
sale**

51 Passato di verdura con pasta/riso/cous cous

Versare in acqua bollente leggermente salata le verdure.
A cottura ultimata passarle al passaverdura e rimettere sul fuoco.
Aggiungere la pastina, continuare la cottura.
A fuoco spento condire con olio e.v. e grana padano.

**Riso,
zucchine , patate,
sedano, cipolla,
grana padano
olio extravergine di
oliva
sale**

52 Passato di zucchine con pasta o riso o cous cous

Lavare e mondare le verdure con taglio grosso, metterle in acqua leggermente salate portare ad ebollizione. A cottura ultimata passate al passaverdura.. Assemblare con il riso/pasta/cous cous, condire con olio extravergine di oliva e grana padano.

**Riso,
zucca gialla , patate,
sedano, cipolla,
grana padano
olio extravergine di
oliva
sale**

53 Passato di zucca con riso

Lavare e mondare le verdure con taglio grosso, metterle in acqua leggermente salate portare ad ebollizione. A cottura ultimata passate al passaverdura.. Assemblare con il riso, condire con olio extravergine di oliva e grana padano.

**Cipolla
carota
sedano
sale**

52 Brodo vegetale

Versare in acqua bollente leggermente salata le verdure.
A cottura ultimata passarle al passaverdura e rimettere sul fuoco, utilizzare il brodo secondo le necessità

**Piselli
riso, cipolla, carota
sedano,
grana padano,
olio extravergine di
oliva
sale**

53 Risi e bisi alla veneta

Cucinare in acqua fredda i piselli (preventivamente ammollati, se secchi) con le verdure.

A cottura ultimata restringere sul fuoco.

Cuocere il riso e condire con il brodo/sugo di piselli, insaporire con olio e.v.e grana.

PIZZE

**Base pane per pizza
fresca, pomodori pelati
mozzarella
olio extravergine di
oliva, origano.**

Pizza margherita

Disporre la base pane fresca per pizza in teglia e dopo aver passato i pelati, condirli con origano e sale e distribuirli su tutta la superficie con la mozzarella. Infornare e cuocere.

**Farina di mais gialla,
olio di oliva
extravergine, latte
intero, sale.**

Polenta di mais

Mettere a bollire l'acqua con olio e latte, setacciare la farina.

Continuare la cottura tenendo mescolato per circa 1 ora. Servire a cucchiaio.

SECONDI PIATTI

PESCE

**Halibut,
farina 0, pangrattato,
grana, prezzemolo,
aglio,
olio extravergine di
oliva farina di mais
gialla**

01 Crocchette di pesce

Lavare il pesce tritarlo e farlo sgocciolare. Amalgamare bene gli ingredienti , formare delle palline e passarle nella farina di mais.. Cuocere in forno 170°C per 20 minuti..

**Halibut,
cipolla, carota, sedano,
aglio, pomodoro pelati,
pangrattato
olio extravergine di
oliva
sale**

02 Filetto di halibut al pomodoro

Lavare il pesce e farlo sgocciolare. Impanarlo e disporlo in una placca unta infornare e cuocere fino a doratura. A parte preparare la salsa di pomodoro con carota sedano cipolla aglio. A cottura ultimata coprire il pesce con la salsa e porzionare.

**Halibut,
cipolla, carota, sedano,
aglio, pomodoro pelati,
olive verdi o nere
pangrattato
olio extravergine di
oliva
sale**

03 Filetto di halibut al pomodoro e olive

Lavare il pesce e farlo sgocciolare. Impanarlo e disporlo in una placca unta infornare e cuocere fino a doratura. A parte preparare la salsa di pomodoro con carota sedano cipolla aglio. A cottura ultimata aggiungere le olive denocciolate e coprire il pesce con la salsa e porzionare.

**Halibut, farina 0, pane
grattugiato, grana,
aglio, prezzemolo,
olio extravergine di
oliva
sale, aromi vari**

04 Polpette di pesce

Tritare il pesce e farlo sgocciolare. Amalgamare bene gli ingredienti. Disporlo in una placca con la carta da forno , cucinare in forno per 25' circa.

**Halibut,
pane grattugiato,
profumo di buccia di
limone, prezzemolo,
aglio, olio di oliva
extravergine, sale.**

05 Hamburger di pesce

Tritare il pesce e farlo sgocciolare . Lavorare il tritato con gli ingredienti, dare la forma di hamburger. Cuocere in forno per 25' circa..

**Merluzzo
cipolla, profumo d'aglio,
prezzemolo, latte intero,
olio extra vergine
d'oliva,**

06 Merluzzo alla vicentina (al latte)

Lavare il pesce e farlo sgocciolare. Tritare la cipolla con aglio e prezzemolo e brasare il pesce con poco brodo vegetale, continuare la cottura aggiungendo il latte. Cucinare in forno per 40' circa.

**Tonno,
succo di limone olio di
oliva extravergine.**

07 Tonno al naturale

Sgocciolare il tonno e condirlo con un filo di olio e succo di limone.

SECONDI PIATTI

CARNI

**Lonza, sedano,
carote, cipolle, olio
extra vergine d'oliva,
brodo vegetale, sale**

01 Arista al forno

Legare la lonza e porla in una teglia unta con le verdure e il brodo vegetale. A cottura ultimata frullare le verdure di cottura e il sugo formatosi passare con un colino, disporre le fette di arrosto in placca, versare il sugo ottenuto e far insaporire in forno per qualche minuto.

**Lombo di
suino, latte, sale, aromi,
olio extravergine di oliva**

02 Arista al latte

Pulire la carne e sistemarla in una teglia da forno con olio, aromi e sale, cuocere in forno. A metà cottura, cica, girare la carne e aggiungere il latte terminando la cottura.

**Fesa di tacchino
carote, sedano
cipolla,
brodo vegetale
olio extravergine di
oliva
sale**

03 Arrosto di tacchino

Legare la fesa di tacchino e porla in un tegame. Far rosolare, aggiungere le verdure e il brodo vegetale. Terminare la cottura in forno. A cottura ultimata frullare le verdure di cottura e il sugo e passare con colino, disporre le fette di arrosto in placca, versare il sugo ottenuto e far insaporire in forno per qualche minuto.

**Manzo,
sedano, carote,
cipolle,
sale, aromi, oli di oliva
extravergine, preparato
per brodo vegetale**

04 Bocconcini di manzo con verdure

Tagliare a pezzetti il manzo, tritare le verdure, mettere il tutto in una casseruola, aggiungere il sale e gli aromi, cuocere con olio e brodo vegetale.

**Petto di pollo,
aglio, aromi vari,
preparato per brodo
vegetale, olio
extravergine di oliva, sale**

05 Bocconcini di pollo al forno

Pulire e tagliare a pezzetti il pollo, sistemarlo in una placca da forno con olio, sale, aromi, e aglio tritato. Bagnarli con il brodo vegetale, cuocere in forno rigirando più volte.

**Tacchino,
sedano,carote,
cipolle,
sale,aromi,oliodi oliva
extravergine,preparato
per brodo vegetale**

06 Bocconcini di tacchino con verdure

Tagliare a pezzetti il tacchino, tritare le verdure, mettere il tutto in una casseruola, aggiungere il sale e gli aromi, cuocere con olio e brodo vegetale.

**Carne di vitellone ,
cipolle,
sedano, carote,
brodo vegetale,
pomodoro,
olio extra vergine d'oliva,
sale**

07 Brasato alle verdure

Brasare la carne di vitellone con il fondo di verdure e il brodo vegetale. Aggiungere il pomodoro con altro brodo e portare a fine cottura a fuoco lento. Togliere la carne e frullare il sugo. Unire alla carne e servire.

**Fesa maiale
suino, latte, sale, aromi,
olio extravergine di oliva**

08 Fesa di maiale al latte

Pulire la carne e sistemarla in una teglia da forno con olio, aromi e sale, cuocere in forno. A metà cottura, cica, girare la carne e aggiungere il latte terminando la cottura.

**Tacchino,
sedano,carote,
cipolle,
sale,aromi,oliodi oliva
extravergine,preparato
per brodo vegetale**

09 esa di tacchino con verdure

Tagliare a pezzetti il tacchino, tritare le verdure, mettere il tutto in una casseruola, aggiungere il sale e gli aromi, cuocere con olio e brodo vegetale.

**Coscie e sottocoscie di
pollo,
brodo vegetale,olio
extra vergine
d'oliva,salvia,
rosmarino, alloro, sale**

10 Fuselli di pollo al forno

Preparare per la cottura i fuselli e sistemarli in un tegame. Versarvi sopra il brodo vegetale e le erbe aromatiche e salare. Cuocere in forno a 150°. A cottura ultimata condire con olio.

**Cosce e sottocoste di
pollo,
succo di limone, brodo
vegetale, olio extra
vergine d'oliva, salvia,
rosmarino, alloro, sale**

11 Fuselli di pollo al limone

In un contenitore mettere il succo di limone, il sale, l'olio extra, e gli aromi, mescolare e lasciare riposare.
Preparare per la cottura i fuselli e sistemarli in un tegame. Versarvi sopra il condimento preparato e cuocere in forno a 150° fino a doratura.

**Carne di manzo, pane,
latte,
Olio di oliva
extravergine,,
sale, formaggio grana**

12 Hamburger di manzo

Macinare la carne, metterla in un contenitore con sale e formaggio grana, pane ammollato nel latte e mescolare bene il tutto e formare degli hamburger, metterli in una placca con carta da forno unta e cuocere in forno fino a doratura.

**Carne di tacchino, patate,
olio extravergine di oliva,
sale, aromi**

13 Hamburger di tacchino

Macinare la carne con le patate lessate, metterla in un contenitore con sale, aromi e mescolare bene il tutto e formare degli hamburger, metterli in una placca con carta da forno unta e cuocere in forno fino a doratura.

**Prosciutto cotto s/p
formaggio asiago o fontal**

14 Involtini di prosciutto e formaggio

Tagliare a fettine il prosciutto ed il formaggio, avvolgere il formaggio con una fetta di prosciutto in modo da ottenere un involtino, può essere servito sia caldo che freddo.

**Lonza suino,
sedano,
carote, cipolle, olio
extra vergine d'oliva,
brodo vegetale, sale**

15 onza al forno

Legare la lonza e porla in una teglia unta con le verdure e il brodo vegetale. A cottura ultimata frullare le verdure di cottura e il sugo formatosi passare con un colino, disporre le fette di arrosto in placca, versare il sugo ottenuto e far insaporire in forno per qualche minuto.

**Lonza suino,
latte, sale, aromi,
olio extravergine di oliva**

16 Lonza al latte

Pulire la carne e sistemarla in una teglia da forno con olio, aromi e sale, cuocere in forno. A metà cottura, cica, girare la carne e aggiungere il latte terminando la cottura.

**Lonza suino
carote, sedano, cipolla
farina
brodo vegetale
olio extravergine di
oliva
sale**

17 Lonza alle verdure

Tagliare a pezzettini le verdure e brasarle con la carne infarinata, del brodo vegetale e sale. Ultimare la cottura in forno.
Tagliare a fettine e servire con le verdure di cottura.

**Petto di pollo,
brodo vegetale, olio
extra vergine
d'oliva, aromi vari, aglio,
sale**

18 Petto di pollo

Disporre i petti di pollo dopo averli puliti e tagliati in una teglia da forno leggermente unta, condire con aromi, l'aglio tritato e bagnare con brodo vegetale per non far seccare troppo. Mettere in forno. A cottura ultimata salare leggermente e condire con olio.

**Petto di pollo,
succo di
limone, sale, aromi
vari, olio extravergine di
oliva.**

19 Petto di pollo al limone

Mettere in un contenitore il succo di limone, sale, olio, aromi e mescolare lasciando riposare. Disporre i petti di pollo in una placca unta e bagnarli con il succo preparato, cuocere in forno.

**Petto di pollo,
aromi vari, pane
grattugiato, formaggio
grana, olio, sale**

20 Petto di pollo dorato

Tagliare a fettine il pollo, sistemarlo in una teglia da forno con carta da forno unta, in un contenitore mescolare il pane grattugiato, il formaggio grana, il sale e gli aromi. Spolverizzare le fettine di pollo, cuocere in forno fino a doratura.

**Vitellone,
aromi, pane, formaggio
grana, latte,
olio extravergine di
oliva,
sale**

21 Polpette di vitellone

Mettere in ammollo il pane con il latte: Macinare la carne e aggiungere sale, formaggio grana. Sgocciolare il pane, macinarlo, unirlo alle carni, mescolare il tutto, formare delle polpette e disporle in una teglia con carta da forno unta e spolverizzare con gli aromi.

**Fesa di tacchino,patata,
cipolla,sedano,
carote,pane,latte,sale,
pomodoro,formaggio
grana, olio extra vergine
d'oliva.**

22 Polpettine di tacchino al pomodoro

Mettere il pane a bagno con il latte, lessare le patate, tritare tutte le verdure e metterle in una casseruola a cuocere con il pomodoro, sale ed olio. Macinare la carne, aggiungere il pane sgocciolato, le patate lessate, il trito, sale e formaggio grana, mescolare il tutto per formare delle polpettine, adagiarle in una placca con carta da forno e olio. A cottura ultimata aggiungere il sugo di pomodoro.

**Fesa di
tacchino,cipolla,sedano,
carote,zucchine,pane,latte
patate,sale,aromi,formagg
io grana, olio extra
vergine d'oliva.**

23 Polpettine di tacchino alle verdure

Mettere il pane a bagno con il latte, tritare tutte le verdure, macinare la carne, in un recipiente amalgamare il trito e la carne con sale ed aromi, aggiungere il pane sgocciolato e le patate lessate, mescolare il tutto per formare delle polpettine, adagiarle in una placca con carta da forno e olio, cucinare per 30' circa.

**Manzo,
sedano,carote,cipolla,
sale,formaggio
grana,olio,pane,latte,
preparato per brodo
vegetale**

24 Polpettone al forno

Macinare la carne due volte, preparare il trito di verdure, in un contenitore unire la carne alle verdure, aggiungere il sale, il formaggio grana ed il pane precedentemente bagnato e scoggiolato dal latte e macinato. Formare un polpettone adagiarlo sulla carta stagnola e arrotolarlo, metterlo in forno con olio e brodo vegetale. Cuocere rigirandolo per circa 40'.

**Carne di
manzo,sedano,carote,
cipolle,sale,formaggio,
olio,pane,latte,preparato
per brodo vegetale**

25 Polpettone farcito di carote

Stesso procedimento del "polpettone al forno" con aggiunta di carote lessate nell'impasto del polpettone prima di avvolgerlo con carta da forno..

**Fesa di tacchino
pomodoro,
farina,origano,
olio extravergine di
oliva
sale**

26 Scaloppina di tacchino alla pizzaiola

Salare e infarinare i petti di tacchino dopo averli battuti. Disporli in una teglia da forno unta, condire con il pomodoro aromatizzato con origano. Infornare fino a cottura.

**Fesa di tacchino,
sale,
olio extra vergine
d'oliva,
farina"o",aromi,succo
di limone**

27 Scaloppina di tacchino al limone

Tagliare la carne a fettine e disporle in una placca da forno con olio e aromi e sale,spolverizzare con la farina,bagnare il tutto con il succo di limone.Cuocere in forno.

**Fesa di
tacchino,sale,funghi,
olio extra
vergined'oliva,aglio,
farina"oo",aromi,
preparato per brodo
vegetale,prezzemolo.**

28 Scaloppe di tacchino con i funghi

Tagliare la carne a fettine e disporle in una placca da forno con olio e aromi,spolverizzare con la farina ed il sale,cuocere in forno per alcuni minuti. Mettere i una casseruola un trito di aglio e prezzemolo, i funghi tagliati a pezzetti e bagnare con brodo vegetale. Cuocere. A fine cottura adagiare le scaloppine di tacchino ben calde sul composto.

**Vitellone magro
cipolla, carota, sedano
alloro, pelati, aglio,
brodo vegetale,
olio extravergine di
oliva
sale**

29 Spezzatino di vitellone

Predisporre in una casseruola la carne e i sapori e farli rosolare con poco brodo vegetale. Aggiungere i pelati e il brodo vegetale necessario per finire la cottura.

**Manzo,
cipolla,sale,patate,olio
extra vergine
d'oliva,aromi,preparato
per brodo vegetale**

30 Svizzera di manzo al forno

Macinare la carne con le patate lessate,tritare la cipolla,in un contenitore unire la carne ed il trito con sale ed aromi. Aggiungere il pane sgocciolato al tritato formare dei dischi 'svizzere' e disporle su una placca unta. Bagnare con il brodo vegetale,mettere in forno e cuocere .

**Fesa di tacchino
carote, sedano
cipolla,
brodo vegetale
olio extravergine di
oliva
sale**

31 Tacchino al forno

Legare la fesa di tacchino e porla in un tegame. Far rosolare, aggiungere le verdure e il brodo vegetale. Terminare la cottura in forno. A cottura ultimata frullare le verdure di cottura e il sugo e passare con colino, disporre le fette di arrosto in placca, versare il sugo ottenuto e far insaporire in forno per qualche minuto.

**Mozzarella tipo
filone, pomodori
freschi, origano, sale, olio
di oliva extravergine**

32 Formaggio mozzarella alla "caprese"

Lavare i pomodori. Tagliare a fettine i pomodori e la mozzarella, adagiare in un contenitore le fettine di mozzarella stese, mettere sopra ad ogni fetta di formaggio una fetta di pomodoro e condire con origano, sale ed un filo d'olio.

UOVA

**Uova
sale
formaggio fresco, latte
olio extravergine di
oliva**

01 Frittata al formaggio

Sbattere le uova con il sale il formaggio e il latte. Riempire le teglie oliate e cuocere in forno.

**Uova
Latte intero, farina 0,
zucchine a rondelle,
carote a rondelle, grana
padano,
olio extravergine di
oliva**

02 Frittata dell'orto (alle verdure)

Lessare le verdure, assemblare gli ingredienti con mixer, cuocere in forno a 190° per circa 30'. Sporzionare.

**Uova
Latte intero, farina 0,
zucchine a rondelle,
carote a rondelle, grana
padano,
olio extravergine di
oliva**

03 Frittata con zucchine e carote

Lessare le verdure, assemblare gli ingredienti con mixer, cuocere in forno a 190° per circa 30'. Sporzionare.

Uova
Latte intero, farina 0,
grana padano,
olio extravergine di
oliva

04 Omelette al formaggio

Assemblare gli ingredienti mixer, cuocere in forno a 190° per circa 20', uno strato sottile. A cottura ultimata arrotolare e sporzionare.

CONTORNI COTTI

Carote
olio extravergine di
oliva
sale

01 Carote all'olio

Lessare o cuocere a vapore le carote con leggera salatura, servire condito con l'olio e.v.

Carote
burro,
sale

02 Carote al burro

Lessare o cuocere a vapore le carote con leggera salatura, a cottura ultimata condire con fiocchetti di burro e servire.

Erbette
olio extravergine di
oliva
sale

03 Erbette all'olio

Lessare o cuocere a vapore le erbette con leggera salatura, servire condito con l'olio e.v.

Fagiolini
olio extravergine di
oliva
sale

04 Fagiolini all'olio

Lessare o cuocere a vapore i fagiolioni con leggera salatura, servire condito con l'olio e.v.

**Fagiolini,carote
olio extravergine di
oliva,
sale**

05 Fagiolini e carote all'olio

Lessare o cuocere a vapore le verdure,condire con olio e sale.

**Carote,piselli,zucchine,
olio,sale**

06 Macedonia di verdure

Lavare e tagliare a cubetti le carote e le zucchine, cuocere tutte le verdure a vapore e condire con olio e sale.

**Patate
olio extravergine di
oliva
sale**

07 Patate all'olio

Lessare le patate in acqua salata. servire le patate tagliate a tocchetti condite con l'olio e.v.

**Patate,
olio extravergine di
oliva
sale,aromi**

08 Patate al forno

Lavare e tagliare le patate.Lessarle in acqua salata per qualche minuto .Scocciolarle e sistemarle in placche da forno con olio e aromi,aggiustare di sale e proseguire con la cottura in forno fino a doratura.

**Piselli,cipolla,
olio extravergine di
oliva
sale**

09 Piselli in bianco

Cuocere i piselli a vapore o lessarli (meglio lessati). Brasarli con cipolla e poca acqua di cottura. Aggiustare di sale.

**Piselli,cipolla,
olio extravergine di
oliva
sale,preparato per
brodo vegetale**

10 Piselli al tegame

Mettere in una casseruola con l'olio la cipolla tritata,aggiungere i piselli ed il sale,bagnare con il brodo vegetale e cuocere.

**Carote,patate, latte,
burro, grana padano,
sale**

11 Purè di carote

Lessare in acqua salata le patate e le carote insieme e scolarle. Dopo averle passate al passaverdura amalgamare con il latte portato ad ebollizione,burro e grana, salare e far addensare leggermente il composto.

8

**Patate, latte, burro,
grana padano,
sale**

12 Purè di patate

Lessare le patate e scolarle. Dopo averle passate al passaverdura amalgamare con il latte, burro e grana, salare e far addensare leggermente il composto.

**Spinaci,
burro
sale**

13 Spinaci al burro

Cuocere gli spinaci in acqua salata,scolare e sminuzzare o tritare, condire con olio .

**Bieta e spinaci o
erbette,olio,aglio,sale**

14 Spinaci e bieta all'olio

Lessare o cuocere al vapore le verdure con il sale,lasciarle scocciolare ,tritare o sminuzzarele verdure e disporle in una teglia da forno ,condireb con olio,agliotritato e sale,rigitrare per qualche minuto.

**Spinaci,grana,
olio extravergine di
oliva
sale**

15 Spinaci filanti

Lessare gli spinaci in acqua salata,scolarli (sminuzzarli o tritarli) e disporli in una teglia e mescolarli con olio,grana e passarli in forno per qualche minuto.

**Spinaci,
olio extravergine di
oliva
sale,succo di limone**

16 Spinaci olio e limone

Cuocere gli spinaci in acqua salata,scolare e sminuzzare o tritare,
condire con olio , succo di limone e sale,.

**Spinaci,
aglio, olio di oliva
extravergine.**

17 Spinaci saltati

Lessare o cuocere al vapore gli spinaci con aggiunta di
sale,sgocciolare e sminuzzare o tritare, farli saltare in una padella
con olio e aglio..

**Zucchine,
olio extravergine di
oliva
sale**

18 Zucchine all'olio

Lavare e tagliare a cubetti le zucchine.Lessare o cuocere a vapore
le zucchine ,servire condito con l'olio e sale.

**Zucchine,aglio,
prezzemolo,
olio extravergine di
oliva,
sale**

19 Zucchine trifolate

Lavare e tagliare a cubetti le zucchine,metterle in placche da forno
con l'olio,sale e aglio tritato,cuocere in forno mescolando spesso
a cottura ultimata insaporire con il prezzemolo tritato.

**Zucchine,carote,
fagiolini,
olio extravergine di
oliva,
sale**

20 Tris di verdure

Lessare o cuocere a vapore le verdure,condire con olio e sale.

NB: I SALUMI I FORMAGGI LE INSALATE SI TROVANO NELL'INDICE DELLE RICETTE.

