



Istituto Comprensivo



Modugno-Rutigliano-Rogadeo



IL RICETTOLIO

DELLA CLASSE IV C

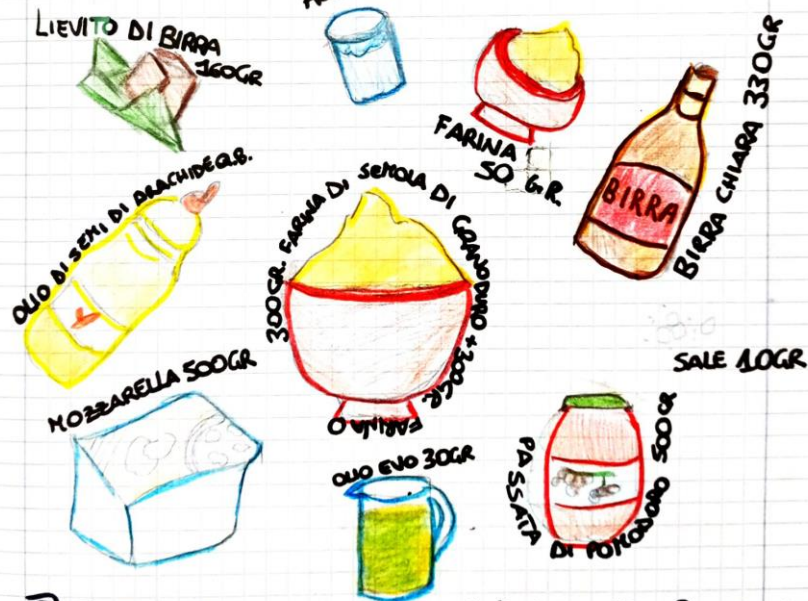
Via Amendolagine



Anno Scolastico 2023/2024

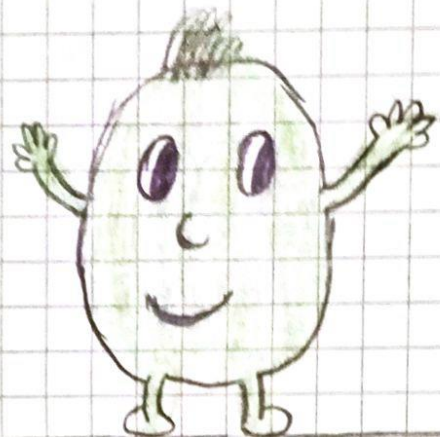
Panzerotti Pugliesi

- 1 UNIRE IN UNA CIOTOLA FARINA, LIEVITO
- 2 AGGIUNGERE ACQUA, SALE, OLIO E MESCOLARE
- 3 AGGIUNGERE FARINA FINO AD AVERE UN PANETTO
- 4 FARE SUL PANETTO UNA CROCE E FAR LIEVITARE
- 5 FARE DELLE PALLINE DA CIRCA 80GR E LIEVITARE
- 6 PREPARARE RIPIENO CON MOZZARELLA E PASSATA
- 7 STENDERE IMPASTO E CHIUDERE



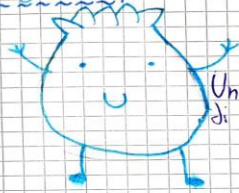
- 8 FRIGGERLI IN OLIO A CIRCA 170° PER 4MIN
- 9 SONO PRONTI DA MANGIARE

GNAM! ↓



MOZZARELLA RIPIENA...

Ingredienti



Una mozzarella di bufala



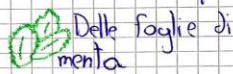
Un peperone verde



Qualche pomodorino



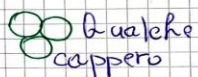
Un cetriolo



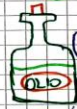
Delle foglie di menta



Delle foglie di basilico



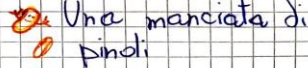
Qualche cappero



Olio EVO



Sale

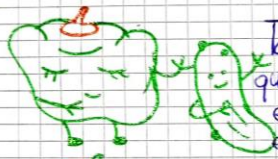


Una manciata di pinoli

Procedimento



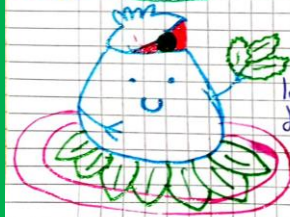
Tagliate la cabotta della mozzarella di bufala e svuotate leggermente l'interno tagliando a pezzettini la polpa.



Tagliate finemente il peperone verde, qualche pomodorino e il cetriolo e tritate al coltello la menta, il basilico e qualche cappero.



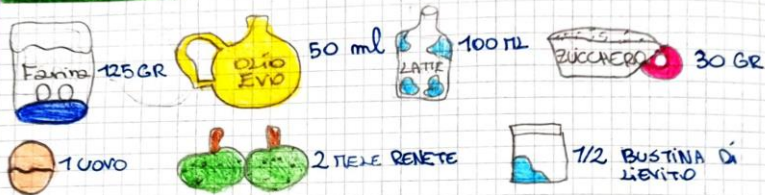
Miscelate tutto aggiungendo olio evo, sale, e una manciata di pinoli.



Riempite la cabotta con la salsa e servite con una fogliolina di basilico

♥ TORTINO ALLE MELE ♥

Ingredienti



Procedimento

Ridurre le mele a dadini, dopo averle lavate e sbucciate e farle rosolare in padella con 20 ml di olio.

In una ciotola sbattere l'uovo con lo zucchero. Aggiungere l'olio (30 ml). Setacciare a parte la farina con il lievito e poi aggiungerla al resto degli ingredienti.

Versare il latte, poco alla volta, fino ad ottenere un composto morbido.

Infine incorporare la mela a dadini e mescola con un cucchiaio.

Distribuire negli stampini e cuocere a 180° per circa 20 minuti. Servire spolverizzando con zucchero a velo o zucchero aromatizzato alla cannella. Ghiam!!!

OLIO... QUANTO È BUONO!

L'olio extravergine d'oliva è un ingrediente "indispensabile" della cucina italiana. Si tratta infatti di uno degli alimenti alla base della dieta mediterranea.

Lo si utilizza in tantissimi piatti, a crudo e cotto, come condimento o all'interno di impasti per torte e lievitati.

Diventa protagonista in una focaccia, nei panini, nei taralli oppure in tingoli, dalla preparazione di soti di salmoriglio e... un grande classico: gli spaghetti, aglio, olio e peperoncino...