

# FAGIOLI ALLA "PIGNATA"

## TEMPO DI ESECUZIONE.

Il tempo di esecuzione per la cottura dei fagioli varia a seconda della grandezza e della qualità degli stessi. Mediamente la cottura varia dalle 3 alle 4 ore vicino al fuoco del camino, tenendo sempre viva la fiamma.

## INGREDIENTI.

- Fagioli (concellini - borlotti)
- Aglio
- Sedano
- Sale
- Rosmarino selvatico.
- Olio Evo di Minturno.

## MATERIALI NECESSARI.

Pignata in terracotta.

Contenitore in acciaio INOX per acqua calda.



## PROCEDIMENTO DA ESEGUIRE.

- 1) Si lavano i fagidi con acqua abbastanza calda.
- 2) Mettere i fagidi nella "Pignata".
- 3) Riempire la "Pignata" d'acqua, mettere il operchio e posizionarla vicino al fuoco del camino.
- 4) Mettere nel contenitore INOX dell'acqua accanto al fuoco per utilizzarla quando nella Pignata diminuisce l'acqua.
- 5) Di tanto in tanto i fagidi vanno girati.
- 6) Dopo 2 ore aggiungere sale, sedano, rosmarino e aglio.
- 7) Quando i fagidi sono quasi cotti aggiungere OLIO.
- 8) Lasciare riposare per 30 minuti i fagidi.





Scanned with CamScanner





Scanned with CamScanner











# PROGETTO: "OLIO IN CATTEDRA"





IC "ANTONIO SEBASTIANI"  
SCUOLA PRIMARIA  
"MONS. SALVATORE FEDELE"  
CLASSE IV A  
PROGETTO: OLIO IN CATTEDRA













PREZIOSO ANCOR DI PIU' DELL'ORO.



DAL COLORE DORATO E LUCENTE,  
NUTRE IL CORPO E LA MENTE.



PURIFICA, SGRASSA E DONA GIOVENTU',  
CON ESSO LA VITA DURA DI PIU'.



NASCE DA UNA PICCOLA OLIVA VANITOSA,  
CHE IN TUTTO IL MONDO E' MOLTO FAMOSA.



QUEL CHE SI DICE SULL'OLIO E' PURA REALTA'  
INFORMATEVI E SCOPRIRETE TANTE QUALITA'.

**DALLE OLIVE  
ALL'OLIO...**



**...UN PREZIOSO  
DONO.**















## Qualche notizia dal passato...

Le proprietà dell'olio di oliva sono apprezzate e riconosciute sin dagli albori dell'umanità. È ben noto il suo utilizzo nelle principali funzioni religiose e politiche: "ungere" con l'olio di oliva è da sempre simbolo di attribuzione di potere.

Nella bibbia viene nominato 100 volte l'olio e l'olio sia per quel che concerne gli usi quotidiani, sia per gli usi più strettamente sacri, si capisce quanto l'olio dell'oliva sia parte della storia dell'umanità. Anche nella religione musulmana

l'olio è considerato un olio sacro.

In Egitto, l'olio era usato nei riti religiosi, funzione poi accolta nel mondo cristiano.







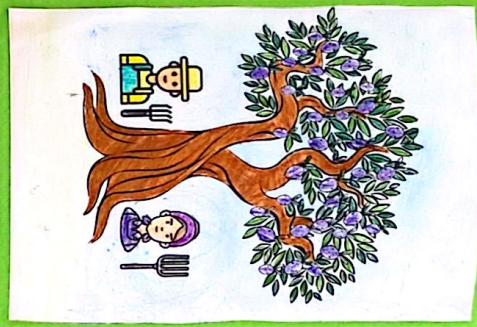
IL FIORE DELL'ULIVO SI CHIAMA MIGNOLA; È PICCOLO, DI COLORE BIANCO CREMA E HA QUATTRO PETALI.



IL FRUTTO DELL'ULIVO SI CHIAMA OLIVA, È DI FORMA OVALE, HA UN NOCCIOLO E UNA BUONA POLPA RICCA, L'OLIVA DAPPRIMA È DI COLORE VERDE POI, MATURANDO, DIVENTA VIOLA.



TRA IL MESE DI OTTOBRE E NOVEMBRE I CONTADINI RACCOLGONO LE OLIVE, CHE VERRANNO PORTATE AL FRANTOIO.

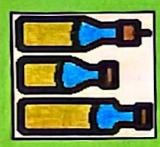


GLI ATTREZZI PER LA RACCOLTA PER TRADIZIONE ALCUNE PERSONE USANO ANCORA UNA RETE, IL BASTONE, IL RASTRELO OPPURE LA VERA E PROPRIA RACCOLTA MANUALE. NEL TEMPO GLI ATTREZZI PER LA RACCOLTA DELLE OLIVE SI SONO EVOLUTI, INFATTI SI USANO SCUOTORI E ABBACCHIATORI ELETTRICI, PER EVITARE ANCHE DANNI ALLE PIANTE E PER ACCORCIARE I TEMPI.

LE OLIVE CADUTE NELLA RETE VENGONO MESSE NELLE CASSETTE E PORTATE AL FRANTOIO ENTRO 24 ORE, AL MASSIMO 48 ORE.

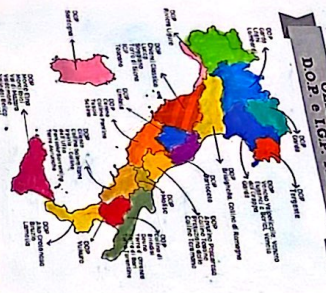


L'IMPASTO VIENE SPREMIUTO CON IL TORCHIO E L'OLIO OTTENUTO VIENE MESSO NELLE BOTTIGLIE, POI CONSERVATE IN UN LUOGO BUJO E FRESCO.



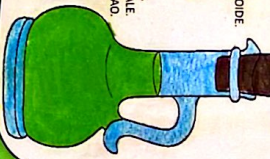
TUTTI PAZZI...  
...PER L'OLIO DI OLIVA.

**CURIOSITÀ**  
LA MAGGIOR VARIETÀ DI OLIVA POSSIÈRE LA SPAENNA, NE HA SOLTANTO 20, OLTRE 700. LA SPAENNA POSSIÈDE 35 VARIETÀ DI COLTIVAZIONI D'OLIVA.  
**D.O.P. e I.G.P. ITALIANA**



GRAZIE AI POLIFENOLI, I BENEFICI DELL'OLIO DI OLIVA SONO DAVVERO TANTISSIMI...

1. COMBATE E PREVIENE LE MALATTIE.
2. MIGLIORA LE FUNZIONI CEREBRALI.
3. AIUTA A PERDERE PESO.
4. IDRATA LA PELLE.
5. AMMORBISCE I CAPELLI.
6. RIDUCE L'ACNE.
7. ALENVA LE INFIAMMAZIONI.
8. PREVIENE L'ARTROSIS REUMATOIDE.
9. TIENE LONTANO I PIROCCHI.
10. CALMA GLI ECZEMI.
11. COMBATE LA DEPRESSIONE.
12. È ANTIGER PER LA PELLE.
13. FAVORISCE LA DIGESTIONE.
14. È IDEALE PER MASSAGGIARE.
15. È UNO STRUCCANTE NATURALE.
16. FORTIFICA COME BURROCCACCIO.
17. RIDUCE LA TONNORA.











Scanned with CamScanner





Scanned with CamScanner





Scanned with CamScanner











Di seguito invio le credenziali per accedere al sito [www.olioincattedra.it](http://www.olioincattedra.it) e scaricare il materiale di supporto al progetto.

1. Andate sul sito [www.olioincattedra.it](http://www.olioincattedra.it) e cliccate la sezione che vi interessa (BIMBOIL primaria, BIMBOIL JUNIOR secondaria)
2. Cliccate su partecipa
3. **Inserite la password olioincattedra2023**
4. Scaricare il modulo sul quale lavorare