



CITTÀ DELL'OLIO: Villanova del Battista

ISTITUTO: IPSEOA "G. De Gruttola"

CLASSI/SEZIONI: 5^{AC}

REFERENTE/INSEGNANTE: Anna Petriello



LA MIA RICETTA

Scrivi il nome della tua ricetta

Pan Cotto Arianese

Tutto quello che c'è da sapere sulla mia ricetta...

(Storia, origine, peculiarità) (max 200 caratteri)

Il pan cotto è un piatto della tradizione arianese anche se le origini non sono di questo paese. E' un piatto povero che utilizza come ingredienti il pane del giorno prima.



Gli ingredienti della mia ricetta sono...

Cicoria selvatica, pane, peperoni secchi, ceci, olio extravergine d'oliva, tarassaco, fiori eduli, aglio, peperoncino

L'olio extravergine che ho scelto è...

(Descrivi cultivar, zona di provenienza, proprietà organolettiche ecc.)
(max 200 caratteri)

Ho scelto l'olio evo "Colline dell'Ufita" perchè ha un sapore che si sposa molto bene con gli ingredienti utilizzati. Olio utilizzato ha un sapore amaro piccante.

Istruzioni per la preparazione...

(Scrivi come si può realizzare della tua ricetta) (max 200 caratteri)

Sbollentare il tarassaco, frullarlo e fare una salsa verde. Sbollentare la cicoria, soffriggerla in padella e unire i pezzi di pane e l'acqua di cottura. Bollire i ceci e frullarli, soffriggere i peperoni