

CITTÀ DELL'OLIO: Ravece

ISTITUTO: ISIS "G. De Gruttola"

CLASSI/SEZIONI: III B (alunna Albanese Sara)

REFERENTE/INSEGNANTE: Giaccio Maria Grazia

LA MIA RICETTA

Scrivi il nome della tua ricetta

Frittata alle erbe montane Irpine con olio di Ravece

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

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

Il rosmarino, la salvia e la menta sono piante perenni aromatiche appartenenti alla famiglia delle Lamiacee. La

Ravece è una antica cultivar di olio, originatasi in Irpinia dal 500.



Gli ingredienti della mia ricetta sono...

10 uova 150 g di misto erbe montane Irpine (salvia, menta, rosmarino) 20 g di cipolla tritata 100cl di olio di Ravece sale e peperoncino

L'olio extravergine che ho scelto è...

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

(max 200 caratteri)

La pianta di Ravece è coltivata esclusivamente nella zona della provincia

di Avellino.

L'oleosità è medio bassa (15/ 16 %) ha un sapore deciso amaro è piccante

Istruzioni per la preparazione...

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

In una teglia con 50 g di olio rosolare la cipolla aggiungere le uova montate e il trito di erbe aromatiche unire il pepe e peperoncino indi un filo d'olio compattare cuocere per 15 m. a 150° .