



MENÙ INTERNAZIONALE

Martedì 23 novembre 2010



PRIMO PIATTO

COUS COUS ALLE VERDURE

RICETTA NORD AFRICANA

Il cous cous è il simbolo per eccellenza della gastronomia nordafricana. È un piatto leggero, preparato con semola di grano duro, la stessa che impieghiamo per la produzione della pasta. Le verdure sono cotte al vapore, condite e mescolate al cous cous.

Ingredienti:

cuos cous, cipolla, zucchine, melanzane, carote, peperoni, basilico, olio e sale.

CONTORNO

RISO BASMATI AL VAPORE

RICETTA PAKISTANA

Il Basmati è una varietà di riso tradizionalmente coltivata in India e Pakistan. Si distingue per il suo caratteristico chicco lungo ed è famoso per la fragranza ed il gusto delicato. E' consuetudine accompagnare il pollo al curry con questa varietà di riso. La cottura sarà al vapore.

Ingredienti:

riso basmati, burro e sale.

SECONDO PIATTO

POLLO AL CURRY LEGGERO

RICETTA INDIANA

Bocconcini di pollo conditi con la tipica miscela di spezie indiana color ocra chiamata curry. Il curry verrà utilizzato in quantità calibrata per offrire ai bambini un piatto dal gusto tipico ma non troppo intenso.

Ingredienti:

petto di pollo tagliato a tocchetti, curry, cipolla, carote, limone, olio e sale.

DOLCE

BROWNIES

RICETTA AMERICANA

Il brownie è una torta al cioccolato tipicamente nord americana chiamata così per via del suo colore scuro. La torta si presenta tagliata a piccoli quadretti. La versione che proporremo sarà realizzata con cioccolato fondente e nocciole.

Ingredienti:

farina di grano tenero, cioccolato, cacao, nocciole, zucchero, burro, uova, lievito e sale.

