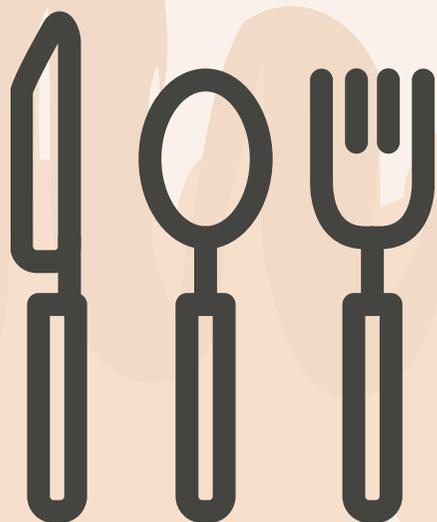
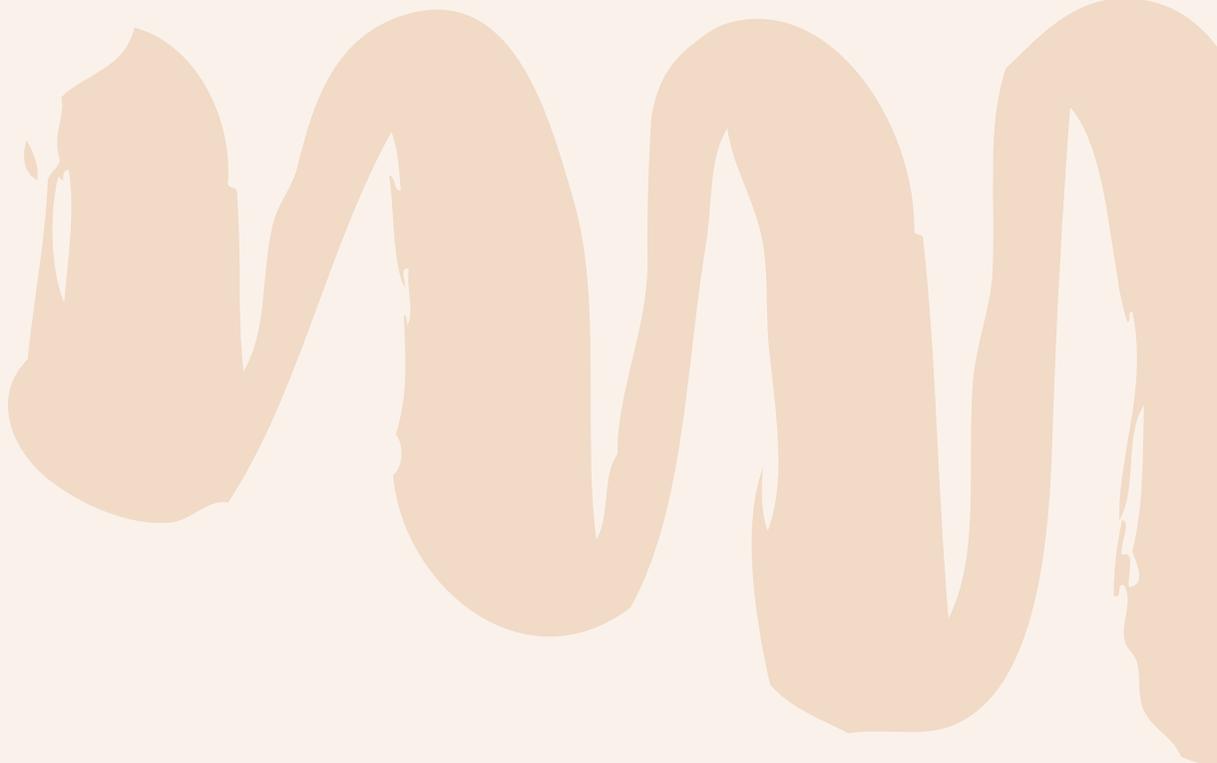


IL RICETTARIO DEL MONDO





QUESTO RICETTARIO È STATO
SCRITTO DALLE STUDENTESSE
DEL CORSO DI ITALIANO PER
STRANIERI CHE SI È TENUTO
A PRIMAVERA 2022,
ORGANIZZATO DAL QUARTIERE
NAVILE IN COLLABORAZIONE
CON IL CPIA.
INSEGNANTE:
GABRIELLA PEDDIS





pakora

ricetta di Neelam Ahsan

INGREDIENTI :

PATATE A FETTE

CIPOLLA

SEMI DI CUMINO

POLVERE DI PEPERONCINO ROSSO

SALE

SEMI DI CORIANDOLO SCHIACCIATI

SEMI DI CARAMBOLA

PEPERONCINO VERDE

AGLIO

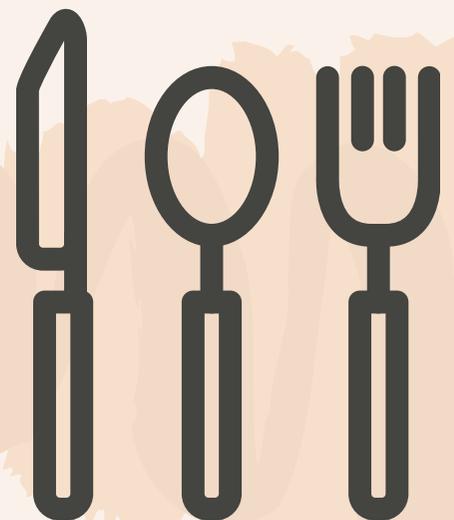
ZENZERO

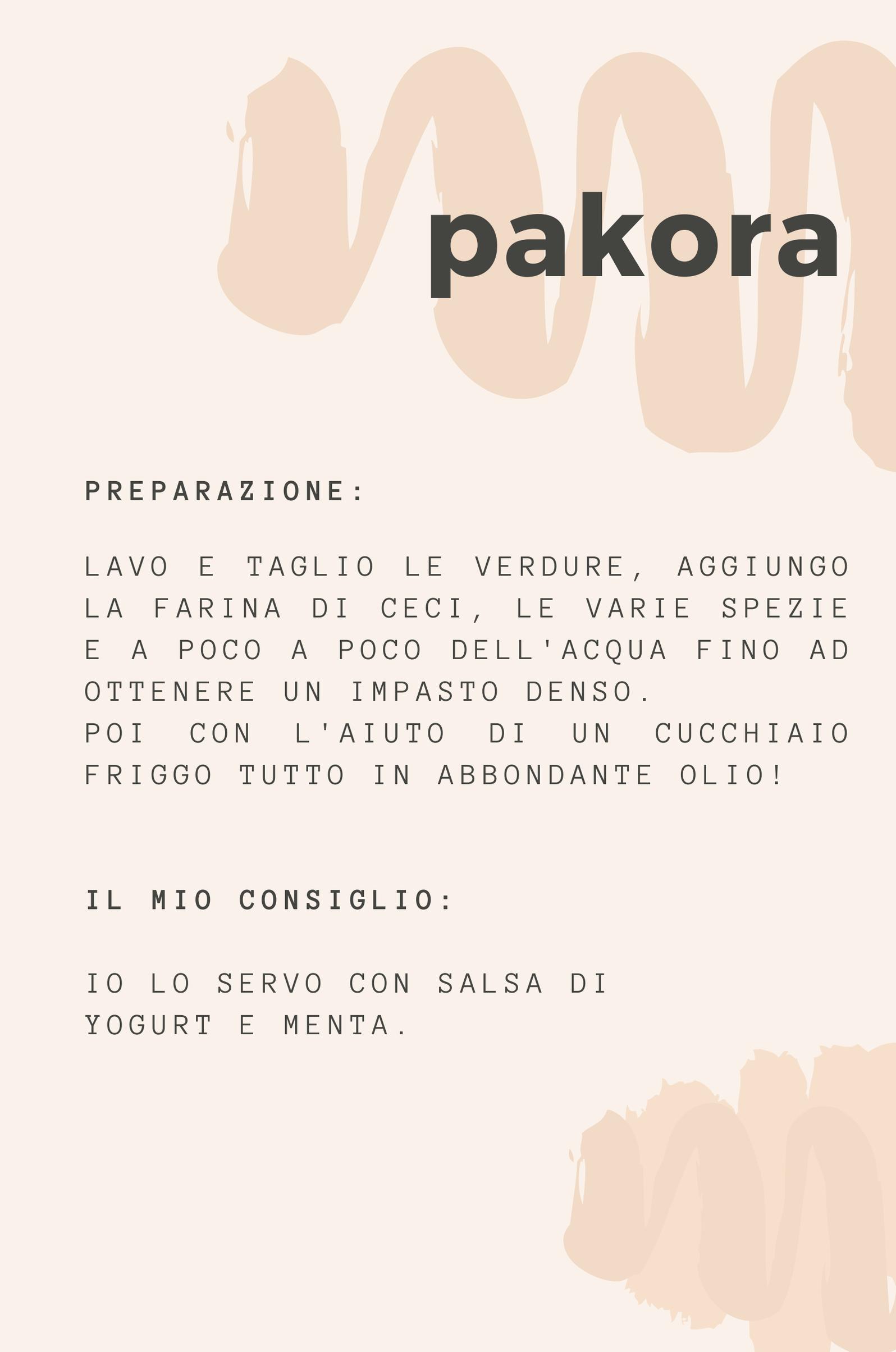
OLIO PER FRIGGERE

FARINA DI CECI

FARINA DI RISO

ACQUA





pakora

PREPARAZIONE :

LAVO E TAGLIO LE VERDURE, AGGIUNGO LA FARINA DI CECI, LE VARIE SPEZIE E A POCO A POCO DELL'ACQUA FINO AD OTTENERE UN IMPASTO DENSO. POI CON L'AIUTO DI UN CUCCHIAIO FRIGGO TUTTO IN ABBONDANTE OLIO!

IL MIO CONSIGLIO :

IO LO SERVO CON SALSA DI YOGURT E MENTA.

A large, stylized, light brown graphic of a pakora, which is a deep-fried dough ball with a filling, is positioned in the background. The word "pakora" is written in a bold, black, sans-serif font across the middle of the graphic.

pakora

LO SAPEVATE CHE :

LA PAKORA VIENE SERVITA COME ANTIPASTO O COME SNACK, NEL REGNO UNITO È MOLTO POPOLARE E SI TROVA NEI RISTORANTI TAKE AWAY.

IN SUDAFRICA, NELLA COMUNITÀ MUSULMANA DEI CAPE MALAY, VIENE CONSUMATA COME ANTIPASTO DURANTE L'IFTAR (IL PASTO NOTTURNO DURANTE IL MESE DI DIGIUNO DEL RAMADAN), OPPURE IN OCCASIONI PARTICOLARI QUALI MATRIMONI E NASCITE.

NEGLI STATI PIÙ MERIDIONALI DELL'INDIA, TALE PIATTO È CONOSCIUTO COME BAJJI.

IN ITALIA È STATO INTRODOTTO DA NADIM BABA, ARRIVATO IN ITALIA DAL PAKISTAN.

(FONTE WIKIPEDIA)

pakora





CUSCUS

INGREDIENTI :

CIPOLLA

CARNE PER SPEZZATINO

CECI

OLIO D'OLIVA

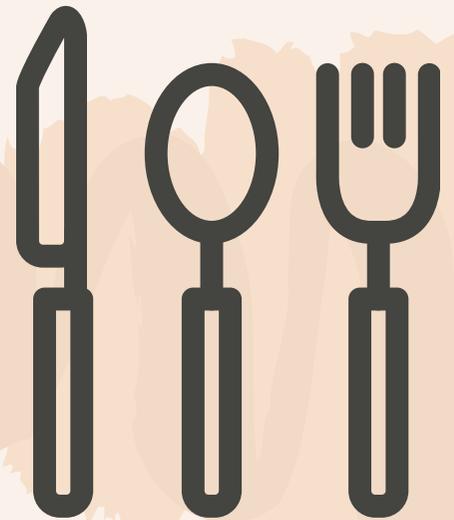
PATATE

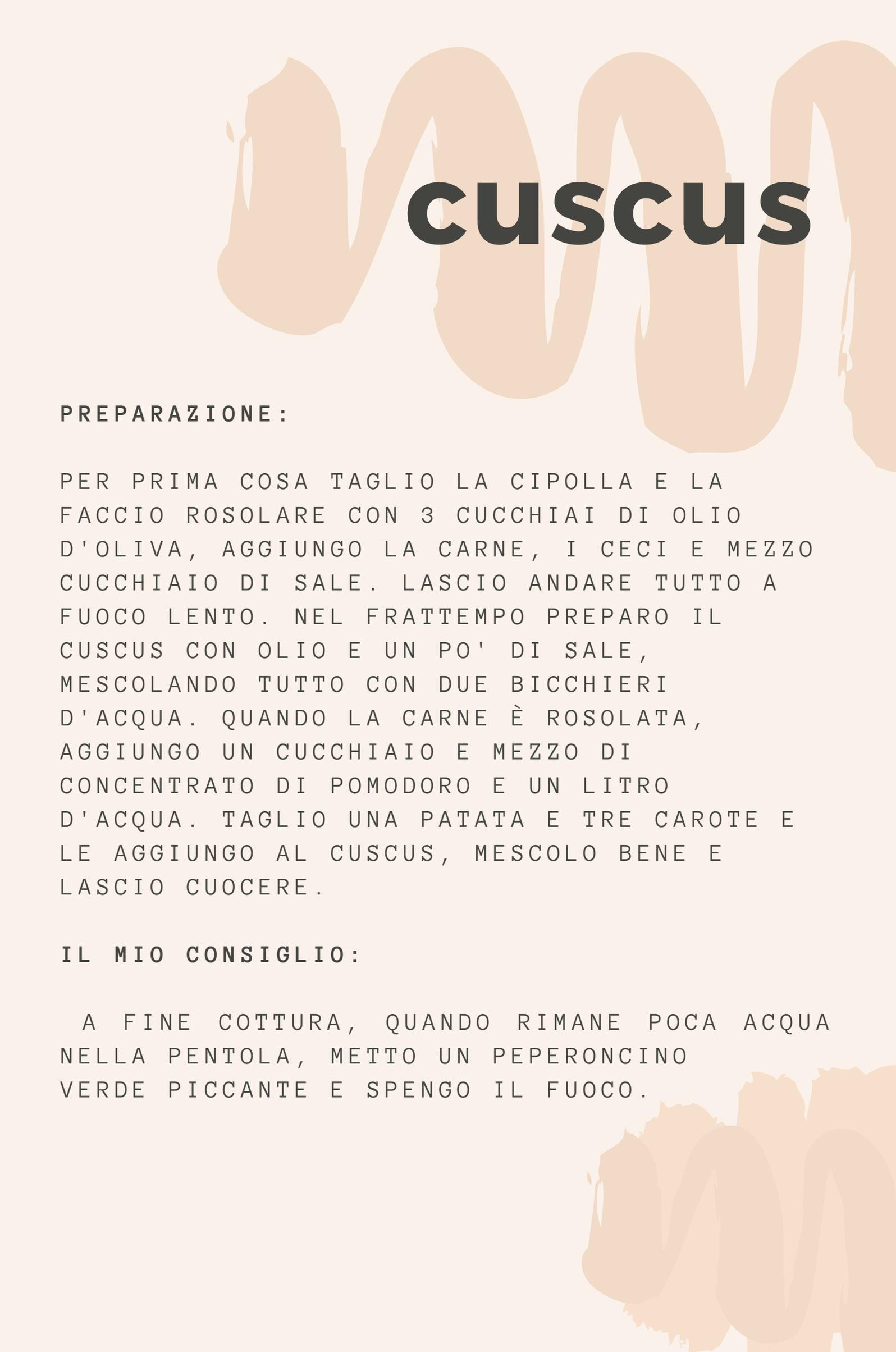
CAROTE

CONCENTRATO DI POMODORO

PEPERONCINO VERDE

ACQUA





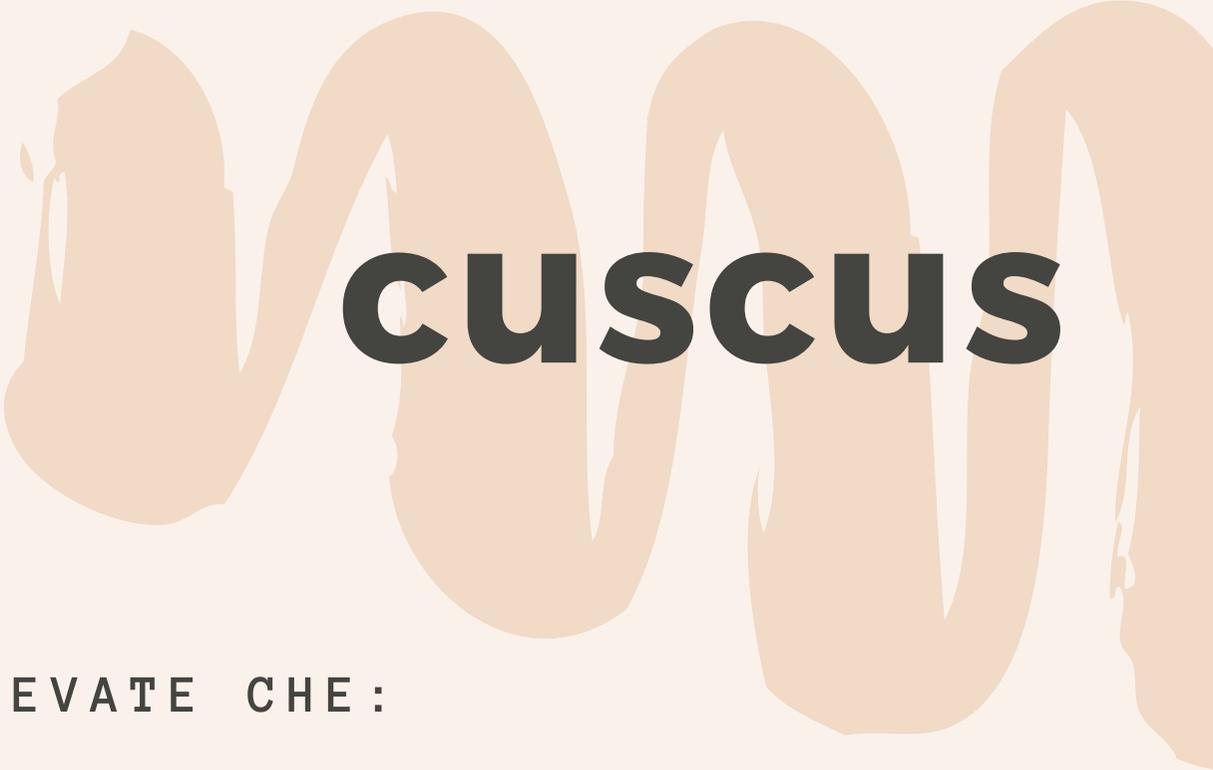
CUSCUS

PREPARAZIONE :

PER PRIMA COSA TAGLIO LA CIPOLLA E LA FACCIO ROSOLARE CON 3 CUCCHIAI DI OLIO D'OLIVA, AGGIUNGO LA CARNE, I CECI E MEZZO CUCCHIAIO DI SALE. LASCIO ANDARE TUTTO A FUOCO LENTO. NEL FRATTEMPO PREPARO IL CUSCUS CON OLIO E UN PO' DI SALE, MESCOLANDO TUTTO CON DUE BICCHIERI D'ACQUA. QUANDO LA CARNE È ROSOLATA, AGGIUNGO UN CUCCHIAIO E MEZZO DI CONCENTRATO DI POMODORO E UN LITRO D'ACQUA. TAGLIO UNA PATATA E TRE CAROTE E LE AGGIUNGO AL CUSCUS, MESCOLO BENE E LASCIO CUOCERE.

IL MIO CONSIGLIO:

A FINE COTTURA, QUANDO RIMANE POCA ACQUA NELLA PENTOLA, METTO UN PEPERONCINO VERDE PICCANTE E SPENGO IL FUOCO.



cuscus

LO SAPEVATE CHE:

IL CUSCUS È ORIGINARIO DEL MAGHREB MA È DIFFUSO IN TUTTO IL MONDO, È L'ALIMENTO TRADIZIONALE IN MAROCCO, AL PUNTO CHE LO SI POTREBBE DEFINIRE "PIATTO NAZIONALE" DEI BERBERI. IN GRAN PARTE DI TUNISIA, ALGERIA, MAROCCO E LIBIA È CONOSCIUTO SEMPLICEMENTE COL NOME IN ARABO: طعام, ṬA'ĀM, "CIBO".

IN ITALIA IL CUSCUS È PREPARATO NEL TRAPANESE, IN SICILIA; È COTTO A VAPORE IN UNA SPECIALE PENTOLA DI TERRACOTTA SMALTATA E IL SUO CONDIMENTO È UN BRODO DI ZUPPA DI PESCE. IL NOME NEL DIALETTO LOCALE È CÙSCUSU.

(FONTE WIKIPEDIA)

CUSCUS



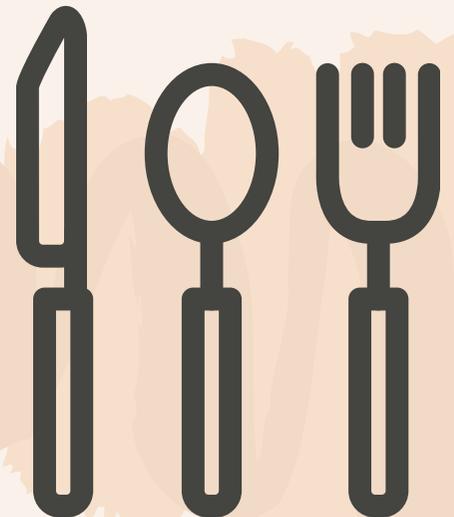


tehari

ricetta di
Nasrin Jahan, Shirin
Akter, Ruma Khanom,
Sonia Akter

INGREDIENTI :

CARNE DI MANZO
YOGURT
AGLIO DI SENAPE
CIPOLLA
ZENZERO
AGLIO
POLVERE DI CORIANDOLO
SALE
PASTA DI CUMINO
PEPE VERDE
PEPE NERO
CARDAMOMO
CARDAMOMO NERO
CANNELLA
ACQUA





tehari

PREPARAZIONE :

MESCOLO TUTTI GLI INGREDIENTI INSIEME E LASCIO RIPOSARE PER 2/3 ORE IN FRIGO. TAGLIO UNA CIPOLLA E FACCIO ROSOLARE LA CARNE, POI AGGIUNGO DUE TAZZE D'ACQUA E UN CUCCHIAIO DI ZUCCHERO E COMPLETO LA COTTURA.

IL MIO CONSIGLIO :

MENTRE IL TEHARI CUOCE, PREPARO IL POLAO CHE LO ACCOMPAGNA.



polao

INGREDIENTI :

BURRO

UVA PASSA

CURCUMA PER TEHARI

PASTA D'AGLIO E ZENZERO

SALE

PEPE VERDE

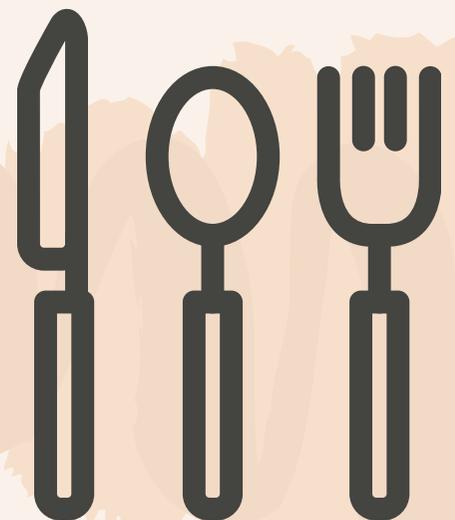
CHIODI DI GAROFANO

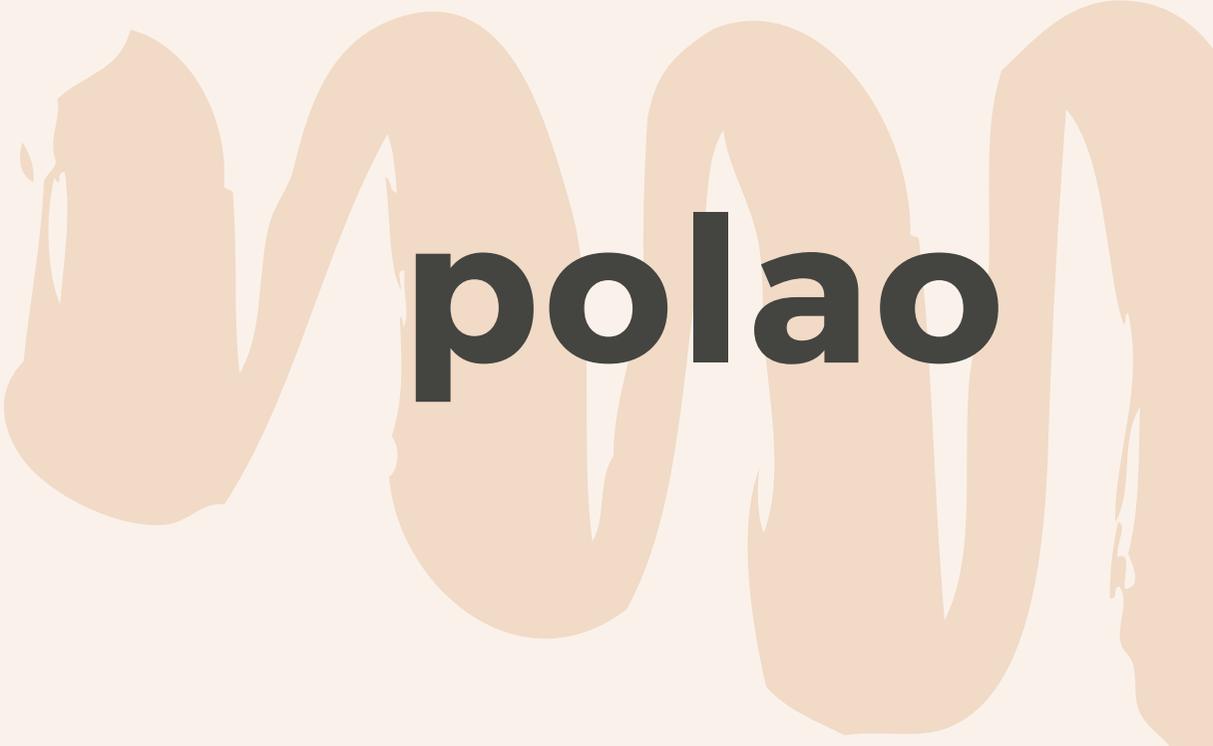
CARDAMOMO

CANNELLA

ACQUA CALDA

AGLIO





polao

PREPARAZIONE:

CUOCERE TUTTI GLI INGREDIENTI IN UNA PENTOLA CON UNA TAZZA D'ACQUA, FINCHÉ QUESTA NON È ASSORBITA COMPLETAMENTE. INFINE UNIRE LA CARNE AL RISO.

IL MIO CONSIGLIO:

GLI INGREDIENTI DI QUESTE RICETTE NON SONO DIFFICILI DA TROVARE, BASTA ANDARE NEI NEGOZI ETNICI IN CITTÀ!



tehari con polao

