

SETTIMANA MENU ETNICO

11-15 ottobre 2021

Tu cosa mangi?



Ristorazione scolastica / Municipio Roma Capitale

LUNEDI' Cucina Cinese	MARTEDI' Cucina albanese	MERCOLEDI' Cucina Araba	GIOVEDI' Cucina Americana	VENERDI' Cucina spagnola
Riso alla cantonese Bocconcini di maiale panati (205) Spinaci all'olio (324)	Zuppa di fagioli bianchi alla menta Insalata mista all'albanese	Couscous di verdure Spezzatino di tacchino (206) Carote al tegame (303)	Pasta Mac and cheese Hamburger (224) Patate (316)	Paella di verdure Filetti di platessa gratinati (212) Fagiolini al pomodoro (306)
<p>La Cucina Cinese, le cui prime testimonianze risalgono all'età della pietra, è una tra le più antiche del mondo. Tra gli alimenti principali, che caratterizzano la maggior parte dei pasti consumati in questo paese dell'Estremo Oriente, ci sono riso e pasta, le cui origini sembrano essere cinesi. Il riso alla cantonese, in Cina, è molto diffuso e viene servito come accompagnamento alle portate principali, al pari del pane in Occidente. Nella cucina cinese viene utilizzata una grande varietà di prodotti animali anche non convenzionali. Molto diffuso l'impiego del maiale e dei volatili polli e anatre. Le verdure, consumate per lo più cotte, e tagliate in pezzi con modalità spesso specifiche per ciascun tipo di vegetale, sono parte integrante di molti piatti.</p>	<p>La cucina albanese, rappresentante della cucina mediterranea, è basata sull'importanza dell'olio d'oliva, della frutta e della verdura (patate, carote, mais, fagioli, cavoli, cipolle ma anche ciliegie, noci e mandorle), della carne e del pesce.</p> <p>Le cipolle sono probabilmente l'ingrediente più utilizzato nel paese. L'Albania è al secondo posto nel mondo in termini di consumo pro capite di cipolla.</p>	<p>La cucina del mondo arabo prende origine dalle tradizioni del nomadismo e fa ampio uso di carni, latte e derivati, grasso di ovini, cereali (soprattutto avena, datteri e frutta secca oleosa). Il pranzo, dove la tradizione persiste, viene consumato in famiglia e rappresenta il pasto più importante della giornata. In genere viene servito un piatto principale di carne stufata con le verdure, variamente speziato, accompagnato da riso, o altri cereali, pane e verdura. Le carni maggiormente utilizzate sono quelle di origine ovina e il pollame, ma vengono consumati anche il manzo e talora il cammello. È esclusa la carne di maiale, vietata dai precetti religiosi. Le carni vengono frequentemente cotte sotto forma di stufati con verdure o allo spiedo (kebab).</p>	<p>Nel 1802, il presidente americano Thomas Jefferson servì in tavola, ad una cena di stato, "<i>a pie called macaroni</i>", riscuotendo le critiche di un reverendo presente. Polemiche che, come spesso accade, evidentemente non fecero altro che rendere il piatto più popolare, perché da allora i maccheroni al formaggio cominciarono ad invadere gli USA.</p> <p>Altro simbolo della cucina statunitense, lo street food più amato da grandi e piccini, la cena golosa veloce, a portar via, passeggiando o seduti a una tavola calda: è l'hamburger. Forse è il più iconico dei piatti americani ma da tempo presente nelle cucine di mezzo mondo. Le patate che fanno ormai parte dell'alimentazione mondiale hanno origine Americana e non poteva che essere il contorno più famoso e consumato d'America!</p>	<p>La cucina spagnola è fortemente radicata nelle tradizioni più antiche e ha il merito di aver promosso dall'inizio del XVI secolo l'ingresso di prodotti nuovi in Europa (patata, pomodoro, mais, cacao, fagioli, ecc.) provenienti dalle Americhe.</p> <p>I piatti tipici sono la paella (riso, zafferano con frutti di mare o carne) e il gazpacho (zuppa fredda).</p> <p>La paella, la preparazione più conosciuta della cucina spagnola, è un piatto unico preparato con riso, carne di pollo, coniglio, pesce (gamberoni e scampi), frutti di mare (mitili e vongole) e verdure (pomodori, peperoni, piselli o taccole). Il termine spagnolo "paella" si riferisce alla padella che si usa per cucinare questa pietanza, la "paellera" (padella di ferro larga e dai bordi bassi munita di due manici).</p> <p>Anche le pietanze di carne e pesce sono varie e gustose accompagnate da differenti verdure e legumi.</p>

EUTOURISTNEW
FOOD SERVICE

Per vedere le ricette

Scarica AppFood

Scarica la nostra App – disponibile su Google Play e App Store

