

MODULUL 4 (EXPRIMARE INTERACTIVĂ) SESIUNE DE FORMARE LA DISTANȚĂ

Activitate plurilingvă colaborativă

Scopul acestei activități adresate unui grup plurilingv este de a-i familiariza pe participanți cu vocabularul culinar, precum și cu preparate reprezentative din bucătăria țărilor membre în proiect. Participanții propun rețete tradiționale și comunică pe marginea acestora, oferind explicații, exemple și punându-se de acord asupra pregătirii unei mese comune, internaționale.

Maria CURDE (ACTOR)

România

Mămăliguță cu brânză și smântină (10 porții)

Ingrediente și cantități :

apă = 2 l
sare = 5 g
mălai = 1 kg
brânză = 1 kg
smântină = 1 kg

Obiecte necesare: o oală (ceaun/tuci), o lingură de lemn (sau mixer), o linguriță, o lingură, un cuțit.

Istoria rețetei. Mod de preparare: De când spaniolii au introdus porumbul în Europa, în satele transilvane, apoi în toate zonele, țărani au înlocuit fiertura de mei cu cea de porumb. Se obține astfel mămăliga, prin fierberea în apă cu sare a mălaiului, într-un vas numit ceaun sau tuci. În mod tradițional, mămăliga se porționează folosind ața. Este un preparat fără grasimi, cu multe fibre, sănătos și înlocuiește cu succes pâinea. Se consumă cu produse lactate sau cu sarmale, atît acasă, cît și în marile restaurante.

Poftă bună!

Rui CORDEIRO (Vertigem)

Portugal

Nome: **Açorda Alentejana** (<http://www.youtube.com/watch?v=h9Fvl-wrzyY>)

Ingredientes para 4 pessoas:

1 bom molho de coentros (ou um molho pequeno de poejos ou uma mistura das duas ervas
2 a 4 dentes de alho

- 1 colher de sopa bem cheia de sal grosso
- 4 colheres de sopa de azeite
- 1,5 litro de água a ferver
- 400 grs de pão caseiro (duro)
- 4 ovos

Nome: **Arroz doce** (<http://www.youtube.com/watch?v=3DoLHsnYBQ4>)

Ingredientes:

- 125 gr de arroz
- 1 colher (sopa) de manteiga
- 150 gr de açúcar
- 7,5 dl de leite
- 3 gemas
- 1 casca de limão
- sal
- canela em pó e em pau

Chiara Muzzi IFOA

Italia

Gnocco fritto

Lo *gnocco fritto* è un prodotto alimentare dell'Emilia, il cui nome varia da un'area all'altra. La storia della loro preparazione è legata alla cultura longobarda che disponeva di molto strutto: a seconda delle zone cambiano la preparazione e gli ingredienti ma rimangono stabili farina, sale, acqua e strutto. Fino a dopo la metà del '900 lo gnocco fritto ha rappresentato sia il cibo tradizionale di strada delle feste popolari, accompagnato da un bicchiere di Lambrusco, che uno degli alimenti della colazione contadina.

Ingredienti per 4 persone :

- 300 gr. di farina
- 150 gr. di latte
- 1/2 cubetto di lievito di birra
- 1 cucchiaio d'olio d'oliva
- 1 cucchiaino di sale
- 1 cucchiaino di zucchero
- strutto (oppure olio) per friggere
- Un chilo di strutto per friggere

Preparazione: Scaldare leggermente il latte e sciogliere un cubetto di lievito. Mescolare la farina con gli altri ingredienti e lavorare per 10 minuti circa facendo un impasto morbido. Lasciare la pasta a lievitare per almeno 60 minuti. Tirare l'impasto a sfoglia non troppo sottile, ritagliarne dei rettangoli e friggerli in una padella con lo strutto bollente. Mettere pezzi su un foglio di carta assorbente

affinché perdano l'unto, disporli su un vassoio e servirli caldi.

Angela COTOARĂ

România

Papanași – desert românesc

(<http://www.petitchef.ro/retete/desert/papanasi-fid-1496875#15V0SvxwoJKmjDBs.99>)



Tipul rețetei: desert

Numărul de porții: 3

Timpul de preparare: 20 minut(e)

Timpul de gătire: 30 minut(e)

Dificultate: foarte ușor

Ingrediente:

250 g brânză grasă de vaci

150 g făină

1 ou

2 linguri gris

2 linguri zahăr

ulei pentru prăjit

1 lămâie (coaja)

smântână

dulceață de afine sau de fructe de padure (merge cel mai bine) :)

1 linguriță bicarbonat stins

Preparare: Se amestecă brânza de vaci cu zahar, ou, gris, coajă de lamaie, sare, bicarbonat stins în zeamă de lamâie și făina pînă rezultă un aluat moale, dar care poate fi modelat. Formăm bile mai mari, pe care le găurim în mijloc cu coada de la lingură, și niște bile mai mici, pentru capac. Prăjim papanașii în mult ulei bine încins. Se servesc cu smântână și dulceață.

Maria Teresa BELLINI (Intercultura)

France

Moules marinière à la bretonne

Temps de préparation : 45 minutes

Temps de cuisson : 15 minutes

Ingredients pour 10 personnes:

10 litres de moules

80 g de beurre demi-sel



5 échalotes bretonnes
40 cl de vin blanc sec
2.5 cuillère à café rase de farine
persil

Matériel :

1 casserole avec couvercle
1 louche
1 passoire

Préparation : Grattez bien et lavez les moules. Mettez-les dans une cocotte avec le beurre, les échalotes hachées et le vin blanc.

Faites-les ouvrir dans la cocotte couverte, sur feu vif pendant quelques minutes. Mélangez 2 ou 3 fois pendant la cuisson.

Dès qu'elles sont ouvertes, retirez les moules de la cocotte en conservant le jus de la cuisson.

Déposez-les dans 1 plat creux et gardez-les au chaud.

Remettez le jus sur le feu. Malaxe avec 1 fourchette la farine avec le même volume de beurre.

Incorporez le tout au jus de la cuisson des moules sur le feu. Laissez bouillir un instant. Salez, poivrez.

Versez sur les moules. Saupoudrez de persil haché et servez.

Francisco LOPEZ GIMENEZ (Gantalcalá)

España

Tortilla de patatas española

5 kg de patatas nuevas
750 gramos de cebolla
750 gramos de pimiento verde de freír
perejil fresco
3 litros de aceite de oliva
30 huevos
sal

sartén: Es importante que sea antiadherente o nueva. De lo contrario se pegan las tortillas.

Importante: Un plato o bandeja del mismo tamaño que la sartén para poder darle la vuelta a la tortilla.

Descripción: Cortar patatas en dados pequeños y freír hasta q queden blandas. Cortar pimientos y cebollas con un poco de aceite.

Batir los huevos y mezclar con patatas, cebolla, pimiento y perejil. Añadir sal y dejar reposar todo 10 minutos.

Echar todo a la sartén, dorarla y darle la vuelta.

