

IL MENÙ MEDIEVALE

E LA SUA SPIEGAZIONE STORICA

24 e 25 maggio 2018

Trofie con ragù alla maggiorana
Pollastro arrosto con verdure de lo nostro orto
Torta dura alle mandorle

Con il menù Medievale torniamo indietro nel tempo, nel 1176 circa, per scoprire come si mangiava in questa epoca.

Il *primo servizio*, ovvero il primo piatto, è una pasta che si faceva in casa, farina e acqua, condita con un ragù di carne a cui veniva aggiunta la Maggiorana, erba aromatica che si poteva raccogliere selvatica nei boschi e nei prati.

Il *secondo servizio*, ovvero il piatto di carne accompagnato da verdure coltivate negli orti familiari.

I contadini vivevano di ciò che produceva la terra e allevavano piccoli animali, quindi i tipi di carne più diffusi erano quelli di maiale e pollo; per i nobili invece, erano servite carni di cacciagione.

Si consumava molta verdura, anche cucinata come zuppa, ma nel Medioevo dovrete dimenticarvi di un certo numero di alimenti oggi molto comuni come il pomodoro, la patata, il peperoncino, il mais, il caffè perché sono di origine americana e l'America nel 1176, non era ancora stata scoperta!

Il pane era un alimento fondamentale: ogni famiglia lo preparava in casa con farine integrali e lo cuoceva nel forno a legna.

Come dolce infine, si utilizzava la frutta secca come mandorle, noci e nocciole, che venivano raccolte nei boschi .

Buon Appetito!



Città di Legnano

24 e 25/05/2018 - MENU' PALIO PER DIETE

Per gli alunni con dieta etico-religiosa No Carne:

Trofie con pomodoro alla maggiorana
Formaggio caciotta con verdure del nostro orto
Torta dura con mandorle

Per gli alunni con dieta etico-religiosa No Maiale:

Trofie con pomodoro alla maggiorana
Pollastro arrosto con verdure del nostro orto
Torta dura con mandorle

Per gli alunni con dieta celiaca:

Pasta senza glutine con ragù alla maggiorana
Pollastro arrosto con verdure del nostro orto
Dolce da forno senza glutine

Per gli alunni con dieta No latte:

Trofie con ragù di maggiorana
Pollastro arrosto con verdure del nostro orto
Dolce senza latte

Per gli alunni con dieta No uovo:

Trofie con ragù di maggiorana
Pollastro arrosto con verdure del nostro orto
Dolce senza uovo

Per gli alunni con dieta No frutta secca:

Trofie con ragù di maggiorana
Pollastro arrosto con verdure del nostro orto
Dolce senza frutta secca

Per tutte le altre diete verrà proposto il menu Trofie con ragù di maggiorana, Pollastro arrosto con verdure del nostro orto, Torta dura con mandorle, con l'esclusione degli alimenti incompatibili con la rispettiva dieta.

La dieta in bianco del giorno sarà quella prevista per il giovedì.

Legnano, 15/05/2018