

# OGGI CUCINO IO!

**Laboratorio di cucina per buongustai**

**ITAS TOSI**

**A.S. 2016 / 2017**

Il Progetto “**Cucino io**” è parte di un’insieme di progetti che afferiscono al Progetto Autonomia, progetto che ha l’obiettivo di aumentare, attraverso laboratori interni all’Istituto, l’autonomia degli studenti diversamente abili.

Tutti insieme sono volti allo sviluppo di abilità sociali, relazionali, manuali e personali; contribuiscono inoltre alla costruzione del Progetto di Vita personale dello studente.

Le attività prodotte dal Progetto “Cucino io” sono la preparazione di piatti semplici: attività utile per il loro PdV ed utilizzabile anche nel quotidiano.

Abbiamo preparato insieme: la pizza, i panzerotti, i salatini coi wurstel, i cake pops, la torta salata, i biscotti, il rotolo con la nutella.

# Facciamo i biscotti...

## Ingredienti:

1 kg di farina 00  
8 uova: 7 solo il  
tuorlo, 1 intera  
500 gr zucchero  
500 gr burro  
1 bustina di lievito  
Scorza di arancia e  
limone  
cacao





## **Procedimento:**

in una terrina abbiamo unito gli ingredienti e impastato fino a ottenere una palla compatta.

Ognuno ha preso il suo pezzo e lo ha steso sulla carta forno, poi con le formine abbiamo fatto i biscotti e li abbiamo messi in 4 teglie imburrate.

Infine abbiamo messo sui biscotti le codette colorate.

Li abbiamo portati in cucina per cuocerli nel forno per 20 minuti.

Una volta pronti li abbiamo mangiati e messi nei sacchetti da portare a casa.



## Ingredienti:

130 g burro a  
temperatura  
ambiente

125 g zucchero

125 g farina  
autolievitante

2 cucchiaini di latte

2 uova

## Cake Pops



Mescolare il burro e lo zucchero finché la preparazione diventa soffice.

Unite le uova, una per volta. Mescolare bene e unire la farina un po' alla volta. continuare a mescolare ad una velocità moderata e per ultimo unire il latte. Non mescolare troppo! Per riempire l'apparecchio, utilizzare una tasca per dolci, chiudere il coperchio e aspettare alcuni minuti.

Quando i cake pops sono diventati delle palline rotonde, sono cotti e possono essere tolti dall'apparecchio. Metterli su una griglia per torte per far raffreddarli. Appena sono raffreddati, sono ideali per procedere con la decorazione.



# Panzerotti & Pizza

## Ingredienti:

600 gr farina

Un pizzico di sale

Un pizzico di zucchero

Olio

Lievito

Acqua



## **Procedimento:**

### 1° fase

Per prima cosa abbiamo mescolato il lievito con l'acqua e un po' di zucchero per farlo lievitare meglio e prima poi abbiamo aggiunto la farina, l'acqua e l'olio, infine il sale. Poi abbiamo impastato. Abbiamo così fatto 2 pagnotte e le abbiamo lasciate a lievitare in un recipiente, coperte con un canovaccio vicino al calorifero in modo che lievino bene al caldo.

### 2° fase

Una volta lievitata, abbiamo steso la pasta nelle teglie e l'abbiamo portata in cucina a cuocere nel forno. La pizza è stata guarnita con pomodoro e formaggio.



# Panzerotti



# Rotolo di nutella



# Salatini

## Ingredienti:

pasta sfoglia  
prosciutto  
wurstel  
olive  
origano  
uova  
formaggio



## Procedimento:

abbiamo steso la pasta sfoglia con il mattarello.

Poi abbiamo fatto dei rotoli con gli ingredienti e poi tagliato i rotoli.

Abbiamo messo i rotoli nelle teglie e poi li abbiamo tagliati a pezzi.

Poi li abbiamo spennellati con il tuorlo d'uovo per circa.

farli dorare durante la cottura.

Poi abbiamo sopra un pizzico di origano.

Infine abbiamo portato le teglie in cucina per cuocerli nel forno per 15 min



# Torta salata

## Ingredienti:

Pasta sfoglia

Prosciutto

Formaggio

Uovo



## Procedimento:

Abbiamo steso con il mattarello la pasta sfoglia l'abbiamo messa sulla teglia con sotto la carta forno. Abbiamo usato l'albume dell'uovo come collante per tenere insieme i rettangoli di pasta sfoglia. Abbiamo unito al ripieno di prosciutto e formaggio 3 uova e abbiamo mescolato tutto.

Abbiamo riempito le teglie con il ripieno.

Con la rotella abbiamo tagliato a strisce la pasta sfoglia rimanente e abbiamo messo sul ripieno le strisce in "modo artistico"

Infine abbiamo spennellato la pasta sfoglia con il tuorlo dell'uovo.

Abbiamo portato in cucina le due teglie pronte per essere infornate per circa 20 min.



**... e tante altre cose buone!**



