

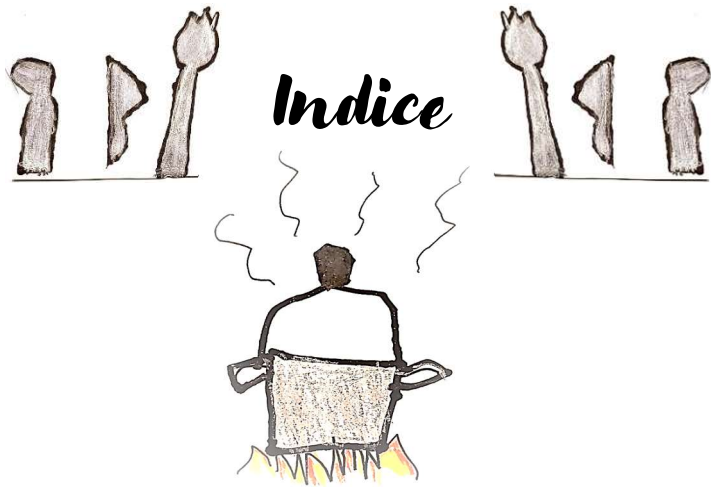
# ALLA SCOPERTA DI MODENA RICETTE E CURIOSITA'



## Premessa

Il Ricettario è legato al progetto annuale *“La mia città...la mia storia”* che coinvolge le sezioni dei 5 anni della nostra scuola. L'obiettivo principale è quello di sollecitare e stimolare i bambini ad interrogarsi sulla storia del paese in cui vivono, rendendoli i protagonisti del processo educativo. In quest'ottica il progetto è finalizzato alla scoperta della città di Modena, in particolare del suo patrimonio storico, culturale e... culinario! Per questo motivo il Ricettario contiene, oltre alle classiche ricette, foto storiche, modi di dire in dialetto e tante curiosità su questa meravigliosa città!





## Indice

### I PRIMI

- ❖ Tortellini in brodo pag. 2
- ❖ Rosette al forno pag. 3
- ❖ Tortelloni "Vecchia Modena" pag. 4

### I SECONDI

- ❖ Gnocco fritto pag. 10
- ❖ Tigelle pag. 11
- ❖ Cotechino e fagioli pag. 13

### I DOLCI

- ❖ Bensone pag. 16
- ❖ Torta Barozzi pag. 17
- ❖ Tortelli fritti pag. 18

### I LIQUORI

- ❖ Nocino pag. 22
- ❖ Sassolino pag. 24

## I Primi

### *La pasta fatta in casa dalle "Sfogline"*

L'arte della sfoglia si apprende con la consuetudine e l'esercizio: bisogna sentirla sotto le mani, lavorando l'impasto a lungo fino a renderlo morbido e facile da tirare come si faceva una volta con la "cannella" (il mattarello). Prima di fare questo però è importante lasciar riposare la pasta in un sacchetto di plastica per un'ora e oltre. Questo renderà più manipolabile la pasta, che verrà stesa con facilità.

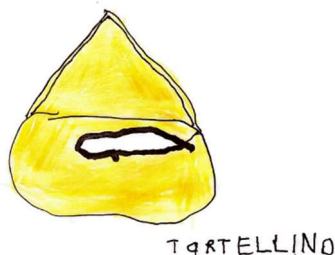
La sfoglia è un impasto di uova e farina. In media si calcola 1 uovo ogni 100 g di farina, anche se questa dose è molto approssimativa, dato che non esistono uova perfettamente uguali. Con la sfoglia sottile si possono realizzare tantissimi tipi di pasta semplice o ripiena: tagliatelle, maccheroni al pettine, maltagliati, strichetti, tortellini, tortelloni, lasagne...



## Tortellini in brodo

### PER LA SFOGLIA

- 4 uova
- 400 g di farina da sfoglia



### PER IL RIPIENO

- 100 g di mortadella
- 100 g di lombo di maiale
- 100 g di prosciutto crudo
- 100 g di parmigiano reggiano grattugiato
- 1 uovo
- 1 noce di burro
- sale, pepe, noce moscata q.b.
- brodo di cappone

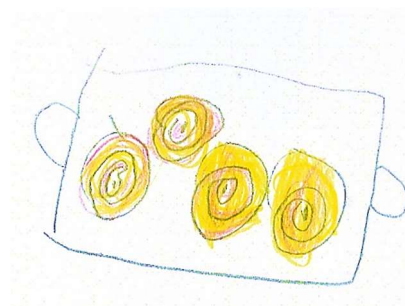
### PROCEDIMENTO

Rosolare leggermente nel burro il pesto composto da lombo, mortadella, prosciutto crudo. Incorporare il parmigiano grattugiato, l'uovo e la noce moscata. Tirare quindi la sfoglia sottile come un velo, come vuole la tradizione. Tagliarla in strisce trasversali e verticali in modo da ottenere dei quadratini di circa 3 cm di lato. Al centro di ogni quadratino mettere un po' di impasto, piegare a triangolo facendo aderire bene gli orli. Stringere tra il pollice e l'indice di entrambe le mani gli angoli del lato più lungo e, facendo ruotare con la destra il triangolo intorno all'indice della mano sinistra, riunire i due angoli in modo da formare il "tortellino". Cuocerli in brodo bollente di cappone per 7 minuti circa e lasciarli riposare a fuoco spento per altri 5 prima di servirli.

## Rosette al forno

### INGREDIENTI

- 500 ml besciamella
- 400 g provola affumicata
- 300 g prosciutto cotto
- 8 fogli di pasta fresca per lasagne
- Parmigiano Reggiano q.b.
- Sale, pepe, acqua, burro q.b.



### PROCEDIMENTO

Tagliare la sfoglia in rettangoli di circa 15x20. Immergere i fogli di pasta sfoglia uno alla volta appena l'acqua bolle con pentola a fuoco spento. Adagiarli sopra a canovacci puliti e lasciare raffreddare. Accoppiare dal lato più corto i fogli di pasta in modo tale da poter avere una striscia lunga. Sopra alla pasta adagiare 3 o 4 fette di prosciutto e provola tagliata a fette. Arrotolare il tutto creando un salamino. Tagliare le rosette a uno spessore di circa 3 cm. Continuare sino ad esaurimento di tutti gli ingredienti. In uno stampo versare della besciamella sul fondo ed adagiare le rosette modenesi in piedi. Ricoprire con la restante besciamella, spolverare con il parmigiano e sistemare qualche fiocco di burro. Cuocere in forno ventilato a 180° per 20 minuti.

# *Tortelloni Vecchia Modena*

## PER LA SFOGLIA

- 3 uova
- 300g di farina da sfoglia

## PER IL RIPIENO

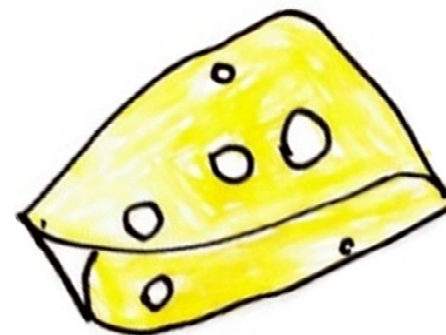
- 80g di parmigiano
- 200g di spinaci lessati
- 400g ricotta di pecora
- 1 tuorlo
- Sale, pepe, noce moscata

## PER IL SUGO

- 200g di pancetta a cubetti
- 130g di cipolla tritata
- 300g di panna da cucina
- Aceto balsamico
- Olio EVO

## PROCEDIMENTO

Preparare la sfoglia con la farina, le uova e un pizzico di sale. Impastare e fare riposare la pasta per 30 minuti. Nel frattempo preparare il ripieno mescolando tutti gli ingredienti, aggiungere il pepe e la noce moscata, poi aggiustare di sale. Tirare la sfoglia e tagliare dei quadrati di 7 cm di lato. Su ogni pezzetto porre un poco di ripieno, ripiegare il quadrato a triangolo e chiudere insieme i due estremi a "tortellone". Rosolare in una padella la cipolla tritata in 2 cucchiaini d'olio, unire la pancetta a cubetti. Cuocere i tortelloni per pochi minuti in acqua salata per poi passarli nel sugo di pancetta con la panna e, se gradito, un poco di parmigiano grattugiato.

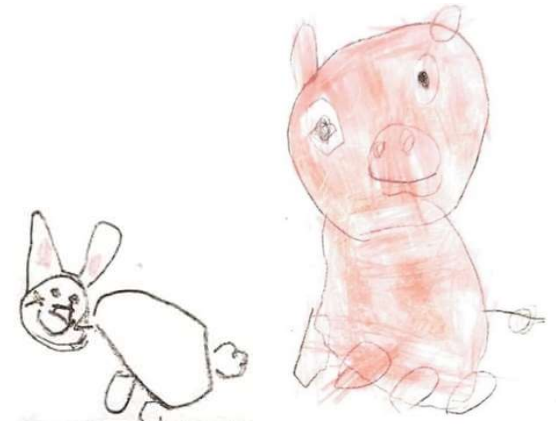




## *Piazza Grande, ieri e oggi*



## *I Secondi*



*C'era una volta il maiale, altre carni e..*

*l'aceto balsamico di Modena*



ACETO-BALSAMICO



## 10 COSE CHE (FORSE) NON SAI SULL'ACETO BALSAMICO

1. Ha conquistato ben due denominazioni: esistono infatti un Aceto Balsamico di Modena IGP e un Aceto Balsamico Tradizionale di Modena DOP.
2. L'Aceto è detto *Balsamico* in quanto in passato si riteneva avesse virtù curative.
3. Le botti di aceto erano un vero patrimonio: i genitori spesso le inserivano nella dote delle figlie.
4. Per assaporarlo al meglio mai utilizzare un cucchiaino di metallo. È meglio servirsi di un cucchiaino di ceramica.
5. La sua produzione deve essere effettuata in due sole località per potersi fregiare di una delle denominazioni: dalla provincia di Modena e da quella di Reggio Emilia.
6. C'è una curiosa tradizione nel modenese: per tenere ben chiuse le botti, sopra la pezzuola che protegge l'apertura viene messa una pietra presa dal fiume Panaro. Da quelle parti si dice che sia indispensabile: senza questa pietra il gusto non sarebbe lo stesso.
7. Il disciplinare dell'Aceto Balsamico di Modena IGP prevede che si possano utilizzare pochissimi vitigni nella produzione: Lambrusco, Sangiovese, Trebbiano, Albana, Ancellotta, Fontana e Montuni.
8. L'ingrediente segreto? Il tempo. L'invecchiato deve restare almeno 3 anni in botte di legno.
9. Ottimo sulla carne o...sulle fragole!
10. I padri dell'Aceto Balsamico di Modena: Antonio Vallisnièri, Francesco Aggazzotti e Fausto Sestini.

## Villa Forni, Cognento (MO)

### Lo sapevi?

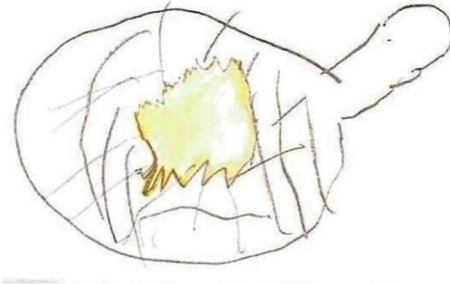
L'aceto balsamico "invecchia". A Villa Forni è presente una delle poche botti rimaste al mondo con un aceto invecchiato ben 300 anni!!



# Gnocco fritto

## INGREDIENTI

- 500 g farina
- 125 ml acqua frizzante
- 125 ml latte
- 1 cucchiaino di sale
- 1 cucchiaio di strutto o una noce di burro
- Olio di semi di arachide q.b.



## PROCEDIMENTO

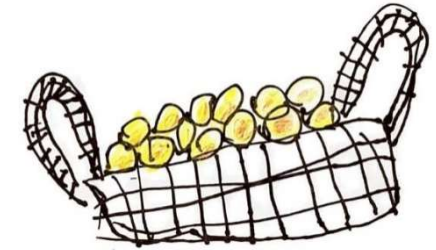
Mettere la farina in una ciotola. Aggiungere lo strutto poi il sale, l'acqua e il latte fino a formare una palla morbida da lavorare a lungo. Fare riposare per almeno 30 minuti. Tirare la sfoglia dello spessore di circa mezzo cm. Tagliarla a rombi e losanghe, friggerle in olio bollente. Quando rigonfiano e si dorano adagiarle su carta assorbente e servirle calde con prosciutto crudo, salame, ciccioli montanari, mortadella... e per i più golosi **"al gnòc frét"** può essere farcito con la nutella o la marmellata.

# Tigelle condite con la "cunza"

## INGREDIENTI

### TIGELLE

- 500 g farina
- 3 g lievito di birra disidratato o fresco
- un pizzico di sale
- un cucchiaio di olio EVO
- acqua per impastare



### INGREDIENTI CUNZA

- lardo tritato con aghi di rosmarino fresco tritati
- 1 spicchio di aglio tritato
- parmigiano reggiano

## PROCEDIMENTO

Unire alla farina, il lievito e un po' d'acqua e impastare fino a formare una palla morbida da lavorare per qualche minuto. Farla quindi riposare per circa 1 ora, coperta da un canovaccio. Poi porre l'impasto sul piano da lavoro e tirarlo con il matterello, in modo da ricavare una sfoglia alta 1/2 cm circa. Con un coppapasta ricavare dei dischetti di circa 10 cm di diametro che andranno cotti nella tigelliera. Quando saranno cotte, tagliarle e spalmarle con la "cunza" oppure farcire con prosciutto crudo, salame, ciccioli montanari, mortadella.





## In Città

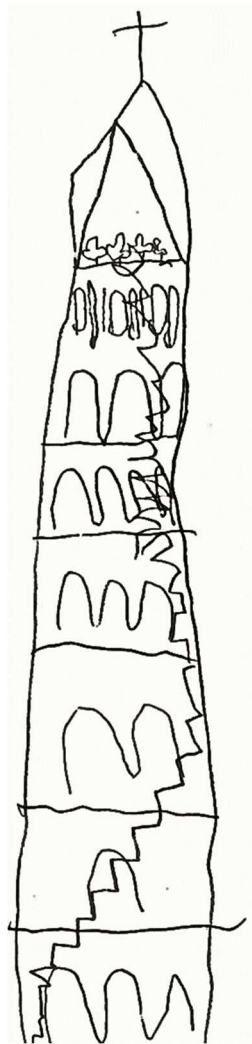
### La Ghirlandina

*Nel corso dei secoli furono molteplici i nomi attribuiti a questa torre: "San Geminiano", "Torre del Pubblico", "Torre maggiore di Modena" e "Torre dei Modenesi". Il fatto sta a dimostrare il carattere sia laico che religioso rivestito da questo monumento. Infatti, proprio per queste caratteristiche, gli storici e i cronisti modenesi parlarono più volte e in diverse occasioni della torre che si trovò coinvolta sia nelle vicende politiche che in quelle religiose della città. Contesa ed occupata da opposte fazioni per le quali serviva come posto di vedetta e di segnalazione, miracolosamente riuscì a sottrarsi da quel bando che il pretore emise nel 1225 in base al quale tutte le torri della città dovevano essere abbassate.*

## Proverbi

**Chi va pian va san e va luntàn.**

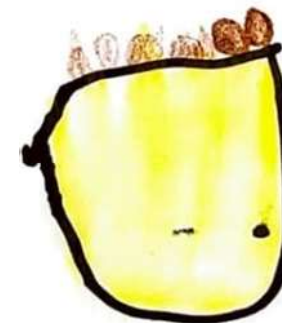
*Chi va piano va sano e va lontano.*  
Proverbio ricordato soprattutto ai giovani per insegnare loro che con calma e perseveranza si raggiungono i propri obiettivi.



## Cotechino con fagioli

### INGREDIENTI

- 1 cotechino fresco da 600 g
- 300g di fagioli bianchi secchi tipo spagna
- 1 spicchio di aglio
- 1 sedano
- 1 carota
- conserva di pomodoro



### PROCEDIMENTO

Mettere in ammollo i fagioloni in acqua per una notte. Scolare e cuocere in una pentola piena di acqua calda, 1 costa di sedano, una carota, un po' di sale. Dopo un'ora circa, sgocciolare i fagioloni e passarli in padella con olio, uno spicchio di aglio, conserva di pomodoro. A fine cottura aggiungere sale ed erbe aromatiche a piacere. Immergere il cotechino in una pentola alta e lasciarlo bollire circa 2 ore. Dopo la cottura, attendere 10 minuti prima di sgocciolarlo e tagliarlo a fettine.

### Lo sapevi?

Con i suoi 200 gradini la Ghirlandina raggiunge l'altezza di 90 metri!



## *Piazza Garibaldi, ieri e oggi*

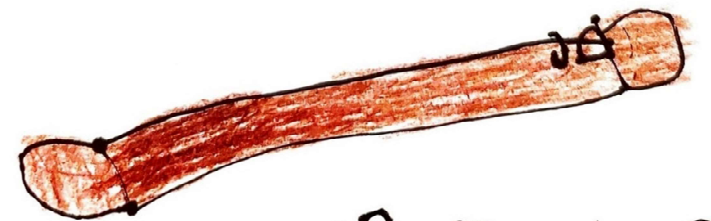


14

## *I Dolci*



*Le dolci delizie di Modena...*



MATTERELLO

15

## Bensone

### INGREDIENTI

- 500 g farina
- 3 uova (2 intere e 1 tuorlo)
- 250 g di zucchero
- 100 g di burro
- un pizzico di sale
- scorza di limone grattugiata
- 1 bustina di lievito per dolci
- latte per impastare
- granella di zucchero q.b.



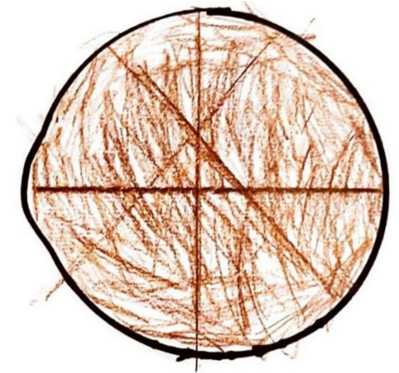
### PROCEDIMENTO

Mescolare la farina con il lievito, aggiungere lo zucchero, le uova e la scorza di limone. Sciogliere il burro e unirlo a tutti gli ingredienti. Se necessario aggiungere un po' di latte. Dare la forma del fuso e mettere in forno, pennellando la superficie con tuorlo d'uovo e cospargere con la granella di zucchero. Cuocere in forno statico a 170° per circa 40-45 minuti.

## Torta Barozzi

### INGREDIENTI

- 4 uova
- 150g di zucchero
- 150g di burro
- 230g di cioccolato fondente
- 70g di arachidi tritate
- 30g di mandorle tritate
- 20ml di caffè liquido
- 40g di fondi di caffè



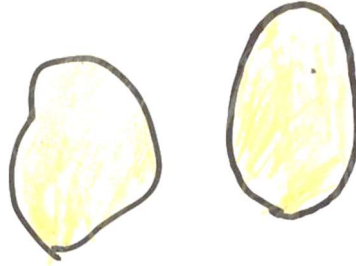
### PROCEDIMENTO

Sciogliere a bagnomaria il cioccolato e il burro a dadini. Separare i tuorli dagli albumi. Mescolare i tuorli con lo zucchero. Aggiungere le mandorle, le arachidi, i fondi di caffè e il caffè liquido (in alternativa si può mettere la grappa). Amalgamare il cioccolato intiepidito all'impasto. Montare gli albumi a neve e aggiungere un paio di cucchiai all'impasto per ammorbidirlo. Amalgamare il resto degli albumi mescolando dall'alto verso il basso. Rivestire di carta stagnola una teglia e versare il composto. Infornare a 170° per circa 30 minuti. Lasciare raffreddare e servirla su un vassoio senza togliere la carta stagnola.

# Tortelli fritti

## INGREDIENTI

- 500 g farina "00"
- 3 uova
- 150g di zucchero
- 80g di burro
- scorza di limone e arancia
- 1/2 bustina di lievito per dolci
- 1 bustina di Vanillina
- Marmellata di amarene



## PROCEDIMENTO

Disporre la farina a fontana e sui bordi aggiungere lo zucchero. Rompere le uova al centro. Aggiungere il lievito in polvere, un pizzico di sale, la vanillina, le scorzette di arancia e limone con un po' di succo, mescolando con una forchetta e inglobando un po' alla volta il burro fino a formare un panetto morbido. Avvolgere in una pellicola e lasciare riposare in frigo per 30 minuti. Stendere l'impasto sottile, aggiungere un cucchiaino di marmellata ogni 4 cm circa e ricoprire con un lembo di impasto ripiegato dall'alto verso il basso. Tagliare i tortelli con una rotella tagliapasta, formando le mezze lune. Friggere in olio ben caldo passando i tortelli nella carta assorbente, poi cospargere di zucchero semolato.

## Via Emilia, ieri e oggi





## Non solo eccellenze culinarie...

Da soli o in compagnia, sulla tavola emiliana non può mancare il vino: il cosiddetto **"Lambrùsc"**!

Il Lambrusco è un vino DOC la cui zona di produzione è interamente in provincia di Modena. Tra i più famosi il Lambrusco di Sorbara e quello di Castelvetro.



### Motto Popolare



#### Al bicér d'la stafa.

*Il bicchiere della staffa.*

Così si dice dell'ultima bevuta che si fa in compagnia prima di lasciarsi e chiudere la serata. Il modo di dire ha origini lontane, in quei tempi in cui l'oste offriva al cavaliere, ormai salito a cavallo e con i piedi già sulle staffe, l'ultimo bicchiere del suo vino migliore.

## I Liquori



### Tradizioni

#### La guazza di San Giovanni

*La notte della vigilia di San Giovanni, che cade il 24 giugno, è sempre stata considerata una notte magica. Su di essa aleggiava la presenza inquietante delle streghe e dei demoni che volano nei cieli. Per esorcizzare il loro malefico potere si accendevano fuochi "i fugh ed San Zvan", si beveva nelle osterie e si danzava nei prati in un'atmosfera di sospensione perché era tempo di passaggio e soltanto il sorgere del sole lo concludeva nel segno di una liberazione. La rugiada di quella notte era considerata benedetta e guariva ogni male.*

Della guazza di San Giovanni ci è rimasta la tradizione del Nocino fatto in casa. Per gli amanti delle curiosità ecco alcune antiche regole:

- le noci devono essere 24;
- le noci devono essere raccolte durante la notte del 23/06 o all'alba molto presto del 24/06;
- si devono staccare con una falce o una lama di legno.

# Nocino

## INGREDIENTI

- 24 noci
- 1L d'alcool a 95°
- 300g di acqua
- 1 scorza di limone
- 500g di zucchero
- 7 chiodi di garofano
- 1 un pizzico di cannella

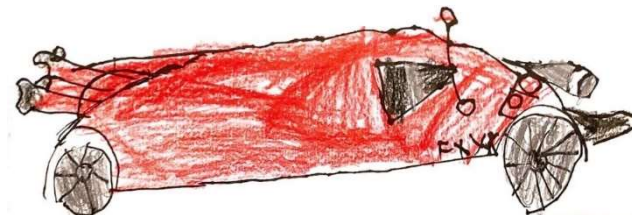


## PROCEDIMENTO

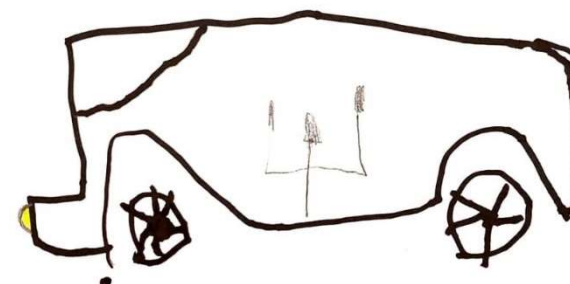
Tagliare le noci (meglio se frantumate in un mortaio) ed unire la cannella e i chiodi di garofano. Aggiungere la scorza di limone, versare l'alcool fino a coprire. Travasare in bottiglia e lasciare macerare per 40 giorni al sole. Sciogliere lo zucchero insieme all'acqua in un pentolino fino ad ebollizione, poi versare lo sciroppo nella bottiglia con la parte alcolica. Conservare 4 mesi prima di gustarlo.

# Modena, città dei Motori

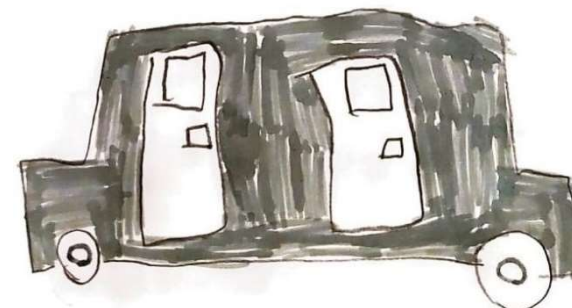
Ferrari



Maserati



Pagani



# Sassolino

## INGREDIENTI

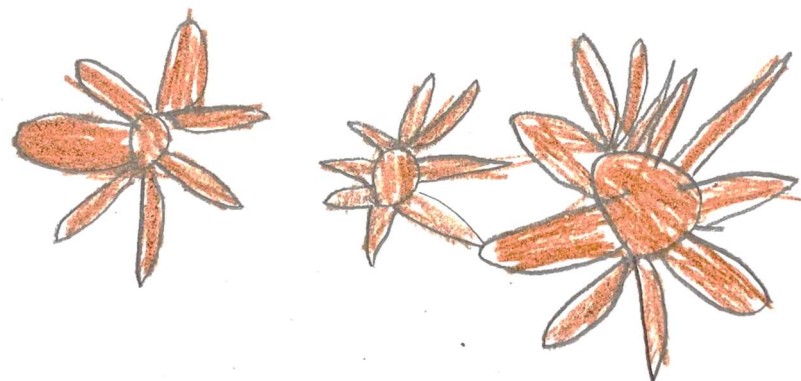
- 1/2L d'acqua
- 1/2L di alcool a 95°
- 600 gr zucchero
- 15 g anice stellato
- 4 semi di finocchio

## PROCEDIMENTO

Far macerare per una settimana l'alcool con i semi di anice e di finocchio al buio e in un vaso ermetico.

Il giorno prima preparare lo sciroppo con lo zucchero e l'acqua, portandolo ad ebollizione e lasciandolo raffreddare completamente.

Il giorno dopo mescolarlo all'alcool, filtrare, far riposare un altro giorno poi imbottigliare.



I disegni sono stati realizzati da:





**SCUOLA MATERNA PARITARIA**

**"SAN BENEDETTO ABATE"**

Piazzetta Don Giuseppe Dossetti,30 41125- Modena

Tel. 059360357

E-mail: [scuola.s.benedetto@gmail.com](mailto:scuola.s.benedetto@gmail.com)

<https://scuolasanbenedetto.fism.modena.it/>