

RIGENERAZIONE



FISIOLOGIA E FILOSOFIA DEL GUSTO

*Il destino delle nazioni dipende
dal modo in cui si nutrono.*

Anthelme Brillat-Savarin

Oltre la fisiologia del gusto c'è la filosofia del gusto.
I nutrienti sani alimentano una chimica "cerebrale"
con rilascio di endorfine che sono alla base
del positivo pensiero e del benessere mentale.
Il gusto è un'avventura fisico-emotivo-intellettuale
che reinventa il quotidiano,
stringendo la mente al corpo,
la ragione alla passione,
il piacere alla necessità.
Il buon cibo è vita per il corpo,
ma soprattutto per la mente.
Chi sa ben mangiare sa anche ben amare.

LA DIETA
MEDITERRANEA

Patrimonio culturale immateriale dell'umanità



**RiGenerazione
Scuola**



ISTITUTO
ISTRUZIONE
SUPERIORE
PRAIA A MARE

ISTITUTO DI ISTRUZIONE SECONDARIA SUPERIORE
IPSSOA E LICEO CLASSICO - PRAIA A MARE
Via C. Alvaro, 4 87028 - PRAIA (CS) Tel. 0985 777836



I.P.S.S.E.O.A.
PRAIA A MARE

Santa Maria
del Cedro

31 maggio 2022

CONVEGNO

Le 130
Giudecche
di Calabria
un volano
straordinario
per Cultura
e Turismo

MENU HAARETZ

Esercitazione speciale
degli allievi dei corsi
di enogastronomia,
pasticceria e sala e vendita
con la direzione tecnica
dei docenti di laboratorio

Anno Scolastico 2021/2022

LE INSALATE

Finocchi
Iceberg
Radicchio
Carote
Pomodori

condite con aceto
di vino rosso Kosher

LA CANTINA

Rosso Cabernet Sauvignon
Kosher Mevushal

Rosso Novello
Kosher mevushal

Bianco d'Abbruzzo
Kosher

Tiroush Rosato di Tunisi
Kosher

Acque minerali

Tortino di riso di Sibari
al trionfo di cedro
su crema di asparagi



Rigatoni Rummo Kosher
bolliti e da condire con:
- profumi di aglio, olio e cedro
- sugo di pomodoro e basilico



Lasagnetta
con crema soffice al cedro
(latte farina e uova fresche)



Fusilli d'oro di Gerusalemme
con basilico, pomodoro,
capperi e cetrioli



Cannelloni con ragù di cernia
e dadolata di zucchine
melenzane e pomodoro



Filetto di Cernia
con cipollotto di Tropea
e crema di piselli freschi



Merluzzo alla Mediterranea
con spinaci freschi



Uova di "Be'er Sheva"
al cedro di S. Maria del Cedro



Farro e Orzo
da condire con:
- aglio, olio, cedro
- salsa di merluzzo
- salsa di cernia



Peperoni e patate
alla Riviera dei Cedri



Ciambotta di S. Maria del Cedro



Sorbetto
"Nevischio di Cedro"



Melone Retato