

Ricett'Aglio

“12 Ricette per Chi Non Ha Paura”

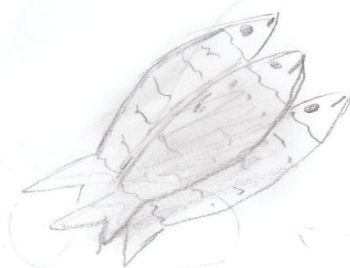
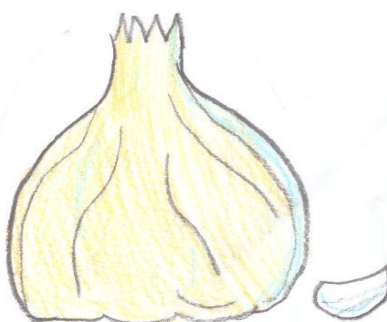
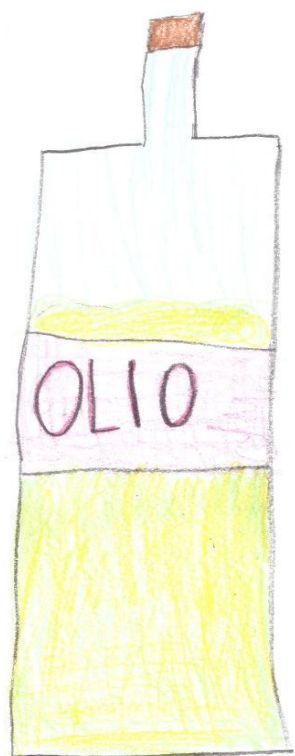
Ricette all'aglio
tra radici piemontesi e influenze globali, nella
cucina italiana Patrimonio dell'Umanità

Realizzato dagli alunni della IVB della scuola primaria “Rio Crosio”

ins. Floriana Pastorella

I.C.5 Asti

L'aglio è uno degli ingredienti più antichi e affascinanti della cucina mediterranea. Potente, aromatico, versatile: capace di trasformare piatti semplici in esperienze memorabili. Questo opuscolo raccoglie dodici ricette tradizionali, una per ogni mese, per celebrare l'aglio nelle sue mille sfumature: crudo, cotto, arrostito, pestato, emulsionato, protagonista o non.



GENNAIO: “L’ai a l’é la medisin dël pover.”

L’aglio è la medicina del povero.

Zuppa all’aglio

Ingredienti (4 persone)

- 4 fette di pane raffermo
- 8 spicchi d’aglio
- 1 l di brodo vegetale
- 4 uova
- Olio extravergine d’oliva
- Sale, pepe
- Paprika dolce (facoltativa)



Procedimento

1. Sbucciare gli spicchi d’aglio e affettarli sottili.
2. Rosolarli in olio a fuoco dolce finché diventano morbidi, aggiungere il brodo caldo e cuocere 10 minuti.
3. Tostare il pane e disporlo nelle scodelle.
4. Rompere un uovo in ogni scodella.
5. Versare la zuppa bollente sopra l’uovo, che si cuocerà dolcemente.
6. Condire con pepe e paprika

FEBBRAIO: “Con un tòch ‘d pan e un spic ‘d ai, a l’é festa an sl’era.”

Con un pezzo di pane e uno spicchio d’aglio è festa anche sull’aia.

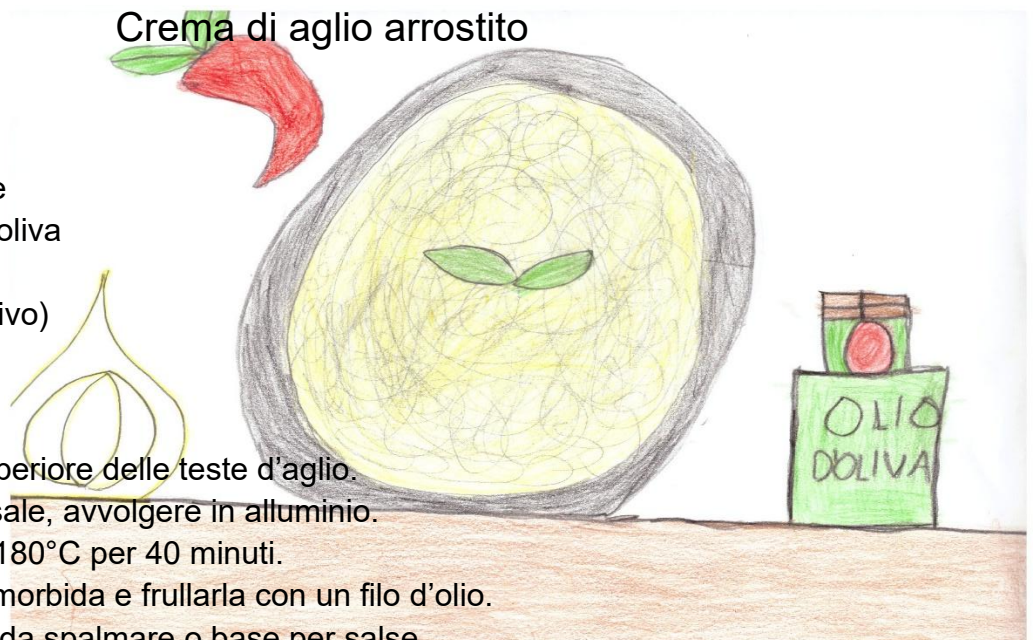
Crema di aglio arrostito

Ingredienti

- 2 teste d’aglio intere
- Olio extravergine d’oliva
- Sale
- Rosmarino (facoltativo)

Procedimento

1. Tagliare la parte superiore delle teste d’aglio.
2. Condire con olio e sale, avvolgere in alluminio.
3. Cuocere in forno a 180°C per 40 minuti.
4. Spremere la polpa morbida e frullarla con un filo d’olio.
5. Usare come crema da spalmare o base per salse.



MARZO: **“Ai e vin fan camin.”**

Aglio e vino fanno camminare.

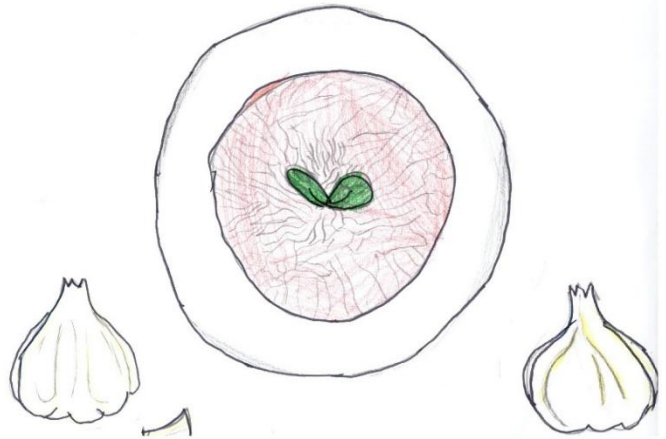
Spaghetti aglio, olio e peperoncino

Ingredienti

- 400 g di spaghetti
- 4 spicchi d'aglio
- 1 peperoncino fresco o secco
- Olio extravergine d'oliva
- Prezzemolo
- Sale

Procedimento

1. Dorare l'aglio affettato in abbondante olio.
2. Aggiungere il peperoncino.
3. Scolare gli spaghetti al dente e saltarli nell'olio aromatizzato.
4. Completare con prezzemolo tritato



APRILE: **“Chi a mangia ai, a ten lontan ij guai.”**

Chi mangia aglio tiene lontani i guai.

Melanzane all'aglio

Ingredienti

- 2 melanzane
- 3 spicchi d'aglio
- Prezzemolo
- Aceto di vino bianco
- Olio extravergine
- Sale

Procedimento

1. Tagliare le melanzane a fette e grigliarle.
2. Preparare una marinata con olio, aceto, aglio tritato e prezzemolo.
3. Disporre le melanzane a strati e condire con la marinata.
4. Riposare almeno 2 ore.



MAGGIO: **“Un spic ‘d ai a salva la giornà.”**

Uno spicchio d'aglio salva la giornata.

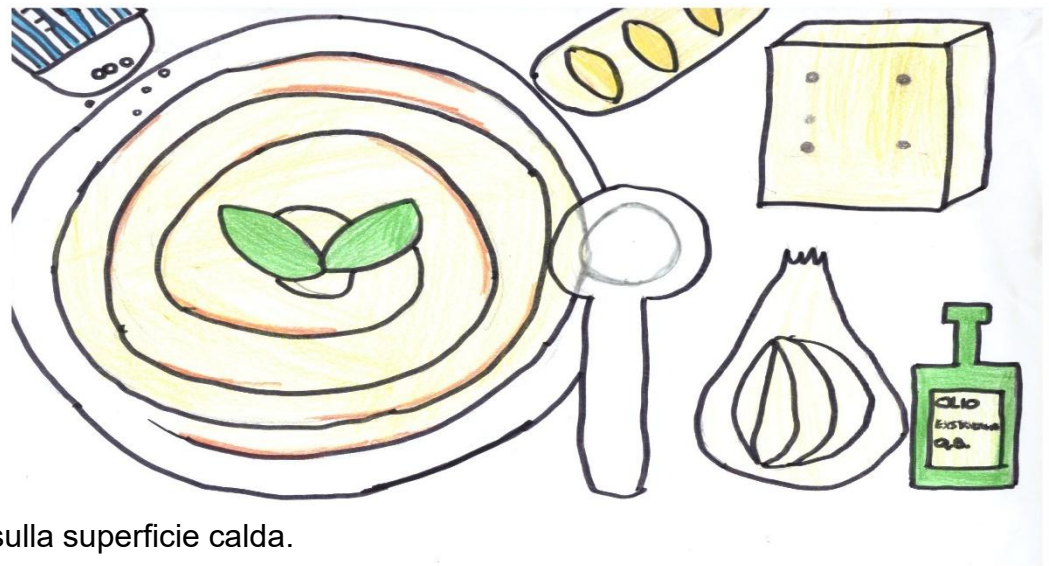
Bruschetta all'aglio

Ingredienti

- Pane casereccio
- 2 spicchi d'aglio
- Pomodori maturi
- Olio extravergine
- Basilico
- Sale

Procedimento

1. Tostare il pane.
2. Strofinare l'aglio sulla superficie calda.
3. Condire con pomodoro a cubetti, olio e basilico.



GIUGNO: **“L'ai a fa ben, ma a fa parlè da lontan.”**

L'aglio fa bene, ma fa parlare da lontano.

Mujdei de usturoi

Ingredienti

- 6 spicchi d'aglio
- 4 cucchiaini d'olio
- 2 cucchiaini d'acqua
- Sale

Procedimento

1. Pestare l'aglio fino a ottenere una crema.
2. Aggiungere olio e acqua a filo, mescolando.
3. Servire con carne alla griglia.



LUGLIO: **“Ai fort e vin bon, a ten-o l’òm in piè.”**

Aglio forte e vino buono tengono l’uomo in piedi.

Salsa aioli

Ingredienti

- 1 tuorlo
- 1 testa d’aglio
- Olio extravergine
- Succo di limone
- Sale

Procedimento

1. Pestare l’aglio fino a crema.
2. Aggiungere il tuorlo e montare con olio a filo.
3. Regolare con limone e sale.



AGOSTO: **“L’ai a l’é ‘n amis: a pica, ma a giuta.”**

L’aglio è un amico: punge, ma aiuta.

Bagnetto verde

Ingredienti

- Prezzemolo
- 2 spicchi d’aglio
- 2 acciughe
- Mollica di pane
- Aceto
- Olio

Procedimento

1. Ammollare la mollica nell’aceto.
2. Tritare prezzemolo, aglio e acciughe.
3. Unire la mollica e l’olio fino a ottenere una salsa cremosa.



SETTEMBRE: **“Për sté bin, basta un spic ‘d ai e un tòch ‘d pan.”**

Per stare bene basta uno spicchio d'aglio e un pezzo di pane.

Agliata verde monferrina

Ingredienti

- Prezzemolo
- Aglio
- Noci o nocciole
- Olio
- Sale

Procedimento

1. Tritare finemente aglio e prezzemolo.
2. Aggiungere frutta secca e olio.
3. Usare con bolliti o carni fredde.



OTTOBRE: **“Ai a l'é pòver ma a val tant.”**

L'aglio è povero ma vale molto.

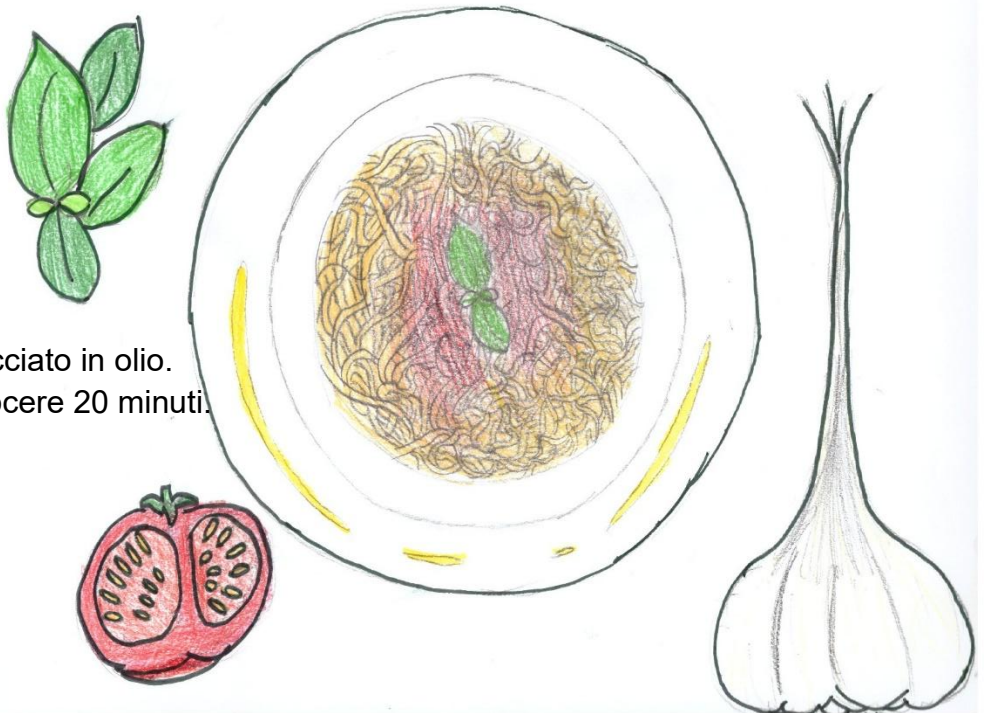
Pici all'aglione

Ingredienti

- 400 g di pici
- 1 aglione
- 400 g di pomodori pelati
- Olio
- Sale

Procedimento

1. Rosolare l'aglione schiacciato in olio.
2. Aggiungere i pelati e cuocere 20 minuti.
3. Condire i pici e servire.



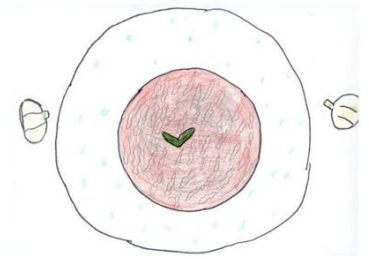
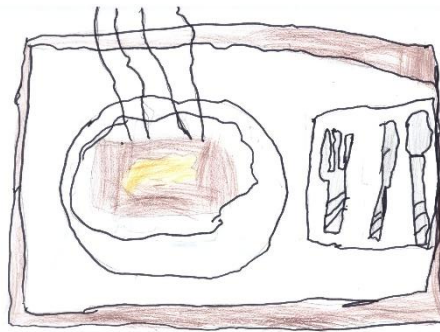
NOVEMBRE: “Chi a travaja campà, chi a mangia ai campà mej.”

Chi lavora vive, chi mangia aglio vive meglio.

Soma d'ai

Ingredienti

- Pane
- Aglio
- Olio
- Sale



Procedimento

1. Strofinare l'aglio sul pane.
2. Condire con olio e sale.
3. Mangiare subito, come da tradizione contadina.



DICEMBRE: “Un spic ‘d ai al dì a ten lontan malani e compagni.”

Uno spicchio d'aglio al giorno tiene lontane malattie e compagnie indesiderate.

Bagna cauda

Ingredienti

- 8 spicchi d'aglio
- 8 acciughe sotto sale
- 200 ml di olio
- 50 g di burro

Procedimento

1. Pulire l'aglio e cuocerlo dolcemente nel latte (facoltativo).
2. Sciogliere acciughe e burro nell'olio.
3. Unire l'aglio e mantenere caldo.
4. Servire con verdure crude e cotte.



Un anno di aglio, un anno di sapori intensi.