

CALENDARIO 2019

«Mantieni qualche stanza nel tuo cuore per l'inimmaginabile»

-Mary Oliver

 Ospedale
San Carlo Borromeo

Sistema Socio Sanitario

 Regione
Lombardia

ASST Santi Paolo e Carlo

Dipartimento Materno Infantile – U.O. di Pediatria.

Direttore Dottor Alberto Fabio Podestà.

Pediatria, Ospedale San Carlo Borromeo. Via Pio II, 3 - Milano



GENNAIO



CARBONARA

(Elisa, 14 anni)

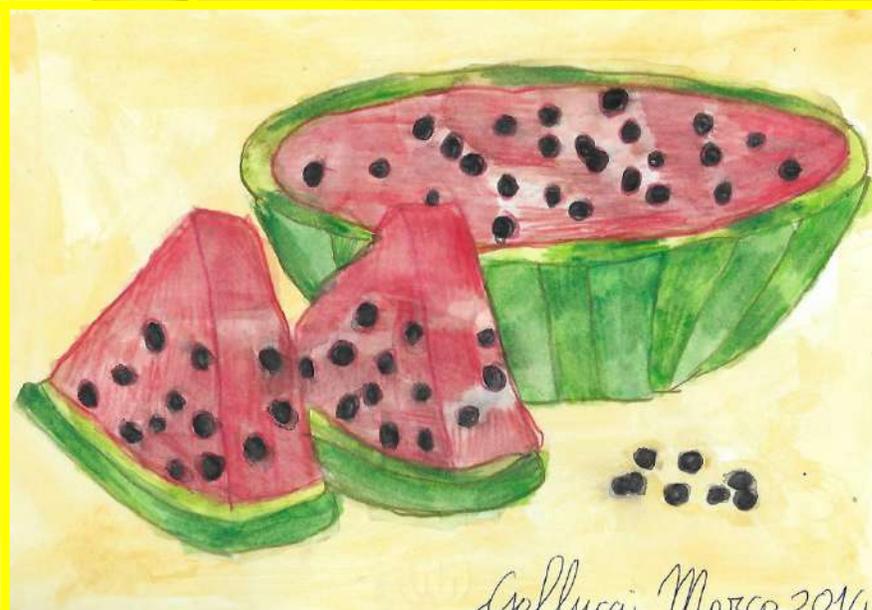
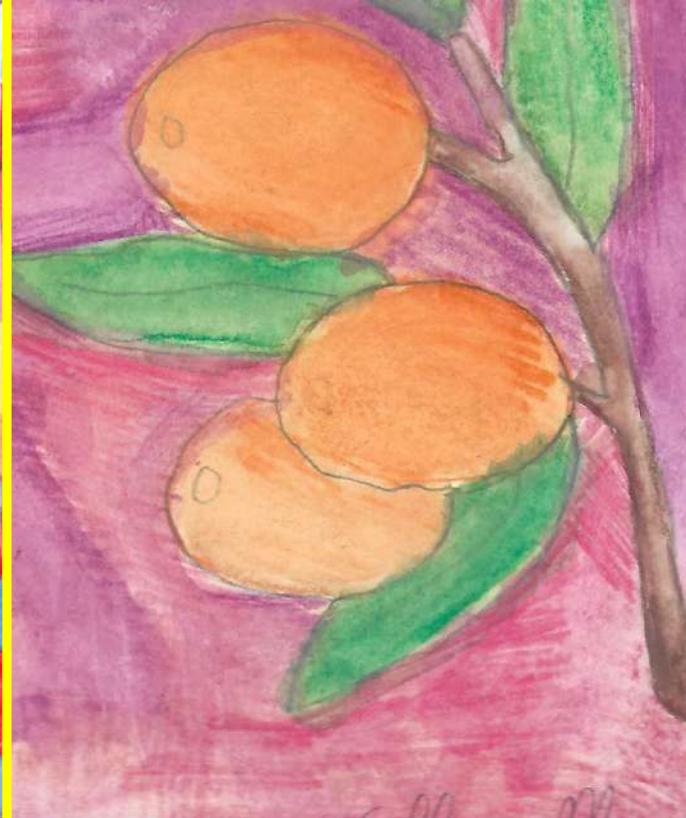
Ingredienti:

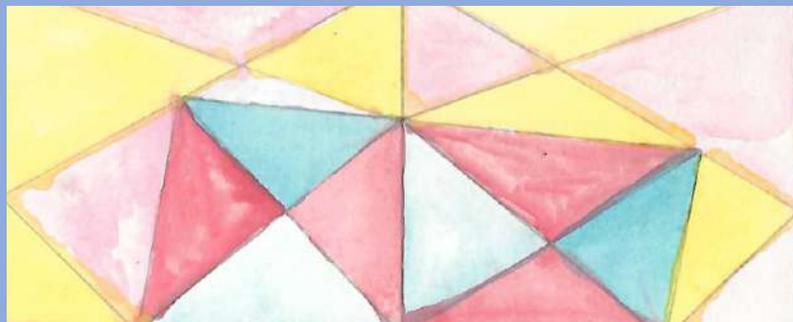
- 500g di pasta (preferibilmente spaghetti)
- 6 uova
- 20g di formaggio
- 150g di pancetta

Procedimento:

sbatti le uova mettendo l'albume di un solo uovo e il tuorlo delle altre 5; sbattili insieme al formaggio, fai rosolare la pancetta. Lessi la pasta e aggiungi subito il condimento le uova e la pancetta, completa il piatto con una spolverata di formaggio.

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
31	1 <small>Primo dell'anno</small>	2	3	4	5	6 <small>Epifania</small>
7 <small>Festa del tricolore</small>	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27 <small>Giorno della memoria</small>
28	29	30	31	1	2	3





FEBBRAIO

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14 <small>San Valentino</small>	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28 <small>Giovedì grasso</small>	1	2	3

PASTA AL LIMONE

(Leo, 17 anni)

Ingredienti:

- panna fresca liquida
- 2 limoni • spaghetti
- 100g di pecorino / parmigiano
- prezzemolo tritato • sale

Procedimento:

preparare una salsina con la panna, il succo dei limoni, la buccia grattugiata e il pecorino/parmigiano. Mettere il tutto sul fuoco e far cuocere per pochi minuti per far rapprendere la panna, aggiungere un po' di prezzemolo e sale (quanto basta), infine cuocere gli spaghetti e unire il tutto.



MARZO



PASTA ALLA CAVATINI

(Bryan, 12 anni)

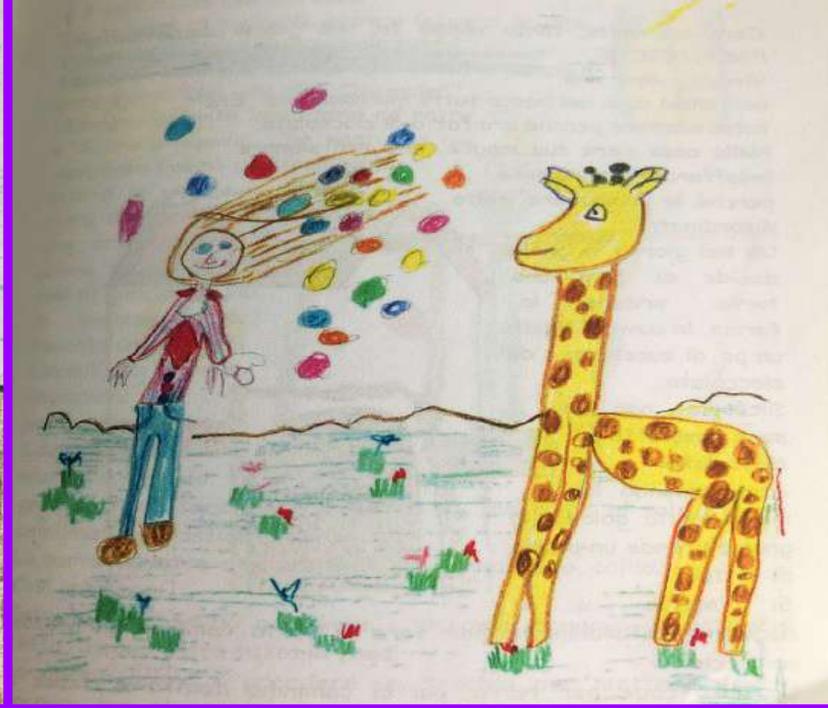
Ingredienti:

- 100g di pasta
- 1 porzione di petto di pollo
- 1 broccolo • besciamella
- ½ litro di latte
- pepe • aglio
- burro • coriandolo
- mozzarella

Procedimento: cuocere il pollo con l'olio, aglio, sale, pepe, poi tagliarlo a pezzettini. Cuocere i broccoli.

Fare una salsa con burro, latte, aglio, pepe, coriandolo, poi aggiungere il pollo e i broccoli. Mescolare, infornare finché si scioglie la mozzarella. Servire con il pane all'aglio.

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
25	26	27	28	1	2	3 <small>Carnevale</small>
4	5 <small>Martedì grasso</small>	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19 <small>Festa di S. Giuseppe</small>	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31 <small>Ora legale</small>





APRILE

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21 <small>Pasqua</small>
22 <small>Pasquetta</small>	23	24	25 <small>Anniversario della liberazione</small>	26	27	28
29	30	1	2	3	4	5

FRITTATA DI SPAGHETTI (mamma di Daniele)

Ingredienti per 4 persone:

- Avanzo di spaghetti o penne al ragù (2-3 hg)
- 2 uova
- Parmigiano
- Olio

Procedimento:

In una zuppiera unire la pasta e le uova sbattute con il parmigiano. A parte scaldare una padella con olio e versare l'impasto e far cuocere.



MAGGIO



“PARIPÚ”

(Diego, 12 anni)

Ingredienti:

- Lenticchie
- Cipolla
- Latte di cocco
- Curcuma
- Aglio
- Peperoncino
- Chili
- Peperoni piccati
- Zafferano

Procedimento :

Soffriggere le lenticchie con aglio e cipolla e aggiungere il latte di cocco e le spezie.

Usarlo come contorno per il risotto in bianco.

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
29	30	1 <small>Festa dei lavoratori</small>	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2



Gyallucci 2016



GIUGNO

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
27	28	29	30	31	1	2 <small>Festa della Repubblica</small>
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

TORTA DI MELE

Ingredienti:

- Farina 300 g • Zucchero 150 g
- Burro sciolto 0,70 g
- Latte intero 1 bicchiere
- 2 uova • 1 bustina di lievito
- 1 bustina di vanillina
- 3 mele sbucciate e a fettine

Procedimento:

Mischiare tutti gli ingredienti (tranne le mele) con lo sbattitore finché il composto sarà omogeneo. Imburrare e infarinare la teglia, mettere il composto con sopra le mele tagliate e cospargere con un po' di zucchero. Infornare con forno statico a 200° per 45 minuti, poi lasciare riposare per 5 minuti.



LUGLIO



GATEAU DI PATATE

(Mamma di Daniele, 11 anni)

Ingredienti per 4 persone:

- Patate 1kg • Mozzarella 200g
- Salame 100g (dadini)
- Prosciutto cotto 100g (dadini)
- Mortadella 100g (dadini)
- Parmigiano • Olio • 2 uova
- Sale e pepe • Pangrattato

Procedimento: Lessare le patate, pelarle e schiacciarle. Unire i salumi, le uova, il sale, il pepe, la mozzarella, il parmigiano, più un terzo di bicchiere d'olio. Oliare la pirofila e cospargere di pangrattato; versare il composto e cospargere ancora di pangrattato e parmigiano. Cuocere in forno a 180° per 30 minuti.

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4



M. Gallucci 2015

MH



AGOSTO

PESTO DI CARCIOFI E NOCI

Ingredienti:

- 4 carciofi
- 4 cucchiaini di olio
- 50 g di noci tritate
- 60 g parmigiano
- Sale e pepe e olio q.b
- Pizzico di aglio.

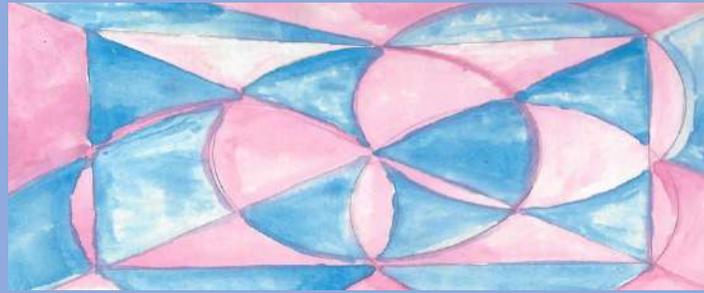
Procedimento:

Cucinare i carciofi a spicchi. Cuocerli, frullarli con le noci, mettere olio e grana, pepe e sale q.b. Cucinare la pasta e condirla con la salsa.

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15 Ferragosto	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1



SETTEMBRE



POLSONPOL

(Diego, 12 anni, e la mamma)

Ingredienti:

- Cocco sbriciolato
- Peperoncino in polvere
- Aglio
- Cipolla

Procedimento:

Pestare e mischiare tutto col mortaio fino a quando il cocco diventa rosso.

Mangiare insieme al pane o con le piadine

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	1	2	3	4	5	6





OTTOBRE

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
30	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31 Halloween	1	2	3

RISOTTO GIALLO

(Rebecca, 16 anni)

Ingredienti:

- una cipolla • 260g di riso
- vino bianco • brodo vegetale
- zafferano • noce di burro
- parmigiano

Procedimento: Rosolare la cipolla in una padella aggiungere il riso fino a quando diventa trasparente, irrorare con il vino e mescolare fino a farlo evaporare. Continuare la cottura aggiungendo il brodo poco alla volta. Quando il riso è pronto mettere lo zafferano, il burro e il parmigiano.



Chrysanthemum 2016

NOVEMBRE



RICETTA "3X3"

Ingredienti:

- 300gr di farina
- 300gr zucchero
- 300gr di burro
- 3 uova
- 1 bustina di lievito

Preparazione: sbattere il burro con lo zucchero, unire i tuorli, aggiungere la farina, infine gli albumi montati a neve e il lievito. Infornare a 180 gradi per 45 minuti.

Quando inizia a bollire unire la farina e mescolare, far cuocere per circa 2-3 minuti, poi spegnere il fuoco e lasciarla raffreddare, dopo unire il burro morbido e il succo di un limone. Mettere una base, poi una parte di crema e così via. Per finire cospargete lo zucchero a

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
28	29	30	31	1 <small>Tutti i santi</small>	2 <small>Giorno dei morti</small>	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	1





DICEMBRE

FIORI DI ZUCCA

Ingredienti:

- Fiori di zucca • 200 g di farina
- 1 uovo • olio per friggere
- sale e pepe q.b.
- 1 dl d'acqua frizzante q.b.

Preparazione:

Mescolate la farina con l'uovo e l'acqua fino a quando la pastella avrà la giusta consistenza.

Lavate i fiori di zucca e privateli del pistillo, poi asciugateli. In una padella a fuoco medio/alto immergete i fiori di zucca nella pastella e frigeteli pochi alla volta.

Quando saranno dorati scolateli e fateli asciugare su carta assorbente. Cospargeteli con un pizzico di sale e serviteli

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
25	26	27	28	29	30	1
2	3	4	5	6	7	8 Immacolata Concezione
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25 Natale	26 Santo Stefano	27	28	29
30	31 Capodanno	1	2	3	4	5