

# EDITORIALE

---

di Alessandra Locatelli  
Ministro per le Disabilità

## Offrire occasioni e credere nelle persone fa crescere le nostre comunità

Carissimi,

In questi giorni che ci avvicinano al Santo Natale è bellissimo conoscere, apprezzare e condividere i prodotti che molte associazioni realizzano per promuovere le loro attività e dare uno slancio economico alle imprese sociali. Per chi non conosce ancora le potenzialità delle esperienze lavorative e di inclusione del nostro Paese è un modo per avvicinarsi a loro, per capire meglio di cosa parliamo ed evitare i soliti regali. Ma ci tengo anche a dire che, per chi invece ha già capito che ognuna di queste realtà realizza prodotti e manufatti di altissima qualità, ogni opportunità di pranzo, cena o acquisto di prodotti si trasforma in una scelta molto consapevole.

I lavoratori delle imprese sociali hanno un'importante caratteristica che li accomuna: sono tutti persone altamente dediti al lavoro, alla precisione nello svolgimento dei loro compiti, e quello che realizzano è l'espressione più alta della qualità di un prodotto o servizio.

In Italia sono in continua espansione le imprese sociali nel mondo dell'artigianato, della ristorazione, delle aziende agricole ma anche in molti altri settori e tutte queste realtà sviluppano percorsi virtuosi di inclusione lavorativa, grazie anche alle peculiarità del nostro Terzo settore, che solo in Italia ha acquisito una propria identità, coltivato esperienze e capacità, e saputo metterle al servizio delle persone e dei territori. In altri Paesi quando si parla di associazioni o no profit si fa riferimento ad enti di beneficenza, che operano all'interno delle istituzioni o nelle aziende private.

L'Italia, invece, ha saputo valorizzare il Terzo Settore come punto di riferimento per la crescita di esperienze di valore sociale, ma anche strategiche per l'orientamento e la scelta delle politiche nel nostro Paese e la Legge 117/17 ha tracciato delle linee guida importanti per preservare questa caratteristica. Sono convinta che tutte le persone che vogliono lavorare debbano poterlo fare, e ora che è in corso un cambio di prospettiva epocale nel nostro Paese dobbiamo continuare a spingere in questa direzione con sempre più coraggio.

Dobbiamo promuovere e sviluppare le buone pratiche, ricordando che il lavoro è un diritto per tutti.

La Legge 68/99 è stata un passo importante, ma oggi è fondamentale valorizzare il ruolo degli Enti del Terzo Settore, valutare le competenze delle persone e abbinarle alle necessità delle aziende, e introdurre percorsi di accompagnamento all'inserimento lavorativo attraverso figure dedicate.

Nelle pagine che seguono potete trovare le ricette realizzate da alcune delle associazioni che hanno partecipato all'evento "Work Inclusion: Talents and Skills in Italian Cuisine", che si è svolto all'UNESCO a Parigi, e che ha dimostrato ancora una volta le capacità e i talenti delle realtà che operano nel Paese.

Offrire occasioni e credere nelle persone fa crescere le nostre comunità.

Con affetto buon Santo Natale a tutti voi!

Speciale Natale 2025

# INDICE

## 1 **Editoriale**

Alessandra Locatelli

## 2 **Gin Tonic Insolite Essenze**

4 CavaRei

## 5 **Le frullette**

5 RulliFood

## 6 **Divergente Gourmet: Frico**

6 Arte e Libro

## 7 **Peperoni cruschi**

7 PeperonAut

## 8 **Pappa al pomodoro**

8 I Ragazzi di Sipario

## 9 **Le polpette degli impolpettabili**

9 I Ragazzi di Robin

## 10 **Schiacciatine alle acciughe**

10 Impronta

## 11 **Orecchiette al pomodoro fiaschetto con cacio ricotta e basilico fresco**

11 Le Orecchiette che vorrei

## 12 **Tortellini in crema di Parmigiano Reggiano**

12 Il Tortellante

## 14 **Pasta al pesto**

14 Luna Blu

- Carbonada di manzo con polenta mantecata al cavolo nero**  
**15** Il Cielo in una Pentola
- Pizza**  
**16** PizzAut
- Pane frattau**  
**17** Buoni e Cattivi
- Le tre Arancine di Etnos presentate all'Unesco**  
**18** Cooperativa Sociale Etnos
- Zucca delica marinata**  
**Insalata di cavolo cappuccio**  
**20** Gruppo l'Impronta
- Gelato Lady noir (fondente) e Sweet flight (meringa e marrons glacés)**  
**22** La Tela di Matilda cooperative
- Strudel dream**  
**Il dolce dell'inclusione!**  
**23** Dream
- Veneziana**  
**24** Cometa
- Crostata alla marmellata**  
**25** La Semente
- Cookies al cioccolato fondente**  
**26** Frolla
- Birra Homebrewing Edition**  
**27** Vecchia Orsa Brewery
- Centrotavola di Natale**  
**28** AIPD Molise

# ANTIPASTI

---

## GIN TONIC – INSOLITE ESSENZE

### INGREDIENTI:

50 ml di Gin Insolite Essenze  
Acqua tonica a colmare  
Ghiaccio a cubetti  
Garnish: scorza di limone e rameetto di rosmarino.

### PROCEDIMENTO:

Riempire un bicchiere da 400 ml con il ghiaccio, girare il ghiaccio per fare raffreddare il bicchiere. Versare il Gin Insolite Essenze e l'acqua tonica, mescolare dal basso verso l'alto. Per esaltare le botaniche presenti nel Gin (Rosmarino e Erba Citriodora), completare il cocktail spremendo la scorza di limone fresca e guarnire con un piccolo rameetto di rosmarino.

## COCKTAIL ANALCOLICO – INSOLITE ESSENZE

### INGREDIENTI:

1 spicchio di lime ( $\pm \frac{1}{4}$ )  
2 cl di Sciroppo Insolite Essenze  
Acqua tonica a colmare  
Ghiaccio a cubetti  
Garnish: aggiungere un rameetto di rosmarino.

### PROCEDIMENTO:

In un bicchiere vuoto spremere delicatamente uno spicchio di lime, aggiungere lo sciroppo Insolite Essenze e miscelare i due ingredienti con il bar spoon. Aggiungere il ghiaccio, versare delicatamente l'acqua tonica sino a riempire il bicchiere. Miscelare nuovamente cercando di non sgassare il drink. Decorare con un rameetto di rosmarino.

### CAVAREI

“CavaRei” è un’impresa sociale che offre servizi per la disabilità. Gestisce 6 sedi nel territorio forlivese e gli oltre 100 collaboratori lavorano per prendersi cura di 160 persone, offrendo loro percorsi occupazionali – dalla formazione all’inserimento in azienda – e progetti di vita autonoma con uno sguardo al “dopo di noi” da costruire insieme alle famiglie. La caratteristica di “CavaRei” è quella di ibridare le proprie attività con tutti i soggetti che compongono una comunità: aziende, istituzioni e tutta la società civile per offrire servizi innovativi che rispondano in modo puntuale ai nuovi bisogni della comunità.

[www.cavarei.it](http://www.cavarei.it)

# LE FRULLETTE

Le frullette sono la versione di “RulliFood” delle classiche streghette modenesi: leggere, croccanti e perfette da gustare con salumi o da sole come snack.

Nascono nel laboratorio “RulliFood”, dove ogni prodotto è il risultato del lavoro condiviso tra persone con e senza disabilità e rappresentano un esempio concreto che unisce competenza, collaborazione e passione per il buon cibo.

## INGREDIENTI:

1kg di farina  
500 ml di acqua  
50 g di lievito  
80 g di olio  
24 g di sale

## PROCEDIMENTO:

Le frullette si preparano con pochi ingredienti semplici – farina, acqua, olio e sale – : l’impasto viene steso sottile, spennellato con un filo d’olio e una spolverata di sale grosso, poi cotto in forno fino a ottenere la giusta doratura.

## RULLIFOOD

“RulliFood” è uno dei progetti della Stazione Rulli Frulli, hub sociale e culturale di Finale Emilia che ospita percorsi di musica, lavoro e inclusione di qualità.

Nato nel 2023, “RulliFood” è un’esperienza che unisce laboratorio di produzione alimentare, ristorazione e food truck, coinvolgendo giovani con disabilità e fragilità insieme a educatori, volontari e professionisti.

Dal pane alla pasta fresca fino ai piatti serviti ogni giorno al pubblico – e alle proposte portate in giro dal truck – “RulliFood” è un luogo in cui la cucina diventa strumento di crescita, lavoro e comunità.

[www.lastazionerullifrulli.it](http://www.lastazionerullifrulli.it)

# DIVERGENTE GOURMET: FRICO

Nato nelle cucine friulane come piatto di recupero, il Frico è oggi un simbolo della tradizione regionale. Pochi ingredienti, gesti semplici e un profumo che racconta i sapori di casa e la bravura dei ragazzi di “Divergente Gourmet, mordi il pregiudizio”, il laboratorio di Arte e Libro ETS che unisce talenti, valori e ingredienti del Friuli-Venezia Giulia trasformandoli in gusto, lavoro e comunità.

## INGREDIENTI:

300 g di formaggio Montasio (metà stagionato 3 mesi, metà 6 mesi, a piacere una manciata di formaggio grattugiato per dare maggiore sapore al piatto.

In alternativa al Montasio si possono utilizzare Latteria, Asiago o un formaggio semistagionato locale.

4 patate medie

1 cipolla per donare dolcezza

Sale e pepe q.b.

Porzioni: 4

Tempo di preparazione: 50 minuti

## PROCEDIMENTO:

Sbucciare le patate e tagliarle a piccoli pezzi. Affettare finemente la cipolla. In una padella antiaderente, scaldare un filo d'olio e fare rosolare dolcemente la cipolla con un cucchiaio d'acqua, fino a renderla traslucida. Aggiungere le patate, insaporirle con sale e pepe e unire un mestolo d'acqua. Coprire con un coperchio e cuocere a fuoco medio per circa 30 minuti, mescolando di tanto in tanto, finché le patate saranno morbide e facilmente schiacciabili con una forchetta.

Unire quindi i formaggi tagliati a cubetti e mescolare fino a ottenere un composto omogeneo.

Laschiare cuocere a fuoco lento, schiacciando il frico con una spatola per compattarlo e formare una crosticina dorata e croccante. Gira con delicatezza e ripetere la cottura sull'altro lato. Servire caldo, con la crosta ben dorata e il cuore filante: un piatto che racconta la tradizione friulana e l'impegno dei ragazzi di “Divergente Gourmet” nel dare sapore al lavoro di squadra, dove ciascuno trova il proprio posto e fa la differenza.

Perché davvero, tutti e ciascuno: IO VALGO!

## ARTE E LIBRO

“Divergente Gourmet, mordi il pregiudizio” è il progetto nato genuinamente dalle esperienze della brigata del corso di cucina di Arte e Libro ETS: un laboratorio che unisce talenti, valori e ingredienti del Friuli-Venezia Giulia, dando forma a gusto, lavoro e comunità.

[www.arteelibro.com](http://www.arteelibro.com)

# PEPERONI CRUSCHI

Pulire i peperoni secchi con un panno asciutto, tagliare via il picciolo ed eliminare i semi che si trovano all'interno. Far riscaldare l'olio extravergine di oliva in una padella, quando l'olio è abbastanza caldo immergere i peperoni, interi o tagliati. Girarli delicatamente fino a quando raggiungono la giusta croccantezza, toglierli dall'olio e riporli su un piano con carta assorbente. Farli raffreddare e aggiungere il sale q.b. I peperoni cruschi sono pronti per essere serviti.

## PEPERONAUT

“PeperonAut” è un progetto di inclusione lavorativa di ragazzi con autismo che unisce la tradizione del peperone di Senise, prodotto tipico più rappresentativo della Basilicata, a una visione nuova del rapporto tra lavoro e disabilità. Il lavoro di trasformazione e confezionamento del famoso “crusco” lucano, che nasce dalle mani operose dei ragazzi con autismo, produce un valore universale di rinascita e inclusione che abbatte barriere culturali e pregiudizi sociali.

[www.anffaspolicoro.it](http://www.anffaspolicoro.it)

# PAPPA AL POMODORO

## INGREDIENTI:

Per 4/6 persone

1kg di pane toscano raffermo

500 g di pomodori pelati

2 cipolle

2 spicchi di aglio

Olio extravergine di oliva

Basilico

Sale - Pepe

Un bicchierino di gin (meglio se toscano)

## PROCEDIMENTO:

Pulire le cipolle e farle a pezzetti piccoli, a parte pulire anche l'aglio, togliere l'anima verde e spezzettare anche questo. In una bella pentola mettere l'olio e la cipolla, fare rosolare finché la cipolla non si è ammorbidente; a metà cottura della cipolla mettere anche l'aglio; a parte sminuzzare i pelati (rigorosamente con le mani) e quando la cipolla e l'aglio saranno ben rosolati, ma non bruciati, sfumare (se avete coraggio) con il gin; quando sarà evaporata la parte alcolica, aggiungere i pelati insieme all'acqua messa precedentemente in una parte dei barattoli vuoti dei pelati. Fate cuocere per mezz'ora affinché acquisti un po' di densità e perda di acidità, regolate di sale e pepe. A questo punto aggiungete il pane che avrete avuto cura di tagliare a fette e poi in cubetti. Amalgamate bene con la pomarola e via via aggiungere altra acqua per creare la giusta consistenza e un po' di olio. Fare cuocere ancora per un'altra mezz'ora (il pane si deve ammorbidente e legarsi al pomodoro come appunto una pappa). A metà cottura mettere il basilico spezzettato con le mani.

Assaggiare e se necessario regolare di sale e pepe. Una volta terminata la cottura spegnere il fuoco e lasciare riposare la pappa. Servirla tiepida con l'aggiunta di un po' di olio. Al posto del pane toscano si può usare un altro tipo di pane casereccio, ma siccome sarà salato (il pane toscano è senza sale), stare attenti quando regolate di sale.

## I RAGAZZI DI SIPARIO

La cooperativa sociale "I Ragazzi di Sipario" onlus è da 18 anni protagonista nella ristorazione a Firenze. I nostri ragazzi cuochi e camerieri sono "speciali": persone con disabilità intellettuale/sensoriale. Oltre che nella ristorazione, i nostri ragazzi si sono affermati nel catering su richieste esterne al nostro ristorante e in location varie. Siamo stati a servire al G7 sulla disabilità ad Assisi, ospiti a programmi televisivi e condividiamo momenti culinari con i cuochi stellati della nostra regione. Essenziale per i nostri ragazzi è l'integrazione: poter dialogare con i clienti e poter manifestare la loro amicizia.

[www.iragazzidisipario.it](http://www.iragazzidisipario.it)

# LE POLPETTE DEGLI IMPOLPETTABILI

## INGREDIENTI:

800 g di carne di manzo macinata  
200 g di salsiccia (senza budello)  
2 uova  
150 g di pane raffermo  
Latte per ammollare il pane  
2 spicchi di aglio tritato  
80 g di Grana Padano grattugiato  
20 g di sale  
Prezzemolo, pepe e noce moscata q.b.

## PROCEDIMENTO:

In una ciotola mettere a mollo nel latte il pane raffermo. Quando è bene inumidito e ammollato toglierlo dalla ciotola e strizzarlo molto bene. In una ciotola capiente mettere la carne, la salsiccia, il pane raffermo ben strizzato e unire le uova: il pane non deve essere troppo umido, altrimenti rilascia il latte nell'impasto e lo rende troppo molle. Aggiungere il prezzemolo, le spezie e il sale. Una volta aggiunti tutti gli ingredienti, impastare il tutto per circa 5-10 minuti, fino a ottenere un composto compatto e omogeneo. Dopo aver lasciato l'impasto riposare mezz'ora in frigorifero, si devono realizzare delle polpette di circa 25 grammi per garantire la corretta tenuta e cottura. Passare le polpette in una friggitrice o pentola colma di olio a 160 gradi per 2 minuti per renderle croccanti e saporite. Ripassarle in forno possibilmente umido per 5-7 minuti (volendo, possono essere solamente fritte per 3-5 minuti: risulteranno più scure e più saporite). Servirle tiepide accompagnate dalle salse che avrete preparato a parte.

## SALSE DI ACCOMPAGNAMENTO

Salsa al pomodoro. In una pentola preparare una salsa al pomodoro classica con un soffritto di aglio, cipolla e un po' di origano, e far cuocere per almeno un'ora.

Salsa al pesto. Diluire il pesto classico con un po' di besciamella per renderlo più cremoso e delicato.

Salsa ai cavolfiori. Scottare il cavolfiore in un pentola di acqua bollente eliminando la parte centrale: deve restare croccante, non troppo cotto. In una padella fare un soffritto con un paio di acciughe e un po' di aglio. Unire il cavolfiore al soffritto e farlo saltare brevemente. Mettere il tutto in un frullatore, aggiungere man mano un po' dell'acqua di cottura del cavolfiore fino a ottenere la consistenza desiderata. Regolare di sale e pepe.

## I RAGAZZI DI ROBIN

Ciao! Siamo "I Ragazzi di Robin", un'associazione di Segrate e abbiamo creato un progetto di lavoro destinato a ragazzi con disabilità. Facciamo polpette! Sì, vere polpette! Seguendo la tradizione italiana. Per noi non è solo cucina: è possibilità di imparare, lavorare e farsi conoscere.

[www.iragazzidirobin.it](http://www.iragazzidirobin.it)

# SCHIACCIATINE ALLE ACCIUGHE

## INGREDIENTI:

1.200 g di farina di tipo "0"  
540 cl di acqua  
180 g di olio evo  
12 g di lievito di birra  
10 g di sale  
200 g di acciughe

## PROCEDIMENTO:

Mettere tutto all'interno della planetaria/impastatrice finché non diventa uniforme, quindi lasciare lievitare per circa 30 minuti; successivamente con la sfogliatrice tirare la pasta fino a 0,5 cm di spessore, tagliare in forme quadrate, quindi spennellare con olio e infornare a 160° per 12 minuti circa.

## IMPRONTA

È una cooperativa sociale che si occupa di percorsi di accompagnamento al lavoro e attività volte a favorire l'autonomia in persone con disabilità. Abbiamo iniziato una nuova avventura con il progetto del Ristorante Epperté per poter dare un'opportunità di lavoro ai nostri ragazzi, che partecipano attivamente a tutte le fasi: dalla produzione della pasta, del pane, delle crostate, dei biscotti che sono personalizzati con il loro nome, al servizio in sala, la pulizia dei locali, al rifornimento del magazzino. Tutto è fatto con passione. Ogni prodotto è fatto a mano e lavorato con cura presso il nuovo Laboratorio/Bar.

"Impronta" im.... pasta... PER TE!

[www.epperte.it](http://www.epperte.it)

## ORECCHIETTE AL POMODORO FIASCHETTO CON CACIO RICOTTA E BASILICO FRESCO

### INGREDIENTI:

Orecchiette senza glutine: farina di mais, farina di riso, acqua, fecola di patate. [In alternativa utilizzare le orecchiette biologiche a base di farina di semola 100% da coltivazione italiana].

Passata Pietra Santa di pomodoro fiaschetto di Torre Guaceto: da agricoltura biologica presidio Slow Food. Il 4 febbraio del 2000 il Ministero dell'ambiente istituisce la riserva naturale di Stato di Torre Guaceto, riserva che accoglie specie marine e vegetali protette nonché coltivazioni biologiche.

Olio extravergine d'oliva: "L'olio che vorrei" prodotto da olive della varietà caninese, coltivate nel territorio italiano e confezionato a Monopoli (BA).

Cacio ricotta: tipico formaggio pugliese a base di latte di mucca. Questo formaggio unisce tecniche di lavorazione del formaggio e della ricotta. Si presenta fresco e morbido oppure stagionato e semiduro; quest'ultimo è quello utilizzato per condire le orecchiette.

Basilico e cipolla fresca

### PROCEDIMENTO:

In un tegame fare soffriggere 100 ml di olio con metà cipolla tagliata a listarelle. Aggiungere 500 g di passata di pomodoro fiaschetto e fare cuocere per 20-25 min.

Portare ad ebollizione l'acqua, salarla (poco) e cuocere 500 g di orecchiette. Le nostre orecchiette senza glutine prevedono una cottura di 6 minuti. Una volta cotta la pasta, farla saltare con il sugo. Impiattare con abbondante ricotta a scaglie e alcune foglie di basilico fresco.

### LE ORECCHIETTE CHE VORREI

"Le Orecchiette che vorrei" è un progetto nato dall'amore di Giuseppe Primicerio per suo figlio Yuri e per tutti i ragazzi con autismo. Ha preso vita ad Ostuni con un obiettivo chiaro: offrire opportunità concrete di formazione e inclusione attraverso la riscoperta della tradizione gastronomica pugliese. Nel laboratorio, la preparazione delle orecchiette diventa uno strumento educativo in cui si imparano lavoro di squadra, rispetto delle regole e gestione del tempo. L'iniziativa sviluppa competenze relazionali, organizzative e sociali, favorendo autonomia e crescita personale. Ogni orecchietta è unica, proprio come ogni ragazzo coinvolto: prezioso, capace, irripetibile.

[www.leorecchiettechevorrei.it](http://www.leorecchiettechevorrei.it)

# TORTELLINI IN CREMA DI PARMIGIANO REGGIANO

## INGREDIENTI:

Per il ripieno

500 g di carne di maiale tritata

200 g di mortadella

150 g di prosciutto crudo

400 g di Parmigiano Reggiano (30 mesi) Sale a piacere

1 pizzico di noce moscata

Per la sfoglia

500 g di farina di grano tenero tipo "00"

5 uova

Crema di Parmigiano Reggiano

(tempo totale: 10 minuti)

500 ml di panna fresca

300 g di Parmigiano Reggiano

(stagionato 30 mesi), grattugiato

## PROCEDIMENTO PER IL RIPIENO:

Scaldare una padella antiaderente a fuoco medio-alto.

Tagliare la carne di maiale a piccoli pezzi e rosolare nella padella calda con un filo d'olio, finché la carne non è ben dorata; lasciarla raffreddare.

Tagliare a cubetti la mortadella e il prosciutto. Unire in una ciotola di grandi dimensioni carne di maiale, mortadella, prosciutto, Parmigiano Reggiano, sale e noce moscata.

Passare il composto nel tritacarne fino ad ottenere un impasto omogeneo. Conservare in frigorifero.

## PROCEDIMENTO PER LA SFOGLIA:

Versare la farina a montagnola su un tagliere di legno o spianatoia. Creare un cratere al centro e rompere le uova al suo interno.

Con la forchetta mescolare le uova e incorporare a mano a mano la farina circostante. Quando tutta la farina sarà assorbita, iniziare a impastare il composto a mano.

Impastare energicamente per circa 10 minuti, fino ad ottenere una pasta omogenea, liscia ed elastica. Avvolgere l'impasto in pellicola alimentare e lasciarlo riposare a temperatura ambiente per 30 minuti. Tirare la sfoglia con il mattarello o tirapasta a uno spessore molto sottile. Tagliare la pasta a quadretti di circa 3 cm per lato.

Disponete al centro del quadrato una pallina del ripieno.

Chiudere a triangolo il quadrato, piegare leggermente verso di sé l'apice superiore e unire le due estremità rimanenti facendo un giro intorno al dito. Ripetere la procedura con pasta e ripieno rimanenti. Cuocere i tortellini in brodo oppure in acqua salata e servire con la crema di Parmigiano Reggiano.

### **PROCEDIMENTO PER LA CREMA DI PARMIGIANO:**

Versare la panna in una casseruola di piccole dimensioni e scaldare a fuoco medio. Non appena comincia a bollire, spegnere il fuoco. Fate riposare 5 minuti fuori dal fuoco e poi cominciare ad aggiungere il Parmigiano Reggiano, un poco alla volta, frullando con un mixer a immersione. Continuare a frullare fino a ottenere una crema liscia e omogenea.

### **IL TORTELLANTE**

È un'associazione di promozione sociale che nasce a Modena nel 2018, come laboratorio terapeutico e abilitativo che, ad oggi, sostiene 40 ragazzi con disturbo nello spettro autistico e le loro famiglie. L'idea alla base del progetto è di unire giovani persone con autismo creando un luogo di socializzazione e condivisione, dando loro anche la possibilità di intraprendere un percorso lavorativo, attraverso la produzione di pasta fresca. I ragazzi, aiutati dalle nonne – le “rezdore” – esperte detentrici della tradizione emiliana e dagli operatori, producono il Tortellino (eccellenza modenese). Grande sostenitore dei progetti dell'Associazione è lo chef Massimo Bottura che, con la sua supervisione professionale, segue i ragazzi con passione e cura.  
[www.tortellante.it](http://www.tortellante.it)

# PASTA AL PESTO

## INGREDIENTI:

4 mazzi (60-70 g in foglie)  
di Basilico genovese DOP  
30 g di pinoli nazionali  
45-60 g di Parmigiano Reggiano DOP stravecchio grattugiato  
20-40 g di Fiore Sardo grattugiato  
1-2 spicchi di aglio  
3 g di sale marino grosso  
60-80 cl di olio extravergine di oliva

## PROCEDIMENTO PER IL PESTO:

Lavare in acqua fredda le foglie di basilico e metterle ad asciugare.  
Nel frullatore sminuzzare uno spicchio di aglio insieme ai pinoli.  
Una volta ridotti in crema, aggiungere alcuni grani di sale e le foglie di basilico non pressate, a riempire il bocciale del frullatore. Frullare alla massima velocità.  
Quando il basilico stilla un liquido verde brillante, aggiungere i formaggi, Parmigiano Reggiano e Fiore Sardo.  
Versare infine a filo l'olio extravergine di oliva Riviera Ligure DOP.  
La lavorazione deve terminare nel minor tempo possibile per evitare problemi di ossidazione e mantenere un bel colore verde acceso.

## PROCEDIMENTO PER IL PIATTO FINITO:

Cuocere il formato di pasta desiderato, meglio se le tradizionali trofie; nel nostro caso utilizziamo le caserecce prodotte nei nostri laboratori di La Spezia, e condire con il pesto fresco appena fatto.  
Mi raccomando, il pesto non va MAI scaldato!! I nostri ragazzi lo sanno tutti, è come un mantra praticamente.

## LUNA BLU

La cooperativa sociale "I Ragazzi della Luna", nasce nel 2015 a La Spezia con lo scopo di offrire servizi nei campi dell'educazione, dell'assistenza e del lavoro sociale. Missione della cooperativa è quella di assicurare a persone con autismo una vita soddisfacente e adeguati percorsi occupazionali che garantiscano il più alto livello di autonomia possibile. La cooperativa "I Ragazzi della Luna" opera sul territorio, svolgendo e supportando attività in gestione e co-gestione.

[www.iragazzidellaluna.it](http://www.iragazzidellaluna.it)

# SECONDI PIATTI

---

## CARBONADA DI MANZO CON POLENTA MANTECATA AL CAVOLO NERO

### INGREDIENTI:

Per 4 persone:

480 g di fesa di manzo

1 cipolla

30 g di porro

40 g di olio evo

20 bacche di ginepro

500 ml di vino bianco

200 g di farina di mais gluten free

800 ml di acqua

8 coste di cavolo nero

1 spicchio di aglio

100 g di burro

100 g di fontina

8 foglie di salvia

30 g di farina gluten free

### PROCEDIMENTO:

Tagliare il manzo a listarelle di 1 cm e metterlo a rosolare in un tegame con 1 cucchiaino di olio extravergine di oliva.

Pulire e tagliare il porro a rondelle e la cipolla a filanger, rosolarli in un altro tegame con le bacche di ginepro sino a che non siano imbionditi, aggiungere il vino bianco e portare ad ebollizione. Tagliare la fontina a dadini.

Aggiungere la marinata di vino al manzo, cuocere per 1 h e 30 minuti circa. Nel frattempo mondare il cavolo nero, sbollentarlo 10 minuti e tritarlo leggermente.

Mettere a cuocere la farina di polenta versandola a pioggia in acqua bollente per 1 h con coperchio e girandola di tanto in tanto. Legare lo spezzatino con un po' di farina stemperata con acqua fredda.

Aggiungere il cavolo nero alla polenta, far rosolare del burro sino a renderlo color nocciola insieme alla salvia e all'aglio, mantecare con forza la polenta con il burro e la fontina sino a scioglimento della stessa. Servire la carbonada con la polenta.

### IL CIELO IN UNA PENTOLA

“Il Cielo in una Pentola” si è recentemente costituito come cooperativa sociale, ma la sua storia affonda le radici in un percorso iniziato circa nove anni fa. Nato con l’obiettivo di valorizzare e accrescere le competenze individuali, nel tempo i partecipanti hanno sviluppato tali abilità e, attraverso una solida rete territoriale, “Il Cielo in una Pentola” rappresenta oggi una realtà affermata nel panorama valdostano, offrendo in particolare servizi di catering.

[www.ceralacca.org](http://www.ceralacca.org)

# PIZZA

## INGREDIENTI:

Impasto per 3 pizze:

500 g di farina

300 cl di acqua

4 g di lievito

1 cucchiaio di olio

½ cucchiaio di sale

Lievitazione almeno 4 ore

## REGINA MARGHERITA:

Pomodoro, fior di latte, pomodorino fresco a crudo, basilico, olio evo, sale.

## BOMBAZZA:

Pomodoro, fior di latte, 'nduja, salame piccante, olive taggiasche, olio evo, sale.

## PIZZA UNESCO:

Fior di latte, scamorza affumicata, mortadella IGP, granella di pistacchio di Bronte, pomodorini freschi gialli e rossi, limone, olio evo.

## PIZZAUT

“PizzAut” è il primo ristorante in Italia ad essere gestito completamente da persone autistiche. Da “PizzAut” lavorano 41 ragazzi assunti a tempo pieno e a tempo indeterminato. Il progetto si occupa della loro formazione e sta incominciando ad occuparsi anche del “dopo di noi” attraverso un percorso di autonomia abitativa con l’acquisto di appartamenti attraverso gli utili che i ristoranti generano. I due ristoranti di “PizzAut” sono in grado di accogliere oltre 600 clienti.  
[www.pizzaut.it](http://www.pizzaut.it)

# PANE FRATTAU

## INGREDIENTI:

Per 4 persone:

Brodo di carne (può essere di vitello, di pecora o vegetale, a seconda dei vostri gusti)

2 fogli di pane carasau

1 uovo intero

Pecorino semi-stagionato o stagionato

Passata di pomodoro

## PROCEDIMENTO:

Primo strato: bagnare il foglio di pane carasau prima con il brodo, poi con la passata di pomodoro e poi mettere le scaglie di pecorino.

Secondo strato: bagnare di nuovo il pane con il brodo, poi con la passata di pomodoro, poi mettere le scaglie di pecorino e poi mettervi sopra l'uovo in camicia.

Terzo strato: andrà a chiudere il piatto: bagnare il foglio con il brodo, la passata di pomodoro e finire con le scaglie di pecorino. Tagliare gli strati con un coppapasta così da ottenere un piatto più composto.

Servire ben caldo con una pioggia di scaglie di pecorino.

## BUONI E CATTIVI

Dai “Buoni e Cattivi” si impara un mestiere, si lavora con orgoglio, si realizza un futuro che vale la pena vivere. Dai “Buoni e Cattivi” si mangia e si dorme.

Bene, non si viene a fare la carità.

Giovani con diversa abilità, ragazzi che hanno vissuto fuori famiglia, mamme che hanno avuto una vita difficile. “Buoni e Cattivi” è l’impresa sociale di Domus de Luna dove tutti possono provare a cambiare vita. Nei ristoranti e nelle camere il lavoro diventa inclusione e riscatto: dal 2012 circa 300 giovani hanno partecipato alla nostra impresa sociale, trasformando fragilità in orgoglio e autonomia.

[www.buoniecattivi.it](http://www.buoniecattivi.it)

# LE TRE ARANCINE DI ETNOS PRESENTATE ALL'UNESCO

La nostra proposta valorizza la tradizione siciliana con un'attenzione particolare all'inclusione alimentare. Tutte le ricette prevedono l'uso di mozzarella senza lattosio, Grana Padano senza lattosio e, dove necessario, ingredienti senza glutine, mantenendo gusto, identità e qualità originale.

## PROCEDIMENTO BASE COMUNE:

Preparazione del riso. Si utilizza riso adatto alle arancine, cotto in brodo vegetale e profumato con zafferano. A fine cottura il riso viene mantecato con burro e Grana Padano senza lattosio, poi steso a raffreddare fino a raggiungere una consistenza compatta e lavorabile.

Panatura. La panatura prevede una pastella fluida preparata con farina di riso e acqua. L'arancina viene poi ricoperta con pangrattato senza glutine e fritta in olio caldo fino a doratura.

## Arancina al ragù classico

Ingredienti principali per il ripieno

Ragù tradizionale preparato con carne macinata, soffritto di verdure e passata di pomodoro

Mozzarella senza lattosio

Grana Padano senza lattosio

Procedimento. Prendere una porzione di riso e formare una cavità centrale. Al suo interno aggiungere il ragù, alcuni cubetti di mozzarella e una leggera spolverata di Grana Padano. Richiudere con altro riso e modellare in forma sferica, compatta e uniforme.

Frittura. Tutte le arancine vengono passate prima nella pastella di farina di riso e acqua, poi nel pangrattato senza glutine. Si friggono in olio caldo fino a ottenere una doratura uniforme e una crosta croccante. Si lasciano riposare brevemente su carta assorbente e si servono calde.

## Arancina alla parmigiana

Ingredienti principali per il ripieno

Melanze fritte a cubetti

Mozzarella senza lattosio

Grana Padano senza lattosio

Basilico fresco

Procedimento. Prendere una porzione di riso e formare una conca. All'interno inserire le melanzane fritte, la mozzarella e il basilico, completando con una leggera nota di Grana Padano. Richiudere e dare la forma con le mani.

Frittura. Tutte le arancine vengono passate prima nella pastella di farina di riso e acqua, poi nel pangrattato senza glutine. Si friggono in olio caldo fino a ottenere una doratura uniforme e una crosta croccante. Si lasciano riposare brevemente su carta assorbente e si servono calde.

### **Arancina prosciutto e besciamella**

Ingredienti principali per il ripieno

Prosciutto cotto senza glutine, tagliato finemente

Mozzarella senza lattosio

Grana Padano senza lattosio

Besciamella senza lattosio e senza glutine. Si prepara una besciamella utilizzando latte senza lattosio, burro e farina di riso, regolata con sale e noce moscata.

Procedimento. Modello il riso sul palmo della mano creando una base. Al centro inserire una piccola quantità di besciamella, prosciutto e mozzarella. Richiudere e formare la sfera compatta.

Frittura. Tutte le arancine vengono passate prima nella pastella di farina di riso e acqua, poi nel pangrattato senza glutine. Si friggono in olio caldo fino a ottenere una doratura uniforme e una crosta croccante. Si lasciano riposare brevemente su carta assorbente e si servono calde.

### **COOPERATIVA SOCIALE ETNOS**

La “Cooperativa Sociale Etnos” porta a Parigi AUT Café e N’arancina Speciale, esperienze nate a Caltanissetta per dimostrare che il cambiamento è possibile solo con impegno, passione e dedizione quotidiana. Non ci rassegniamo ai limiti e ai pregiudizi sulle disabilità, ma lavoriamo per liberare energie, talenti e capacità spesso inascoltati, trasformandoli in opportunità concrete di inclusione e di crescita sociale e culturale.

[www.narancinaspeciale.it](http://www.narancinaspeciale.it)

## ZUCCA DELICA MARINATA

### INGREDIENTI:

Per 4 persone:

1 zucca (noi usiamo il prodotto della Cascina AGRIVIS)

Olio evo q.b. (noi usiamo il prodotto della Cascina AGRIVIS)

Sale q.b.

Pepe q.b.

Timo q.b. (noi usiamo il prodotto della Cascina AGRIVIS)

### PROCEDIMENTO:

Lavare bene la zucca, togliendo tutte le eventuali piccole protuberanze sulla buccia, ma senza sbucciare.

Tagliarla a metà e togliere i semi.

Tagliare ancora per il lato lungo: si avranno 4 pezzi di zucca lunghi; ora con l'affettatrice tagliarli molto sottili direttamente dentro una ciotola/insalatiera.

Condire con olio evo, sale, pepe e timo secondo il proprio gusto.

Laschiare marinare almeno un'ora, il tempo che la zucca si ammorbidisca e si insaporisca. Servire.

## INSALATA DI CAVOLO CAPPUCIO

### INGREDIENTI:

Per 6 persone:

1 cavolo cappuccio verde (noi usiamo il prodotto della Cascina AGRIVIS)

40-50 g di semi di girasole e di zucca (noi usiamo il prodotto della Cascina AGRIVIS)

Olio evo q.b. (noi usiamo il prodotto della Cascina AGRIVIS)

Aceto di mele q.b.

Sale q.b.

Zucchero q.b.

## **PROCEDIMENTO:**

Lavare il cavolo, tagliarlo a metà e togliere il torsolo. Tagliarlo molto sottile con l'affettatrice in una ciotola, unire i semi e condire con olio evo e un'emulsione di aceto di mele, sale e zucchero, in modo da creare l'effetto agrodolce e mischiare l'insalata. Lasciare riposare circa mezz'ora, per far sì che l'insalata si insaporisca. Servire.

## **GRUPPO L'IMPRONTA**

Noi del "Gruppo L'Impronta" operiamo a Milano con l'obiettivo di progettare e realizzare attività finalizzate all'inserimento lavorativo di persone con disabilità. In particolare, abbiamo costruito una filiera alimentare etica, sostenibile e di prossimità, che parte da coltivazioni agricole di ortaggi, piccoli frutti e piante officinali. Si articola in tre laboratori di produzione degli alimenti (trasformazione dei prodotti agricoli, panificazione-pasticceria e cucina) per poi gestire direttamente o all'interno di aziende, attività di ristorazione, bistrot, bar-caffetterie e servizi di catering. Offriamo così lavoro stabile a 110 persone con disabilità, promuovendo un modello inclusivo, equo e capace di valorizzare le potenzialità delle persone più fragili.

[www.improntas.it](http://www.improntas.it)

## LADY NOIR (FONDENTE)

Il gelato fondente della “Gelateria Includiamo” è un tributo all'eleganza del cacao nella sua forma più pura. La base, realizzata con cioccolato fondente di alta qualità, sprigiona un aroma profondo e persistente, esaltato da un soffio di vaniglia bourbon del Madagascar che ne arrotonda la struttura e ne addolcisce la forza.

Un leggero tocco di sale di Maldon accende le sfumature aromatiche del cacao, mentre un filo di olio extravergine d'oliva delicato regala una cremosità setosa e un finale pulito al palato. Le scaglie di cioccolato extra fondente aggiungono un contrasto croccante, amplificando la complessità sensoriale di ogni assaggio.

Il risultato è un gelato di carattere, intenso ma equilibrato, capace di unire potenza e finezza in un'esperienza di gusto autenticamente contemporanea.

## SWEET FLIGHT (MERINGA E MARRONS GLACÉS)

Un incontro di pura eleganza e dolcezza, la cremosità vellutata del gelato alla meringa avvolge il palato con note delicate di panna e vaniglia esaltate da un tocco di zucchero caramellato che ricorda la leggerezza dei bianchi montati a neve.

A impreziosire questa sinfonia, frammenti generosi di marrons glacés – castagne candite dal cuore morbido e profumato – che regalano una consistenza raffinata e un gusto autunnale, profondo e avvolgente. Ogni cucchiainata è un viaggio tra la sofficità della meringa e la dolce intensità del marrone; un equilibrio perfetto tra leggerezza e ricchezza. Ideale per chi ama sapori classici reinterpretati con gusto e maestria.

### LA TELA DI MATILDA COOPERATIVE

Una Gelateria dove l'inclusione diventa realtà, grazie al lavoro di ragazzi speciali in tutti i sensi. Ogni gelato è servito con passione, competenza e un sorriso autentico. Un luogo che valorizza le abilità di tutti, creando opportunità e relazioni vere.

[www.lateladimatilda.it](http://www.lateladimatilda.it)

# STRUDEL DREAM. IL DOLCE DELL'INCLUSIONE!

## INGREDIENTI:

Per l'impasto:

500 g di farina 00

1 pizzico di sale

1 cucchiaio grande di zucchero

1 bicchiere di acqua tiepida

(aggiungere poco alla volta)

3 cucchiai di olio

grappa

Per il ripieno:

10 mele crude, sbucciate e tagliate

a cubetti molto piccoli

Cannella q.b.

Uvetta passa q.b.

Zucchero q.b.

Pinoli q.b.

Buccia di limone grattugiata

Marmellata

Burro

## PROCEDIMENTO PER L'IMPASTO:

Mescolare gli ingredienti con le mani fino a ottenere un impasto elastico. Lasciar riposare sulla spianatoia per circa 30 minuti. Dividere l'impasto in tre pagnotte, da cui si ricaveranno circa tre strudel.

## PROCEDIMENTO PER IL RIPIENO:

Stendere ciascuna pagnotta formando un rettangolo perfetto.

Distribuire qua e là cucchiaiate di marmellata.

Aggiungere il composto di mele.

Ripiegare i bordi del rettangolo.

Chiudere lo strudel.

Inforiare a 180°C in forno statico per circa 40 minuti.

## DREAM

Nel laboratorio di "Dream" la passione e il talento si trasformano in opportunità; ogni conquista è un tassello verso l'autonomia e il lavoro. L'inclusione ha il sapore di un sorriso!

[www.dreamaps.it](http://www.dreamaps.it)

# VENEZIANA

## INGREDIENTI:

Per l'impasto

410 g di farina tipo 1

10 g di lievito di birra

103 g di latte intero

82 g di uova

41 g di acqua

4 g di vaniglia in polvere

82 g di zucchero

6 g di sale fino

62 g di burro

Per la copertura

Albumi di 1 uovo

Zucchero a velo q.b.

Granella di zucchero q.b.

Questa ricetta permette di ottenere

12 pezzi di veneziane.

Attrezzatura

Una terrina (minimo 3 litri), un mestolo, le mani, una ciotola (8 – 10 cm), un pennello di 2 cm, un colino a maglia fine (tipo quello da the), il forno.

## PROCEDIMENTO:

Prima di tutto pesare il burro e lasciarlo ammorbidente a temperatura ambiente. Nella terrina versare la farina, lo zucchero, la vaniglia e il lievito e iniziare a mescolare. Aggiungere i liquidi un po' alla volta e iniziare a impastare con le mani. Aggiungere le uova continuando a impastare con le mani. Inglobare il burro nell'impasto avendo cura di aggiungerlo in due volte. Lasciare lievitare l'impasto nella terrina coperta con pellicola per circa 1 ora. Dividere l'impasto in 12 pezzi, formare delle palline con le mani e disporle su teglie da forno. Lasciar lievitare le palline fino a quando saranno raddoppiate di volume. Agitare l'albumi con una forchetta in una ciotola. Spennellare le palline con l'albumi. Cospargere la granella di zucchero. Spargere lo zucchero a velo sulle palline. Scaldare il forno (ventilato) a 180°. Inforiare le veneziane. Quando la superficie delle veneziane risulterà dorata la cottura sarà ultimata. Estrarre le teglie dal forno e lasciare raffreddare le veneziane.

## COMETA

“Cometa” è una realtà impegnata dal 1986 nell'accoglienza e nell'educazione di bambini e ragazzi; nel sostegno alle loro famiglie; nella formazione e nell'accompagnamento nel mondo del lavoro di giovani adulti. Oggi più di 1.200 persone frequentano questo luogo dove si cresce, si studia, si lavora e si impara. La realtà, nata dall'esperienza dell'affido, offre servizi di formazione professionale IEFP, istruzione secondaria con un liceo artistico del design e servizi di formazione e inserimento lavorativo per persone con disabilità intellettuale. Sono poi nati il bar bistrot Anagramma, un laboratorio di pasticceria e la panetteria Il pane di Sandro, l'outlet For&From in collaborazione con il gruppo Inditex, il work café presso LVMH e l'outlet in store in collaborazione con il gruppo Calzedonia.

[www.puntacometa.org](http://www.puntacometa.org)

# CROSTATA ALLA MARMELLATA

## INGREDIENTI:

300 g di farina 00  
120 g di zucchero  
150 g di burro freddo  
1 uovo intero + 1 tuorlo  
1 pizzico di sale  
Scorza grattugiata di 1 clementina  
(non trattata)  
2 vasetti di marmellata di clementine  
La Semente

## PROCEDIMENTO:

Preparazione della frolla: in una ciotola, mescolare farina, zucchero e sale. Aggiungere il burro a pezzetti e lavorare rapidamente con le mani fino ad ottenere un composto sabbioso. Unire l'uovo, il tuorlo e la scorza di clementina, poi impastare fino a formare una palla compatta. Avvolgerla nella pellicola e lasciarla riposare in frigorifero per 30 minuti.

Stesura e farcitura: stendere la frolla su un piano infarinato fino ad ottenere uno spessore di circa mezzo centimetro. Foderare una tortiera imburrata e infarinata con la base di pasta. Bucherellare il fondo con una forchetta e spalmare la marmellata di clementine La Semente in modo uniforme.

Decorazione: con la frolla rimasta, creare delle strisce e disporle a griglia sulla superficie della crostata.

Cottura: infornare in forno statico preriscaldato a 180°C per 30–35 minuti, finché la superficie risulta dorata e fragrante.

Raffreddamento e degustazione: lasciare raffreddare completamente prima di sfornare. Servire tiepida o a temperatura ambiente, accompagnata da un tè agrumato o una tazza di latte.

## LA SEMENTE

Fondazione ANGSA Umbria ETS, attiva da oltre 25 anni, sostiene le persone con autismo e le loro famiglie.

Con i centri "La Semente" (Limiti di Spello) e "Up" (Santa Maria degli Angeli) offre percorsi terapeutici, riabilitativi e socioeducativi, promuove formazione e orientamento, sviluppa servizi per la vita indipendente e favorisce l'inclusione lavorativa. Radicata nel territorio, collabora con istituzioni e sanità per garantire diritti e qualità di vita.

[www.angsaumbria.org](http://www.angsaumbria.org)

# COOKIES AL CIOCCOLATO FONDENTE

## INGREDIENTI:

125 g di burro morbido  
100 g di zucchero semolato  
50 g di zucchero di canna  
1 uovo  
1 cucchiaino di estratto di vaniglia  
(facoltativo)  
180 g di farina 00  
1/2 cucchiaino di bicarbonato di sodio  
1 pizzico di sale  
150 g di cioccolato fondente  
(in gocce o tritato grossolanamente)

Questa ricetta permette di ottenere circa 15 biscotti cookies al cioccolato fondente, croccanti fuori e morbidi dentro.

## PROCEDIMENTO:

Preparazione dell'impasto: lavorare burro e zuccheri fino ad ottenere una crema spumosa. Aggiungere l'uovo e la vaniglia, mescolando bene. Mescolare tra loro farina, bicarbonato e sale, poi unirli al composto di burro e zucchero. Incorporare le gocce di cioccolato fondente. Formare 15 palline di circa 30 g e disporle su una teglia con carta forno. Cuocere a 180°C per 10-12 minuti, finché i bordi sono dorati e il centro rimane morbido. Lasciare raffreddare 5 minuti sulla teglia, poi trasferire su una griglia.

Consigli:

Sostituire parte del cioccolato fondente con cioccolato al latte o bianco per un gusto più dolce. Aggiungere una presa di sale in fiocchi sopra ogni biscotto prima di infornare. L'impasto si conserva in frigorifero per 2-3 giorni o in freezer fino a un mese.

## FROLLA

L'idea di un biscotto speciale, il sogno che quel biscotto fosse qualcosa in più ... "Frolla" è un punto di partenza, una famiglia, una possibilità. Un microbiscottificio artigianale che trasforma farina e zucchero in inclusione, offrendo a ragazzi e ragazze con disabilità un percorso di formazione e lavoro retribuito. Perché ogni biscotto porta con sé il sapore della condivisione e della qualità.

[www.frollalab.it](http://www.frollalab.it)

# BIRRA HOMEBREWING EDITION

Una Saison chiara e rinfrescante, perfetta da preparare anche in cucina! Questa ricetta semplificata ti guiderà passo passo nella produzione di circa 10 litri di birra aromatica e speziata, ispirata alla Utopia del Birrificio Vecchia Orsa.

## INGREDIENTI:

Estratto di malto chiaro  
Zucchero candito chiaro (o zucchero di canna)  
Luppolo Styrian Goldings (o Saaz)  
Scorza d'arancia amara e un pizzico di pepe bianco  
Lievito Saison secco  
Acqua fino a 10 litri totali

## PROCEDIMENTO:

Preparazione del mosto. Portare a ebollizione 3 litri d'acqua in una pentola capiente. Spegnere il fuoco e sciogliere l'estratto di malto. Riaccendere e portare di nuovo a bollore.

Aggiunta del luppolo. Aggiungere luppolo e far bollire per 45 minuti. Negli ultimi 5 minuti, unire il restante luppolo, le spezie e la scorza d'arancia.

Raffreddamento. A fine bollitura, raffreddare rapidamente il mosto (usare un lavello con ghiaccio o acqua fredda).

Fermentazione. Versare il mosto nel fermentatore e aggiungere acqua fredda fino a raggiungere 10 litri. Quando la temperatura è intorno ai 24°C, inoculare il lievito. Lasciare fermentare a temperatura ambiente (22–26°C) per circa 10 giorni.

Imbottigliamento. Aggiungere zucchero per la rifermentazione. Imbottigliare e lasciare maturare per almeno 3 settimane a temperatura ambiente.

Risultato finale. Birra dorata, leggermente velata, profumata di agrumi e spezie, con corpo leggero e finale secco. Fresca, frizzante e super beverina – la tua Utopia casalinga!

Consigli. Servire a 6-8°C in un calice ampio. Ottima con piatti leggeri, pesce o formaggi freschi. Si può personalizzarla aggiungendo coriandolo o scorza di limone nella bollitura.

## VECCHIA ORSA BREWERY

Il Birrificio Vecchia Orsa produce 13 stili di birra artigianale e inserisce nel mondo del lavoro persone con disabilità. Il progetto di inclusione sociale mette al centro le persone coinvolte valorizzando la dignità e l'autonomia. L'attività offre un'esperienza di apprendimento e un'opportunità di partecipazione alla vita sociale dentro e fuori il birrificio. Il processo produttivo finalizzato all'inserimento lavorativo ha l'obiettivo di ottenere un lavoro di qualità sia sotto il profilo tecnico che dal punto di vista dell'esperienza di apprendimento. Attraverso la scomposizione del lavoro, infatti, ogni persona svolge la lavorazione più adatta alle proprie caratteristiche, facendo sì che sia il lavoro ad adattarsi alla persona e non il contrario.

[www.vecchiaorsa.it](http://www.vecchiaorsa.it)

# CENTROTAVOLA DI NATALE

## OCCORRENTE:

2 fogli di gomma eva di vario colore (bianco, rosso, verde)  
Perline per i pistilli  
1 pistola a caldo e ricariche colla a caldo  
1 fustellatrice  
2 fustelle per le stelle di natale  
1 paio di forbici  
1 scatola  
1 rettangolo di spugna  
Veli  
Steli di ferro

## PROCEDIMENTO:

Prendi un foglio di gomma eva e taglia 40 quadrati di misura 11 cm per 11 cm. Usa la fustellatrice per creare petali e foglie. Modella i petali con l'aiuto di un ferro da stiro o di una piastra. Con il calore si ammorbardiranno e potrai modellarli con le dita. Assembila i fiori con l'aiuto della colla a caldo e al centro poni una perlina. Sistema i fiori in una scatola e completa con nastrini, farfalle decorative, o fiocchi a tuo piacimento.

## AIPD MOLISE

L'Associazione Italiana Persone Down di Campobasso, nata nel 1995, è da 30 anni punto di riferimento in Molise per le famiglie con persone con sindrome di Down. Promuove diritti, inclusione e autonomia attraverso servizi innovativi: Centro Diurno "Casanostra", "Una casa per domani", corsi di autonomia, laboratori, inserimenti lavorativi e progetti educativi e culturali. Con una rete solida di famiglie, scuole, servizi, istituzioni e Terzo Settore, offre percorsi personalizzati e riconosciuti a livello nazionale.

[www.aipdmolise.com](http://www.aipdmolise.com)