

Che sapori!

Quadro di riferimento

Per una badante, la qualità forse più amata dagli anziani che assistono e dalle loro famiglie è “saper cucinare”.

Imparare a preparare i piatti tipici della località italiane dove si vive aiuta a entrare in confidenza con le persone. Poi, potranno essere proposti anche cibi tradizionali del proprio Paese che saranno sicuramente assaggiati con piacere.

Obiettivi

- Far conoscere alcuni piatti tipici della cucina italiana.
- Far conoscere l’abitudine del pranzo domenicale in famiglia.

Situazioni comunicative

- Parlare di cucina e delle tradizioni legate alla tavola
- Comprendere, descrivere e presentare una ricetta
- Interagire con il territorio circostante
- Comprendere istruzioni e informazioni in merito a problemi di salute.

Materiali

- Immagini relative a piatti tipici e ingredienti
- Ricette
- Programmi radiofonici
- Video tutorial

Attività linguistiche

- Brainstorming/discussione in plenaria
- Abbinamento parola-immagine
- Comprensione scritta con abbinamento parola-definizione
- Comprensione scritta con domande a risposta aperta
- Attività di completamento con parole date
- Comprensione orale con domande a risposta aperta
- Ricerca di informazioni in Internet
- Attività di produzione orale guidata
- Momenti di interazione orale in sotto gruppi e in coppia
- Produzione scritta
- Attività sul territorio



1. Questi sono alcuni piatti tipici della cucina italiana.
Li conoscete? Quali fra questi sono pugliesi?





2. Lavorate in coppia e scrivete il nome del piatto (da A a G) sotto l'immagine e completate la lista degli ingredienti che, secondo voi, sono necessari per queste ricette (guardate l'esempio della ricetta del *polpo in umido*).

Poi confrontate le vostre indicazioni con il resto della classe (gli ingredienti possono essere ripetuti più volte).

Piatti: orecchiette alle cime di rapa, pizza Margherita, spaghetti alla carbonara, *polpo in umido*, taralli, tiramisù, caprese

Ingredienti



Acciughe



Aglione



Basilico



Biscotti



Cacao



Caffè



Cime di rapa



Cipolla



Farina



Semi di finocchio



Guanciale



Mascarpone



Mozzarella



Olio d'oliva



Orecchiette



Patate



Pecorino



Pepe



Peperoncino



Polpo



Pomodori



Prezzemolo



Sale



Spaghetti



Tuorli d'uovo



Vino bianco



Zucchero



A.
ingredienti:
.....
.....



B. *Polpo in umido*
ingredienti:
polpo, patate, aglio, olio, cipolla,
peperoncino, pomodoro, prezzemolo



C.
ingredienti:
.....
.....



D.
ingredienti:
.....
.....



E.
ingredienti:
.....
.....



F.
ingredienti:
.....
.....



G.
ingredienti:
.....
.....



3. Alina ha letto un testo interessante sulle abitudini degli italiani a tavola.

Leggi il testo e indica con una X se le affermazioni da 1. a 4. sono vere (V) o false (F).



Una tradizione tutta italiana: il pranzo della domenica

Nel nostro Paese c'è ancora la tradizione di ritrovarsi a mangiare insieme la domenica.

Passare il tempo insieme alle persone più care, ritrovare familiari e amici: il pranzo della domenica è ancora un'abitudine per molti, anche nel 2020.

La famiglia riunita e il buon cibo possono regalare a tutti una giornata piena di divertimento e piacere, anche se bisogna cucinare per tante persone.

Secondo Giovanni Ballarini, presidente dell'Accademia Italiana della Cucina, "L'analisi dei dati conferma che il pranzo della domenica è una tradizione amata e diffusa in tutta Italia, dal Nord al Sud".

Il 52% delle famiglie italiane non rinuncia, ancora oggi, a riunirsi attorno al tavolo di casa con i propri cari ogni settimana.

Il 21% si riunisce per il pranzo della domenica due volte al mese.

Il 95% degli italiani pranza in casa e solo il 5% va al ristorante".

I piatti? Le ricette tradizionali tipiche di ogni Regione italiana e almeno tre portate: antipasto, primo e secondo con contorno. Ad esempio, in Puglia, la domenica non può certo mancare un bel piatto di pasta, meglio se orecchiette fatte in casa! Per finire in dolcezza, una bella torta o una pasta al cioccolato o alla panna, insieme a un buon caffè.

[<https://www.burgertour.it/pranzo-della-domenica>]

1. Il pranzo della domenica è una nuova abitudine Italiana. [V] [F]
2. Il 52% degli italiani preferisce mangiare insieme alla propria famiglia la domenica. [V] [F]
3. Mangiare al ristorante la domenica è un'abitudine cresciuta nel tempo. [V] [F]
4. La domenica si cucinano le stesse ricette in tutta Italia. [V] [F]



4. Quali sono le tradizioni alimentari del vostro Paese? Sono simili? Ci sono giorni o occasioni particolari dedicati al pranzo in famiglia?



5. A turno presentate un piatto tipico del vostro Paese e raccontate per quale occasione viene preparato. Pronunciate il nome del piatto nella vostra lingua e anche il nome degli ingredienti che, poi, tradurrete in italiano per le vostre compagne.



6. Guarda il video e scopri come fare le orecchiette in casa.

https://www.youtube.com/watch?v=_lwrAodxgvA



7. Guarda di nuovo il video e rispondi per iscritto alle domande da 1. a 5.

1. Quali sono gli ingredienti?



.....

2. Dove si fa l'impasto?



Sulla

3. Come devo distribuire la farina?



A forma di

4. Che forma devo dare ai pezzetti di pasta?



La forma di una

5. Per quanto tempo posso conservare in frigo le orecchiette?



.....



8. È domenica e Alina vuole preparare un piatto di orecchiette per lei, il Signor Giuseppe e per i suoi due figli che arrivano per l'ora di pranzo. Leggi la ricetta e aiuta Alina a mettere in ordine le immagini da 1. a 9. che descrivono le azioni sottolineate, come nell'esempio (0).

ORECCHIETTE ALLE CIME DI RAPA

RICETTA PER 4 PERSONE

INGREDIENTI

- 500 g di cime di rapa
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
 - 2 spicchi di aglio
- 1 filetto di acciughe sott'olio
 - Sale
- 160 g di orecchiette
 - Pepe nero

Pulite (0) e lavate le cime di rapa. Separate le foglie dai fiori. Mettete in una padella l'olio, l'aglio e le acciughe ben scolate.

Fate dorare l'aglio e le acciughe. Spegnete e mettete il peperoncino a pezzetti.

Fate bollire l'acqua per la pasta, aggiungete il sale e buttate le orecchiette.

A 5 minuti dalla fine della cottura buttate nella pentola insieme alla pasta anche le foglie e a 2 minuti dalla fine della cottura anche i fiori. Mescolate bene.

Poco prima di scolare aggiungete un cucchiaino di acqua di cottura nella padella del condimento, quindi scolate la pasta.

Accendete il fuoco sotto la padella con aglio, olio e peperoncino e mettetevi la pasta (8).

Saltate la pasta sul fuoco per un paio di minuti (9).

Servite il piatto (10).



1.



2.



3.



0...



4.



5.



6.



7.



8.



9.



9. Pensate di sapere ormai tutto sulle orecchiette? Ogni esperto di cucina ha il proprio segreto.

Dividetevi in due squadre. In ogni squadra ci sarà una compagna, individuata dall'insegnante, che avrà il compito di organizzare una specie di gita con due obiettivi:

- visitare una trattoria tipica;
- chiedere al cuoco qual è il segreto della sua ricetta delle orecchiette.



10. Alla fine dell'attività la "capitana" di ogni squadra presenta alla classe la ricetta, racconta il segreto del cuoco e dice perché questa versione delle orecchiette è la più buona.



11a. Descrivi un piatto tipico del tuo Paese.

11b. Scrivi l'elenco degli ingredienti del piatto preferito del tuo Paese.

11c. Scrivi una ricetta tipica del tuo Paese sull'esempio dell'attività n. 8.



12. Ora tocca a te! Cucina un piatto tipico del tuo Paese, realizza e pubblica su *Youtube* un video tutorial come quello che hai visto. Guarda il video in classe insieme alle tue compagne e alla fine votate la ricetta che vi piace di più.



13. Mangiare è un piacere, ma a volte si mangia un po' troppo. Il Signor Giuseppe ha esagerato con le orecchiette preparate da Alina e ora ha problemi con lo stomaco. Che cosa fare contro il mal di pancia? Alina ascolta alla radio una rubrica di salute che parla proprio di questo problema. Ascolta il programma e prendi appunti.

Rimedi per calmare il dolore	Se viene fame....
- <i>Borsa dell'acqua calda</i>	-
-	-
-	-



14. Conoscete altri rimedi utili per risolvere il problema del mal di pancia? Confrontate le vostre proposte.

Soluzioni:

1. e 2.

- a. Caprese, ingredienti: pomodori, mozzarella, basilico, olio, sale
- b. **Polpo in umido (esempio)**, ingredienti: polpo, patate, aglio, olio, cipolla, peperoncino, pomodoro, prezzemolo
- c. Tiramisù, ingredienti: biscotti, mascarpone, zucchero, cacao, uova, caffè
- d. **Taralli**, ingredienti: farina, olio, vino bianco, finocchio, sale
- e. Spaghetti alla carbonara, ingredienti: spaghetti, uova, guanciale, pecorino, pepe
- f. Pizza Margherita, ingredienti: farina, mozzarella, pomodoro, basilico
- g. **Orecchiette alle cime di rapa**: ingredienti: orecchiette, cime di rapa, aglio, olio, acciughe, sale, pepe

In neretto sono indicati i piatti tipici pugliesi.

3. 1: F; 2: V; 3: V; 4: F.

5. Trascrizione testo audio del video.

Per questa ricetta utilizzerò 400 grammi di farina di semola, 200 milligrammi di acqua tiepida, un pizzico di sale. Inizio la preparazione versando sulla spianatoia la farina, formo una fontana, aggiungo il sale. Verso al centro un po' alla volta l'acqua. Inizio a lavorare con le mani l'impasto fino ad ottenere un panetto molto elastico. Copro bene con il canovaccio e lascio riposare per 10 minuti. Trascorso il tempo necessario, taglio il panetto in piccoli pezzi e copro sempre con il canovaccio. Faccio poi una corda di pasta spessa come un mignolo. Con l'aiuto del coltello taglio un pezzettino alla volta, circa un centimetro. Porto il coltello verso di me rivolto sul pollice e *voilà* l'orecchietta è pronta. Man mano che faccio le orecchiette, le posiziono sulla spianatoia e lascio asciugare. Le orecchiette possono essere preparate in anticipo, si conservano in frigo massimo per tre giorni. Potete condire le orecchiette come preferite: qui in Puglia si mangiano spesso con le cime di rape o con il ragù. A presto, alla prossima ricetta!

6. 1: acqua, farina, sale; 2: spianatoia; 3: fontana; 4: corda; 5: 3 giorni.

7. a-8; b-6; c-9; d-1; e-2; f-10; g-7; h-5; i-4; l-3.

11. Trascrizione del testo audio

Giornalista: Un problema che ci riguarda tutti, soprattutto durante le feste. Ci piace mangiare, non diciamo no al secondo piatto di lasagne, a un dolcetto e poi il mal di stomaco ci fa stare male! Dottor Micheli, ci può aiutare?

Dottore: Come al solito, si pensa sempre dopo alle conseguenze...

Comunque, vorrei dare qualche consiglio del tutto naturale. Si tratta degli stessi consigli che davano anche le nostre nonne...

Prima di tutto la borsa d'acqua calda... Il calore sullo stomaco aiuta subito a stare meglio. Così come la camomilla, bella calda, è un ottimo antiinfiammatorio naturale. Oppure una tisana di salvia e alloro.

Giornalista: Comunque anche con il mal di stomaco, potremmo avere fame...

Dottore: Certamente, la fame arriva anche quando lo stomaco fa male. Il consiglio è un piatto di riso in bianco, ben cotto per almeno 18 minuti.

Giornalista: Qualche altra soluzione?

Dottore: Fette biscottate o pane secco.

Rimedi naturali per calmare il dolore	Se viene fame....
- <i>Borsa dell'acqua calda</i>	- <i>Riso in bianco</i>
- <i>Camomilla calda</i>	- <i>Fette biscottate</i>
- <i>Tisana di salvia e alloro</i>	- <i>Pane secco</i>

Icone



Attività in plenaria (brainstorming, esperienze, confronto interculturale)



Attività di ricezione: comprensione della lettura



Attività di ricezione: comprensione dell'ascolto



Attività di produzione o interazione scritta



Attività di produzione orale



Attività di interazione orale



Attività in coppia (peer to peer)



Attività di mediazione



Attività con uso delle tecnologie (competenze digitali)



Attività al di fuori dell'ambiente di apprendimento