

Miss Pot



Ciao sono Miss Pot una pentola speciale, piccola come me non ce n'è una uguale ma attento, sul fuoco scotto come una normale.

Ecco il mio segreto: il rivestimento.

Il cibo non si attacca e senza condimento: burro e olio in grandi quantità non fanno un piatto di qualità.



ATTENZIONE!

Ora ascoltami attentamente

usami solo con mamma o papà presente.

E se per tanto tempo con me vuoi cucinare, è meglio il cucchiaino di legno per mescolare.



Margherita

Io sono Margherita, la tua dietista preferita, lo sai che una cucina sana è anche saporita?

Ti insegnerò a mangiare con piacere ciò che ti nutre a dovere.



La pasta

Adesso parliamo della pasta ne mangia anche il ginnasta, perché è una vera riserva di energia: sono gli amidi a fare la magia!

Con un bel piatto corri, studi e salti senza sentire della fame gli assalti.

Per crescere è un alimento prezioso in tutto il mondo è famoso, perché è anche molto gustoso.

Adesso prova a fare una ricetta, anzi quattro, con quel che hai nella valigetta.

In bianco, rossa o con il ragù scopri quella che ti piace di più.

Ricorda la cottura è importante la pasta va cotta in acqua abbondante, cinque minuti è un tempo sufficiente se la vuoi mangiare al dente.

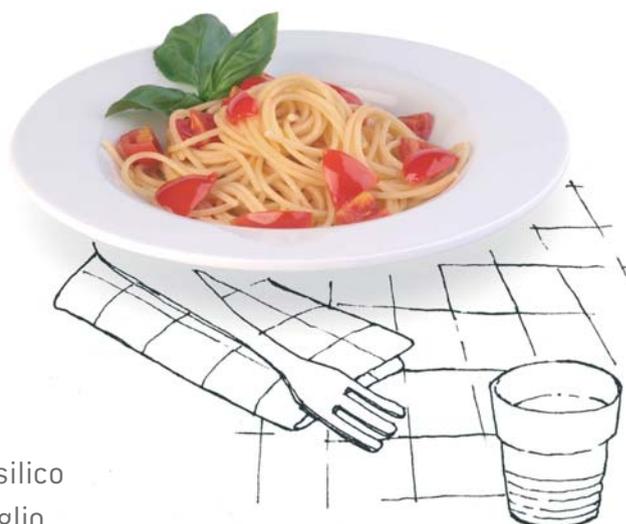


Cuciniamo insieme... la **pasta!**



[Pasta pomodoro e basilico]

TEMPO DI PREPARAZIONE = 10 MINUTI
+ TEMPO COTTURA PASTA



Ingredienti

- 60 g di pasta
- 6 pomodorini
- qualche foglia di basilico
- mezzo spicchio di aglio
- 1 cucchiaino di olio extra vergine di oliva
- 1 pizzico di sale

Preparazione

1. Lava i pomodorini e poi tagliali in piccoli spicchi
2. Intanto scalda in una padella l'aglio
3. Unisci gli spicchi dei pomodorini all'aglio e il pizzico di sale
4. Mescola i pomodorini fino ad ottenere un composto omogeneo
5. Togli l'aglio e versa i pomodorini sulla pasta già scolata
6. Lava qualche fogliolina di basilico e spezzettala sopra la pasta.

Trucchetto

Se vuoi dare più sapore alla pasta, aggiungi nell'acqua di cottura qualche foglia di basilico.

