



CenArte

Sabato 5 Maggio 2012 Casa del Popolo di Settignano

Benvenuti ! mangiare è bisogno primario dell'uomo che spesso si traduce in momento conviviale. Noi vorremmo ritrovare tutti insieme questo significato, ma anche andare oltre. Quello che mangeremo questa sera proviene interamente da fornitori di fiducia a denominazione di origine controllata, biologici ed in taluni casi biodinamici. E' importante ritrovare la serenità con la tranquillità di mangiare cose sane e semplici e di nutrirsi in maniera consapevole. Buon appetito a tutti.

MENU sonorizzato vegetariano e biologico

1 Antipasto autogestito a base di salse da spalmare sul pane

...e da mangiare nell'ordine seguente:

cremosa al basilico, humus di ceci, babaganush, pomodoro piccante

servito in mezzo ad un pascolo di alta montagna

2 Primi piatti:

1 vellutata alle verdure (cavolo, patate, finocchi, carote, sedano, porri)

2 mezze maniche al ragù di seitan

servite in un campo di grano in maremma d'estate

3 Secondi piatti:

Soufflè di patate e formaggio fresco con contorno di cipolle e verdure

servite in un bosco del casentino in primavera

4 Dolce:

Torta di riso con mandorle ed uvetta con marmellate e cremosa al cacao

servite nei pressi di un laghetto ed un torrente in autunno

Ingredienti D.O.C:

Pasta e Pomodori pelati: IRISBIO soc. agricola a.r.l. (CR) (www.irisbio.com)

Seitan: Vis naturae – Carmignanello (PO) 0574 938033

Verdure: BIOCOLUMBINI azienda biologica – Crespina (PI) (www.biocolombini.it)

Riso: Azienda Biologica Lomellina – Langosco (PV) www.risodellalomellina.it

Olio e Vino: di autoproduzione

Latte e Formaggi freschi: Azienda i due Falcetti – Larciano (PT) 0573-88088

Ovviamente le informazioni di cui sopra sono per trasparenza e non da considerare in senso pubblicitario anche perchè tali aziende forniscono generalmente ingrossi o gruppi di acquisto.