



**ISTITUTO DI ISTRUZIONE SUPERIORE DI STATO "ANDREA MANTEGNA"**  
SEDE LEGALE VIA FURA, 96 C.F. 98092990179 - 25125 BRESCIA  
TEL. 030.3533151 – 030.3534893 FAX 030.3546123  
[BSIS031005@istruzione.it](mailto:BSIS031005@istruzione.it) [www.istitutomantegna.gov.it](http://www.istitutomantegna.gov.it)



Prot. n. 4662/C16b

### AVVISO N. 3

Al personale della scuola, ai genitori

Brescia, 07 settembre 2016

**OGGETTO: corso gratuito Slow Food**

Si informa che l'istituto Mantegna ospiterà presso i propri locali il **Master of Food: Tecniche di Cucina;**

La Condotta Slow Food di Brescia, che lo organizza, mette a disposizione dell'istituto due gratuità a condizione dell'obbligatoria iscrizione a Slow Food del costo di 25,00€.

Si è stabilito di riservarne una al personale della scuola ed una ai genitori.

Chi fosse interessato è pregato di inviare una mail a [dirigente@ipsar.191.it](mailto:dirigente@ipsar.191.it) entro le ore 14:00 di sabato 10 settembre.

In caso di più adesioni si procederà a sorteggio avvisando il beneficiario estratto la mattina di lunedì.

Si riporta di seguito il programma completo del master.

Il Dirigente scolastico  
Giovanni Rosa

## Master of Food: Tecniche di Cucina dal 12 settembre 2016

Torna a Brescia il Master di cucina targato Slow Food

- lunedì 12 settembre 2016 prima Lezione: l'ortofrutta
- lunedì 19 settembre 2016 seconda Lezione: i cereali e legumi
- lunedì 3 ottobre 2016 terza Lezione: la carne
- lunedì 10 ottobre 2016 quarta Lezione: il pesce

Dalle **ore 19.00** all'Istituto di Istruzione Superiore "Andrea Mantegna" di Brescia

Via Fura, 96, 25125 – Brescia

Saper cucinare è un'arte che richiede costanza, fantasia e applicazione; farlo bene è tutt'altro che facile! Se quando siete in casa non riuscite ad andare al di là di un piatto di spaghetti scotti, ma sentite la necessità di qualcosa di più e di meglio, ma anche se avete già il sacro fuoco della passione e intendete perfezionarvi, ecco un corso che fa per voi: un ciclo di 4 incontri per acquisire le conoscenze teorico-pratiche basilari per lavorare ai fornelli. Le lezioni trattano vari argomenti: dall'utilizzo dell'utensileria alle principali tecniche di cottura, dai metodi di conservazione degli alimenti alle salse e ai fondi di cottura. Il corso si caratterizza per l'importanza fondamentale rivestita dalla pratica. Questo comporta una contrazione del numero di partecipanti minimo, nonché la ricerca di un luogo adeguato per lo svolgimento, come una cucina professionale.

---

## **TUTTI I PARTECIPANTI RICEVERANNO:**

- **LE DISPENSE DEL CORSO**
- **UN RICETTARIO DI SLOW FOOD EDITORE**
- **IL GREMBIULE DI SLOW FOOD**
- **ATTESTATO DI PARTECIPAZIONE**

**TUTTE LE SERATE VERRANNO DEGUSTATE DELLE ETICHETTE SELEZIONATE IN ABBINAMENTO AL TEMA DELLA SERATA**

---

## **DETTAGLIO LEZIONI**

### **– Prima Lezione: l'ortofrutta**

- Scegliere e acquistare gli ortaggi secondo il criterio del buono, pulito e giusto.
- Principali coltelli ed attrezzi per le operazioni di taglio: affettare, tagliare, tagliuzzare, grattugiare, tritare, tornire ortaggi e la frutta.
- Alcune tecniche di cottura: al salto, brasare, bollire, sbianchire.

- La cucina del recupero: utilizzo degli scarti di lavorazione degli ortaggi per la realizzazione di salse e vellutate.
- L'evoluzione dal crudo al cotto e il ritorno del crudo.

## – Seconda Lezione: i cereali e legumi

- Cenni sulle varie tipologie e la qualità dei cereali.
- Caratteristiche del grano tenero e duro e loro utilizzazione gastronomica.
- La pasta nella tradizione casalinga, artigianale e industriale.
- Realizzazione pratica della pasta con la semola di grano duro.
- Il riso: coltivazione, varietà, caratteristiche, difetti, qualità.
- La sottospecie indica e la sottospecie japonica (diffusione geografica, caratteristiche morfologiche, comportamenti in cottura, caratteristiche gastronomiche, varietà principali).
- La tecnica di cottura pilaf (realizzazione) e la tecnica di realizzazione del risotto mantecato.
- L'evoluzione della cucina dalla tradizione alla contemporaneità.

## – Terza Lezione: la carne

- Criteri di acquisto delle carni secondo i principi del buono, pulito e giusto: l'allevamento industriale e l'allevamento tradizionale.
- Tecniche di base del disossare.
- La cucina del recupero: utilizzo delle ossa per la realizzazione di fondi.
- Tecnica di realizzazione delle salse moderne.
- Esecuzione tecniche di cottura: rosolare, arrosto morto, brasare, sobbollire, al salto.
- Tecnica di realizzazione di salse emulsionate.
- Tecniche di conservazione degli alimenti dopo la cottura.
- Le pentole ed altri attrezzi di cucina.

## – Quarta Lezione: il pesce

- La scelta e l'acquisto dei pesci: pesca industriale e piccola pesca artigianale.
- Utilizzazione delle specie povere e sotto-utilizzate e rispetto delle specie in pericolo di estinzione.
- Il pesce allevato: opportunità e problematiche.
- Pulizia e filettatura dei pesci.
- L'utilizzazione degli scarti.
- I molluschi caratteristiche e comportamenti in cottura.
- Tecnica di cottura del sobbollire (poché).
- Tecniche di conservazione del pesce fresco.