

EXPO

2015

CIAO! MI PRESENTO...
SONO IL POMODORO DELL'ORTO BIOLOGICO
DELLA SCUOLA PRIMARIA G.P. MEUCCI
DI PRATO.



IL POMODORO

Scuola primaria "G.P. Meucci"
classe III A



CIAO! MI PRESENTO...
SONO IL POMODORO DELL'ORTO BIOLOGICO
DELLA SCUOLA PRIMARIA C.-P. MEVECI
DI PRATO







SONO UN ORTAGGIO ESTIVO DEFINITO

ORO ROSSO

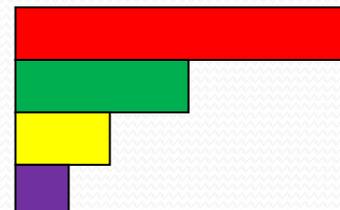
IO FORNISCO:

- ENERGIA!
- ANTIOSSIDANTI
- SALI MINERALI (POTASSIO - FOSFORO - CALCIO)
- VITAMINE C e B
- ACIDO CITRICO
- LICOPENE
- BETACAROTENE
- LUTEINA

PORTO BENEFICI AL SISTEMA IMMUNITARIO E ALLA VISTA.

ECCO I MIEI VALORI NUTRIZIONALI PER 100 GRAMMI DI PRODOTTO:

■	ACQUA 94 gr
■	CALORIE 50 Kcal
■	CARBOIDRATI (fruttosio e glucosio) 3,5 g
■	FIBRE 2g
■	PROTEINE 1g
■	GRASSI 0,2g









CENNI STORICI

IL POMODORO E' NATIVO DELLA ZONA DEL CENTRO - SUD AMERICA E DELLA PARTE MERIDIONALE DEL NORD-AMERICA ZONA COMPRESA TRA I PAESI DEL MESSICO E PERU'.

E' STATO SCOPERTO DA CRISTOFORO COLOMBO, ED E' ARRIVATO IN EUROPA QUANDO LO SPAGNOLO HERNAN CORTE'S RIENTRO' IN PATRIA E NE PORTO' DEGLI ESEMPLARI, MA E' STATO DIFFUSO IN EUROPA SOLO NELLA 2[°] META' DEL XVIII SECOLO E IN ITALIA NEL 1596.









" PAPPA AL POMODORO "

RICETTA TIPICA TOSCANA (origine Siena)

PIATTO POVERO DELLA CUCINA TOSCANA DI ORIGINE CONTADINA

(citata nel " Giornalino di Gian Burrasca" 1912 del fiorentino Vamba e negli anni '60 nella canzone di Rita Pavone " VIVA LA PAPPA COL POMODORO")

INGREDIENTI:

- 2 spicchi d'aglio
- 1 mazzetto di basilico
- 1 litro di brodo vegetale
- 300g di pane toscano raffermo
- 800g di pomodori
- 1 cucchiaino di zucchero
- sale - pepe
- olio extravergine d'oliva

PROCEDIMENTO

TAGLIARE IL PANE A FETTE SOTTILI, QUINDI TOSTARE IN FORNO PER QUALCHE MINUTO A 200°.

UNA VOLTA TOLTE DAL FORNO LASCIARE INTIEPIDIRE E POI STROFINARE

SOPRA GLI SPICCHI D'AGLIO SBUCCIATI.

SCOTTARE I POMODORI IN ACQUA BOLLENTE PER 1 MINUTO, QUINDI SCOLARLI E SPELLARLI.

PASSARE I POMODORI AL SETACCIO E RACCOGLIERE LA PASSATA IN UN CONTENITORE. DISPORRE LE FETTE DI

PANE IN UN TEGAME DI COCCIO, QUINDI VERSARE SOPRA LA PASSATA DI POMODORO E ABBONDANTE BRODO

VEGETALE TANTO DA RICOPRIRE. SALARE, PEPARE, UNIRE 1 CUCCHIAINO DI ZUCCHERO E CUOCERE A FUOCO

BASSO PER 40-50 MINUTI PER FAR EVAPORARE IL LIQUIDO.









POESIA

UN POMODORO

IL POMODORO E' ROSSO COME UNA ROSA NEL MIO ROSETO CHE
NON HA MAI FINE.

E' UNA ROSA SENZA SPINE CHE NON BUCA.

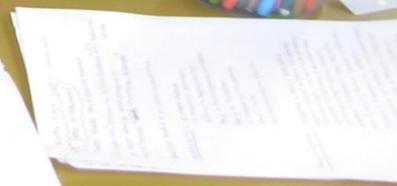
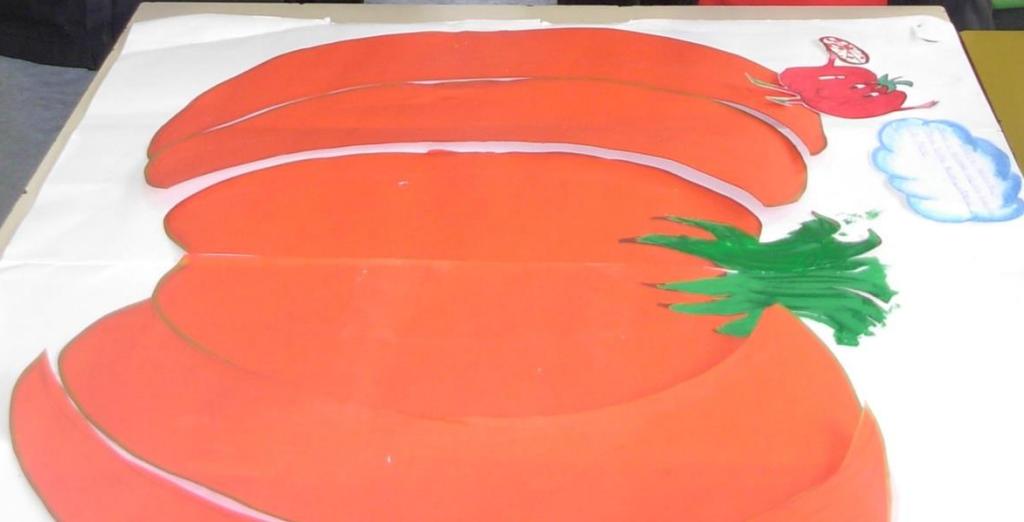
SEMBRA UNA SFERA ROSSA CHE BRUCIA TRA LE FIAMME.

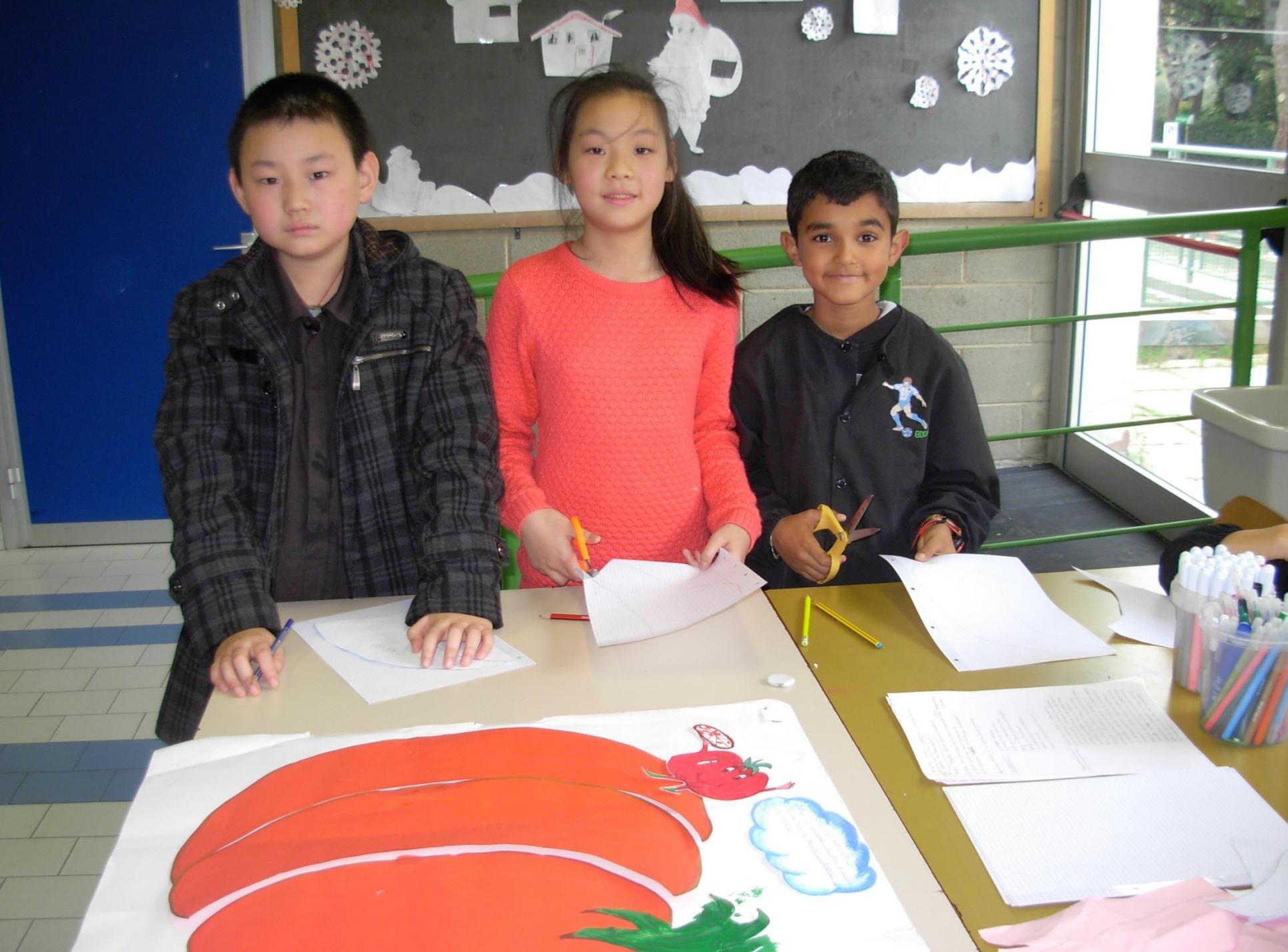
LA POLPA E' LISCIA COME L'OLIO

APPENA LO MORDI ESCE IL SUO SUCCO SUCCOSO.

OH POMODORO!

SEI UN AMORE E IO TI ADORO.









EXPO
2015

FILASTROCCA

W IL POMODORO

POMODORO ROSSO ROSSO
NOI TI AMIAMO A PIU' NON POSSO
SEI SUCCOSO
SEI IMPORTANTE
SEI FAMOSO PIU' DI DANTE
QUANDO A SCUOLA C'E' LA PIZZA
TUTTI IN PIEDI NOI SI SCHIZZA
POMODORO ROSSO E TONDO
SEMBRI PROPRIO UN MAPPAMONDO
NOI BAMBINI TI ADORIAMO
E CON GUSTO TI MANGIAMO
POI GRIDIAMO TUTTI IN CORO
W W IL POMODORO!!!

Torna alla homepage

Ortoliamo

