



Slow Food® Como



Slow Food® Como

Terra Madre Day - 10 dicembre 2014

c/o il CFP di Monteolimpino in via Bellinzona, 88 - Como

COMO se cenassi in Africa...

La cena è organizzata in collaborazione con il **Centro di Formazione Professionale di Como** e lo scopo è quello di raccogliere fondi nell'ambito del **Progetto dei 10.000 Orti in Africa**. La condotta di Como inoltre ha deciso di finanziare autonomamente un **secondo orto** dopo quello di Giceneri in Kenia e inoltre recentemente sono stati inviati **500 €** raccolti attraverso i salvadanai cilindrici del **Progetto**.

Aperitivo:

Pastels di lago (panzerotti con ripieno di missoltino)

Polpette di pesce di lago (non il persico del Nilo, ma il nostro! e poi **lavarello, luccio, cavedano...**)

Sambusa Jariana (frittelle con carne macinata, verza e patate)

Torta di patate e formaggio (croccante reinterpretazione della torta di manioca)

Primi piatti:

Vellutata africana di Biancona (vellutata di patata bianca di Esino)

Zuppa di legumi lombardi (zuppa di orzo e Borlotti pavese)

Secondi piatti:

Zighinì brianzolo (stufato di manzo, cipolle e pomodori)

Jollof da cortile (stufato di pollo e coniglio con verdure di stagione)

Lavarello del Ghana (pesce di lago speziato e fritto)

accompagnati da:

Sukuma Wiki milanese (cavolo verza stufo)

Ugali valtellinese (polentina di mais e grano saraceno)

Riso lombardo croccante (riso pavese integrale)

Dessert:

Dessert: M'semmen prealpini (frittelle con noci e miele millefiori)

M seimbi prealpini (fritelle con noci e miele miele) Umm'ali autunnale (sfoglia con uvetta, noci e fichi secchi)

Goraièbe della nonna (frollini con frutta secca)

Prezzo della cena:	giovani under 30	25 €
	Soci Slow Food	27 €
	Aspiranti soci	32 € è possibile tesserarsi (25 €) anche durante la cena

Per prenotarsi alla cena, contattare direttamente entro venerdì 5 dicembre il CFP di Como (031 571055)

c loffredo@cfpcomo.com

oppure Slow Food:

Giorgio Esposti (sms 335 8008775) giorgioesposti60@gmail.com

Marco Mascetti (sms 333 4458906) marco.mascetti@libero.it