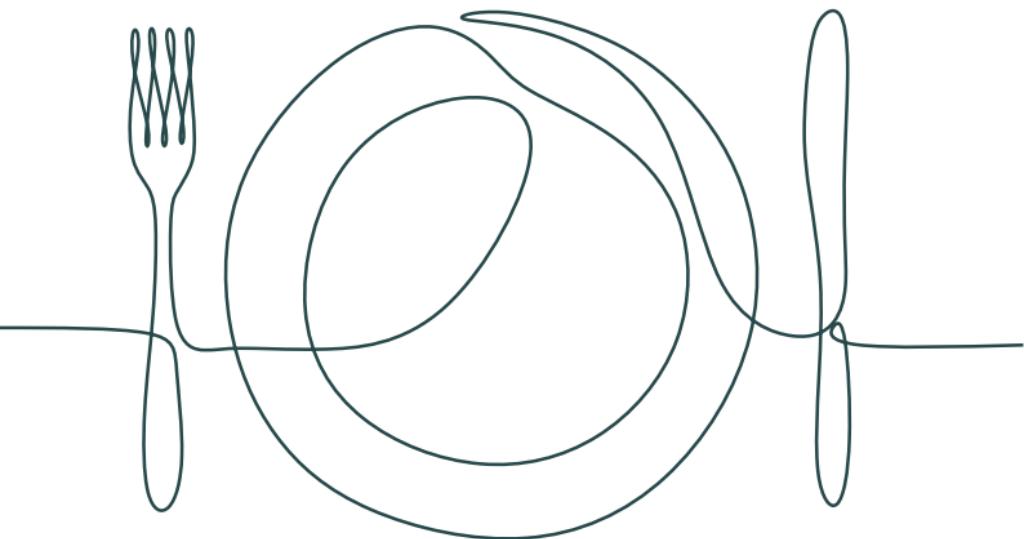


RICETTE DI NATALE ETICHE E SOLIDALI

Community Christmas_2025

a cura di Come un Albero APS ETS



E se provassimo a rendere il tradizionale pranzo di Natale un po' più etico, inclusivo, solidale?

C'è chi lo fa, magari acquistando un panettone o qualcosa di simile, ma questa volta vogliamo proporre qualcosa di più.

Attraverso questo ricettario potrete conoscere alcune realtà attive nel Municipio II, a Roma,

che da diversi anni si occupano di ristorazione sociale:

il Bistrot di Come un Albero, Albergo Etico e il suo ristorante Etico Food,

la merenderia Meré e la gelateria Zelato.

Provate a fare queste ricette, ma poi andate a provarle direttamente da chi le ha proposte!

Community Christmas

un'iniziativa promossa dal Municipio II di Roma, a cura dell'ETS Come un Albero



Spaghettone etico

a cura di Albergo Etico & Etico Food

INGREDIENTI

-  4 persone
- 400 gr di spaghetttoni integrali
50 gr di alici fresche
50 gr di capperi
50 gr di olive taggiasche
1 spicchio d'aglio
Olio EVO
Pangrattato tostato
Pecorino romano q.b.
Prezzemolo fresco q.b.

PROCEDIMENTO

1. In una padella, soffriggi lo spicchio d'aglio in olio extravergine d'oliva.
2. Aggiungi le olive, le alici e i capperi, quindi cuoci per circa 1 minuto.
3. Cuoci gli spaghetttoni in abbondante acqua salata e scolali al dente.
4. Salta la pasta a fuoco vivo insieme al condimento.
5. Aggiungi pecorino e pangrattato.
6. Continua a saltare la pasta a fuoco alto per circa 30 secondi.
7. Servi con una generosa spruzzata di prezzemolo fresco.

Albergo Etico Roma ed Etico Food sono progetti di inclusione che valorizzano le diverse abilità attraverso il lavoro e la formazione. Offriamo percorsi professionali nell'accoglienza e nella ristorazione, favorendo autonomia e responsabilità. La nostra missione è dimostrare che l'ospitalità e il cibo possono essere etici, sostenibili e generare opportunità concrete per tutti.



Polpette di manzo in crema di porri e mele

a cura di Come un Albero Museo Bistrot

INGREDIENTI

4 persone

500 g di manzo macinato

300 g di mollica di pane raffermo

100 ml di latte

50 g di parmigiano grattugiato

1 uovo

-prezzemolo tritato q.b.

sale q.b.

Pepe (facoltativo) q.b

2 porri

1 mela

vino bianco q.b

PROCEDIMENTO

1. Impastare pane, latte, parmigiano, uovo, prezzemolo, sale pepe ed infine il macinato.
2. Ottenuto un composto omogeneo e asciutto formare le polpettine che andranno cotte con un filo d'olio a 170° in forno ventilato per 10/15 minuti.
3. Per la salsa pulire e tagliare i porri a rondelle, metterli in una ciotola con dell'acqua per eliminare la terra.
4. Risciacuarlo e metterlo in una padella con un giro d'olio a fiamma medio alta per 15 minuti.
5. Lasciarlo appassire e sfumare con il vino e farlo evaporare.
6. Aggiungere a questo punto le mele sbucciate e tagliate a fettine sottili e lasciar cuocere per altri 10 minuti.
7. Infine aggiungere alla salsa le polpette cotte precedentemente in forno e far cuocere tutto insieme per 10 minuti.

Come un Albero Museo Bistrot è un originale concept che unisce progettazione inclusiva e ristorazione sociale, con un approccio culturale alla disabilità.

All'interno di una location allestita come una casa, si intrecciano diverse attività e progetti: un museo di racconti; un bistrot inclusivo; un locale per eventi privati; laboratori per tutte e tutti, e per ogni fascia di età.

Come un Albero Museo Bistrot - via Alessandria 159, Roma

www.comeunalbero.com



Biscotti di Natale a cura di Merenderia Merè

INGREDIENTI

 4 persone

Ingredienti

350 gr di farina

150 gr di zucchero di canna

50 gr di miele

2 uova

120 gr burro/ margarina

Spezie varie (cannella, zenzero, noce moscata, anice stellato)

PROCEDIMENTO

1. Unire farina, zucchero e spezie con il burro, mescolare con le mani fino a che il tutto risulti finemente granuloso, tipo parmigiano grattugiato.
2. Unire il miele e l'uovo, impastare velocemente e lasciare in posa in frigorifero.
3. Passato un quarto d'ora, stendere la frolla uniformemente e coppare i biscotti con delle formine, obbligatoriamente natalizie.
4. Cuocere in forno per circa un quarto d'ora a 180 gradi e lasciare raffreddare.

Attraverso Mere' abbiamo scelto la ristorazione, in particolare la pasticceria, come strumento concreto di inclusione sociale e crescita personale, in un ambiente accogliente e rispettoso, dove ciascuno può esprimere il proprio valore.



Gelato alla crema

a cura di Zelato

INGREDIENTI

 4 persone

Latte 580g

Panna 80g

Zucchero 180g

Latte scremato in polvere 30g

Tuorlo 130g (7-8 tuorli)

Una bacca di vaniglia o scorza di

limone

PROCEDIMENTO

1. Mescolare gli ingredienti e riscaldare a fuoco moderato portando il composto a 71 gradi (anche meno se si usa tuorlo pasteurizzato), sempre mescolando onde evitare che si attacchi sul fondo.
2. Fare raffreddare in frigo, fino alla temperatura 25-30 gradi (o anche in frigo tutta la notte), mantecare in gelatiera.
3. La miscela può essere aromatizzata o con un pezzo di scorza di limone (da togliere prima di mantecare), o con i semi di una bacca di vaniglia (in questo caso lasciate il baccello cui avete tolto i semi in infusione e toglietelo prima di mantecare, anche quello darà sapore).

Zelato è una nuova realtà del gelato di qualità a Roma, che in questo campo ha già tante eccellenze vecchie e nuove, tradizionali o 'moderne'. Abbiamo aperto nell'ottobre del 2024 nel quartiere di San Lorenzo, chiedendoci come una nuova attività potesse avere un impatto positivo sul tessuto urbano, e sui processi economici e sociali in cui la gelateria si inserisce.

Zelato - Via degli Aurunci 40, Roma

<https://zelato.it/>