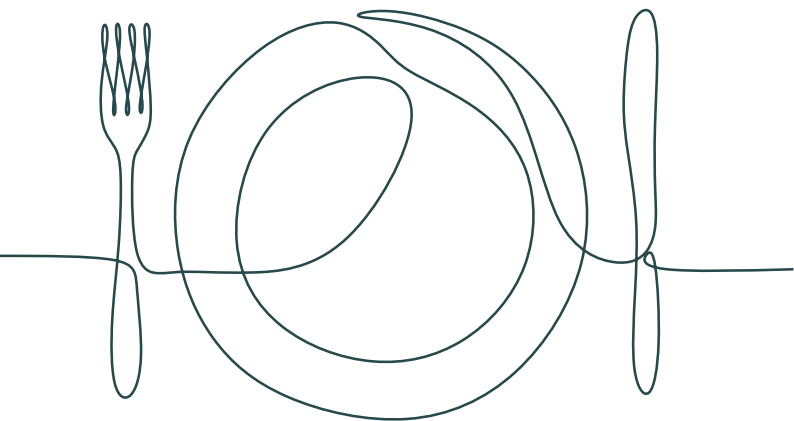


# RICETTE DI NATALE ETICHE E SOLIDALI

## 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 spaghetti 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 spaghetti 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.

---

Albergo Etico Roma & Etico Food - Via Pisanelli 39, Roma

[www.albergoeticoroma.it](http://www.albergoeticoroma.it) - [www.eticofood.it](http://www.eticofood.it)



# 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. Risciacquarlo 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](http://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 cappare 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 pastorizzato), 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.

---