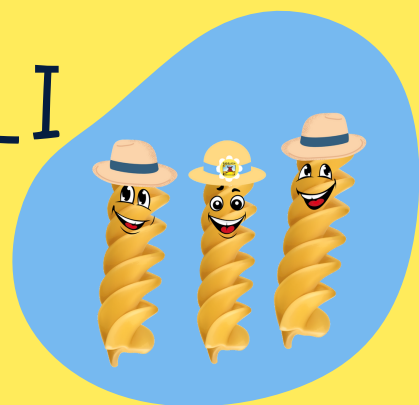


SALATĂ DE FUSILLI

ȘI LEGUME ȘUGUBEȚE



Bine de știut

Pentru prepararea acestei rețete e nevoie de cel puțin **un copil** și cel puțin **un adult**, fie el părinte, bunic sau altă persoană iubită.

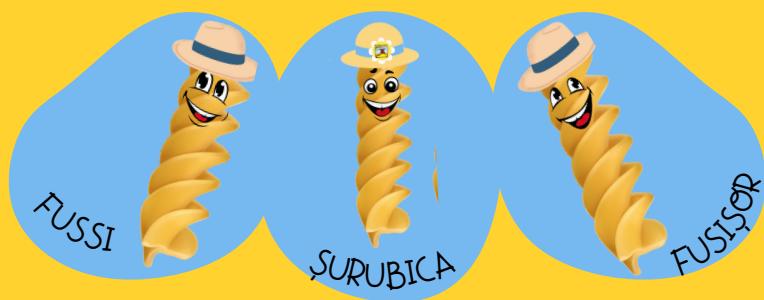
Rețeta se pregătește atunci **când** nu suntem grăbiți și **vrem** să petrecem timp frumos împreună, să ne conectăm, să depănăm amintiri, să construim povești și noi momente frumoase de ținut minte ani și ani de-acum înainte.



& carrusel.ro



PŢVEŞTEA PASELŢR FUSILLI

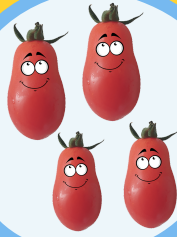


Salut! Fussi, Şurubica şi Fusişor abia aşteaptă să ajungă în farfuria ta. Au străbătut un drum tare lung până au ajuns aici şi totul a început cu un bob de grâu. Bobul a fost plantat în pământ, a făcut rădăcini şi apoi şi-a scos căpşorul afară, atras de lumina soarelui. Când soarele l-a încălzit şi ploaia l-a udat, bobul a crescut, din ce în ce mai mare, până s-a transformat într-o plantă în toată firea cu mulţi pui mici - nenumărate alte boabe proaspete şi numai bune de cules.

Fermierii au strâns boabele cu ajutorul unei maşini speciale şi apoi le-au transportat într-un loc în care au fost măcinate şi transformate într-un praf fin numit făină. Nu, boabele nu s-au supărat, ba chiar s-au distrat foarte tare pentru că, în acea învalmăşeală, s-a pornit o adevărată petrecere.

După ce petrecerea s-a terminat, făina a fost dusa într-o fabrică, în acest caz, Fabrica Băneasa, cea mai mare din România. Aici, cu ajutorul apei şi al unor maşini speciale, făina a început să ia, ca prin magie, diverse forme. Au apărut pastele fundiţe, numite oficial Farfalle, tuburi cu gaură în mijloc, numite Penne, beţe lungi şi subţiri pe nume Spaghetti, fâşii mai late şi încolăcite, numite Tagliatelle şi Fusilli, acele paste răsucite ca un şurub şi multe altele. Ei bine, trei dintre aceste Fusilli s-au gândit că lumea şi, mai ales, copiii trebuie să afle despre cât de speciale sunt ele şi cât de special e felul în care s-au născut. S-au desprins uşurel din grămada plină cu fraţii şi surorile lor, au mers tiptil printre picioarele oamenilor mari şi s-au strecurat în geanta unei doamne. Acolo au găsit câteva creioane colorate pe care le-au folosit ca să se aranjeze puţin. Apoi s-au considerat suficient de pregătite pentru a îşi spune povestea şi pentru a îţi arăta cum sa le ajuţi să se împrietenească cu legumele şugubeţe şi, astfel, să găteşti, alături de mami, tati, bunica sau bunicul, cea mai delicioasă şi hrănitoare salată de fusilli şi legume.

INGREDIENTE:



- 1 jumătate de pungă de fussili Băneasa
- 4 roșii cherry
- 1 jumătate dintr-un ardei gras roșu
- 1 castravete
- 1 morcov
- 1 sfert dintr-o varză roșie
- 10 felii de piept de pui fiert sau copt
- 4 linguri de boabe de porumb
- 3 felii de cașcaval
- 4 linguri de smântână
- 2 linguri de iaurt
- 5 fire de pătrunjel
- 1 lingură de ulei de măsline
- sare

MOD DE PREPARARE:



1. Roagă un adult să fiarbă pastele conform instrucțiunilor.



2. După ce pastele au fiert, se scurge apa, se țin puțin sub jet de apă rece, se pun într-un castron, se adaugă o lingură de ulei de masline și se amestecă.



3. Taie legumele, pieptul de pui, cașcavalul și verdeța în bucăți potrivite pentru a intra ușor în guriță.

MOD DE PREPARARE:



4. Amestecă legumele și pastele cu puțină sare



5. Amestecă iaurtul, smântana și pătrunjelul, adăugă-le peste salată și amestecă din nou, ușor.



6. Lasă salata să se odihnească pentru 20 de minute, cât timp faceți curat în bucătărie.

POFTĂ BUNĂ!

UNEȘTE PUNGA DE PASTE BĂNEASA CU
PASTELE PE CARE LE CONȚINE:



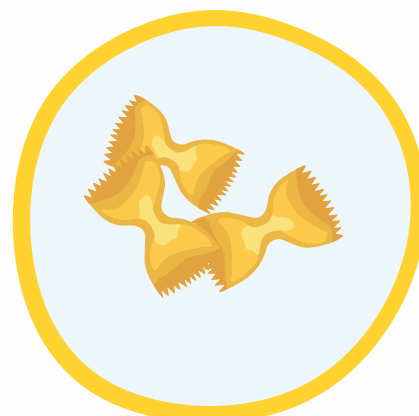
TAGLIATELLE



FARFALLE



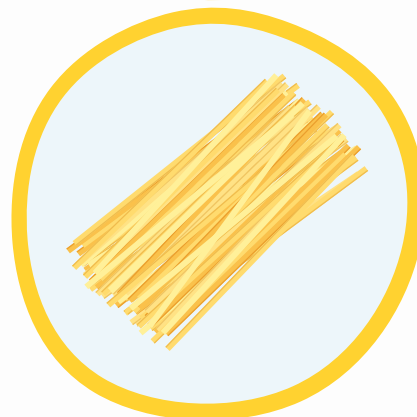
SPAGHETTI



FUSILLI



PENNE



AȘEAZĂ EVENIMENTELE ÎN ORDINE, UNINDU-LE
CU NUMĂRUL CORESPUNZĂTOR:



1

2

3

4

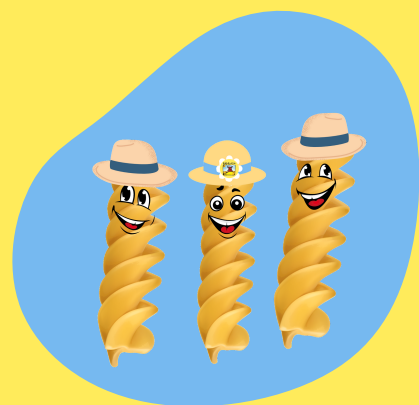
5

6

7

8

DECUPEAZĂ PASTELE
DANSATOARE, LIPEȘTE-LE PE
BEȚISOARE DE ÎNGHEȚATĂ ȘI
JOACĂ-TE CU ELE.



Notă

Această rețetă, alături de povestea și fișele de lucru au fost realizate în cadrul concursului SuperBlog 2022 pentru proba propusă de Paste Băneasa.

Surse fotografii & prelucrare - arhivă personală (Mariana-Evelina Petrică - carrusel.ro),
pastebaneasa.ro & canva.com.



& carrusel.ro