

## MENÙ DI CARNEVALE

**PRIMO:** fettuccine colorate per ricordare le stelle filanti. Utilizzare come coloranti: la barbabietola, gli spinaci, cavolo viola, carote. Utilizzare come farina base la farina di Kamut (grano Khorasan rigorosamente italiano).

**SECONDO:** hamburger di carne di Chianina o Manzo. L' alternativa può essere un hamburger di pollo non di allevamento intensivo.

**CONTORNO:** patate al forno. Si consiglia di utilizzare le patate novelle rotonde che possono essere altrettanto colorate nello stesso modo precedentemente citato, durante la fase di bollitura. Come alternativa si potrebbero fare le patate a forma di spirale, per ricordare una stella filante, al forno.



Come verdura le baby carote oppure zucchine a fisarmonica.

**DOLCI:** biscottini a forma di mascherina di carnevale con zucchero a velo oppure un po' di cioccolato (con farina di kamut o grano saraceno, tutto rigorosamente italiano. Se si utilizza il burro, solo burro chiarificato (burro ghee, indicato per i bambini intolleranti al lattosio); in alternativa al burro chiarificato, solo olio extravergine di oliva di alta qualità. In caso di utilizzo di latte per l'impasto del dolce si consiglia solo latte vegetale di mandorla (per evitare reazioni a soggetti con intolleranza al lattosio)). Oppure dei pancake classici (impasto: uova, farina di kamut, poco lievito, latte vegetale, un po' di zucchero) colorati e/o a forma di mascherina.



Note:

- per soggetti intolleranti al lattosio si è segnalato il latte vegetale di mandorla biologico

- per Celiaci la farina di Grano Khorasan contiene glutine. Si consiglia per questi profili farina priva di glutine.