



Le â??regoleâ?? per il pranzo di Natale, esiste il numero perfetto di tortellini

Descrizione

(Adnkronos) â??

Esiste il numero perfetto di tortellini nel piatto? Le ricette non fissano norme specifiche ma, in vista di pranzi e cene tra Natale e Capodanno, a fissare le regole sono criteri legati alla salute e ad unâ??alimentazione equilibrata. Eâ?? il professor Giorgio Calabrese â?? specializzato in Scienza dellâ??Alimentazione e Consulente Scientifico del Ministero della Salute â?? a fissare a â??La volta buonaâ?? i paletti per il primo creato con una ricetta standard: sfoglia con 400 grammi di farina e 4 uova, quadratini di 2-3 centimetri per lato che racchiugono prosciutto, mortadella, formaggio e lombo.

Da Bologna al resto del mondo, bisogna rispettare i limiti: â??Si fa come con gli agnolotti in Piemonte o con i ravioli. Sono 12 i tortellini per una porzioneâ?•, dice Calabrese tra le proteste degli altri ospiti in studio. â??Questa Ã¨ una trasmissione che deve trasmettere saggezza, se dovete dare alterazioni della salute non mi invitate e fate quello che voleteâ?•, dice sorridendo il medico.

â??I tortellini devono essere 12, bisogna tenere conto di quello che câ??Ã¨ dentro: il prosciutto, la mortadellaâ?| Nel brodo câ??Ã¨ anche il grassoâ?| A Natale, poi, non si mangiano solo i tortellini: prima câ??Ã¨ lâ??antipasto, poi arriva il secondo dopo i tortellini, poi il panettone. Se andate al ristorante, la porzione dei tortellini prevede 12 pezzi: io vi dico â??la giustiziaâ??, il mio Ã¨ un consiglio salutista. Poi fate come voleteâ?|â?•, conclude con la â??resaâ?.

â??

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Novembre 26, 2025

Autore

redazione

default watermark