

CAPITOLO NOVE



Conosci le persone del posto!



CAPITOLO 9

Obiettivi

- Presentare ai lettori la ricchezza delle tradizioni locali, comprese ricette uniche e usanze culinarie

Requisiti

- Comprendere l'importanza della gastronomia nel patrimonio culturale europeo





Contenuti

Conosci la gente del posto: ricette di Natale e Pasqua

<u>Bulgaria</u>	141
<u>Francia</u>	143
<u>Grecia</u>	145
<u>Italia</u>	147
<u>Portogallo</u>	153
<u>Spagna</u>	159
<u>Bibliografia</u>	161



Co-funded by
the European Union

Finanziato dall'Unione Europea. I punti di vista e le opinioni espresse sono tuttavia quelli dell'autore/degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per essi.

Ricetta di Natale:



Postni sarmi

Ingredienti

- ½ cucchiaino di riso
- 2 teste di cipolla
- 1 porro; foglie di crauti
- ½ cucchiaino di olio
- 1 cucchiaino di succo di crauti
- peperoncino
- sale
- santoreggia secca

Procedimento



- Tritare le due cipolle e il porro a pezzettini molto piccoli e poi mescolarli con un pizzico o due di sale. Soffriggerli nell'olio finché non diventano dorati.
- Aggiungere quindi il riso, che avrete precedentemente pulito e lavato. Aggiungere le spezie e un po' di acqua calda. Lasciare sobbollire - finché il riso non sarà quasi pronto.
- Nel frattempo, preparare le foglie di crauti: è necessario rimuovere i torsoli duri che si trovano al centro. In questo modo, gli involtini di crauti saranno molto più delicati e piacevoli da mangiare.
- Quando il riso è pronto, lasciarlo raffreddare un po'. Quindi, mettere un cucchiaino di ripieno di riso in ogni foglia di crauti e avvolgerla. Prendere una pentola, sul fondo della quale sono disposte foglie di crauti o rami di vite.
- I sarmi avvolti vengono posizionati sopra e coperti con un piatto in modo che non galleggino. Aggiungere il succo di crauti e 2 cucchiaini di acqua calda. Questa prelibatezza deve essere bollita a fuoco basso per circa un'ora OPPURE è possibile mettere la pentola con i sarmi in un forno preriscaldato per un'ora a 180°C. Controllare il riso prima di togliere la pentola dal forno.



Ricetta di Pasqua:

L'agnello pasquale al forno

Ingredienti

- spalla di agnello - 1 pezzo
- cipolla fresca - 1 mazzo
- Jojen - 5 gambi
- peperoncino
- 1 cucchiaino
- pepe nero
- 1/2 cucchiaino



Procedimento

- Il primo passo nella ricetta dell'agnello arrosto al forno è preparare l'agnello. Lavate bene la spalla d'agnello, quindi cospargetela di sale e strofinatelo nella carne con le mani.
- Cospargete con peperone rosso e pepe nero, che anch'esso viene strofinato bene nella spalla d'agnello. Lasciate la carne per circa 15 minuti affinché assorba le spezie.
- Nel frattempo, tritate finemente la cipolla e l'aglio. Disponete l'agnello in una teglia grande, adatta alle dimensioni della spalla/carne, versate 1 tazza da tè di acqua tiepida a cui aggiungete le cipolle e l'aglio tritati.
- Mettete la teglia in un forno preriscaldato a 200 gradi per circa 15 minuti affinché l'agnello formi una leggera crosta, quindi togliete la teglia, copritela ermeticamente con un foglio di alluminio e cuocete per circa 3 ore a 180 gradi.
- Sebbene questo sia di solito il tempo necessario per arrostitire l'agnello, dopo circa 2 ore passate in forno potete controllare se la carne ha finito l'acqua o se è già pronta.

Ricetta di Natale



Tacchino con castagne

Ingredienti (per 8 persone)

- 1 tacchino ruspante da 3.5kg
- 400 g di castagne in vasetto
- 80 g di burro
- 25 cl di brodo di pollo

Ripieno:

- 150g di pangrattato + 15 cl di latte
- 2 scalogni tritati
- 20 g di burro
- Fegato di tacchino a dadini
- 350g di ripieno per tacchino
- 1 uovo
- 100 g di castagne in vasetto sbriciolate
- 1 cucchiaino di cognac
- Sale e pepe nero macinato al momento



Procedimento

- Preparazione del ripieno: ammolare il pangrattato nel latte. Soffriggere gli scalogni con 20 g di burro, aggiungere il fegato e cuocere per 1 minuto. In una ciotola, mescolare il pane sciolto, il composto di scalogni e fegato, il ripieno, l'uovo, le castagne (100 g ciascuno) e il cognac. Condire con sale e pepe. Farcire il tacchino.
- Cottura del tacchino: preriscaldare il forno a 180°C. Spalmare il tacchino con 30 g di burro morbido. Condire con sale e pepe. Posizionare una griglia sulla leccarda e adagiarvi il tacchino. Infornare. Cuocere per 18 minuti ogni 500 g di tacchino ripieno, ovvero 2 ore e 20 minuti, irrorando regolarmente il tacchino (ogni 30 minuti) con il fondo di cottura.
- Avvolgere il tacchino in un foglio di alluminio e lasciarlo riposare in forno per 15 minuti. Nel frattempo, rosolare le castagne nel burro rimanente, quindi versare il brodo di pollo. Cuocere a fuoco basso fino a quando il brodo non sarà quasi evaporato. Tagliare il tacchino a fette e servire caldo con le castagne.

Ricetta di Pasqua:



The berrichon pâté

Ingredienti (per 6 persone)

- 2 rotoli di pasta sfoglia (oppure pasta brisée se preferisci)
- 6 uova
- 300g di carne di maiale macinata
- 200g di carne di vitello macinata
- 1 scalogno
- 50g di pangrattato
- 1 cucchiaio di Cognac
- 1/2 cucchiaino di noce moscata
- 1/2 mazzetto di prezzemolo
- Sale
- Pepe



Procedimento

- Scaldare 4 uova sode (10 minuti di cottura). Tritare uno scalogno. Lavare e tritare il prezzemolo.
- In una ciotola, mescolare le due carni, 1 uovo sbattuto a frittata, il prezzemolo, lo scalogno, il pangrattato, il Cognac e la noce moscata. Condire con sale e pepe.
- Srotolare 1 dei rotoli di pasta sfoglia. Disporlo in uno stampo per "pâté en croûte" (foderato con carta forno). Stendere metà della carne macinata sulla pasta. Praticare delle fossette a intervalli regolari. Disporre le 4 uova sode nel ripieno, premendole leggermente. Coprire con la carne macinata rimanente.
- Separare il bianco dal tuorlo dell'ultimo uovo. Spennellare il bordo della pasta con il tuorlo diluito in poca acqua. Sigillare con il secondo rotolo di pasta sfoglia, sigillando i bordi e dorando con l'uovo.
- Con la punta di un coltello, praticare 3 fori nella pasta sfoglia per far fuoriuscire il vapore durante la cottura. Cuocere per 20 minuti a 180°C e 30 minuti a 150°C.



Ricetta di Natale:

Melomakarona – Biscotti greci di Natale al miele

Ingredienti

Per lo sciroppo

- 250 g di acqua
- 400 g di zucchero semolato
- 70 g di miele
- 2 stecche di cannella
- 2 chio di garofano
- 1 arancia tagliata a metà

1° composto

- 200 g di succo d'arancia
- 200 g di olio di semi
- 90 g di olio d'oliva
- 30 g di zucchero a velo
- ¼ di cucchiaino di chiodi di garofano macinati
- 2 cucchiaini di cannella
- ¼ di cucchiaino di noce moscata macinata
- ½ cucchiaino di bicarbonato di sodio
- scorza d'arancia di 2 arance

2° composto

- ½ kg di farina multiuso
- 100 g di semolino fine

Per servire

- Miele
- Noci



Procedimento

- Preriscalda il forno a 190°C (370°F) con la ventola. Per preparare i biscotti, devi preparare 2 composti separati. Per il primo composto, aggiungi tutti gli ingredienti in una ciotola grande. Mescola, usando una frusta a mano.
- In una ciotola separata, aggiungi tutti gli ingredienti per il secondo composto. Combina il primo e il secondo composto. Mescola a mano, molto delicatamente e per un tempo molto breve (10 secondi al massimo). Modella l'impasto dei biscotti a forma ovale, di 3-4 cm di lunghezza, 30 g ciascuno.
- Cuoci in forno per circa 20-25 minuti, fino a quando non saranno croccanti e dorati. Non appena li togli dal forno, immergi i biscotti caldi nello sciroppo per 10 secondi. Lasciali scolare su una griglia. Irrora con miele e noci tritate.

Ricetta di Pasqua:



Magiritsa

Ingredienti (per 6-8 persone)

- 1 kg di coratella di agnello
- 2 fette di limone
- 2 foglie di alloro
- Sale
- 4-5 cucchiaini di olio d'oliva
- 2 cipolle medie secche
- 2 lattughe, tagliate grossolanamente
- 50 g di vino bianco
- 1.5 litri di acqua
- 5-6 cipollotti freschi
- 1 mazzetto di aneto
- 100 g di riso a chicco tondo (opzionale)

Per la salsa all'uovo e al limone

- Succo di 2 limoni
- 1 uovo
- Sale
- Pepe



Procedimento

- Metti una pentola con acqua sul fuoco alto fino a quando non bolle. Aggiungi la coratella d'agnello, le fette di limone, le foglie di alloro, il sale e fai bollire per 10-15 minuti. Schiuma regolarmente. Scola e getta via l'acqua.
- Rimetti la pentola sul fuoco alto e aggiungi l'olio d'oliva. Trita finemente la cipolla e aggiungila alla pentola. Taglia la coratella d'agnello a pezzetti, aggiungili alla pentola e fai soffriggere per 8-10 minuti.
- Sfuma con il vino, aggiungi l'acqua e le lattughe e fai bollire a fuoco medio per 30-40 minuti.
- Quindi, taglia i cipollotti a rondelle e l'aneto a pezzi grandi e aggiungili alla pentola. Conserva la parte verde dei cipollotti e 1 cucchiaino di aneto. Aggiungi il riso, sigilla con il coperchio e fai bollire a fuoco medio per 15-20 minuti.

Ricetta di Natale:



Panettone

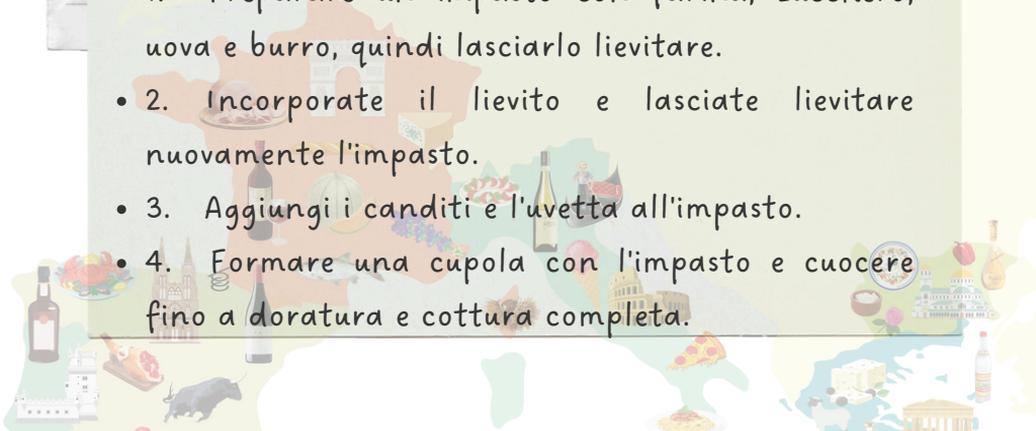
Ingredienti

- Farina
- Zucchero
- Uova
- Burro
- Lievito
- Canditi
- Uvetta
- Estratto di vaniglia
- Scorza di limone
- Scorza d'arancia



Procedimento

- 1. Preparare un impasto con farina, zucchero, uova e burro, quindi lasciarlo lievitare.
- 2. Incorporare il lievito e lasciate lievitare nuovamente l'impasto.
- 3. Aggiungi i canditi e l'uvetta all'impasto.
- 4. Formare una cupola con l'impasto e cuocere fino a doratura e cottura completa.



Ricetta di Natale



Torrone

Ingredienti

- Miele
- Zucchero
- Albumi
- Mandorle o nocciole tostate
- Estratto di vaniglia
- Carta wafer



Procedimento



- 1. Cuocere insieme miele e zucchero fino a raggiungere la consistenza del caramello.
- 2. Sbattere gli albumi a neve ben ferma e incorporarli lentamente al composto di miele e zucchero.
- 3. Incorporate le noci tostate.
- 4. Distribuire il composto su ostia, coprire con un altro strato di ostia e lasciare raffreddare prima di tagliare a pezzetti.



Ricetta di Natale:

Cappelletti in Brodo

Ingredienti

- Farina
- Uova
- Carne macinata (maiale, manzo o un misto)
- Parmigiano
- Noce moscata
- Brodo (pollo o manzo)
- Sale
- Pepe



Procedimento

1. Preparare la sfoglia con farina e uova, quindi stenderla sottilmente.
2. Preparare un ripieno con carne macinata, parmigiano, noce moscata, sale e pepe.
3. Tagliate la pasta in piccoli quadratini, mettete al centro di ognuno una piccola quantità di ripieno e ripiegatele a forma di calotta.
4. Cuocere i cappelletti nel brodo bollente finché non salgono a galla.



Ricetta di Pasqua: Colomba Pasquale

Ingredienti

- Farina
- Zucchero
- Uova
- Burro
- Lievito
- Scorza d'arancia candita,
mandorle
- Zucchero perlato
- Estratto di vaniglia



Procedimento



1. Preparare un impasto con farina, zucchero, uova, burro e lievito e lasciarlo lievitare.
2. Incorporare all'impasto la scorza d'arancia candita.
3. Dare all'impasto la forma di una colomba e lasciarlo lievitare nuovamente.
4. Ricoprire con glassa di mandorle e zucchero semolato, quindi cuocere fino a doratura.

Ricetta di Pasqua:

Torta Pasqualina

Ingredienti

- Pasta sfoglia
- Ricotta
- Spinaci o bietole
- Uova
- Parmigiano
- Noce moscata
- Sale
- Pepe



Procedimento



- 1. Stendete la pasta sfoglia e foderate una tortiera.
- 2. Preparare il ripieno con ricotta, spinaci o bietole cotte, parmigiano, noce moscata, sale e pepe.
- 3. Versare il ripieno nella pasta frolla e fare delle rientranze per rompere le uova intere.
- 4. Coprire con un altro strato di pasta sfoglia, sigillare i bordi e cuocere fino a doratura.

Ricetta di Pasqua

Agnello al Forno

Ingredienti

- Agnello (coscia o spalla)
- Aglio, rosmarino
- Olio d'oliva
- Vino bianco
- Sale
- Pepe



Procedimento



- 1. Marinare l'agnello con aglio, rosmarino, olio d'oliva, sale e pepe.
- 2. Arrostitore in forno, bagnando di tanto in tanto con vino bianco, finché la carne sarà tenera e cotta.
- 3. Servire con patate arrosto o verdure di stagione.



Ricetta di Natale:

Bacalhau de Consoada (Merluzzo della vigilia di Natale)

Ingredienti

- 4 pezzi di baccalà
- 8 patate
- 4 cipolle
- 4 carote
- 4 uova sode
- Olio d'oliva
- Aglio
- Foglie d'alloro
- Olive nere (per guarnire)



Procedimento

Mettere a bagno il baccalà per 24-48 ore, cambiando più volte l'acqua per eliminare il sale.

- 1. Fate bollire separatamente il baccalà, le patate, le cipolle e le carote fino a cottura ultimata. Tagliare le patate, le cipolle e le carote.
 - 2. Disporre il baccalà, le patate, le cipolle e le carote su un piatto da portata.
 - 3. Irrorare con abbondante olio d'oliva e guarnire con aglio, alloro e olive nere.
- Servire con uova sode tagliate a metà o in quarti.



Ricetta di Natale:

Peru Recheado (Tacchino ripieno)

Ingredienti

- 1 tacchino (circa 5 kg)
- 200g di carne di maiale macinata
- 100g di chorizo, a dadini
- 2 cipolle, tritate finemente
- 3 spicchi d'aglio, tritati
- 100g di pangrattato
- 2 uova
- Olio d'oliva
- Vino bianco
- Sale e pepe
- Erbe aromatiche (prezzemolo, timo, alloro)



Procedimento

1. Preriscaldare il forno a 180°C (350°F).
2. In una ciotola capiente, mescolare la carne di maiale macinata, il chorizo, le cipolle, l'aglio, il pangrattato e le uova.
3. Condire con sale, pepe ed erbe aromatiche.
4. Farcire il tacchino con il composto e chiudere l'apertura con spago da cucina.
5. Strofina il tacchino con olio d'oliva, sale e pepe.
6. Mettere il tacchino in una teglia, aggiungere una spruzzata di vino bianco e far cuocere per circa 3-4 ore, bagnandolo di tanto in tanto con il fondo della padella.

Lascia riposare il tacchino per 15-20 minuti prima di tagliarlo.



Dolce:

Rabanadas (French Toast portoghese)

Ingredienti

- 1 filone di pane raffermo (preferibilmente baguette)
- 1 litro di latte
- 200g di zucchero
- 1 bastoncino di cannella
- Scorza di 1 limone
- 4 uova
- Olio d'oliva (per friggere)
- Cannella in polvere (da cospargere)



Procedimento

1. Affettare il pane a fette spesse.
2. In un pentolino, scaldare il latte con lo zucchero, la stecca di cannella e la scorza di limone finché non inizia a bollire.
3. Togliere dal fuoco e lasciare raffreddare leggermente.
4. Immergere le fette di pane nel composto di latte fino a quando saranno ben inzuppate.
5. Sbattere le uova in una ciotola.
6. Scaldare l'olio d'oliva in una padella capiente.
7. Immergere le fette di pane ammolate nelle uova sbattute, quindi friggerle fino a doratura su entrambi i lati.
8. Scolare su carta assorbente e cospargere con cannella in polvere e zucchero.



Dolce:

Filhós (pasta frita)

Ingredienti

- 500g di farina
- 10g di lievito
- 1 dl di succo d'arancia
- 50g di zucchero
- 3 uova
- 1 cucchiaino di sale
- Olio d'oliva (per friggere)
- Zucchero e cannella (da cospargere)



Procedimento

1. Sciogliere il lievito in poca acqua tiepida.
2. In una ciotola capiente, mescolare la farina, il composto di lievito, il succo d'arancia, lo zucchero, le uova e il sale. Impastare fino ad ottenere un composto liscio ed elastico.
3. Lasciare lievitare l'impasto in un luogo tiepido fino al raddoppio del suo volume.
4. Stendere l'impasto su una superficie infarinata e tagliare nelle forme desiderate.
5. Scaldare l'olio d'oliva in una friggitrice o in una padella larga.
6. Friggere i pezzi di pasta fino a doratura.
7. Scolare su carta assorbente e cospargere con zucchero e cannella.



Ricetta di pasqua:

Borrego Assado (agnello arrosto)

Ingredienti

- 1 coscia d'agnello (circa 2 kg)
- 4 spicchi d'aglio, tritati
- 2 limoni spremuti
- 100 ml di olio d'oliva
- 2 rametti di rosmarino fresco
- 2 rametti di timo fresco
- Sale e pepe
- 200 ml di vino bianco
- 1 kg di patate, sbucciate e tagliate a spicchi



Procedimento

1. Preriscaldare il forno a 180°C (350°F).
2. In una ciotola, mescolare l'aglio tritato, il succo di limone, l'olio d'oliva, il sale e il pepe per creare una marinatura.
3. Strofinare la coscia d'agnello con la marinatura, assicurandosi che sia ben ricoperta. Mettete sopra i rametti di rosmarino e timo.
4. Disporre l'agnello in una teglia e bagnarlo con il vino bianco.
5. Aggiungere gli spicchi di patate nella padella, circondando l'agnello.
6. Cuocere in forno per circa 1,5 - 2 ore, ungendo di tanto in tanto con il fondo di cottura, finché l'agnello sarà tenero e le patate saranno dorate.
7. Lascia riposare l'agnello per 10-15 minuti prima di tagliarlo e servirlo con le patate arrosto.



Dolce pasquale:

Pão-de-Ló (pan di spagna portoghese)

Ingredienti

- 6 uova
- 250 g di zucchero
- 150 g di farina
- Scorza di 1 limone
- 1 cucchiaino di lievito in polvere



Procedimento

1. Preiscaldare il forno a 180°C (350°F). Ungere una tortiera rotonda e foderarla con carta da forno.
2. Sbattere le uova con lo zucchero fino ad ottenere un composto chiaro e spumoso.
3. Aggiungere la scorza di limone e incorporare gradualmente la farina e il lievito, mescolando delicatamente fino ad ottenere un composto ben amalgamato.
4. Versare l'impasto nella tortiera preparata.
5. Cuocere per 25-30 minuti, o finché uno stuzzicadenti inserito al centro non esce pulito. Lasciare raffreddare la torta nello stampo prima di trasferirla su una griglia a raffreddare completamente.



Ricetta di Natale: Cardi alle mandorle

Ingredienti

- 1 kg di cardi puliti e tritati
- 100gr di mandorle crude pelate
- 50gr di pinoli
- 2 spicchi d'aglio
- 4 cucchiaini di olio d'oliva
- 2 cucchiaini di farina
- 500ml di brodo vegetale
- 100ml di latte
- Sale e pepe a piacere
- Un pizzico di noce moscata



Procedimento

- Lessare il cardo tritato in acqua salata per circa 15 minuti finché sarà tenero. Scolare, raffreddare e mettere da parte.
- Tritare le mandorle e i pinoli in un mortaio e mettere da parte. Contemporaneamente, in una padella, scaldare l'olio d'oliva e far rosolare l'aglio finché non inizia a dorare. Aggiungere la farina e mescolare fino a formare un roux.
- Aggiungere gradualmente il brodo vegetale e il latte, mescolando continuamente per evitare la formazione di grumi. Aggiungete le mandorle e i pinoli e lasciate addensare la salsa.
- Aggiungete il cardo sgocciolato alla salsa di mandorle e lasciate cuocere per altri 10 minuti. Condire con sale, pepe e un pizzico di noce moscata. Servire caldo.





Ricetta di pasqua: Torrijas (French Toast alla spagnola)

Ingredienti

- 1 filone di pane raffermo (preferibilmente brioche o pane arricchito con burro)
- 1 litro di latte
- 200g di zucchero
- 1 bastoncino di cannella
- Scorza di 1 limone e 1 arancia
- 1cl di rhum
- 4 uova
- Olio d'oliva per friggere
- Cannella in polvere da cospargere
- Miele o sciroppo di zucchero (facoltativo)



Procedimento

- Scaldate in un pentolino il latte con 100 g di zucchero, la stecca di cannella, il rhum e la scorza di limone e arancia. Portare a leggera ebollizione, quindi togliere dal fuoco, coprire e lasciare in infusione e raffreddare.
- Tagliate il pane raffermo a fette spesse. Immergere ogni fetta nella miscela di latte tiepido, lasciando che il pane assorba il liquido ma non si sfaldi. Lasciare scolare l'eventuale liquido in eccesso.
- Sbattere le uova e scaldare una generosa quantità di olio d'oliva in una padella. Immergere le fette di pane imbevute nelle uova sbattute e friggerle fino a doratura su ciascun lato.
- Scolare le torrijas fritte su carta assorbente per eliminare l'olio in eccesso. Cospargere con una miscela di zucchero e cannella in polvere. Servire caldo o freddo.



CAPITOLO 9

Bibliografia

- <https://www.youtube.com/watch?v=C9O8yhJKW2O>
- https://www.youtube.com/watch?v=gZSjBOKiOt&ab_channel=%D0%9A%D1%83%D1%85%D0%BD%D1%8F%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D0%97%D0%B2%D0%B5%D0%B7%D0%B4%D0%B5%D0%B2-LaCocinaB%C3%BAlgara
https://www.youtube.com/watch?v=qPupjb8INcc&ab_channel=%D0%9A%D1%83%D1%85%D0%BD%D1%8F%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D0%97%D0%B2%D0%B5%D0%B7%D0%B4%D0%B5%D0%B2-LaCocinaB%C3%BAlgara
https://www.youtube.com/watch?v=DBwjRlsjzU&ab_channel=%D0%93%D0%9E%D0%A2%D0%92%D0%95%D0%9D%D0%95%D0%97%D0%90%D0%9D%D0%90%D0%A7%D0%98%D0%9D%D0%90%D0%95%D0%A9%D0%98
- <https://www.hera.bg/s.php?n=397>
- <https://bulgarianhistory.org/badni-vecher/>
- <https://zornitsaivanova.com/blog/balgarski-traditzii-rituali-badni-vecher/>
- <https://pochehli.com/novini/aranzhirane-na-trapezata-za-velikden>
<https://www.24kitchen.bg/articles/velikdenski-obichai>
<https://zvezdev.com/%D1%80%D0%B5%D1%86%D0%B5%D0%BF%D1%82%D0%B0/%D0%B2%D0%B5%D0%BB%D0%B8%D0%BA%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D1%81%D0%BA%D0%B8-%D0%BA%D0%BE%D0%B7%D1%83%D0%BD%D0%B0%D0%BA>
- Food & Wine Editors. (2023, 9 janvier). 22 Traditional French recipes. Food & Wine. <https://www.foodandwine.com/comfort-food/traditional-french-food>
- Fuchs, L. (2023, 14 juillet). Las 76 mejores recetas de la cocina francesa. Directo Al Paladar. <https://www.directopaladar.com/recetario/69-mejores-recetas-cocina-francesa>
- Boréan, Y., & Helal, N. (2022, 20 décembre). Repas de fête : l'histoire de la dinde de Noël. Ici, Par France Bleu et France 3. <https://www.francebleu.fr/vie-quotidienne/cuisine/repas-de-fete-l-histoire-de-la-dinde-de-noel-2574851>
- Mariotte, L. (2023, 13 décembre). Ma recette de dinde aux marrons - Laurent Mariotte. Laurent Mariotte. <https://www.laurentmariotte.com/recette-de-dinde-aux-marrons/>
- Berry, F. B. (2017, 16 avril). Pâté de Pâques : le Berry n'a d'œufs que pour son pâté. Ici, Par France Bleu et France 3. <https://www.francebleu.fr/infos/insolite/pate-de-paques-le-berry-n-d-oeufs-que-pour-son-pate-1492193586>
- Pâte de Pâques berrichon (from Berry). (s. d.). Cuisine Actuelle. <https://www.cuisineactuelle.fr/recettes/pate-de-paques-berrichon-from-berry-206004#>



CAPITOLO 9

Bibliografia

- Cinque Wine & Deli Editors. (2024) Melomakarona: A Symbolic Treat For The Fallen Heroes Of Ancient Greece.
- <https://www.cinque.gr/melomakarona-a-symbolic-treat-for-the-fallen-heroes-of-ancient-greece/>
- Magiritsa :A soup in Greece – Crete Guide. (2024) <http://www.crete-guide.info/magiritsa.htm>
- Μαγειρίτσα της Αργυρώς – www.argiro.gr)
- Chrysopoulos P. 22/12/2023. Greek Reporter. *How Melomakarona and Kourabiedes Got Their Names.* <https://greekreporter.com/2023/12/22/how-kourabiedes-and-melomakarona-got-their-names/>
- GST A. 30/4/2021. Greek City Times. *Magiritsa – Traditional Greek Easter Soup.* <https://greekcitytimes.com/2021/04/30/magiritsa-greek-easter-soup/>
- Traditional Panettone Recipe (Italian Christmas Cake)
- <https://www.cucinabyelena.com/traditional-panettone-recipe-italian-christmas-cake/>
- Colomba pasquale
- <https://www.italiaregina.it/colomba-cake/>
- THE ORIGINS OF AN ITALIAN EASTER CAKE: "LA COLOMBA"
- <https://blog.scuolaleonardo.com/2022/04/17/la-colomba-an-italian-traditional-dessert/>
- <https://www.happy.rentals/blog/142-traditional-dishes-for-an-italian-christmas>
- <https://www.walksofitaly.com/blog/food-and-wine/christmas-food-traditions-in-italy>
- <https://devourtours.com/blog/italian-christmas-foods/>
- <https://jornalaltoalentejo.sapo.pt/pascoa-em-marvao-com-cabrigo-e-borrego-a-mesa/>
<https://receitasdeportugal.com/> <https://www.gastronomias.com/portugal/>
- Five very Christmassy culinary experiences in Spain. <https://www.spain.info/en/discover-spain/christmas-gastronomic-experiences-spain/>
- Adria F., Mariscal J., Ortega I. (2024). Spain The Cookbook.
- Coxal M. (2013, October 1st). Traditional Christmas Recipes of Spain: 2.
- Rybaiev V. (2023). Spain Cuisine: A Culinary Journey Through the Flavors of Spain (World Cuisines Book).

