



Pane raffermo avanzato?

Perché non usarlo per una

# PANZANELLA



PRIMA

## INGREDIENTI

- Pane raffermo (min 300 gr)
  - Pomodori maturi
  - Un cetriolo
  - Metà cipolla rossa
  - Olio extravergine di oliva
  - Aceto (qualunque tipo)
  - Sale e pepe
- Se li hai, prova ad aggiungere anche...
- Capperi
  - Acciughe
  - Peperoni (grigliati)

GUARDA IL VIDEO PER LA CREAZIONE

@ [HTTPS://YOUTU.BE/PN6LEJEHK\\_8](https://youtu.be/PN6LEJEHK_8)

Panzanella è il nome toscano di una pietanza estiva rustica, molto semplice, che non necessita di cottura e che veniva consumata nei campi da chi, per lavoro, restava fuori casa tutto il giorno. Gli ingredienti principali della panzanella, che si può considerare un piatto unico, sono il pane raffermo, i pomodori, i cetrioli, la cipolla rossa, l'aceto e l'olio.

Ricetta, foto e video proposti da  
Christan Buurste, e  
Unit Sustainability / Area Campus Life



DOPO

# BUON APPETITO