

UniPop in cucina: il Menù di Natale

A cura di
Barbara Berlucchi



SFORMATO DI VERDURA

ingredienti per 12 persone

600 gr verdura cotta
200 gr farina
6 uova
sale pepe noce moscata
500 gr salsa (al gorgonzola, alla toma, bagna cauda, ecc....)

1 lt latte
250 gr burro
150 gr parmigiano

CRESPELLE DI CASTAGNE CON TOMA E FUNGHI

ingredienti per 6 persone

125 gr farina di castagne
2 uova
¾ lt latte
sale, pepe e noce moscata
400 gr funghi porcini o misti
200 gr toma
50 gr prezzemolo
1 spicchio aglio
olio extra vergine
40 gr farina bianca
40 gr burro



PETTO D'ANATRA O FARAONA FARCITO CON SALSA AI PISTACCHI

ingredienti per 8 persone

4 petti spellati, divisi a metà, in verticale, senza sterno ma con gli ossicini delle ali ancora presenti
150 gr burro
120 gr pistacchi al naturale sgusciati
4 uova
1 l olio di semi di arachide per friggere
200 ml olio di oliva
100 gr insalatina
sale, pepe

150 gr prosciutto cotto
200 gr pangrattato
2 cucch. aceto di mele
2 cucch. pepe rosa in grani



TRONCHETTO DI NATALE

ingredienti per 10-12 persone

Per la crema di copertura

150 gr zucchero a velo
3 tuorli
100 gr cioccolato fondente

250 gr burro
1 bustina vanillina
25cl liquore (rum)

Per la crema per farcire

200 g burro
crema pasticcera fatta con 125 cc latte, 1 tuorlo, 35 g farina,
15 g zucchero
5 cl liquore

Per il biscotto

8 uova intere
200 gr zucchero
un pizzico di sale
200 gr bagna liquorosa

200 gr farina
1 bustina vanillina
1 limone grattugiato

Corso di Cucina: faremo il bis!

Sperimentato con successo presso la sede di Trino, quest'anno è stato proposto anche a Vercelli un Corso di Cucina base, tenuto dalla docente Barbara Berlucchi.

E' stato un successo di adesioni, tanto da motivarci a bissare il Corso nella seconda parte dell'Anno Accademico. Ci sono ancora alcuni posti disponibili: contattate la Segreteria.

- 1) Preparare la besciamella: far sciogliere il burro (150 gr.) in una pentola a fuoco basso quindi, girando con una frusta, unire la farina (150 gr.);dopo qualche istante unire il latte (e sempre rimestando) portare ad ebollizione, aggiustare di sale, pepe e noce moscata.
- 2) Unire ora alla besciamella (che avremo fatto raffreddare leggermente) le verdure frullate, le uova e il parmigiano, mescolare (sempre con la frusta), verificare il gusto e procedere a versare negli stampi precedentemente imburattati e infarinati.
- 3) Sistemare gli stampi in una teglia, versare dell'acqua e cuocere in forno per 40/50 minuti a 160°C.
- 4) Girare sul piatto e servire con la salsa.

- 1) Con le uova, la farina di castagne e ¼ lt di latte preparate il composto per le crespelle.
- 2) Utilizzando un padellino antiaderente, preparate le 12 crespelle belle sottili.
- 3) Preparare in una padella un soffritto con l'aglio e il prezzemolo, quindi unite i funghi e fateli cuocere per qualche minuto.
- 4) Tagliate a fette la toma.
- 5) Procedete alla farcitura delle crespelle, sistemando su di una metà i funghi e sopra questi una fetta di toma, ripiegate ora a fazzoletto.
- 6) Preparare la besciamella, mettendo a scaldare il latte con sale, pepe e noce moscata. Quando sarà caldo aggiungete il roux preparato con burro e farina, appena raggiunge il bollore spegnere.
- 7) Sul fondo di una teglia da forno, stendere un velo di besciamella, sistemare le crespelle, ricoprire con la salsa restante, gratinare per 15 minuti circa prima di servire.

- 1) Dopo aver pulito e lavato i petti, con la lama del coltello, in verticale, formate delle cavità senza forare la carne dalla parte opposta.
- 2) Sbollentate i pistacchi per 3 minuti, scolateli e sbucciateli, quindi tritatene la metà grossolanamente.
- 3) Frullate il prosciutto con il burro, il sale e il pepe. Versate il composto ottenuto in una ciotola e incorporatevi i pistacchi sminuzzati.
- 4) Con questa farcia riempite i petti che andranno messi in frigo (o freezer) per fra apprendere il composto.
- 5) Lavate e centrifugate l'insalata.
- 6) Tritate la metà dei pistacchi rimasti con sale, pepe, aceto e frullate nel mixer incorporando l'olio d'oliva a filo.
- 7) Impanate i petti con uovo sbattuto e pangrattato, quindi friggeteli nell'olio caldo, finché non siano ben dorati, scolateli e salateli.
- 8) Sistemate sul piatto di portata con l'insalatina, la salsina, il pepe rosa ed i pistacchi interi sopra.

Per la crema di copertura

- 1) Lavorare in una ciotola il burro con le fruste.
- 2) Lavorare in una ciotola le uova con lo zucchero.
- 3) Unire i due composti, quindi la vanillina, il liquore ed il cioccolato fuso ma raffreddato

Per la crema per farcire

- 1) Preparare la crema pasticcera lavorando uova, zucchero e farina, ai quali aggiungere il latte caldo e portare tutto a bollore.
- 2) Lavorare il burro in una ciotola con le fruste.
- 3) Incorporare al burro poco alla volta la crema fredda.

Per il biscotto

- 1) Montare in una ciotola gli ingredienti
- 2) Versare il composto in una teglia con carta da forno e cuocere 5/8 minuti a 200°C.
- 3) Appena sfornato arrotolare su se stesso.

Assemblaggio della torta

- 1) Bagnare il biscotto con la bagna.
- 2) Spalmare il biscotto con la crema pasticcera e arrotolarlo.
- 3) Tagliare di sbieco le estremità e ottenere 2 monconi.
- 4) Assemblare il tronchetto e ricoprirlo con la crema al cioccolato.

UniPop News

UniPop News

Notiziario dell'Università Popolare di Vercelli

Anno 2 – n° 1

Poste Italiane S.p.A - Spedizione in abbonamento postale – 70% CNS/CBPA-NO n° 1/2009

Direzione Redazione Amministrazione: Via Attone Vescovo, 4 13100 – Vercelli Tel. 0161/56.285 - E-mail: unipovc@tiscali.it www.unipopvercelli.it
Registrazione Tribunale di Vercelli n° 350 del 28.11.2007 - Stampa: Litocopy Vercelli - Direttore responsabile: Samantha Profumo



Il saluto
del Presidente
Paolo Bernascone Leffi

Nell'ultimo numero di UniPop News ci eravamo lasciati con la promessa di ritrovarci nell'Anno Accademico 2008/2009 con novità e sorprese.

Promessa mantenuta!

Puntuale arriva nelle vostre case questo notiziario, che vi informa sui nuovi corsi che partiranno nel secondo quadrimestre e sulle visite guidate che saranno attivate dal mese di Marzo 2009.

Non manca anche uno spunto per accogliere i vostri ospiti nei giorni di festa. Dato il grande successo del Corso di Cucina, la nostra Docente Barbara Berlucchi ha pensato di offrirvi qualche suggerimento per il pranzo di Natale.

So che per i "vecchi" corsisti l'appuntamento con Unipop News è una consuetudine gradita e spero che per i "nuovi" sia una piacevole sorpresa.

Un doveroso ringraziamento dunque va a coloro che hanno reso possibile anche quest'anno l'iniziativa: l'Assessore alla Cultura del Comune di Vercelli, Dott. PierGiorgio Fossale, il Direttore Dott.ssa Samantha Profumo, gli inserzionisti che, mi auguro, saranno sempre più numerosi.

Come sempre la Redazione è aperta a tutti: aspettiamo proposte e suggerimenti.

Un grazie di cuore anche a tutti coloro che hanno creduto nella validità dei nostri corsi e, nonostante il periodo difficile, hanno voluto investire nel proprio aggiornamento culturale.

Si dice che per essere felici basta stare bene con se stessi e allora Auguri di Tanta Felicità a TUTTI.

Buon Natale e
Felice Nuovo Anno



UNIVERSITA'
POPOLARE
VERCELLI



Auguri
di
Buone Feste

I numeri dicono: l'UniPop è una realtà!

Al momento già oltre cinquecento iscrizioni (circa la metà delle quali sottoscritte da volti nuovi); novità accolte con entusiasmo, come il Corso di Cucina, quello di Arte & Bijoux, le ore di lezione dedicate a Maghi, Sciamani e Stregoni, quelle riservate alla psicologia della comunicazione nel Corso "Ti vedo ma non ti sento"; conferme numeriche importanti per Corsi storici come quelli di lingue e di Fotografia; un centinaio di partecipanti alla cena di inizio corsi, che quest'anno è stata "Magica" grazie alla collaborazione con il Circolo "Amici della Magia" di Torino; interesse e partecipazione ai corsi proposti dall'UniPop nelle Sedi Staccate di Gattinara, Livorno Ferraris e Trino; importanti contributi dal Comune di Vercelli per la Scuola di Fumetto e la redazione di questo "notiziario": tutto questo dimostra che i Vercellesi apprezzano gli sforzi di Paola Bernascone Cappi e del suo Staff di collaboratori nel proporre avvenimenti culturali.

Come potrete leggere, da gennaio sono previste tante altre nuove proposte e la Segreteria in via Attone Vescovo, 4 è a disposizione per informazioni ed iscrizioni (tel. 0161/56.285 e-mail: unipovc@tiscali.it).



Duella Patrizia
Agente Generale Procuratore

Via Dante, 66 – 13100 Vercelli
Tel. e Fax: 0161/69251

ATTENZIONE: particolari condizioni riservate
ai corsisti dell'Università Popolare



E' stata una **Conferenza Spettacolo**, lo scorso 6 ottobre al Nuovo Cinema Italia, il primo atto ufficiale dell'Anno Accademico 2008/09 dell'Università Popolare di Vercelli. Paola Bernascone Cappelletti (nella foto), Presidente di UniPop, ha illustrato il programma degli avvenimenti culturali pensati dall'Associazione no profit vercellese fondata nel 1982.

Domenica 12 ottobre è stata poi la volta del **"Festival del Fumetto"**, con le nuvolette animate che hanno invaso per il secondo anno Piazza Cavour: una grande giornata frutto della collaborazione tra l'UniPop e l'Assessorato alle Politiche Giovanili del Comune di Vercelli.



Infine venerdì 28 novembre ecco uscire dal cilindro una **"Cena Magica"**, organizzata quale serata di inizio corsi al Twenty, con un menù di portate sorprendenti, accompagnate



dai giochi di prestigio di Marco Aimone e Umberto Ferrero del "Circolo Amici della Magia" di Torino.

Turismo culturale:

quasi tutti definiti i dettagli delle lezioni UniPop fuori città

Da metà gennaio sarà possibile ricevere, presso la Segreteria (via Attone Vescovo 4), informazioni più dettagliate sulle iniziative targate UniPop, inserite nel Dipartimento "Turismo culturale-escursioni".

Ricordiamo che nel corso dei primi mesi del 2009 sono previsti cinque "itinerari torinesi", alla scoperta di una **Torino Magica** (dal mistero del Portone del Diavolo agli spettrali dragoni) e **Gialla** (tra delitti e misteri insoliti), di **Palazzo Madama**, del **Teatro Regio**, che sarà possibile visitare dietro le quinte e della **Reggia di Venaria Reale** in notturna.

Con i tepori della primavera, sarà poi la volta delle **visite ai parchi e alle riserve naturali della provincia di Vercelli**. In programma: una coinvolgente passeggiata letteraria al Parco Lame del Sesia, una **Merenda sinoira con rapaci** e una scampagnata tra i mughetti al Bosco delle Sorti della Partecipanza di Trino.

Serate a Tema: ha aperto Apicio, chiuderà la Cucina Francese

Anche in questo Anno Accademico l'UniPop propone, nel calendario delle sue tante proposte culturali, le **"Serate a Tema"**: convivi serali molto apprezzati negli scorsi anni accademici, nel corso dei quali vengono approfonditi temi storici, enogastronomici, culturali e turistici del Mondo, con relazioni di esperti, accompagnate dalla proiezione di immagini e seguite da stuzzicanti degustazioni "a tema".

Il primo appuntamento, dal titolo **"A cena con Apicio"**, si è svolto lo scorso 12 dicembre e ha avuto come tema il cibo ai tempi dei Romani, introdotto dalla professoressa Claudia Coppo (docente del corso di Storia Vercellese): un appetitoso excursus nelle cucine dell'antica Roma, dalla semplice puls di cereali ai manicaretti di Apicio.

La prossima "Serata a Tema" è in programma il **23 gennaio 2009**, si parlerà di **cultura e musica Celtica**, con la coinvolgente relazione del professor Paolo Fontana, seguita da portate a tema tra birra e idromele: la più antica bevanda alcolica attestata nel lessico comune.

Seguirà poi in **febbraio** il goloso incontro intitolato **"I dolci al tempo di Goldoni"** (relatrice la docente Susanna Pertile), con un viaggio tra bodini di cioccolato, buzzolai e baicoli.

A chiudere il calendario delle "Serate a Tema" dell'Anno Accademico 2008/09 dell'Università Popolare sarà a **marzo** il collaudatissimo **"Buffet francese"**, con protagonista la cucina d'Olttralpe, illustrata dalla docente Florance Martinella.

Quest'anno, i convivi serali enogastronomici dell'UniPop si tengono presso i locali del **Ristorante "La Segreta" di Vercelli** (via Scalise 3 – traversa di C.so Prestinari).

Tecniche di rilassamento Yogaterapia
da gennaio
A. Odone
Dieci incontri tra teoria e pratica della filosofia yoga

Itinerario Filosofico
da gennaio
P. Bernascone Cappelletti
Un'appassionante avventura intellettuale, dal panorama scientifico tra Otto e Novecento ai temi principali di Nietzsche e Freud

Egittologia
da aprile
M. Bocca
La storia dell'antico Egitto: il popolo sulle rive del Nilo, la vita dei principali Faraoni, aspetti della civiltà egizia, tra arte, religione e società

Insonnia
da febbraio
A. Di Cola
Un'indagine sulla natura e l'organizzazione del sonno e i suoi disturbi: suggerimenti pratici per affrontare il problema

Colorazione digitale
da gennaio
D. Statella
Basi di Photoshop colorare col PC

Fotografia II livello
da febbraio
M. Barnabino
Evoluzione del I livello, con approfondimenti sulla composizione della foto, il ritratto e la figura umana

Gestire e trasformare i conflitti interpersonali
da marzo
E. Ladu
I contrasti nelle relazioni: in famiglia, sul lavoro, a scuola. Imparare a conoscere aspetti, anche contraddittori dell'io, dialogare con essi e trasformarli da elementi negativi a risorse

Laboratorio Teatrale 2
da febbraio
R. Sbaratto
Recitazione, dopo la teoria... è tempo di pratica

Informatica II livello
da febbraio
G. Guagliumi
Corso avanzato, da excel a photo editor, e-mail e file di immagini

La comunicazione efficace
da febbraio
A. Di Cola
Il processo di comunicazione e gli elementi salienti del comunicare tra ascolto attivo e assertività: modalità e strategie per valutare le proprie capacità comunicative

Corsi
in partenza a gennaio, febbraio e marzo.
Per informazioni e iscrizioni rivolgersi in Segreteria

Decoupage (vari livelli)
da gennaio
A. Galli
Pratica della tecnica decorativa che deriva il proprio nome dal francese e significa: ritaglio. Effetti speciali, tecniche di perfezionamento su vari materiali

Prodotti della natura e loro proprietà
da gennaio
P. Vaccino
Sei ore di lezione per conoscere meglio alcuni prodotti di uso comune, in cucina e/o erboristeria: erbe officinali, piante aromatiche, spezie e prodotti dell'alveare

Alberi monumentali
da febbraio
S. Ghirardi
I grandi patriarchi vegetali del Piemonte: notizie botaniche, storiche, paesaggistiche, un viaggio tra miti e leggende sugli usi delle specie trattate

Psicologia delle relazioni intra ed interpersonali
da marzo
F. Silvano
Il rapporto con se stessi, l'effetto dello stress sulle relazioni interpersonali: un percorso psicologico tra giochi cognitivo-relazionali volti a perfezionare la "competenza" sociale dei partecipanti

Anarchia
da marzo
M. Celsi
Anarchia: riflettere su cos'è. Discussione sul tema, a partire dal pensiero di alcuni filosofi dell'800 fino ad arrivare al concetto contemporaneo di teoria anarchica strutturale e realistica

Il medioevo prossimo venturo
da gennaio
P. Fontana
"Quel che è e potrebbe non essere": il collasso del sistema, risposte teoriche e pratiche

Parchi e Riserve naturali della provincia di Vercelli
da aprile
Docenti Vari
Con il Centro Ricerche Atlantide: teoria e visite guidate tra flora e fauna