

Progetto

CELIACHIA

Scuola dell'infanzia Sor Maria A. Sarre
Comusco S/N - MI -

PROGETTO CELIACHIA

- ① CLASSE : BLU
- ① ALUNNI : 30 (15 di 3 anni e 15 di 4 anni)
- ① INSEGNANTI COINVOLTI : 2 ins. di sezione e 1 insegnante della commissione SALUTE e SICUREZZA.
- ① 1 bambino CELIACO presente in tutto l'Istituto
- ① PERSONALE di RISTORAZIONE COINVOLTO:
2 cuochi e 1 ausiliaria scolastica
- ① GENITORI COINVOLTI : 1 (mamma del bimbo celiaco)
- ① BAMBINI CON DIETA PER PATOLOGIA PRESENTI NEU' ISTITUTO : 12
- ① BAMBINI CON DIETA ETICO-RELIGIOSA : 5

FASI del PROGETTO

◎ STORIA di "CICCIO RICCIO"

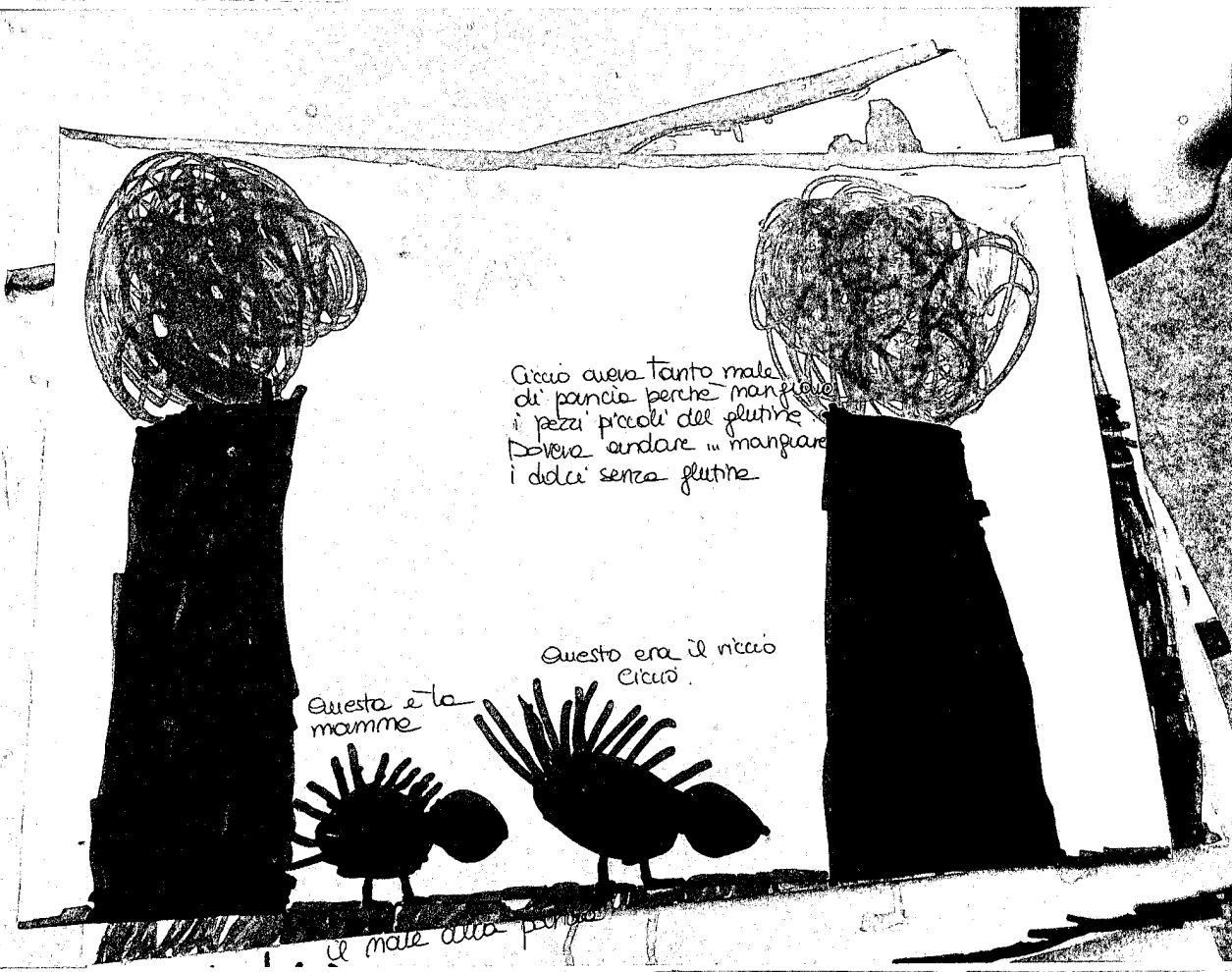
- Lettura della storia
- Conosciamo un nuovo "amico": IL GLUTINE
- Osservo e manipolo vari tipi di FARINE (grano, mais, riso)
- Imparo a riconoscere il simbolo gluten free.

◎ PREPARIAMO I BISCOTTI PER LA FESTA del PAPA' utilizzando una farina gluten-free.

BISCOTTI CUORE di PAPA'

- ◎ 100 g. farina di riso
- ◎ 100 g. burro
- ◎ 100 g zucchero
- ◎ 1 uovo
- ◎ 1 pizzico di sale
- ◎ formina a forma di cuore

Cuocere in forno a 180° per 10 min.



Ciccio aveva tanto male di pancia perché mangiava i pezzi piccoli del glutine. Doveva andare a mangiare i dolci senza glutine.

Questa è la mamma

Questo era il riccio Ciccio.

il male alla pancia

Tanto, tanto tempo fa, in un bosco buio e profondo viveva una vecchina che si chiamava Igea.

Igea era una vecchina con la schiena curva e tante rughe sul volto, ma era molto saggia e curava con le erbe dei prati tutti gli animaletti del bosco. Nel suo calderone nero che bolliva da sera a mattina e da mattina a sera sapeva preparare pozioni magiche che davano risultati eccezionali.

Un giorno il folletto Marangone, buffo con la sua casacca rossa e i suoi due piedoni a punta, venne a trovare la sua amica Igea e le raccontò le ultime notizie del bosco. Le disse come stava Nello il pipistrello, che aveva ancora paura di volare di notte, le parlò di Mina la fatina, che colorava il cielo con i colori dell'arcobaleno, della volpe Rica che non riusciva a stare senza la mamma un secondo e, infine, le parlò di Ciccio il riccio che, per una strana ragione, aveva sempre mal di pancia.

La mamma e il papà di Ciccio il riccio avevano interpellato il Gufo Saggio, il quale non aveva capito assolutamente quale fosse il problema del piccino, nonostante avesse consultato il vecchio *Libro dei perché* custodito sotto la vecchia quercia.

Il piccolo riccio intanto si sentiva sempre stanco, non aveva voglia di giocare, il suo umore era triste, non aveva tanto appetito e il suo pancino era spesso gonfio e dolorante (nemmeno le tazze profumate del fiore di camomilla lo calmavano)... La mamma lo rimproverava perché lasciava sempre nel piatto di gusci di noce le bacche rosso vermiglio che lei la sera raccoglieva con tanto amore. Di notte Ciccio non dormiva sereno e i suoi sogni erano piuttosto incubi in cui spesso compariva l'acchiappa-sogni che gli faceva tanta paura...

Igea ascoltò il racconto del folletto Marangone e pensò di recarsi presto in visita al piccolo riccio. Indossò il suo vecchio capello, mise ai piedi dei grossi scarponi e, al calar della sera, quando tutte le stelline si accendono nel cielo, si mise in viaggio accompagnata dalla sua fidata gattina nera di nome Gigia: nel buio, gli occhi gialli del suo amico felino le avrebbero indicato la giusta via.

Igea camminò a lungo finché non arrivò nella casa di Ciccio il riccio ed entrò a fargli visita.

Ciccio se ne stava in un cantuccio, Igea lo accarezzò, gli guardò gli occhietti, gli fece tirar fuori la lingua e gli toccò il pancino che spesso aveva gonfio e dolorante. Ciccio si addormentò e null'altro accadde... la vecchia scosse il

capo e, con fare pensieroso, chiese alla mamma di cosa mai Ciccio andasse ghiotto. “Di dolci, pizza e pane...” rispose prontamente la donna, “e non gli piacciono le verdure fresche e la frutta del nostro orticello”.

E già... era risaputo che il piccolo riccio andava pazzo per queste prelibatezze!

A questo punto, alla vecchia Igea venne un'idea: di far visitare Ciccio dall'orco Bilaccio. Si incamminarono quindi verso la montagna fino ad arrivare ad una grotta custodita da un topino

L'Orco Bilaccio comparve in tutta la sua mole: era grande, peloso con un naso ciondolante sino alla bocca ampia da cui sbucavano dentacci gialli e affilati:

- Chi disturba il mio sonno in queste ore calde del pomeriggio?!

- Sono la vecchia saggia del bosco, vengo da te per un consiglio e ti porto in dono una pietra d'ambra dai colori caldi che potrai appendere al collo come ciondolo prezioso

- Accomodatevi

Igea raccontò all'Orco di Ciccio il riccio e l'uomo soffregò pensieroso la sua barba ispida ed incolta... quindi da un armadio di legno massiccio tolse una scatola di velluto rosso, l'aprì e ne trasse un pezzo di vetro colorato, era un vetro fatato che aveva ricevuto in dono dalla Principessa Carlotta quando, grazie ad un piano astuto, l'aveva salvata dalle grinfie del perfido Mago Lidra.

L'orco posò il pezzo di vetro sotto un raggio di luce e questo si illuminò di una miriade di bagliori colorati che inondarono l'antro della caverna.

Bilaccio osservò con attenzione quell'esplosione di colori, quindi sentenziò: “Ciccio il riccio non può mangiare il glutine e tutto ciò che lo contiene, questo per lui è dannoso! Così vedo scritto nei colori dell'iride miracolosa”.

La vecchia Igea vedeva confermata la sua ipotesi: il piccolo riccio non doveva mangiare i dolci, il pane e tutto ciò di cui fino ad allora era stato ghiotto... certo, sarebbe stato un bel guaio!

“Se il piccolino mangerà tutto ciò che produce il paese dei folletti, guarirà in sei lune piene”, proseguì l'Orco concludendo la sua profezia, si diresse poi verso un armadio dalle vetrine colorate e ne estrasse un'ampolla contenente una sostanza di colore rosso... “Sette gocce di questa pozione dovrebbero aiutare il piccolo e restituirgli il suo bel colorito!”.

Ciccio il riccio finalmente non aveva più paura, uscì tranquillo dal suo nascondiglio e, insieme alla donna e il suo fidato gatto, salutò Bilaccio.

Velocemente, al tramontare del sole, i tre ripresero la strada di casa dopo aver riposto nello zainetto l'ampolla con il liquido rosso. Nel loro cammino, decisero di passare nel paese dei folletti, che si trovava in una bassa radura al limitare del bosco.

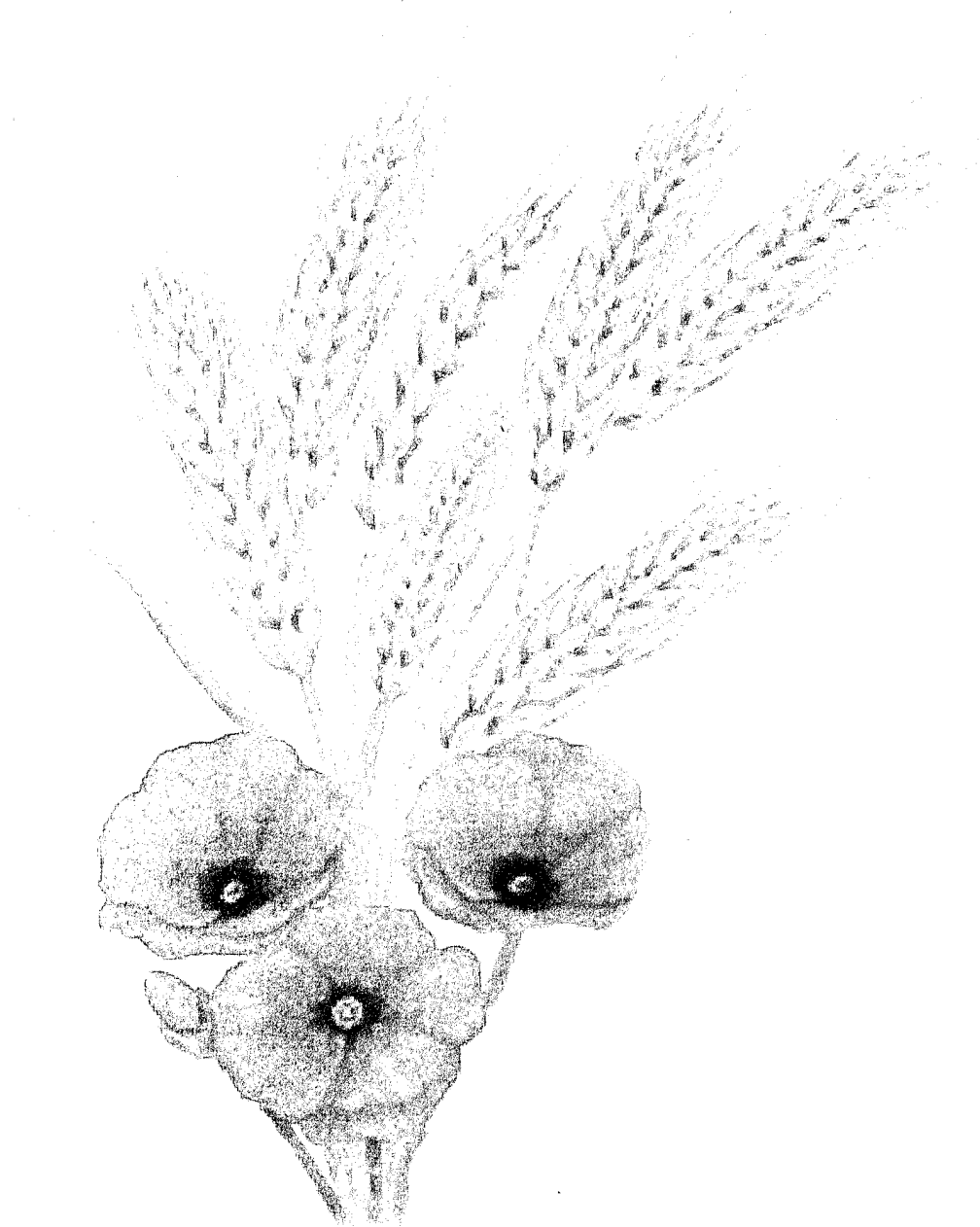
I folletti vivevano nei tronchi degli alberi, cuocevano pane e sfornavano dolci e focacce prelibate a base di riso e di mais di cui andavano ghiotte le fate dei fiori. Igea, per qualche moneta, acquistò una cesta colma di quelle prelibatezze, Ciccio il riccio cominciò a sgranocchiare qualche pasticcino e lo trovò davvero molto gustoso...

Quando giunsero a casa mamma e papà abbracciarono Ciccio,

ascoltarono la strana storia del glutine... e assaggiarono insieme i nuovi cibi: erano proprio buoni! La mamma somministrò a Ciccio la pozione di color rosso, questa si rivelò molto gustosa se mescolata al succo delle fragole...

La Vecchia Igea, prima di riprendere il suo cammino, raccomandò alla mamma di Ciccio di cucinare sempre alimenti senza la sostanza che per lui si era rivelata così dannosa, in quel modo, in poco tempo, il piccolo sarebbe rifiorito. Dal canto loro i folletti avrebbero fornito in grandi quantità ciò di cui Ciccio aveva bisogno.

E così fu... trascorsero sei lune piene e Ciccio tornò ad essere bello, con gli aculei affilati e ben colorito... quell'anno, sostenuto e incoraggiato dal suo bravo papà Poci, vinse il torneo di corsa del bosco e da tutti venne definito un riccio veramente speciale!





① GIOCO del MERCATO

- Chiediamo alle famiglie di portare confezioni di prodotti senza glutine
- Allestiamo un mercato in sezione con prodotti sia con glutine che senza. I bambini dovranno "acquistare" solo quelli con il simbolo gluten-free.

① CARTELLONE dei prodotti
GLUTEN-FREE da appendere nel
nostro ristorante.

② Prepariamo con il cuoco un menu
gluten free da proporre alle famiglie
della nostra sezione

Menu

gluten free

PRIMO PIATTO

Mezze penne al ragù di verdure

SECONDO PIATTO

Crocchette di pollo

CONTORNO

Insalata di stagione

DOLCE

Crostata di pesche

* Mezza penne al ragu' di verdure *

Ingredienti: pasta di riso

sale

olio extra vergine d'oliva

verdure di stagione

passata di pomodoro

Fate lessare in abbondante acqua salata la pasta. Nel frattempo, dopo aver tagliato le verdure a dadini, fatele saltare in olio e.v.o. Aggiungere a piacere la passata di pomodoro. Scolare la pasta e condire.

* crocchette di pollo *

Ingredienti: petto di pollo

uovo

pane grattugiato gluten free.

Tagliare a pezzetti il petto di pollo, metterlo poco alla volta nell'uovo sbattuto, impanarlo e metterlo in forno 180° per 15-20 minuti (in forno ventilato).

* Insalata di stagione *

Ingredienti: verdura di stagione
olio extra vergine d'oliva
sale
aceto o limone a piacere

Tagliare le verdure a julienne e condire.

* Crostata di Pesche *

Ingredienti: 100 g burro
100 g zucchero
100 g farina di riso
1 uovo
1 pizzico di sale
1 cucchiaino di lievito
Marmellata di pesche senza
glutine.

Amalgamare tutti gli ingredienti. Formare una palla e far riposare in frigo almeno 1 ora. Stendere la frolla in una teglia precedentemente imburrata. Forare con la forchetta la frolla, mettere sopra la marmellata e cuocere in forno per 30 minuti a 180°.

◎ PRANZO gluten free a scuola
(tutti insieme)

MENU

- ◎ pasta al pesto
- ◎ platessa impanata
- ◎ pomodori in insalata
- ◎ frutta
- ◎ pane.

Punti di forza del progetto

- coinvolgimento delle famiglie
- conoscere e far conoscere la celiachia
- assaggiare cibi diversi
- coinvolgimento del personale della scuola