



LA TRADIZIONE *in tavola*

Il nostro viaggio nelle tradizioni del cibo continua. In queste pagine trovate le proposte per l'anno scolastico 2025/26 che incontrerete sulla tavola in refettorio nei mesi di dicembre, febbraio e aprile. Abbiamo pensato di accompagnarle con alcune piccole informazioni e attività che potete utilizzare per approfondire in classe con i vostri bambini e bambine l'origine culturale, storica e geografica di questi prodotti, con uno sguardo anche alle tradizioni di tutto il mondo.

Il sapore delle feste

Ricorrenze e celebrazioni sono da sempre una **festa per il palato**: non c'è paese del mondo che non abbia riti gastronomici, ricette e sapori per accompagnare i giorni speciali. Queste preparazioni, buone e belle, **scandiscono il tempo** e assumono nelle comunità un forte **valore simbolico e affettivo**, oltre che **nutrizionale**. Mettono sempre radici profonde: chi di noi non ricorda il gusto della tavola di Natale della propria infanzia?

Il cibo delle feste rievoca sapori, ricordi, emozioni e tradizioni che Comune di Milano e Milano Ristorazione vogliono valorizzare anche a scuola:

- come **esperienza concreta**, con tre dolci tradizionali che i bambini scopriranno e assaggeranno in refettorio;
- come **spunto di riflessione in classe**, attraverso gli approfondimenti raccontati nelle prossime pagine, che mettono in luce la portata storica e culturale degli ingredienti e delle ricette e che ogni insegnante potrà adattare all'età degli alunni e ai percorsi didattici in corso.



IL Panettone

Cos'è

Da tipico dolce milanese a celebrità mondiale, il panettone è un dolce soffice, a forma di cupola, lievitato e cotto al forno, preparato con farina, burro, zucchero, uova e frutta (uva sultanina, cedro candito e arancia candita).

La ricorrenza: le feste natalizie (Natale e Capodanno)

Il panettone, come suggerisce il nome, ha l'aspetto di un grosso pane, e di antichi pani grossi ripieni di frutta la tradizione italiana è ricca. Sull'origine del panettone milanese circolano molte storie e leggende diverse, che spesso fanno risalire questa preparazione al Medioevo o al Rinascimento.

A reinventarlo in epoca moderna (alto e con gli ingredienti descritti sopra) fu Angelo Motta nel 1919. Da allora, questo dolce è sempre presente sulle tavole natalizie, in un'eterna sfida con il suo principale concorrente: il pandoro.

Varianti e trasformazioni

Fino a qualche decennio fa, il panettone era fatto in un solo modo; oggi invece il mercato alimentare cerca di accontentare tutti i gusti e realizza un'infinità di panettoni diversi: al pistacchio o al cioccolato, integrali o vegani, senza canditi, glasse o decori...

Attività

da fare a scuola: una nuova ricetta

Il panettone è un dolce che si presta a molte "ricette del riciclo". Dopo le feste, se avanza, c'è chi lo sbriciola per usarlo come base di una torta e chi lo affetta e lo "biscotta" nel forno. Immagina una ricetta nuova, con bambini e bambine, magari unendo altri ingredienti. Spazio alle idee: descrivi la ricetta e disegna esplorando tutti gli ingredienti.



In refettorio il
16
febbraio



LE Chiacchiere

Cosa sono

Le chiacchiere sono nastri croccanti di pasta dolce, cotti al forno o fritti, che si servono cosparsi di zucchero a velo. Si preparano con farina di frumento, uova, zucchero, lievito e burro oppure olio.

La ricorrenza: il Carnevale

La parola Carnevale deriva quasi certamente dal latino *"carnem levare"*, cioè *"togliere la carne"*, e si riferisce al periodo di feste, banchetti e divertimenti che tradizionalmente precede la Quaresima.

Il Carnevale che si celebra in Italia è solo una delle tante e antichissime feste del mondo nelle quali le persone indossano travestimenti e maschere e vestono i panni di altri individui, di animali o di creature magiche; feste che sono sempre accompagnate da sapori speciali.

Varianti e trasformazioni

Ogni regione italiana ha la sua specialità di pasta fritta a Carnevale e ogni località dà un nome diverso a queste preparazioni: frappe, cenci, bugie, stracci... Lo stesso accade in Europa e nel resto del mondo, perché se è vero che ogni luogo ha le sue specialità, è vero anche che siamo tutti accomunati dal gusto per i cibi dolci e croccanti.

Qui qualche spunto in più:
<https://solfanaria.it/laboratorio/masqueradesaul-steinberg-inge-morath/>
<https://saulsteinbergfoundation.org/essay/paper-bag-masks/>

Attività

da fare a scuola: maschere con i sacchetti di carta del pane

Il grande artista Saul Steinberg, che lavorò anche a Milano e che amava il tema del travestimento, nei primi anni Sessanta si divertì a realizzare maschere usando i sacchetti di carta del pane.

Con pochi tratti ne realizzò di divertentissime e da allora i bambini prendono spunto da quell'idea semplice per giocare con l'arte. Provaci anche tu e scatta un ritratto di classe mascherato proprio come fece Steinberg con i suoi amici.



In refettorio il
23
aprile



IL Pan de mej

Cos'è

Il Pan de mej (in dialetto) o pan meino (in italiano) è un piccolo dolce da forno rotondo che si prepara con farina di mais, uova, latte, lievito, burro, zucchero e fiori di sambuco.

La ricorrenza: il 23 aprile

Per secoli, nelle province di Milano e di altre città lombarde vocate alla produzione di latte e all'allevamento dei bovini, i mandriani e i lattai festeggiavano il rinnovo dei contratti commerciali per la fornitura del latte offrendo alla popolazione questo dolce profumato, accompagnato da panna fresca e un tempo preparato con quello che in dialetto si chiama **mej**: il miglio. La festa si teneva il 23 aprile, che per le persone di fede cristiana è il giorno dedicato a San Giorgio, il santo protettore dei lattai. La data del 23 aprile, però, si lega anche a un altro evento storico: la vittoria di Luchino Visconti contro i briganti (1342).

Varianti e trasformazioni

Un tempo il Pan de mej si preparava con il miglio, mentre oggi l'ingrediente di base è il mais. C'è chi lo realizza senza burro, chi aggiunge il miele mentre i fiori di sambuco non si usano quasi più. Oggi nei panifici si trovano soprattutto Pan de mej di piccole dimensioni ma ne esistono anche di grandi, da tagliare a fette.

Per saperne di più:
https://www.milanoristorazione.it/files/Scuole/materiali_didattici/2025_Pan_De_Mej_Schede_didattiche.pdf

Attività da fare in classe: il sapore dei giorni speciali

1. Pensa a un giorno che consideri speciale e che ti piace più degli altri: un compleanno, una festa tradizionale, un giorno della settimana che senti diverso dagli altri, una celebrazione e chiedi alla classe di fare lo stesso.
2. Pensando a quel giorno, **quale sapore speciale vi viene in mente?** Un dolce, un primo piatto, un piatto unico?
3. Descrivere i sapori dei piatti è difficile: fatelo tutti insieme, sarà una piacevole scoperta. Descrivete che aspetto hanno, come e quando si mangiano e perché sono così speciali.

