

# BRUCOLINO



**Piatto unico:**  
Pasta al Pomodoro, Speck  
Mozzarella e Rucola

**Ingredienti:** (quantità per 3/6 anni -in rosso- e 6/9 anni)

40-50 g di Mozzarella Fiordilatte, 20-20 g di Pane, 20-30 g di Speck, 50-60 g di Verdure (carote e Rucola), 5-8 g di Olio extrav. d'oliva, 70-80 g di Pasta, 5-8 g di Olive, 30-40 g di Passata di Pomodoro

**Preparazione:**

cucinare la salsa di pomodoro con poco olio e sale; cuocere la pasta e condirla. Lessare le carote e frullarle con il mixer per ottenere una purea, avendo l'accortezza di tenerne da parte due piccoli pezzi per le antenne. Tagliare lo speck a striscioline. Avvolgere le mozzarelle ciliegia con lo speck precedentemente tagliato e posizionarle in fila, a formare il corpo del bruco. Tagliare la mozzarella fiordilatte con un tagliapasta tondo ottenendo la testa del bruco. Posizionare la pasta al pomodoro a forma di nuvola nella zona alta del piatto. Decorare la faccia del bruco con le carote per le antenne e la bocca, e le olive nere per gli occhi. Posizionare le olive verdi all'estremità delle antenne, qualche fogliolina di rucola a formare il prato. Decorare il piatto con l'aiuto di un sacchetto da pasticciere riempito di purea di carote e piccoli crostini di pane.

## Tabella Valori Nutrizionali

*	Porzione MEDIA (3-6 anni)	Porzione MEDIA (6-9 anni)
Energia (Kcal)	545	676
Glucidi (amido)(gr)	76 (59)	87 (66)
Proteine (gr)	23,7	30
Lipidi (gr)	18,3	25,5
Fibra (gr)	5,9	7,2

\* vedi "Elementi Nutrizionali dell'Età Evolutiva"

**BUON APPETITO!**