



Comune di Vicchio



SERVIZI INTEGRATI AREA FIORENTINA

OGGI IN MENSA: COUS COUS AL POMODORO

UN PIATTO SEMPLICE, GUSTOSO E SOSTENIBILE



COUS COUS DI GRANO DURO

Ottenuto dalla lavorazione della semola di grano duro.

Fonte naturale di carboidrati e proteine vegetali.

Dal caratteristico colore giallo dorato.



POMODORO FRESCO TOSCANO

Realizzato esclusivamente con pomodori coltivati in Toscana.

Senza conservanti né ingredienti aggiunti.

Ricco di sapore e naturalmente colorato.



LA STORIA DEL COUS COUS

Il cous cous è uno degli alimenti più antichi del Mediterraneo. Nato nel Nord Africa oltre mille anni fa, veniva preparato dai popoli berberi lavorando la semola di grano duro con acqua fino a ottenere piccoli granelli, poi cotti al vapore.

Grazie agli scambi tra i popoli che si affacciavano sul Mediterraneo, il cous cous ha viaggiato da una sponda all'altra del mare, arrivando anche in Italia, dove è diventato una specialità, soprattutto in Sicilia.

Oggi è un piatto amato in tutto il mondo perché è versatile, nutriente e si abbina facilmente a verdure, legumi, pesce e salse.

Nella nostra mensa lo gustiamo con pomodoro, per un piatto semplice e genuino!



PERCHÉ FA BENE?

- ✓ Fornisce energia per lo studio e il gioco.
- ✓ Contiene ingredienti semplici e naturali.
- ✓ Utilizza prodotti provenienti da agricoltori italiani.
- ✓ Valorizza materie prime di qualità e del territorio.

LO SAPEVI?

Il nome "cous cous" deriva probabilmente da una parola berbera che richiama il rumore dei piccoli granelli durante la lavorazione tradizionale.



Per ottenere il cous cous, la semola di grano duro viene lavorata con acqua fino a formare minuscoli granelli che vengono poi cotti e asciugati. Un procedimento antichissimo che si rinnova ogni giorno sulla nostra tavola!

MANGIARE BENE SIGNIFICA...



RISPETTARE
L'AMBIENTE



VALORIZZARE
LA BIODIVERSITÀ



SCEGLIERE INGREDIENTI
COLTIVATI SECONDO
METODI NATURALI

UN VIAGGIO DI
SAPORI E CULTURE
LUNGO IL MEDITERRANEO



NORD AFRICA.
LA SUA TERRA D'ORIGINE



SCAMBI E VIAGGI
NEL MEDITERRANEO



ARRIVA IN ITALIA,
IN SICILIA



OGGI IN MENSA,
SUL NOSTRO PIATTO!

SCEGLIERE IL NON BIOLOGICO È UNA SCELTA CONSAPEVOLE PER NOI E PER IL PIANETA!