

# BUONGIORNO!



Progetto di integrazione scolastica a cura di Chiara Stella  
Progettazione grafica Donatella Doardo

## IL GIORNALINO DELLA QUINTA DELLA SCUOLA PRIMARIA RUBELE

**NEL SUO INTERNO ANDATE A  
SCOPRIRE LE NOSTRE RUBRICHE!**

**UNA STORIA AL GIORNO  
TOGLIE IL MEDICO DI  
TORNO**

**DIMMI COSA MANGI E TI  
DIRÓ CHI SEI**

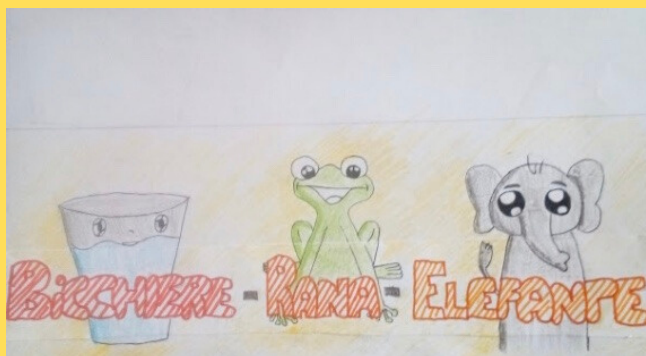
*Buona lettura  
le vostre compagne e i  
vostri compagni di  
quinta!*



*Una storia al giorno toglie il medico di turno*

### LA RANA E L'ELEFANTE

WRITTEN BY NICOLA,  
MATTEO, PETRA, ANASTASIA,  
MARTINO



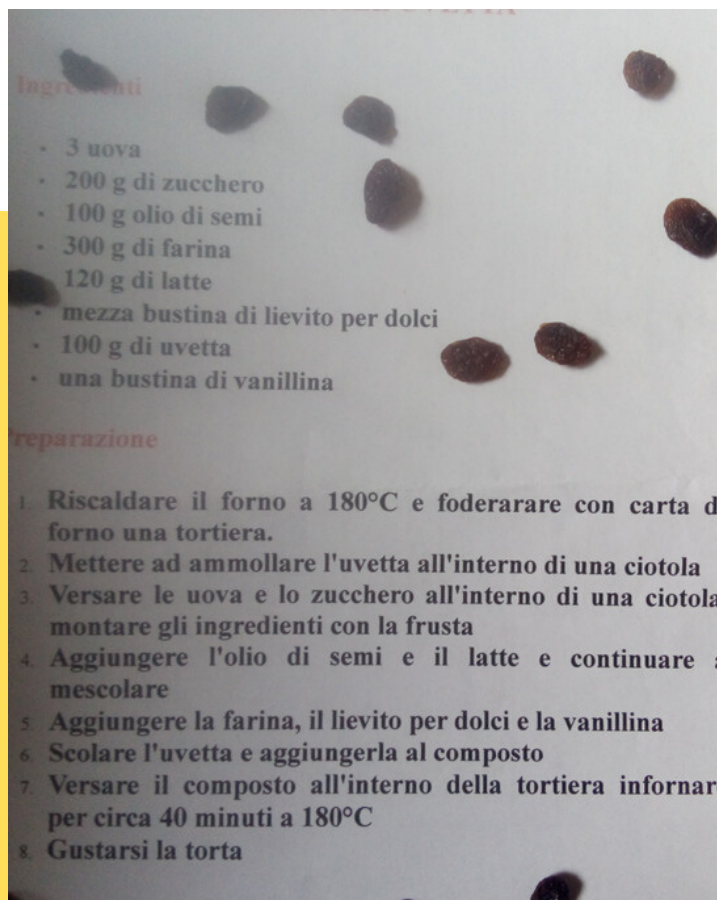
C'ERANO UNA VOLTA, UNA RANA E UN ELEFANTE CHE AVENDO BEVUTO DALLO STESSO BICCHIERE, SI ERANO BECCATI IL "CORONA VIRUS". A QUEL PUNTO, DOVEVANO FARSI RICOVERARE IN OSPEDALE, MA ESSENDO L'OSPEDALE TUTTO PIENO, NON SAPEVANO COSA FARE. COSÌ RITORNARONO A CASA, IN SILENZIO. AD UN TRATTO SQUILLO' IL CAMPANELLO: ERANO UN UOMO E UNA DONNA DELLA PROTEZIONE CIVILE CHE CONSEGNAVANO MASCHERINE. L'UOMO E LA DONNA SI INFETTARONO A LORO VOLTA MA NON SAPEVANO COME FARSI RICOVERARE PERCHÉ GLI OSPEDALI ERANO STRAPIENI! A QUEL PUNTO DECISERO DI FARSI LA QUARANTENA TUTTI INSIEME, L'UOMO, LA DONNA, L'ELEFANTE E LA RANA FACENDO COSE DIVERTENTI PER PASSARE IL TEMPO. PRIMA COSA, SI MISERO TUTTI NELLA VASCA DA BAGNO A GIOCARE A "UNO" PORTANDOSI UN TAVOLO. L'ELEFANTE PERSE, E INFURIATO LANCIO' IL TAVOLO DALLA FINESTRA BECCANDO UN PASSANTE SENZA MASCHERINA CHE FACEVA FINTA DI ANDARE A FARE LA SPESA. QUEL PASSANTE AVEVA GIÀ INFETTATO MOLTE PERSONE MA LORO NON LO SAPEVANO: LO TRASCINARONO SVENUTO IN CASA PER FAR PERDERE LE TRACCE DELL'INCIDENTE. IN CASA, COMINCIARONO A FARGLI I BAFFI E A DIPINGERGLI LA FACCIA, APPROFITTANDO DEL FATTO CHE ERA SVENUTO. QUANDO SI SVEGLIO', COMINCIO' A BARCOLLARE SCIVOLANDO SU UNA BUCCIA DI BANANA CHE I QUATTRO INFETTI AVEVANO MESSO APPOSTA A TERRA. NON CAPENDO DOVERA, GUARDO' GIU' DALLA FINESTRA E CADDE PROPRIO SULLA MACCHINA DELLA POLIZIA. LA POLIZIA, VEDENDOLO TUTTO TRUCCATO E CON I BAFFI FINTI, GLI DIEDE UNA MULTA DOPPIA E GLI FECE PAGARE I DANNI ALL'AUTO... MA QUANDO GLI PULIRONO LA FACCIA CON I BAFFI SI ACCORSERO CHE ERA IL FAMOSO CRIMINALE "GIANFRANCO COGNOME" RICERCATO DA ANNI IN TUTTA EUROPA! SALIRONO IN CASA E PER RICOMPENSARE I QUATTRO DELLA CATTURA DEL CRIMINALE, GLI DIEDERO 5000 EURO E LI FECERO RICOVERARE PER GUARIRE!



*Dimmi cosa mangi e ti dirò chi sei*

## TORTA ALL'UVETTA

WRITTEN BY ANASTASIA



## IL CAPPUCCINO

WRITTEN BY GUIDO



- 1) Prendere la caffettiera e aggiungere acqua, caffè in polvere, metterla sul fuoco e aspettare che "brontoli";
- 2) Intanto che il caffè si prepara, prendere il latte, versarlo su uno speciale pentolino, detto "fraboschino" e metterlo sul fuoco;
- 3) Dopo 3-4 minuti, toglierlo dal fuoco e con il coperchietto del fraboschino, montare il latte;
- 4) Quando il caffè e il latte montato sono pronti, versare prima il caffè e poi il latte montato nella tazza.
- 5) Aggiungere lo zucchero a piacimento.

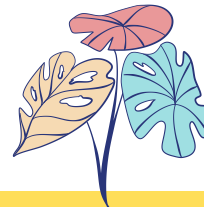
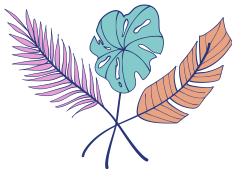
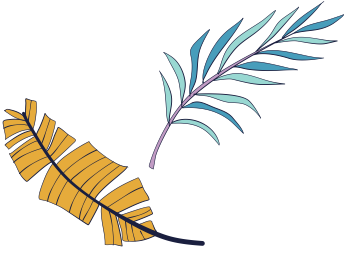
Così verrà un cappuccino ottimo!

*Una storia al giorno toglie il medico di turno*

## IL NONNO RINOCERONTE AMMALATO DI COVID 19

WRITTEN LOLA, ISABELLA, RICCARDO, EDOARDO, YURIA

ANDRÀ TUTTO BENE!



C'ERA UNA VOLTA UN RINOCERONTE BRAVISSIMO A TIRARE LE FRECCHE CON L'ARCO. IL NONNO DEL RINOCERONTE ERA UN FAMOSO DETECTIVE MA FU COLPITO DAL CORONA VIRUS E, PRIMA DI MORIRE, CONSEGNO' UNA MAPPA ANTICA A SUO NIPOTE. DOPO DUE GIORNI DI PIANTO, IL RINOCERONTE PARTI' ALLA RICERCA DEL TESORO SEGNATO SULLA MAPPA. SI AVVENTURO' IN UNA GIUNGLA MELMOSA, MISTERIOSA E SCURA, DOVE VENNE INSEGUITO DA UN GRUPPO DI MACACHI DAL CULETTO ROSSO CHE GLI LANCIAVANO BUCCE DI BANANE IN TESTA. A QUEL PUNTO, IL RINOCERONTE DECISE DI FARE UN ACCORDO CON I MACACHI PROMETTENDO LORO DIECIMILA GRAMMI DI BANANE IN CAMBIO DEL LORO AIUTO A TROVARE IL TESORO. I MACACHI ACCETTARONO L'OFFERTA DEL RINOCERONTE E SI INCAMMINARONO VERSO IL FIUME SEGNATO SULLA MAPPA. SEGUENDO LA CORRENTE DEL FIUME, ARRIVARONO AL MARE E LI', CON I PEZZI DI LEGNO TROVATI SULLA SPIAGGIA, COSTRUIRONO UNA ZATTERA. CON LA ZATTERA CERCARONO DI RAGGIUNGERE L'ISOLA SEGNATA SULLA MAPPA DOVE ERA SEPOLTO IL TESORO. ARRIVARONO SULL'ISOLA CHE ERA QUASI BUIO E INCONTRARONO UN VECCHIO SAGGIO SONNAMBULO CHE AVEVA IN MANO UN METAL DETECTOR CHE USAVA COME BASTONE. I MACACHI VOLEVANO RUBARE IL METAL DETECTOR AL SONNAMBULO MA LUI GLIELO TIRO' ADDOSSO SPAVENTATO DAI RUMORI. IL RINOCERONTE PRESE L'ARCO E SCOCCO' UNA FRECCIA SU UN RAMO DI UNA PALMA FACENDO CADERE UNA NOCE DI COCCO IN TESTA AL SONNAMBULO. A QUEL PUNTO PRESE IL METAL DETECTOR E CERCO' CON I MACACHI IL PUNTO IN CUI ERA SEPOLTO IL TESORO. TROVATO IL POSTO, SCAVARONO UNA BUCA E TROVARONO UN BAULE CON 9 ARCHI D'ORO E 10000 GRAMMI DI BANANE D'ORO. I MACACHI AFFAMATI ADDENTARONO LE BANANE D'ORO E RIMASERO SENZA DENTI.



*Una storia al giorno toglie il medico di turno*

## LA STORIA DI MARMELLATA NICOLA E ORSO

WRITTEN BY GUIDO, GABRIELE, NOÀ, GIULIO, ARRIGO

C'ERA UNA VOLTA UN BAMBINO DI NOME NICOLA CHE MANGIAVA MARMELLATA CON UN ORSO. QUESTO ORSO ERA DIVENTATO UN ANIMALE DOMESTICO A CUI NICOLA VI ERA MOLTO AFFEZIONATO. L'ORSO ERA CONOSCIUTO NEL QUARTIERE E UN GIORNO USCÌ PER ANDARE AL SUPERMERCATO A COMPERARE LA MARMELLATA DI FICHI CHE ERA FINITA.

UN SIGNORE PER SBAGLIO GLI STARNUTÌ ADDOSSO CONTAGIANDOLO CON IL COVID-19.

L'ORSO, IGNARO, TORNÒ A CASA E CONTAGIÒ A SUA VOLTA NICOLA, SALTANDOGLI ADDOSSO, SENZA MANTENERE LE DISTANZE DI SICUREZZA.

DAL NULLA, LA PROTEZIONE CIVILE FECE IRRUZIONE CON MATTARELLA PER FARE UN TAMPONE A CHI ERA IN CASA.

IL TAMPONE RISULTÒ POSITIVO PER ENTRAMBI E DUNQUE VENNE SUBITO CHIAMATA L'AMBULANZA PER PORTARLI IN OSPEDALE.

ALL'OSPEDALE ERANO TUTTI AMMASSATI A TERRA PERO' LORO ERANO FORTUNATI ED EBBERO IL POSTO-VIP CON UN LETTINO A TESTA.

L'ORSO, PER LA PAURA DEI MEDICI VESTITI COME ASTRONAUTI, FU PRESO PER MORTO E MESSO IN UNA BARA DOPPIA.

NICOLA INTUBATO, CON LA POLMONITE, STRAPPO' I TUBI E ANDO' A PIANGERE SULLA TOMBA DELL'ORSO: FU A QUEL PUNTO CHE NICOLA SI ACCORSE CHE L'ORSO ERA SVENUTO E STAVA PER ESSERE SEPOLTO VIVO, DOPO CHE GLI AVEVANO MESSO UN VESTITO DA FESTA.

L'ORSO, ACCORGENDOSI CHE LO STAVANO SEPPELLENDO VIVO, FECE UNA STRAGE DI MEDICI E INFERMIERI E SCAPPO' CON NICOLA RUBANDO UN CARRO FUNEBRE.

A CASA L'ORSO FECE L'AEROSOL A NICOLA CHE PER MAGIA GUARÌ DAL COVID-19!

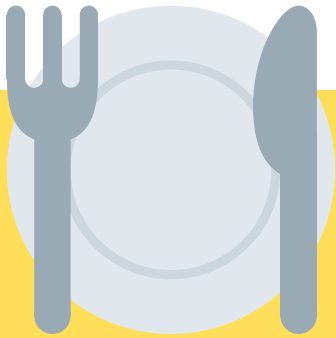
PER FESTEGGIARE MANGIARONO TUTTA LA MARMELLATA DI FICHI!



*Dimmi cosa mangi e ti dirò chi sei*

## ORECCHIETTE CON BROCCOLO BARESE

WRITTEN BY AURORA



### Orecchiette con Broccolo barese, olio alle acciughe e pane "atturrato"

Ingredienti per la pasta per 6 persone:

500 g Farina di Semola di Grano duro

q.b. Acqua tiepida

Per la salsa:

1 kg di Broccolo verde barese

60 g di Acciughe sott'olio

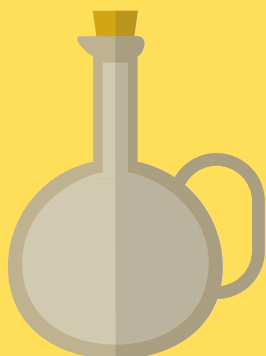
20 g di pane atturrato

q.b. di Olio Evo

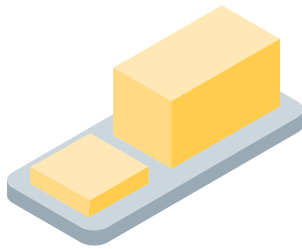
q.b. di Sale e pepe nero macinato

Procedimento:

1. Disporre la farina a fontana, al centro di essa aggiungere l'acqua, poca alla volta, impastare ed ottenere un panetto omogeneo.
2. Formare le Orecchiette.
3. Mondare il broccolo verde e ricavare i fiori.
4. Cuocere le orecchiette in abbondante acqua salata, a metà cottura aggiungere i fiori di broccolo.
5. In una padella versare olio e acciughe e lasciare crogiolare fino a quando le acciughe di sciolgono.
6. Colare la pasta, amalgamarla all'olio alle acciughe.
7. Servire le orecchiette e cospargere con il pane atturrato.



*Dimmi cosa mangi e ti dirò chi sei*



## CROSTATA DI MELE

WRITTEN BY TERESA



### CROSTATA DI MELE

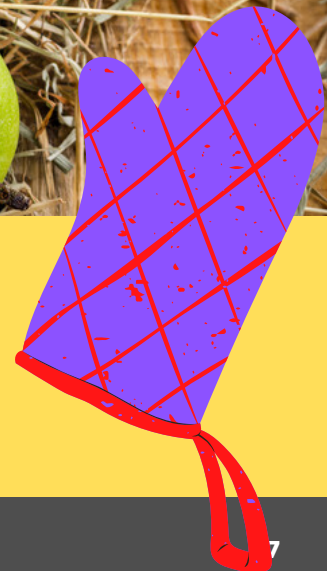
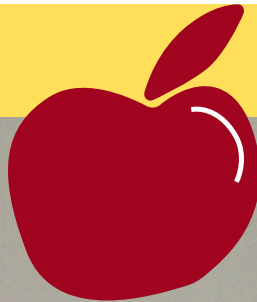
#### Ingredienti impasto

- 75 g di burro a pezzi
- 150 g di farina
- ½ cucchino di zucchero
- 1 bustina di vanillina
- 50 g di acqua

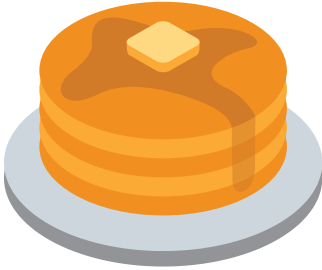
#### Farcitura

- 4/5 mele
- 30 g di zucchero
- 10 g di burro
- accendere il forno a 200 gradi imbrattare e infarinare uno stampo da crostata
- impastare in una ciotola tutti gli ingredienti unendo l'acqua per amalgamare
- infarinare un piano da lavoro, con il mattarello stendere l'impasto alla misura dello stampo
- tagliare le mele in ¼ ogni quarto da dividere
- adagiare le fette (di mele) in modo circolare ricoprendo tutto
- in fine cospargere di zucchero e fiocchetti di burro infornare per 30/35 minuti a 200 gradi in forno statico fino a quando le mele non saranno dorate

Servire a piacimento calda o fredda



*Dimmi cosa mangi e ti dirò chi sei*



## PANCAKE

WRITTEN BY ARRIGO



### INGREDIENTI

200g di farina  
200ml di latte  
2 uova intere  
50g di zucchero  
50g di burro  
un cucchiaino da caffè di bicarbonato  
un pizzico di sale

### PROCEDURA

Si sbattono le 2 uova con lo zucchero, il bicarbonato, il sale e il burro sciolto, in una ciotola poi piano piano si aggiunge la farina setacciata ed il latte sino a raggiungere un impasto cremoso. Con un mestolino si versa su di una padella antiaderente di piccole dimensioni un po' per volta l'impasto cuocendolo un paio di minuti per lato.

Con questa quantità di ingredienti si ottengono 8 pancake circa che si possono mangiare spalmandoci sopra sciroppo d'acero, marmellata o nutella.



*Dimmi cosa mangi e ti dirò chi sei*



## PASTA ALLA CARBONARA

WRITTEN BY MARTINO



- 1) Fare bollire l'acqua, salarla e poi buttare la pasta.
- 2) Cuocere la pancetta in una pentola con un po' d'olio, a fiamma bassa.
- 3) Sbattere l'uovo con una forchetta (io lo faccio dentro una tazza).
- 4) Quando la pasta sarà pronta bisogna scolarla, poi si mette la pasta insieme alla pancetta e poi si aggiunge l'uovo.
- 5) Mescolare il tutto finché l'uovo non si sarà rappreso del tutto.
- 6) Poi servire in tavola con il formaggio sopra.

INGREDIENTI: pasta, uovo, pancetta e un po' di formaggio



*Dimmi cosa mangi e ti dirò chi sei*



## SCIROPPO DI TARASSACO

WRITTEN BY PETRA



Ingredienti:

1 kg di zucchero normale o grezzo

200 fiori di tarassaco \*per 10 barattolini\*

1L di acqua

Succo di limone

PASSAGGIO 1

Levare tutti i gambi dai fiori

PASSAGGIO 2

Farli bollire nel litro d'acqua per 15 minuti.

PASSAGGIO 3

Far riposare il ricavato per una notte.

PASSAGGIO 4

Aggiungere il succo di limone e il kg di zucchero al ricavato.

PASSAGGIO 5

Mescolare, e dopo far bollire a fuoco dolce finchè lo sciroppo non prende la consistenza dello sciroppo

PASSAGGIO 6

Appena lo sciroppo ha preso la giusta consistenza spegnere il fuoco e versarlo in vasetti, chiuderli e capovolgerli a "testa" in giù

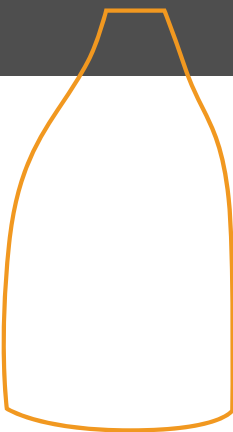
Lo sciroppo di Tarassaco è perfetto per dolcificare il tè, le tisane e ha un ottimo sapore se messo nello yogurt o nei cereali.



*Dimmi cosa mangi e ti dirò chi sei*

## PASTA AI FRUTTI DI MARE

WRITTEN BY MATTEO



PER LA PASTA  
500 GR DI FARINA  
5 UOVA

**PROCEDIMENTO SOLO AI FRUTTI DI MARE:**

1 KG DI COZZE  
500GR DI GAMBERONI  
300 GR DI CALAMARI  
1 PELATO  
AGLIO  
OLIO EVO  
SALE  
PEPERONCINO  
PREZEMOLO.

ABBONDANTE ACQUA SALATA, SCOLARE AL DENTE E SALTARE TUTTO CON IL SUGO DEI FRUTTI DI MARE.  
SERVIRE LE TAGLIATELE AI FRUTTI DI MARE CON DEL PREZEMOLO FRESCO SOPRA.

**PROCEDIMENTO**

IN UNA PADELLA METTI L'OLIO E L'AGLIO FAI SOPRIGERE POI METTI LE COZZE E FALLE APRIRE IN UN'ALTRA PADELLA METTI L'AGLIO L'OLIO E IL PEPERONCINO FATELO DORARE, AGGIUNGERE I CALAMARI TAGLIATI A RONDELLE.  
FAI CUOCERE 10 MINUTI DOPO AGGIUNGI IL PASTO E IL POMODORO UN PO DI SALE, FAR RESTRINGERE IL SUGHETTO.  
AGGIUNGERE LE COZZE E I GAMBERONI E POI FAR CUOCERE PER 10 MINUTI.  
DOPO CUOCERE LE TAGLIATELLE IN

