

21 Dicembre 2016

## Feste sostenibili, a Natale il centrotavola è tutto da mangiare

Basta un po' di fantasia e anche un antipasto può diventare una simpatica e golosa idea decorativa. Ecco come preparare tre alberelli da ammirare e gustare



Spreco alimentare

Anche **la tavola di Natale può essere antispreco**, a partire dalle decorazioni che possono diventare protagoniste del menù. Basta un po' di fantasia e il **classico centrotavola** con fiori e candele può rinnovarsi in uno **speciale alberello di antipasti** o magari in tre alberelli, tutti gustosissimi. Bastano pochi ingredienti, un po' di pazienza e il gioco è fatto: per lo speciale appuntamento con la festa il nostro **centrotavola sarà commestibile**.

Quest'anno per Natale potrete creare l'**alberello di crudité di verdure** da accompagnare con una semplice **vinaigrette** preparata con olio, aceto, sale e pepe. Potrete comporre l'alberello con peperoncini rossi uniti per esempio a cimette di cavolfiore bianco, verde e viola, pomodorini, carote, rapanelli, finocchi, peperoni gialli, verdi e rossi, cetrioli, sedano e chi più ne ha più ne metta, cercando ovviamente l'armonia dei colori e immaginando di decorare l'albero per la gioia dei commensali.

Senza dimenticare mai i colori protagonisti del Natale ? il rosso, il bianco e il verde ? insieme all'alberello di crudité potrete proporre **uno di affettati e uno formaggi**. E allora spazio a prosciutto crudo, speck, salame Milano, spalla cotta, culatello, mortadella, alle scamorzine e ai formaggi tagliati a cubetti.

**Materiale necessario:** stuzzicadenti e bastoncini in legno per spiedini.

**Alberello di crudité**

## **Ingredienti:**

- 1 mela
- 1 carota
- Peperoncini rossi
- cavolfiore bianco, verde e viola
- pomodori pachino
- carotine baby o carote
- rapanelli
- finocchi
- peperoni gialli, verdi e rossi

## **Alberello di affettati**

### **Ingredienti:**

- 1 mela
- 1 carota
- prosciutto crudo di Parma
- culatello
- spalla cotta
- speck
- mortadella
- salame Milano
- rametti di aneto
- insalata lattuga
- olive verdi farcite con peperone

## **Alberello di formaggi**

### **Ingredienti:**

- 1 mela
- 1 carota
- scamorzine
- pecorino
- asiago
- fontina
- ricotta salata
- formaggio di Fossa
- Parmigiano Reggiano
- pomodori pachino
- rametti di rosmarino

## **Procedimento**

Come fare? Prima di tutto bisognerà pensare alla struttura. Prendete una mela e tagliatela alla base in modo che possa rimanere stabile sul piatto che avrete scelto per accogliere il vostro alberello di antipasti. Scegliete

una carota e tagliate le estremità. Togliete il picciolo della mela e, aiutandovi con un coltello, create un solco nella cavità peduncolare che possa accogliere la carota da posizionare verticalmente. In questo modo avrete creato la **struttura base dell'alberello**. **Tagliate le verdure** che avete scelto per decorare il vostro alberello. I cavolfiori dovranno essere divisi in cimette, mentre i peperoncini, se di piccole dimensioni, potranno essere inseriti anche interi immaginando di creare festoni.

**Prendete gli stuzzicadenti e infilate ogni ortaggio**, proprio come se fosse un lecca-lecca. La punta dello stuzzicadenti rimasta scoperta sarà quella che dovrete infilare con una leggera pressione alla mela e alla carota. Se avete bisogno di creare distanza maggiore tra la struttura dell'alberello e l'ortaggio che andrete a posizionare potete utilizzare anche **bastoncini in legno per spiedini**. Cominciate a **comporre l'alberello partendo dalla base** e alternando i colori livello per livello. Immaginate che gli stuzzicadenti siano i rami dell'albero e date spazio alla fantasia. Tagliate poi un peperone giallo in modo da creare piccole stelle da collocare qui e là sul vostro alberello una volta terminato.

Per rendere ancora più originale l'antipasto potete creare una piccola **ghirlanda di rosmarino** da posizionare alla base della vostra opera. Basterà fissare qualche rametto con un po' di spago. Sopra potete fare scivolare **olive nere e verdi piccanti e pomodorini ripieni**.

Per preparare gli **alberelli con i salumi affettati e i formaggi** dovrete solo cambiare gli ingredienti. Gli affettati potranno essere arrotolati come una rosellina, fissati con lo stuzzicadenti e affiancati a qualche **ciuffo di aneto**, foglie di **insalata lattuga** e da **olive farcite con peperone**. Alla base dell'alberello potete sistemare foglie di radicchio rosso di Treviso e cipolline in agrodolce.

Tra un cubetto di formaggio e l'altro per dare colore al vostro centrotavola di formaggi potrete inserire **rametti di rosmarino e pomodori pachino**. Per accompagnare l'originale degustazione di formaggi potete anche preparare alcune ciotoline con miele e confetture. Per concludere che ne dite di una bella stella di Natale in cima all'alberello? Tagliate il peperone giallo o create un piccolo tramezzino a forma di stella. Una cosa è certa: nessuno potrà dire che il vostro albero di Natale non ha né fantasia, né sapore.

---