



Il «Menù di San Francesco» è uno dei 9 interventi previsti dal progetto «Il Borgo di Francesco», finanziato dalla Regione Calabria con Decreto n. 14118 del 21.12.2020 nell'ambito dell'Avviso pubblico per il sostegno di progetti di valorizzazione dei borghi della Calabria



Menù

DI SAN FRANCESCO



SCANSIONA IL QR CODE
E GUARDA I VIDEO

INGREDIENTI
PER 6 PERSONE



Il Borgo
di Francesco

www.ilborgodifrancesco.it

www.comune.paola.cs.it

Città di Paola



**MILLEFOGLIE
D'ACCIUGHE
GRATINATE**

**GNOCCHETTI
CON SPADA E BROCCOLI**



**BISCOTTI
AL PISTACCHIO**



**CUOR DI BACCALÀ
CON SCAROLA SALTATA**



Il *Menù di San Francesco* è stato realizzato in partnership con l'*Istituto Professionale di Stato San Francesco* di Paola (CS), che già da anni ha avviato studi e sperimentazioni di nuove ricette, al fine di stimolare la creatività degli studenti, perfezionandone le competenze, e di valorizzare le tradizioni locali.

Il menù si ispira alle ricette della cucina di “strettissimo magro”, rintracciabili in una copia, redatta in edizione pressoché identica all'originale, di un libro pubblicato nel 1880 da Padre Gaspare Stanislao Delle Piane dei Frati Minimi di San Francesco, del convento di Genova.

Per i suoi manicaretti il frate si è ispirato alle regole dell'Ordine dei Minimi, costituito nel XV secolo per volere di Francesco da Paola, il quale, ai voti di povertà, obbedienza e castità, aggiunse quello della vita quaresimale perpetua, che imponeva l'astinenza dalle carni e dai suoi derivati.

Padre Gaspare Stanislao, oltre che un religioso, era anche un cuoco provetto. Le sue pietanze bandivano carne, uova, latticini e derivati, già protagonisti della cucina dello scarto, e aprivano le porte a un gusto nuovo, attraverso l'impiego di vegetali, pesci, molluschi e crostacei.

I suoi piatti erano destinati ai confratelli, ai fedeli e anche ai grandi chef.

