

DAL 4 AL 13 MARZO

# MENU

Insalata tiepida di cicerchia e verdure con cubetti di spada scottato alle erbe.

Zuppa di fagioli borlotti con cavolo nero e crostoni integrali al formaggio di pecora.

Burger di lenticchie con cumino e peperoni, crema di zucca e broccoli.

Torta al cacao con farina di borlotti, salsa vaniglia e arachidi caramellate.

---

CORTE DI AURELIANO  
BAR & RESTAURANT

by "UNA cucina"



## CICERCHIA

La cicerchia è uno dei legumi più antichi di cui l'uomo abbia memoria, le sue prime tracce risalgono al 8000 a.C. in Mesopotamia. Divenne l'alimento principe della tavola, utilizzato nella preparazione di focacce, pani e zuppe.

## FAGIOLI BORLOTTI

Piatto povero per eccellenza e di origini medievali, il fagiolo borlotto veniva preparato nelle locande e nei conventi del territorio e servito in zuppa, per rifocillare i pellegrini di passaggio nell'area Francigena.

## LENTICCHIE

Di tradizione in tutte le tavole degli italiani per l'ultimo dell'anno, questo legume è un ingrediente molto importante per le sue notevoli proprietà nutritive. Bene lo sapevano i nostri antenati che usavano le lenticchie come fonte di proteine in sostituzione della carne, quando in circolazione ce n'era ben poca.

