



TRansition paths to sUustainable
legume-based systems in Europe



Slow Food®
Deutschland e.V.

RICETTA - Il tuo contributo al libro di cucina dei legumi

Grazie per averci fornito la ricetta dei legumi per il libro di cucina dei legumi! Si prega di compilare tutti i campi contrassegnati con (*). Gli altri campi sono facoltativi, ma ci forniscono informazioni preziose se li compilate. Si prega di inviare il modulo compilato

via e-mail a:

cookbook@slowfood.de

o per posta a:

Slow Food Deutschland e. V.
Hülsenfrucht-Kochbuch
Luisenstraße 45
10117 Berlin
Germany

Informazioni generali e domande*

Nome, cognome*	<input type="text"/>
e-mail*	<input type="text"/>
Via, numero civico*	<input type="text"/>
Codice postale, città, paese*	<input type="text"/>
Socio Slow Food	<input type="checkbox"/> Sì <input type="checkbox"/> No
Sei coinvolto con Slow Food e in quale rete? (es. Alleanza dei cuochi, SF Youth, fiduciario della condotta, ecc.)	<input type="text"/>

La vostra ricetta dei legumi*

1. Come si chiama la tua ricetta dei legumi?*

Nota: indicare solo le ricette che avete sviluppato voi stessi. Se utilizzi altre fonti, ti preghiamo di informarci sugli autori e di indicare la fonte.



I percorsi di transizione verso sistemi sostenibili basati sulle leguminose in Europa (TRUE) hanno ricevuto finanziamenti dall'Unione europea attraverso il programma di ricerca e innovazione Orizzonte 2020 nell'ambito della convenzione di sovvenzione n. 727973.

www.slowfood.de
www.true-project.eu

2. Quali sono i legumi utilizzati per il vostro piatto? * Conosci il nome latino?

3. Il legume è un passeggero dell'Arca del Gusto* o un prodotto del Presidio.**?

***L'Arca del Gusto** è un progetto internazionale della Fondazione Slow Food per la Biodiversità che tutela e promuove le razze, le colture e gli alimenti tradizionali in via di estinzione e contribuisce a prevenire l'estinzione del nostro patrimonio culinario e culturale.

*I **Presidi** sono esempi tangibili di nuova agricoltura sostenibile. Conservano gli ecosistemi locali, le tradizioni locali e creano alimenti di qualità unica. Mentre l'Arca del Gusto descrive e registra ciò che vale la pena proteggere e quindi salva dall'oblio, il Presidio si occupa attivamente della sua tutela e promozione. Un Presidio è una rete di agricoltori impegnati, produttori di alimenti artigianali, distributori interessati, cuochi, esperti accademici e consumatori consapevoli che insieme si impegnano attivamente nella conservazione di specifiche colture, razze, alimenti e paesaggi coltivati.

Ingredienti e preparazione*

Numero di porzioni	<input type="text"/>
Tempo di preparazione	<input type="text"/>
Tipo di piatto (antipasto, piatto principale, dessert, torta)	<input type="text"/>
Ingredienti (in grammi)	<input type="text"/>

Nota: la descrizione degli ingredienti deve essere la più dettagliata possibile, ad esempio se la farina è in grani interi, se lo zucchero è bianco o marrone, o se un ingrediente è a basso contenuto di grassi o grasso pieno, ecc. Grazie!





TRansition paths to sUstainable
legume-based systems in Europe



Slow Food®
Deutschland e.V.

4. Preparazione

--

spunti

--



I percorsi di transizione verso sistemi sostenibili basati sulle leguminose in Europa (TRUE) hanno ricevuto finanziamenti dall'Unione europea attraverso il programma di ricerca e innovazione Orizzonte 2020 nell'ambito della convenzione di sovvenzione n. 727973.

www.slowfood.de
www.true-project.eu



TRansition paths to sUustainable
legume-based systems in Europe



Slow Food®
Deutschland e.V.

Foto e altro

- Se avete immagini del vostro piatto, del legume o di persone (per esempio mangiandolo), inviatecele - incluse le informazioni sul copyright (cognome, nome del titolare del copyright, anno). La foto deve avere una risoluzione di 300dpi.
- Se volete che i colleghi dell'ufficio Slow Food Germania cucinino la vostra ricetta e si godano il vostro legume preferito, siete invitati a inviarci un campione all'indirizzo sopra indicato. Saremo lieti di restituire il favore inviandovi una foto del piatto e del legume.

Lo sfondo della tua ricetta di legumi

1. Quali altri legumi possono essere utilizzati per sostituire quello della ricetta nel caso in cui non sia disponibile in questa regione/stagione?

2. Quali sono i contorni tipici e adatti a questo legume?

3. Da dove prendi il legume? Dove si può acquistare il legume?



I percorsi di transizione verso sistemi sostenibili basati sulle leguminose in Europa (TRUE) hanno ricevuto finanziamenti dall'Unione europea attraverso il programma di ricerca e innovazione Orizzonte 2020 nell'ambito della convenzione di sovvenzione n. 727973.

www.slowfood.de
www.true-project.eu



TRansition paths to sUstainable
legume-based systems in Europe



Slow Food®
Deutschland e.V.

4. Come e dove viene coltivato questo legume? Conoscete le loro specifiche condizioni di coltivazione?

5. Qual è la storia che sta dietro il vostro piatto - cosa potete raccontarne?

- ad esempio, quanti anni ha questa ricetta?
- Per esempio, la tua ricetta è consumata in occasioni speciali e ha qualche usanza legata ad essa? Quali sono le tradizioni della ricetta e quali sono le occasioni (giorni festivi, situazione familiare) in cui si mangia questo piatto tipico?
- Ad esempio, conoscete altre varianti della ricetta?



I percorsi di transizione verso sistemi sostenibili basati sulle leguminose in Europa (TRUE) hanno ricevuto finanziamenti dall'Unione europea attraverso il programma di ricerca e innovazione Orizzonte 2020 nell'ambito della convenzione di sovvenzione n. 727973.

www.slowfood.de
www.true-project.eu



TRansition paths to sUstainable
legume-based systems in EEurope



Slow Food®
Deutschland e.V.

6. Perché ti piace cucinare con i legumi? Cosa ti piace di questo cibo in cucina e in generale?

Avete delle domande?

- Per qualsiasi altra domanda su questo modello o sul ricettario, non esitate a contattarci:
cookbook@slowfood.de



I percorsi di transizione verso sistemi sostenibili basati sulle leguminose in Europa (TRUE) hanno ricevuto finanziamenti dall'Unione europea attraverso il programma di ricerca e innovazione Orizzonte 2020 nell'ambito della convenzione di sovvenzione n. 727973.

www.slowfood.de
www.true-project.eu

Informazioni sull'uso previsto dei dati

La protezione dei vostri dati personali è importante per noi. Vogliamo informarvi sullo scopo per il quale raccogliamo, memorizziamo o trasmettiamo i dati e per quali scopi utilizziamo la vostra ricetta, nonché le informazioni aggiuntive e le immagini:

Utilizzo dei dati e delle informazioni

I dati raccolti in questa indagine saranno conservati ed elaborati da Slow Food Deutschland e. V. allo scopo di creare e diffondere il ricettario dei legumi.

Il vostro indirizzo e-mail indicato sarà utilizzato esclusivamente per scopi di comunicazione nell'ambito del progetto TRUE e non sarà trasmesso a terzi senza il vostro esplicito consenso. Slow Food Deutschland e. V. pubblicherà, in conformità con il proprio statuto, la ricetta inviata, le informazioni aggiuntive e le immagini inviate sui canali di comunicazione digitali e cartacei. Questi includono il libro di cucina, la rivista Slow Food o altre pubblicazioni, così come i comunicati stampa e gli articoli sul sito web di Slow Food. Concedi a Slow Food Deutschland e. V. il diritto non esclusivo di utilizzare la ricetta gratuitamente e per una durata illimitata. Questo diritto è valido anche per le informazioni e la foto inviata insieme alla ricetta. Il copyright della foto è del rispettivo fotografo.

La ricetta e le informazioni che la accompagnano saranno pubblicate con l'indicazione del nome, della città e del paese dell'autore.

Nell'ambito del progetto VERO, la ricetta viene trasmessa ai partner di progetto del progetto VERO per calcolare il valore nutrizionale e l'impronta ecologica della ricetta.

Indirizzo dell'istituzione in questione

Slow Food Deutschland e. V.
Dr. Ursula Hudson, presidente
Luisenstraße 45
10117 Berlin
Tel. (0 30) 2 00 04 75-0
Fax (0 30) 2 00 04 75-99
Email: info@slowfood.de

Responsabile della protezione dei dati

Dr. Tilo Levante
datenschutz@slowfood.de





TRansition paths to sUustainable
legume-based systems in Europe



Slow Food®
Deutschland e.V.

I tuoi diritti

Hai il diritto di ottenere informazioni sui tuoi dati personali. È inoltre possibile richiedere la correzione dei dati errati.

Inoltre, a determinate condizioni, avete il diritto di far cancellare i vostri dati, il diritto di limitare l'elaborazione dei dati e il diritto alla portabilità dei dati.

I vostri dati saranno trattati in base alle disposizioni di legge. Abbiamo bisogno del vostro consenso solo in casi eccezionali. In questi casi avete il diritto di revocare il vostro consenso per l'elaborazione futura.

Avete anche il diritto di presentare reclamo all'autorità di controllo incaricata della protezione dei dati, se ritenete che il trattamento dei vostri dati personali non sia lecito.

L'indirizzo dell'autorità di controllo competente per noi è:

Berliner Beauftragte für Datenschutz und Informationsfreiheit
Friedrichstr. 219
10969 Berlino

Tel: +49 (0)30 13889-0

Fax: +49 (0)30 215505050

Email: mailbox@datenschutz-berlin.de

Basi legali

La base giuridica per il trattamento dei vostri dati è l'articolo 22 capoverso 1 capoverso 1 lettere a, b, c e f) della legge federale sulla protezione dei dati.

Con la mia firma confermo di aver concesso a Slow Food Deutschland e. V. un diritto non esclusivo, gratuito, di utilizzare la ricetta per un periodo di tempo illimitato e che tale diritto è valido anche per le informazioni e la foto presentata insieme alla ricetta. Confermo di essere stato informato dell'uso che si intende fare della raccolta e della conservazione dei dati.

Città, data e firma



I percorsi di transizione verso sistemi sostenibili basati sulle leguminose in Europa (TRUE) hanno ricevuto finanziamenti dall'Unione europea attraverso il programma di ricerca e innovazione Orizzonte 2020 nell'ambito della convenzione di sovvenzione n. 727973.

www.slowfood.de
www.true-project.eu