

Un tempo era semplicemente pane e olio, la merenda più amata dai bambini. Oggi pane e olio può diventare tante cose!



Pane, olio e avocado

Chiamiamolo pure avocado toast. Per la versione più semplice mettete delle fette di avocado sul pane abbrustolito e condito con un filo d'olio.

Pane, olio e salmone

Per molti al posto dell'olio starebbe meglio il burro come da tradizione del nord Europa, ma noi vi suggeriamo di provare anche così con un olio nuovo e buono. Aggiungete anche un po' di succo di limone e del pepe bianco macinato o delle finocchietto.

Pane, olio e aglio

Una ricetta per palati decisi. In pratica dovete semplicemente abbrustolire una fetta di pane, condirla con poco olio e poi strofinarla con uno spicchio di aglio. Per completare potete poi cospargerla con del parmigiano grattugiato prima di ripassarla in forno per qualche minuto. Nella versione americana non manca nemmeno l'erba cipollina.

Pane, olio e pomodoro

La classica bruschetta che piace sempre a tutti. Potete arricchirla con una grattugiata di feta o con una dadolata di cetrioli e foglie di menta o basilico tritate. Ricordate che ai bambini piace quando il pomodoro è strofinato sul pane, non a fette.

Pane olio e pecorino

Una vera bontà che si prepara in pochi minuti al microonde o sotto il grill del forno. Basta coprire delle fette di pane con l'olio con del pecorino stagionato e poi passare tutto in forno. Il formaggio si scioglierà e avvolgerà il pane che alla base però resterà croccante.

Pane, olio e tagliatelle di zucchine

Tagliate delle zucchine nel senso della lunghezza con una mandolina. Otterrete come delle tagliatelle. Conditele con olio, sale, pepe e del succo di limone e posizionatele su delle fette di pane e olio spalmate con del caprino.

Pane, olio ... arriva la pizza finta!

Se avete del pane avanzato un po' secco tagliatelo a fette e bagnatelo con dell'acqua. Poi sistematelo sulla base di una tortiera schiacciandolo per bene per ammorbidirlo e cospargetelo con olio, passata di pomodoro, sale e capperi. Cuocete in forno per 30 minuti a 180° e otterrete un'ottima pizza finta!

Pane, olio e fagioli

Un piatto povero, ma molto saporito che può tranquillamente diventare un secondo veloce e completo. L'abbinamento ideale è tra pane integrale e fagioli cannellini precotti, ben lavati e conditi semplicemente con olio, sale e pepe.

Pane, olio e peperoni

Peperoni verdi fritti e pane abbrustolito sono un matrimonio perfetto. Se non volete friggere, tagliate semplicemente i peperoni a listarelle e cuoceteli in forno con l'olio e uno spicchio di aglio. Quando saranno morbidi, serviteli ancora caldi su delle fette di pane toscano abbrustolito e condito con un filo d'olio crudo.

Pane, olio e cioccolato

Vi sembrerà strano, eppure questo è un abbinamento gourmet. Mettete su una fetta di pane e olio del buon cioccolato fondente e se volete aggiungete anche un pizzico di sale. Il risultato vi stupirà.