

## E Un pizzico di sale...

### E1 In cucina con la Pina

- 27 **1a** Hören Sie den Podcast „In cucina con la Pina“ und kreuzen Sie die passende Zutatenliste an.

**A**

un cucchiaino di zafferano  
 430 g di riso  
 un pezzettino di burro  
 1 cipolla  
 1 etto di pecorino  
 vino rosso, acqua, brodo animale  
 un pizzico di pepe

**B**

un cucchiaino di zafferano  
 320 g di riso  
 un pezzettino di burro  
 1 cipolla  
 1 etto di grana padano  
 vino bianco, brodo vegetale  
 un pizzico di sale

- 28 **1b** Hören Sie einen Teil des Podcasts erneut und vervollständigen Sie den Text.

aggiungete • lasciate • tagliate • mescolate • fate • versate • aggiungete

- \_\_\_\_\_ la cipolla. Fatela soffriggere nel burro per 10–15 minuti.  
 \_\_\_\_\_ ora il riso e tostatelo per 3–4 minuti. \_\_\_\_\_  
 il bicchiere di vino bianco e lasciatelo evaporare completamente. Quindi  
 \_\_\_\_\_ il brodo vegetale poco a poco e \_\_\_\_\_ cuocere  
 per circa 15 minuti.

Aggiungete lo zafferano e \_\_\_\_\_ finché  
 il riso diventerà di un bel colore giallo oro.  
 Fate cuocere per altri 5 minuti.

A fine cottura, aggiungete un pizzico di sale,  
 il formaggio grattugiato e un pezzettino  
 di burro. Mescolate e \_\_\_\_\_  
 riposare per qualche minuto.



- 29 **1c** Geben Sie nun „Ihr“ Rezept für „Spaghetti alla carbonara“ weiter.  
Orientieren Sie sich am Beispiel und den folgenden Angaben.

**Esempio** tagliare il guanciale a striscioline  
Tagliate il guanciale a striscioline.

1. fare rosolare il guanciale per 10–15 minuti
2. fare cuocere gli spaghetti
3. versare i tuorli (= *Eigelb*)
4. aggiungere il pecorino e il pepe e mescolare bene
5. aggiungere il guanciale e mescolare
6. scolare la pasta
7. versare la salsa sugli spaghetti e mescolare velocemente



## E1 In cucina con la Pina

### ► 27/28 1a/1b Text / Lösung

- Ciao a tutti e bentornati a un nuovo episodio del podcast “In cucina con la Pina”. La ricetta del giorno è il risotto allo zafferano, anche chiamato “risotto alla milanese”, un piatto tipico del capoluogo lombardo. La caratteristica principale è il suo colore giallo intenso, grazie all’ingrediente principale, lo zafferano. Iniziamo con gli ingredienti...

Ecco gli ingredienti per quattro persone: un cucchiaino di zafferano, 320 grammi di riso, un pezzettino di burro, una cipolla, un etto di grana padano, vino bianco, brodo vegetale e un pizzico di sale. E ora passiamo al procedimento.

*Tagliate* la cipolla. Fatela soffriggere nel burro per 10–15 minuti.

*Aggiungete* ora il riso e tostatelo per 3–4 minuti. *Versate* il bicchiere di vino bianco e lasciatelo evaporare completamente. Quindi *aggiungete* il brodo vegetale poco a poco e *fate* cuocere per circa 15 minuti.

Aggiungete lo zafferano e *mescolate* finché il riso diventerà di un bel colore giallo oro. Fate cuocere per altri 5 minuti.

A fine cottura, aggiungete un pizzico di sale, il formaggio grattugiato e un pezzettino di burro. Mescolate e *lasciate* riposare per qualche minuto.

Bene, siamo giunti alla fine del nostro episodio di “In cucina con la Pina” e non mi resta che augurarvi... buon appetito!

*Die Zutatenliste B passt zum Podcast.*

### ► 29 1c Text / Lösung

1. Fate rosolare il guanciale per 10–15 minuti.
2. Fate cuocere gli spaghetti.
3. Versate i tuorli.
4. Aggiungete il pecorino e il pepe e mescolate bene.
5. Aggiungete il guanciale e mescolate.
6. Scolate la pasta.
7. Versate la salsa sugli spaghetti e mescolate velocemente.

## E2 E cosa mangi di solito?

### ► 30 2a Hören Sie die Radiosendung und entscheiden Sie, was das Thema ist.

- Il tema della trasmissione radiofonica riguarda
- le abitudini sportive degli italiani.
  - le abitudini degli italiani a tavola.
  - le abitudini di lavoro degli italiani.

### ► 30 2b Hören Sie die Radiosendung noch einmal und kreuzen Sie an, was Giorgia und Mariano normalerweise essen.



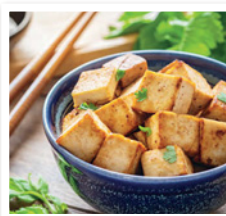
1. carne  
 Giorgia  
 Mariano



2. legumi  
 Giorgia  
 Mariano



3. verdura  
 Giorgia  
 Mariano



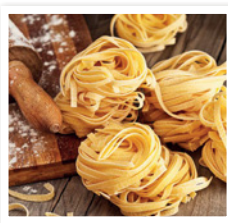
4. tofu  
 Giorgia  
 Mariano



5. latticini/  
 formaggio  
 Giorgia  
 Mariano



6. pesce  
 Giorgia  
 Mariano



7. pasta  
 Giorgia  
 Mariano

### ► 30 2c Hören Sie den Dialog noch einmal und kreuzen Sie an.

1. A Giorgia non è mai piaciuta  la verdura.  la carne.
2. Giorgia non potrebbe mai rinunciare ai  formaggi.  dolci.
3. Le piace la cucina thailandese perché è  piccante e saporita.  sana e leggera.
4. Mariano  mangia  non mangia di tutto.
5. Carne e pesce  sono  non sono importanti per Mariano perché fa molta attività fisica.
6. Mariano preferisce  la cucina locale.  la cucina internazionale.

- 31 **2d** Sie geben nun Auskunft über die Essgewohnheiten der folgenden Personen. Antworten Sie mithilfe der Angaben, wie im Beispiel.

### Esempio

- Che cosa mangia Lisa di solito?
- Mangia molti legumi e latticini, non consuma molta carne.
- Che cucina preferisce?
- È un'amante della cucina francese.

	✓	✗		
0. Lisa				
1. Martino				
2. Carla e Luca				
3. Sie				

## E2 E cosa mangi di solito?

### ▶ 30 2a Lösung

Il tema della trasmissione radiofonica riguarda  le abitudini degli italiani a tavola.

### ▶ 30 2b Text / Lösung

- Buongiorno a tutti e bentornati a Radio InItalia. Oggi parliamo delle abitudini culinarie degli italiani, cioè come e cosa mangiano gli italiani. Siamo attenti alla linea e alle calorie? Siamo aperti a cucine internazionali o preferiamo la cucina locale? Sentiamo cosa dicono i nostri ascoltatori. Ciao, Giorgia!
- Ciao, Mattia!
- Allora, Giorgia, tu sei attenta a quello che mangi? Segui una dieta particolare?
- Dunque, io non seguo una dieta particolare, però non mangio carne. Non mi è mai piaciuta molto. Così, da qualche anno, ho pensato di eliminarla dalla mia dieta.
- E cosa mangi di solito?
- Mangio molta verdura, legumi, pasta e i derivati della soia, come il tofu.
- Ah, quindi sei vegana?
- No, no, sono vegetariana. Mangio uova e soprattutto tanti formaggi. Non potrei mai rinunciare ai formaggi!
- E quale cucina preferisci?
- Dunque, sono appassionata di cucina asiatica. Sai, mi piacciono molto i piatti che mescolano il dolce con il salato e con molte spezie. In particolare mi piace la cucina thailandese. È sana e leggera e offre una grande varietà di piatti adatti per vegetariani, proprio come me.
- Grazie, Giorgia. E sentiamo il prossimo ascoltatore. Ecco Mariano al telefono. Mariano, anche tu sei vegetariano?
- ▲ No, io mangio veramente di tutto.
- Ah, sei una buona forchetta?
- ▲ Sì, mi piace sedermi a tavola e mangiare di gusto. Non seguo una dieta particolare, ma mangio molta carne, sia bianca che rossa, perché faccio molto sport. Sai, ho bisogno di tante proteine e quindi carne e pesce sono essenziali. Consumo anche tanti latticini, come lo yogurt e i formaggi, e verdura...
- E hai una cucina preferita come Giorgia?



- ▲ Beh, io sono un amante della cucina italiana. Certo, sono aperto anche a sapori e aromi diversi, però alla fine preferisco la cucina tradizionale: melanzane alla parmigiana, saltimbocca alla romana... Insomma, quando si parla di cibo, io preferisco la cucina locale.
- Mariano, grazie della tua testimonianza! E continuiamo con il prossimo ascoltatore...
1. carne:  Mariano    2. legumi:  Giorgia    3. verdura:  Giorgia     Mariano  
 4. tofu:  Giorgia    5. latticini / formaggio:  Giorgia     Mariano  
 6. pesce:  Mariano    7. pasta:  Giorgia

► 30 **2c Lösung**

1. A Giorgia non è mai piaciuta  la carne.
2. Giorgia non potrebbe mai rinunciare ai  formaggi.
3. Le piace la cucina thailandese perché è  sana e leggera.
4. Mariano  mangia di tutto.
5. Carne e pesce  sono importanti per Mariano perché fa molta attività fisica.
6. Mariano preferisce  la cucina locale.

► 31 **2d Text / Lösung**

1. ■ Che cosa mangia Martino di solito?
  - Mangia molti dolci e molta pasta, non consuma molto pesce.
  - Che cucina preferisce?
    - È un amante della cucina spagnola.
2. ■ Che cosa mangiano Carla e Luca di solito?
  - Mangiano molta carne e molto pesce, non consumano molte verdure.
  - Che cucina preferiscono?
    - Sono amanti della cucina giapponese.
3. ■ Che cosa mangi tu di solito?
  - Mangio molta pasta e molta verdura, non consumo molti legumi.
  - Che cucina preferisci?
    - Sono un amante (un'amante) della cucina italiana.

### E3 Farà una gran bella figura!

- 32 **3a** Hören Sie das Gespräch im Lebensmittelgeschäft und kreuzen Sie das passende Bild an.



Ferragosto



Pasqua



Natale



Capodanno

- 32 **3b** Hören Sie das Gespräch noch einmal und kreuzen Sie an.

1. Di solito la signora Freddi festeggia il Capodanno  al ristorante.  a casa.
2. Quest'anno ha deciso  di invitare amici a cena.  di cenare a casa di amici.
3. A Capodanno si mangia il cotechino con  le carote.  le lenticchie.
4. Mangiare questo piatto porta  amore.  soldi.

- 33 **3c** Beantworten Sie die Fragen Ihrer Gesprächspartner über italienische Traditionen, wie im Beispiel.

**Esempio** mangiare il panettone e il pandoro

- ▲ Che cosa si mangia di dolce a Natale in Italia?
- Si mangiano il panettone e il pandoro.

1. mangiare le frittelle e le chiacchiere
2. bere lo spumante
3. regalare le uova di cioccolata



### E3 Farà una gran bella figura!

#### ► 32 3a Text / Lösung

- Buongiorno.
- Buongiorno, signora Freddi. Mi dica. Che cosa desidera oggi?
- Dunque, Carla, ho proprio bisogno del Suo aiuto. Domani sera è San Silvestro e io e mio marito abbiamo deciso di non andare al ristorante come sempre. Così ora devo cucinare per otto persone. Come sa, in cucina sono un disastro e ho pensato di chiedere il Suo prezioso aiuto. Che cosa si fa di solito?
- Per il cenone di San Silvestro di solito si mangia il cotechino con le lenticchie.
- Ah già, il cotechino con le lenticchie... Ma perché si cucina questo piatto?
- Beh, si prepara questo piatto per il 31 dicembre perché, secondo la tradizione, porta fortuna. Le lenticchie, infatti, ricordano le monete e sono il simbolo di ricchezza. E in passato il cotechino era un piatto per ricchi e quindi anche questo alimento è considerato di buona fortuna.
- Oh, grazie, Carla! Lei è la mia salvezza. Come farei senza di Lei?
- Vedrà, farà una gran bella figura con i Suoi ospiti.

*Zum Dialog passt „Capodanno“.*

#### ► 32 3b Lösung

1. Di solito la signora Freddi festeggia il Capodanno  al ristorante.
2. Quest'anno ha deciso  di invitare amici a cena.
3. A Capodanno si mangia il cotechino con  le lenticchie.
4. Mangiare questo piatto porta  soldi.

#### ► 33 3c Text / Lösung

1. ▲ Che cosa si mangia di dolce a Carnevale in Italia?
  - Si mangiano le frittelle e le chiacchiere.
2. ▲ Che cosa si beve a Capodanno per fare il brindisi?
  - Si beve lo spumante.
3. ▲ Che cosa si regala a Pasqua di dolce?
  - Si regalano le uova di cioccolata.

# Quellenverzeichnis

## Cover, Rücktitel:

© Getty Images/iStock/photoschmidt

## Fotos Innenteil:

- S. 7: © Thinkstock/iStock/RossHelen  
S. 10: A © iStock/elfinima, B © Thinkstock/Goodshoot  
S. 14: © Thinkstock/iStock/Antonio Diaz  
S. 15: © Getty Images/E+/mixetto  
S. 18: Reihe oben von links © Getty Images/iStock/tixti, © Getty Images/iStock Editorial/mekcar, © Getty Images/iStock/obeylesin, Reihe Mitte von links © Getty Images/iStock/RossHelen, © Getty Images/iStock/IPGutenbergUKLtd, © Getty Images/iStock/Grassetto  
S. 19: © Getty Images/iStock/patat  
S. 22: A © Getty Images/E+/Pekic, B © Thinkstock/Kraig Scarbinsky, C © Getty Images/iStock/Jovanmandic, unten © Getty Images/iStock/fatesun  
S. 23: oben © fotolia/Alterfalter, Alessio © iStock/Tempura, Luisa © Thinkstock/iStock/R\_Type, Marco © Getty Images/E+/Juanmonino  
S. 27: © Getty Images/iStock/Sitthiphong  
S. 30: A © Getty Images/iStock/VasyI Dolmatov, B © Getty Images/E+/frankreporter, C © Getty Images/iStock/JoaBal  
S. 31: © Getty Images/iStock/LVINUS  
S. 33: © irisblende.de  
S. 34: © Getty Images/DigitalVision Vectors/fenix1984  
S. 35: © Getty Images/iStock/MoreISO  
S. 36: © frenk58 – stock.adobe.com  
S. 37: © iStock/LUke1138  
S. 39: © Getty Images/iStock/Siegfried Schnepf  
S. 40: © Shutterstock.com/GoneWithTheWind  
S. 42: A © Getty Images/E+/Casarsa, B © Getty Images/iStock/Baramyou0708, C © Thinkstock/Digital Vision  
S. 43: © Getty Images/iStock/Vitali Yablochniuk  
S. 45: Foto © Thinkstock/iStock/fightbegin, Piktos 1, 3 und 4 © stockphoto-graf – stock.adobe.com, 2 © Thinkstock/iStock/tkacchuk  
S. 47: Fußball © iStockphoto/stricke, 1 © Getty Images/iStock/Christian Horz, 2 © fotolia/haveseen, 3 © Getty Images/iStock/nd3000, 4 © Thinkstock/iStock/juhide  
S. 49: Tasche © iStock/PhilSigin, Rucksack © Getty Images/iStock/ALAMA, Geldbeutel © fotolia/Mihai Simonia  
S. 52: © Thinkstock/iStock/Kuvona  
S. 53: © Getty Images/iStock/Marzia Giacobbe  
S. 55: 1 © Getty Images/iStock/Thomas Francois, 2 © Getty Images/iStock/monticello, 3 © Getty Images/iStock/nerudol, 4 © Getty Images/iStock/Amarita, 5 © Getty Images/iStock/baibaz, 6 © shaiith – stock.adobe.com, 7 © Thinkstock/iStock/DawidKasza  
S. 56: jeweils von links Lisa © Getty Images/iStock/monticello, © Getty Images/iStock/baibaz, © Getty Images/iStock/Thomas Francois, © Thinkstock/Hemera, Martino © Getty Images/iStock/gilas, © Thinkstock/iStock/DawidKasza, © shaiith – stock.adobe.com, © Thinkstock/Hemera, Carla e Luca © Getty Images/iStock/Thomas Francois, © shaiith – stock.adobe.com, © Getty Images/iStock/nerudol, © Thinkstock/Hemera, Sie © Thinkstock/iStock/DawidKasza, © Getty Images/iStock/nerudol, © Getty Images/iStock/monticel, © Thinkstock/Hemera  
S. 59: von links © Thinkstock/iStock/Olaf Speier, © Getty Images/iStock/OlgaLarionova, © fotolia/k2photostudio, © fotolia/Sandra Cunningham  
S. 62: © iStock/Getty Images Plus/oneinchpunch  
S. 64: links © Getty Images/iStock/LDProd, rechts © Getty Images/iStock/Goodluz  
S. 67: © Shutterstock.com/Aleksandar Todorovic

- S. 68: Reihe oben von links © Thinkstock/iStock/VasilySmirnov, © Thinkstock/iStock/hxdbzxy, © Thinkstock/iStock/Mikhail Tchkeid, A © Getty Images/iStock/RugliG, B © Getty Images/iStock/Janoka82, C © Jeanette Dietl – stock.adobe.com, D © Getty Images/iStock/Emiliya Lambeva  
S. 69: oben © Getty Images/iStock/DjordjeDjurjevic, 1 © Getty Images/iStock/kzenon, 2 © Getty Images/iStock/trumzz, 3 © Thinkstock/iStock/fizkes, 4 © Getty Images/iStock/seb-ua  
S. 71: © Shutterstock.com/Solis Images  
S. 72: A © Getty Images/E4/piola666, B © fotolia/Snezana Skundric, C © Thinkstock/iStock/marilyna, D © Getty Images/iStock/margouillatphotos  
S. 73: © Thinkstock/iStock/Martinan  
S. 75: © Getty Images/iStock/brizmaker  
S. 76: von links © Getty Images/E+/alvarez, © Thinkstock/iStock/monkeybusinessimages, © Gina Sanders – stock.adobe.com  
S. 79: © fotolia/Kzenon  
S. 80: © Thinkstock/iStock/fazon1  
S. 81: © Getty Images/iStock/KatarzynaBialasiewicz  
S. 83: © Getty Images/iStock/karelnoppe  
S. 84: A © Getty Images/iStock/sturti, B © fotolia/Minerva Stud, C © Getty Images/E+/FG Trade, D © Getty Images/iStock/YakobchukOlena  
S. 85: 1 © fotolia/Eray, 2 © Thinkstock/iStock/bukki88, 3 © Thinkstock/iStock/jackoblund, 4 © Thinkstock/Photodisc/Digital Vision  
S. 87: © Getty Images/iStock/KellySP  
S. 91: A © Getty Images/E+/filadendron, B © Getty Images/E+/guvendimir, C © Getty Images/iStock/monkeybusinessimages  
S. 92: © Getty Images/iStock/LDProd  
S. 95: Hose © Getty Images/iStock/popovaphoto, 1 © Getty Images/iStock/nterovium, 2 © fotolia/andrzejm, 3 © Thinkstock/iStock/mbongorus, 4 © Getty Images/iStock/mawielobob  
S. 101: © fotolia/ArTo  
S. 102: erste Reihe von links © fotolia/Stockcity, © Getty Images/iStock/urfiinguss, © Getty Images/iStock/MileA, zweite Reihe von links © fotolia/NilsZ, © fotolia/Dmitry Vereshchagin, © iStock/montego666, dritte Reihe von links © iStockphoto/YangYin, © Thinkstock/iStockphoto, © Thinkstock/iStock/tlier84, vierte Reihe von links © fotolia/photlook, © Thinkstock/Hemera/Margo Harrison, © Thinkstock/iStock/Oleksiy Mark  
S. 103: 0 © fotolia/Dmitry Vereshchagin, 1 © Getty Images/iStock/urfiinguss, 2 © Thinkstock/iStock/Oleksiy Mark, 3 © fotolia/NilsZ, 4 © iStock/montego666, 5 © Thinkstock/iStock/tlier84  
S. 106: A © Thinkstock/iStock/JoeGough, B © Getty Images/iStock/simpson33, C © Thinkstock/Hemera/Roger Jegg  
S. 107: © Getty Images/E+/Cecilie\_Arcurs  
S. 109: © Thinkstock/iStockphoto  
S. 111: © Thinkstock/iStock/Bet\_Noire  
S. 112: © Thinkstock/iStock/Bplanet  
S. 115: © Getty Images/E+/track5  
S. 116: © Getty Images/E+/DaniloAndjus  
S. 117: © fotolia/Daria Minaeva

**Bildredaktion:** Cornelia Hellenschmidt, Hueber Verlag, München

## Inhalt des MP3-Downloads zum Buch:

© 2020 Hueber Verlag GmbH & Co. KG, München, Deutschland – Alle Urheber- und Leistungsschutzrechte vorbehalten.

Sprecherinnen und Sprecher: Emanuele Banchio, Maria Comune, Cristina Cornelio, Marco Montemarano

Produktion: Atrium Studio Medienproduktion GmbH, München, Deutschland