

Antonio Antonino Maurizio Torrigiani

A scuola di cucina

Volume 1

RICETTARIO



EDITORE ULRICO HOEPLI MILANO

Presentazione

Il presente ricettario è stato realizzato con l'intento di fornire a ogni allievo uno strumento fondamentale e funzionale al lavoro che dovrà svolgere in cucina.

Esso presenta tutte le caratteristiche di visualizzazione immediata dei dati importanti di una ricetta, quali il numero delle porzioni, gli ingredienti e la loro quantità, il procedimento. A completamento delle informazioni fondamentali sono anche disponibili quelle relative alle attrezzature, ai valori nutrizionali, ai tempi di realizzazione e al grado di difficoltà; tutti elementi che consentono una valutazione completa del lavoro da effettuare e del valore del prodotto realizzato.

Oltre alle ricette di cucina internazionali e nazionali, sono presenti le ricette della grande cucina regionale italiana compilate e cortesemente fornite da molti Istituti Alberghieri di tutta Italia*.

Ogni scheda potrà essere utilizzata singolarmente e, grazie all'inserimento in ogni ricetta delle preparazioni a essa complementari (per esempio, nella ricetta del risotto sono riportati anche gli ingredienti necessari e il procedimento per la realizzazione del brodo), permetterà di eseguire opportunamente anche le ricette più complesse.

Dopo aver forato le schede in corrispondenza dei fori-guida presenti in ognuna di esse, è possibile ordinarle in un raccoglitore ad anelli.

ANTONIO ANTONINO
MAURIZIO TORRIGIANI

*Gli Autori e l'Editore ringraziano per la gentile collaborazione al ricettario di cucina regionale: il dirigente scolastico prof. Raffaele Vitale e il prof. Massimo Marini dell'IPSSAR "F. De Cecco" di Pescara; il dirigente scolastico prof.ssa Carmela Sansone e il prof. Michelangelo Ferrara dell'IPSSAR "A. Turi" di Matera; il dirigente scolastico prof. Pasquale De Vita e il prof. Robertino Dattilo dell'IPSSAR "San Francesco" di Paola (CS); il dirigente scolastico prof. Antonio Pietrantonio e i proff. Giuseppe Feleppa e Fausto Grande dell'IPSSAR "Le Streghe" di Benevento; il dirigente scolastico prof. Aurelio Di Matteo e il prof. Benito Fasolino dell'IPSSAR "R. Virtuoso" di Salerno; il dirigente scolastico prof. Angelo Silvio Lagani e il prof. Domenico Magnifico dell'IPSSAR di Cervia (RA); il dirigente scolastico prof.ssa Maria Pia Bariggi e i proff. Pierluigi Scagnelli, Rosanna Ferraro e Antonio Cappai dell'IPSSAR "G. Magnaghi" di Salsomaggiore Terme (PR); il dirigente scolastico prof. Lorenzo Prearo e il prof. Ivan Mariano dell'IPSIAM di Monfalcone (GO); il dirigente scolastico prof. Angelo Cannizzaro e il prof. Salvatore Custureri dell'IPSSAR "C. Lombroso" di Roma; il dirigente scolastico prof.ssa Umidia Nardone e i proff. Bartolomeo Marengo e Valter Gaiaudi dell'IPSSAR "E. Ruffini" di Arma di Taggia (IM); il dirigente scolastico prof.ssa Sandra Favi dell'IPSSAR "G.L. Lagrange" di Milano; il dirigente scolastico prof. Gabriele Paci e i proff. Fabio Gasperi, Roberto Gabellini, Massimo Tonelli e Paolo Pagnoni del Polo Scolastico n. 1 "S. Marta-G. Branca" di Pesaro; il dirigente scolastico prof. Alfonso Benvenuto e il prof. Massimo Bompreszi dell'IPSSAR "A. Panzini" di Senigallia (AN); il dirigente scolastico prof. Giuliano Landolfi e il prof. Roberto Iossi dell'IPSSAR "E. Maggia" di Stresa (VB); il dirigente scolastico prof. Francesco Tanzi e il prof. Antonio Corriero dell'IPSSAR "A. Perotti" di Bari; la prof.ssa Patrizia Ferrari dell'IPSSAR "Domenico Alberto Azuni" di Pula (CA); il dirigente scolastico prof. Antonino Marasà e i proff. Salvatore Giuliano e Francesca Milazzo dell'IPSSAR "P. Borsellino" di Palermo; il dirigente scolastico prof.ssa Paola Fasano e il prof. Leonardo Romanelli dell'IPSSAR "B. Buontalenti" di Firenze; il dirigente scolastico prof. Armando Gallina e il prof. Cosimo Picchieri dell'IPSSAR "L. Carnacina" di Bardolino (VR); il dirigente scolastico prof. Edoardo Manara e il prof. Eugenio Ghiraldi dell'IPSSAR "A. Berti" di Verona.

Antipasti

Ricetta 1 Arancine di riso

Quantità: 10 porzioni

Valore nutrizionale: 370 cal/porz.

Tempo di lavorazione: 50 min

Difficoltà: 2

Attrezzature

- Carta gialla
- Cucchiaino di legno
- Friggitrice
- Stamina
- Tagliere
- Teglia
- Trinciante

Ingredienti

Per le arancine

- 500 g di riso arborio
- 1 cipolla
- 50 g di burro
- 150 g di prosciutto cotto
- 200 g di parmigiano grattugiato
- 250 g di mozzarella
- Sale
- 6 uova
- 200 g di farina
- 1 kg di pangrattato
- 1 l di brodo
- 2 cl di vino bianco
- 1 l di olio d'arachidi

Per il brodo (dosi per 5 l di preparazione)

- 5 l di acqua
- 1 kg di ossi e scarti di carne
- 100 g di cipolle
- 50 g di carote
- 50 g di sedano
- 1 pomodoro maturo
- Gambi di prezzemolo
- Sale grosso

Varianti

A questa ricetta di base possono essere apportate innumerevoli modifiche aggiungendo o eliminando alcuni ingredienti.

A seconda della regione, la preparazione può anche assumere forme e denominazioni diverse: da "arancina" (nella cucina siciliana) a "suppli" (nella cucina romana).

Note

Molto apprezzata è la ricetta delle arancine alla siciliana che prevede, tra gli ingredienti, carne e piselli inseriti nel cuore dell'arancina prima della panatura.

Procedimento

Per le arancine

- 1 Tritare la cipolla e farla rosolare nel burro, quindi aggiungere il riso e tostarlo.
- 2 Bagnare con il vino bianco, lasciar evaporare, unire il brodo e completare la cottura.
- 3 Nel frattempo, preparare la *mise en place* tagliando il prosciutto e la mozzarella in cubetti.
- 4 A cottura ultimata, ritirare il riso dal fuoco e unire 3 tuorli, il prosciutto e il formaggio; verificare il gusto e stendere il composto ottenuto in una teglia larga, in modo da accelerarne il raffreddamento.
- 5 Preparare intanto il necessario per la panatura sbattendo le rimanenti uova in un contenitore, versando la farina in un altro e, infine, il pangrattato in un altro ancora.
- 6 Realizzare con il riso delle sfere della dimensione di piccole arance e ricavare in ognuna di esse una cavità da riempire con la mozzarella e da ricoprire poi con altro riso. Passarle prima nella farina, quindi nell'uovo e, infine, nel pangrattato.
- 7 Friggere le arancine così ottenute in olio bollente alla temperatura di 180-200 °C, scolarle su carta gialla e servirle ben calde.

Per il brodo

- 1 Sbianchire gli ossi e le carni in acqua bollente per eliminarne le impurità.
- 2 Mettere in pentola tutti gli ingredienti, compresi gli ossi e le carni sbianchiti e, successivamente, sciacquati in acqua corrente.
- 3 Cuocere il tutto per 2-3 h a fuoco basso, avendo cura che il brodo mantenga un bollore moderato evitando di intorbidirsi.
- 4 Schiumare di tanto in tanto le impurità che affiorano in superficie.
- 5 Filtrare il brodo attraverso una stamina bagnata e sgrassarlo accuratamente.

Ricetta 2 Arancine di riso alla siciliana

QUANTITÀ: 8 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 414 CAL/PORZ.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 120 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Abbattitore di temperatura
- Carta gialla
- Cucchiaino di legno
- Friggitrice
- Saltiere
- Tagliere
- Tranciante
- Tritacarne

Ingredienti

- 550 g di riso
- 1,2 l di brodo
- 50 g di burro
- 45 g di caciocavallo grattugiato
- 150 g di cipolla
- 150 g di concentrato di pomodoro
- 300 g di farina bianca
- 600 g di mollica
- 5 g di lauro
- 80 g di olio extravergine d'oliva
- 120 g di piselli
- 300 g di polpa di vitello
- 150 g di sedano
- 1 dl di vino bianco
- 1 bustina di zafferano
- 3 uova
- Olio di semi per friggere
- Sale
- Pepe

Procedimento

- 1 Cuocere il riso nel brodo con lo zafferano, una foglia di lauro e il sale badando a ritirarlo al dente. Quindi, unire il burro e un uovo.
- 2 Per preparare il ripieno, passare nel tritacarne la cipolla e il sedano precedentemente puliti, quindi la carne.
- 3 Rosolare nel saltiere il fondo con l'olio d'oliva, aggiungere la carne tritata, lasciar dorare e inserire il vino bianco. Quando il vino sarà evaporato, unire i piselli e il concentrato di pomodoro. Aggiungere del brodo, completare la cottura a fuoco lento, salare, pepare e, quando l'impasto risulterà addensato, ritirare dal fuoco e passare nell'abbattitore.
- 4 Preparare un composto molto liquido con acqua, farina e uova.
- 5 Realizzare con il riso delle sfere della dimensione di un'arancia e ricavare in ognuna di esse una cavità da riempire con il ripieno e da ricoprire poi con altro riso. Passare le arancine così ottenute nel composto di acqua, farina e uova e poi nella mollica. Quindi, friggere le arancine in abbondante olio di semi ben caldo fino a farle dorare e scolarle in un foglio di carta gialla.
- 6 Decorare le arancine con foglie di lauro verde.

Varianti

Le varianti interessano principalmente il ripieno:

- ai quattro formaggi;
- con spinaci;
- al salmone.

Note

A seconda del tipo di ripieno inserito, si è soliti variare la forma della preparazione: piramidale, ellittica ecc.

Antipasti

Ricetta 3 Assortimento di tartellette calde

QUANTITÀ: 150 pezzi

VALORE NUTRIZIONALE: vedi Note

TEMPO DI LAVORAZIONE: 120 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinelle
- Coltellino
- Cutter
- Frusta
- Matterello
- Mestolo di legno
- Pentole
- Planetaria accessoriata con gancio
- Sac-à-poche accessoriato con bocchetta rigata
- Stampi per tartellette
- Tagliere
- Tarocco
- Teglie
- Tranciante

Ingredienti

Per la pasta brisée

- 500 g di farina 00
- 250 g di margarina
- 15 g di zucchero
- 12 g di sale
- 1 dl di latte o acqua tiepida
- 2 tuorli

Per le tartellette al salmone (metodo besciamella)

- 90 g di burro
- 90 g di farina
- 1/2 l di latte
- 250 g di ritagli di salmone affumicato

Per le tartellette alla lorenese (metodo quiche)

- 2,5 dl di panna
- 50 g di mascarpone
- 40 g di tuorli (n. 8)
- 25 g di parmigiano grattugiato
- 200 g di pancetta affumicata
- 50 g di groviera
- Sale
- Pepe
- Noce moscata

Procedimento

Per la pasta brisée

- 1 Versare nella planetaria la farina e la margarina mescolando il tutto a bassa velocità fino ad amalgamare. Aggiungere lo zucchero, il sale, i tuorli e il latte appena tiepido.
- 2 Lavorare il tutto fino a ottenere un composto omogeneo. Spianare l'impasto, ripiegare in tre strati e spianarlo nuovamente; ripiegare ancora in quattro strati e spianarlo di nuovo.
- 3 Spianare fino a raggiungere lo spessore di 3 mm, tagliare e rivestire con i pezzi ottenuti gli stampi precedentemente imburattati.
- 4 Forare sul fondo, servendosi di una forchetta, il rivestimento degli stampi e cuocere alla temperatura di 180 °C per 15 min ca.

Per le tartellette al salmone

- 1 Ridurre in purea i ritagli di salmone affumicato utilizzando il cutter.
- 2 Bollire il latte e preparare un roux facendo fondere il burro in una casseruola, unendo la farina e amalgamando con la frusta.
- 3 Versare il latte bollente nel roux amalgamando con la frusta e portando a ebollizione sul fuoco.
- 4 Unire alla besciamella calda la purea di salmone e aggiustare di sapore con il sale.
- 5 Riempire con il composto le tartellette utilizzando il sac-à-poche e completare la cottura in forno prima di servire.

Per le tartellette alla lorenese

- 1 Mettere i tuorli in una bacinella e frustarli, unire la panna, il mascarpone e amalgamare bene insaporendo con sale, noce moscata e parmigiano.
- 2 Tritare la pancetta e il groviera.
- 3 Disporre sul fondo delle tartellette la pancetta e il groviera.
- 4 Quindi, versarvi il composto precedentemente preparato e completare la cottura in forno. Servire le tartellette calde.

Varianti

Praticamente infinite, in base agli ingredienti scelti per il ripieno.

Note

Le tartellette al salmone apportano 53 cal/cad, quelle alla lorenese 81 cal/cad.

Le tartellette, di solito, non sono servite come un vero e proprio antipasto ma accompagnano gli aperitivi o le altre preparazioni dei buffet.

Ricetta 4 Assortimento di tartellette fredde

quantità: 100 pezzi

VALORE NUTRIZIONALE: vedi Note

TEMPO DI LAVORAZIONE: 120 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinelle
- Carta da forno
- Coltellino
- Cutter
- Forbici
- Matterello
- Padella
- Planetaria accessoriata con gancio
- Sac-à-poche accessoriato con bocchetta rigata
- Stampiera
- Stampi per tartellette
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

Per la pasta *brisée*

- 250 g di farina 00
- 125 g di margarina
- 7 g di zucchero
- 6 g di sale
- 1/2 dl di latte o acqua tiepida
- 1 tuorlo

Per le tartellette ai gamberetti

- 200 g di gamberetti bolliti
- 40 g di burro morbido
- 60 g di panna
- Prezzemolo tritato

Per le tartellette al tonno affumicato

- 200 g di tonno affumicato
- 50 g di burro
- 20 g di panna montata
- 1 zucchini
- 1 carota

Per le tartellette alla robiola

- 300 g di robiola
- 50 g di porro
- 1/2 dl di olio extravergine d'oliva
- 50 g di olive verdi in barattolo
- Finocchio selvatico

Per le tartellette alla tartare di salmone

- 150 g di filetto di salmone
- 25 g di cetrioli
- 25 g di pepe rosa in grani
- Succo di 1 limone
- Sale fino

Procedimento

Per la pasta *brisée*

- 1 Versare nella planetaria la farina e la margarina mescolando il tutto a bassa velocità fino ad amalgamare. Aggiungere lo zucchero, il sale, il tuorlo e il latte tiepido.
- 2 Lavorare il tutto fino a ottenere un composto omogeneo. Spianare l'impasto, ripiegarlo in tre strati e spianarlo nuovamente; ripiegarlo ancora in quattro strati e spianarlo di nuovo.
- 3 Spianare fino a raggiungere lo spessore di 3 mm, tagliare e rivestire con i pezzi ottenuti gli stampi precedentemente imburattati.
- 4 Forare sul fondo, servendosi di una forchetta, il rivestimento degli stampi e cuocere alla temperatura di 180 °C per 15 min ca.

Per le tartellette ai gamberetti

- 1 Passare al cutter 150 g di gamberetti con il burro morbido e la panna liquida prestando attenzione a non surriscaldare la massa.
- 2 Da ultimo, unire il prezzemolo tritato. Disporre nelle tartellette il composto usando il sac-à-poche con bocchetta rigata e guarnire con i rimanenti gamberetti bolliti.

Per le tartellette al tonno affumicato

- 1 Passare al cutter il tonno e il burro, quindi incorporare la panna.
- 2 Disporre nelle tartellette il composto e guarnire con una *julienne* finissima di zucchini e carote.

Per le tartellette alla robiola

- 1 Tagliare il porro in *julienne* e cuocerlo in padella con poco olio evitando che prenda colore.
- 2 Amalgamare la robiola con il porro stufato e unire un filo di olio.
- 3 Disporre nelle tartellette il composto e guarnire con olive verdi denocciolate e finocchio selvatico.

Per le tartellette alla tartare di salmone

- 1 Tagliare il salmone in fette sottili, ricoprirle di succo di limone e lasciar marinare in frigorifero per 1 h. Quindi, scolare, tritare e condire.
- 2 Disporre nelle tartellette il salmone tritato e guarnire con i cetrioli tagliati in *brunoise* e con il pepe rosa in grani.

Varianti

Non disponendo degli appositi stampi, per ricavare le tartellette è possibile spianare la pasta, tagliarla in dischi e cuocerla sopra palline di carta da forno.

Note

Le tartellette ai gamberetti apportano 40 cal/cad, quelle al tonno affumicato 91 cal/cad, quelle alla robiola 65 cal/cad e quelle alla tartare di salmone, infine, 28 cal/cad.

Antipasti

Ricetta 5 Assortimento di tartine (1/2)

QUANTITÀ: 100 pezzi

VALORE NUTRIZIONALE: 200 cal/100 g

TEMPO DI LAVORAZIONE: 120 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinelle
- Carta da forno
- Casseruola a un manico
- Colino
- Coltello a sega
- Cutter
- Forbici
- Frullatore
- Planetaria accessoriata con gancio
- Sac-à-poche accessoriato con bocchetta a stella
- Set tagliapasta tondi
- Stampi da *plum cake* (cm 25x10)
- Tagliere
- Tarocco
- Teglie
- Trinciante

Ingredienti

Per il pan carré

- 1 kg di farina di forza
- 40 g di lievito di birra
- 200 g di burro
- 10 g di zucchero
- 20 g di sale
- 3 dl di latte
- 1,5 dl ca di acqua

Per le tartine al prosciutto cotto

- 200 g di prosciutto cotto
- 70 g di burro
- 1 cucchiaino di Marsala
- 1 presa di sale
- 10 olive verdi farcite

Per le tartine al salmone affumicato

- 180 g di ritagli di salmone affumicato
- 90 g di burro
- 1 cucchiaino di succo di limone
- 50 g di *brunoise* di verdure (carote e zucchini)

Per le tartine al tonno

- 200 g di tonno sottolio
- 50 g di burro
- 1 cucchiaino di brandy
- 20 capperi sottaceto

Per le tartine mimosa

- 6 uova
- 50 g di maionese
- Erba cipollina
- 10 punte di asparagi verdi
- 20 capperi sottaceto

Assortimento di tartine (2/2)

Procedimento

Per il pan carré

- 1 Preparare la biga impastando 300 g di farina, il lievito, lo zucchero e l'acqua tiepida e lasciarla lievitare fino al raddoppiamento del volume iniziale.
- 2 Sciogliere il sale nel latte, unire il burro e impastare il tutto nella planetaria per almeno 5 min.
- 3 Aggiungere la biga lievitata e lavorare ancora l'impasto nella planetaria per 10 min ca e comunque finché non risulta ben amalgamato (il composto deve staccarsi dalle pareti del recipiente).
- 4 Lasciar lievitare l'impasto in luogo tiepido e, quando la pasta avrà raddoppiato il proprio volume iniziale, interrompere la lievitazione e sistemare il composto negli stampi da *plum cake* precedentemente rivestiti con carta da forno.
- 5 Lasciar lievitare nuovamente coprendo con un panno e spennellando con uovo sbattuto.
- 6 Cuocere alla temperatura di 200 °C per 40 min ca (controllare la cottura con uno stecchino). Lasciar raffreddare prima di affettare.

Per le tartine al prosciutto cotto

- 1 Frullare il prosciutto cotto assieme al burro, al Marsala e al sale.
- 2 Ricavare da ogni fetta di pan carré 4 dischi e tostarli leggermente.
- 3 Lasciar raffreddare e, servendosi del sac-à-poche, sistemare uno spuntone di mousse su ogni disco. Guarnire con mezza oliva verde farcita.

Per le tartine al salmone affumicato

- 1 Frullare i ritagli di salmone assieme al burro e al succo di limone precedentemente preparato.
- 2 Ricavare da ogni fetta di pan carré 4 dischi e tostarli leggermente.
- 3 Lasciar raffreddare e, servendosi del sac-à-poche, sistemare uno spuntone di mousse su ogni disco.
- 4 Sbianchire la *brunoise* di verdure in acqua bollente salata e raffreddarla in acqua e ghiaccio. Una volta fredda, asciugarla bene e usarla per guarnire le tartine.

Per le tartine al tonno

- 1 Frullare il tonno ben sgocciolato assieme al burro, al brandy e al sale.
- 2 Ricavare da ogni fetta di pan carré 4 dischi e tostarli leggermente.
- 3 Lasciar raffreddare e, servendosi del sac-à-poche, sistemare uno spuntone di mousse su ogni disco. Guarnire con i capperi.

Per le tartine mimosa

- 1 Assodare le uova cuocendole in acqua bollente per 10 min, raffreddarle, sgusciarle e tritarle.
- 2 Tagliare finemente l'erba cipollina servendosi delle forbici e unirla alle uova sode tritate.
- 3 Ricavare da ogni fetta di pan carré 4 dischi e tostarli leggermente.
- 4 Lasciar raffreddare, spalmare con maionese e ricoprire ogni disco con le uova sode e l'erba cipollina tritata. Guarnire con i capperi.
- 5 Bollire le punte di asparagi in acqua salata, quindi lasciarle raffreddare in acqua e ghiaccio, asciugarle bene, tagliarle a metà e usarle per guarnire le tartine.

Varianti

Ricavare dalle fette di pan carré forme diverse (quadrati, triangoli ecc.).

Note

Le tartine, di solito, non sono servite come un vero e proprio antipasto ma accompagnano gli aperitivi.

Antipasti

Ricetta 6 Bresaola con rucola e grana

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 277 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 10 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Affettatrice
- Bacinelle
- Colino
- Frusta
- Mestolo
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

Per l'antipasto

- 300 g di bresaola
- 150 g di grana
- 250 g di rucola

Per la salsa *citronette*

- 2 dl di olio extravergine d'oliva
- 2 limoni
- Sale

Procedimento

Per l'antipasto

- 1 Tagliare il formaggio a scaglie. Lavare e tagliare la rucola e preparare una *citronette*.
- 2 Tagliare la bresaola all'affettatrice in fette molto sottili e disporle sul piatto.
- 3 Sistemare la rucola, dopo averla scolata dall'acqua e tagliata grossolanamente, sopra la bresaola.
- 4 Condire il tutto con la salsa *citronette*, quindi guarnire con le scaglie di grana e servire.

Per la salsa *citronette*

- 1 Versare nella bacinella il succo di limone con un po' di sale.
- 2 Mescolare bene con la frusta, quindi unire l'olio, il sale ed emulsionare bene il tutto.

Varianti

Sostituire la rucola con carciofi freschi tagliati molto sottili.

Note

Piatto freddo molto richiesto nella stagione estiva.

Antipasti

Ricetta 7 Caprese

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 418 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 5 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinella
- Coltello a sega
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

- 10 mozzarelle da 125 g l'una
- 800 g ca di pomodori rossi a grappolo
- 1 mazzetto di basilico
- Sale
- 1 dl di olio extravergine d'oliva
- Origano

Procedimento

- 1 Lavare e asciugare i pomodori e tagliarli a fette o a spicchi.
- 2 Scolare le mozzarelle e tagliarle a fette dello spessore di 1,5 cm ca.
- 3 Disporre le fette di pomodoro e mozzarella in un piatto alternando le une alle altre.
- 4 Condire con olio, sale, origano e basilico poco prima di servire.

Varianti

Utilizzare mozzarella di bufala.

Note

Piatto freddo molto richiesto nella stagione estiva. In genere, il condimento con olio e sale è eseguito direttamente dal cliente.

Ricetta 8 Crostini di fegatini di pollo alla toscana

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 278 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinelle
- Coltello a sega
- *Cutter*
- Mestolo di legno
- *Rondeau*
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

- 500 g di pane toscano
- 300 g di fegatini di pollo
- 1/2 dl di olio extravergine d'oliva
- 1 cipolla bianca
- 1 spicchio di aglio
- Foglie di salvia
- 20 g di acciughe sotto sale
- 20 g di capperi sotto sale
- 2 cl di Marsala
- 50 g di burro
- Sale
- Pepe

Procedimento

- 1 Tagliare la cipolla e rosolarla bene nel *rondeau* con lo spicchio di aglio schiacciato e le foglie di salvia.
- 2 Aggiungere i fegatini privati del fiele e ben lavati e attendere che risultino asciutti.
- 3 Quindi, bagnare con il vino, salare e lasciar evaporare.
- 4 Versare il tutto nel *cutter*, unire i capperi dissalati e le acciughe dissalate e diliscate e frullare bene. Rimettere sul fuoco, unire il burro, diluire eventualmente con acqua e lasciar sobbollire lentamente per 10-15 min ca. Aggiustare il sapore con pepe e sale.
- 5 Ricavare dal pane delle fette sottili, tostarle su una griglia oppure in forno e spalmarvi sopra la preparazione a base di fegatini ben calda. Servire subito.

Note

Preparazione tipica della Toscana, solitamente servita insieme agli affettati caratteristici (finocchiona, salame, prosciutto), ai formaggi tipici (pecorino di diversa stagionatura) e alle verdure sottolio e/o sottaceto.

Antipasti

Ricetta 9 Insalata di riso

QUANTITÀ: 10 porzioni ca

VALORE NUTRIZIONALE: 494 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 50 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruola
- Colapasta
- Mestolo di legno
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

- 500 g di riso arborio
- 100 g di carote
- 100 g di piselli surgelati
- 200 g di prosciutto cotto
- 150 g di olive nere denocciolate
- 4 uova sode
- 50 g di capperi sottaceto
- 200 g di groviera
- Prezzemolo tritato
- 1 dl di olio extravergine d'oliva
- Sale
- Pepe
- 2 cucchiaini di aceto di vino

Procedimento

- 1 Cuocere il riso in acqua bollente leggermente salata.
- 2 Pelare le carote e cuocerle in un pentolino; separatamente, lessare i piselli. Nel frattempo, tagliare il prosciutto cotto e il formaggio a dadini e tritare il prezzemolo.
- 3 Scolare il riso appena cotto e i piselli e raffreddare entrambi sotto l'acqua corrente; scolare le carote, raffreddarle e tagliarle a dadini della stessa dimensione di quelli ottenuti con il prosciutto e il formaggio.
- 4 Porre tutti gli ingredienti in un recipiente, unire i capperi, le olive, il prezzemolo, quindi condire con sale, pepe, olio, aceto e mescolare.
- 5 Sistemare l'insalata di riso in un piatto da portata o in un vassoio e guarnire con le uova sode tagliate a spicchi.

Varianti

L'insalata di riso può essere preparata combinando un'ampia varietà di ingredienti (pesce, verdure ecc.) ed è possibile condirla con salsa maionese.

Note

Preparazione tipica nei buffet freddi e molto apprezzata nella stagione estiva.

Antipasti

Ricetta 10 Insalata nizzarda

QUANTITÀ: 10 porzioni ca

VALORE NUTRIZIONALE: 354 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinelle
- Bowl di vetro
- Pentolini
- Tagliauovo
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

- 700 g di fagiolini verdi
- 800 g di patate
- 5 uova sode
- 100 g di filetti di acciughe
- 500 g di pomodori rossi
- 150 g di olive nere denocciolate
- 500 g di tonno sottolio
- 100 g di peperoni
- 1 dl di olio extravergine d'oliva
- Aceto
- Sale
- Pepe

Procedimento

- 1 Lessare i fagiolini e le patate (con la buccia) in due casseruole distinte.
- 2 Tagliare i peperoni in *julienne* e preparare la *mise en place* degli ingredienti separati in vari contenitori.
- 3 A cottura ultimata, scolare e raffreddare i fagiolini; scolare e pelare subito le patate, che, non appena fredde, dovranno essere tagliate a rondelle.
- 4 A questo punto, sistemare nella *bowl* di vetro tutti gli ingredienti (tranne il pomodoro e le uova sode) a cominciare dai fagiolini e dalle patate.
- 5 Alternare gli ingredienti a strati nella *bowl* fino a raggiungere l'orlo del contenitore.
- 6 Guarnire con spicchi di pomodoro e uova sode, condire con sale, pepe, olio, aceto e servire.

Note

La ricetta fornita qui è quella seguita dalla cucina classica, mentre la cucina nizzarda prevede per questa preparazione l'uso di diverse verdure (ravanelli, cipolle rosse, cavoli).

Antipasti

Ricetta 11 Insalata russa

QUANTITÀ: 10 porzioni ca

VALORE NUTRIZIONALE: 358 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinella
- Bastardella
- Colini
- Frusta
- Pelapatate
- Pentolini
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

Per l'insalata

- 6 dl di salsa maionese
- 400 g di patate
- 200 g di piselli
- 400 g di carote
- 150 g di cetriolini
- Sale

Per la salsa maionese

- 1/2 l di olio di semi (di arachidi o di girasole)
- 4 tuorli
- Succo di 1/2 limone
- 3 g di senape (1 cucchiaino)
- Sale
- 1 cl di aceto

Procedimento

Per l'insalata

- 1 Pelare le carote e le patate, tagliarle a dadini e cuocerle separatamente in acqua salata o, meglio, a vapore. Cuocere allo stesso modo i piselli.
- 2 Lasciar raffreddare le verdure in acqua e ghiaccio, quindi scolarle.
- 3 Asciugare le verdure su un panno pulito, sistemarle in un recipiente e mescolarle con i cetriolini tagliati a cubetti e con la salsa maionese. Verificare il gusto.
- 4 Sistemare in vassoi di portata, decorare con la salsa maionese e servire.

Per la salsa maionese

- 1 Sbattere i tuorli con la frusta in una bastardella.
- 2 Aggiungere il succo di limone, la senape e un po' di sale continuando a mescolare energicamente.
- 3 Cominciare ad aggiungere l'olio, molto lentamente, e continuare a mescolare con la frusta fino a che non sia stato versato nel composto completamente.
- 4 Aggiungere, a questo punto, l'aceto precedentemente bollito fino a farlo ridurre di 1/3 e lasciato raffreddare.

Varianti

A questa versione di base possono essere aggiunti altri ingredienti: acciughe, fagiolini e *champignons*.

Note

L'origine della ricetta è incerta. Si ritiene che l'espressione "alla russa" sia stata scelta per indicare il miscuglio degli ingredienti, tanto ricco da risultare degno dei palati dell'aristocrazia russa, presente, nell'Ottocento, in tutta Europa.

Antipasti

Ricetta 12 Mozzarella in carrozza

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 650 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 30 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinella
- Carta gialla
- Coltello a sega
- Frusta
- Padella di ferro
- Ragno
- Stuzzicadenti
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

- 20 fette di pan carré
- 5 mozzarelle da 125 g l'una
- 10 filetti di acciughe
- 4 dl di latte
- 3-4 uova
- 100 g ca di farina
- 500 g di pangrattato
- 1 l di olio d'arachidi per frittura

Procedimento

- 1 Tagliare le mozzarelle a fette e sistemarle in parti uguali su 10 fette di pan carré.
- 2 Sistemare i filetti di acciughe sopra la mozzarella e coprire con un'altra fetta di pan carré.
- 3 Parare bene il pane e tagliarlo con un coltello a sega ricavandone due triangoli.
- 4 Fermare i triangoli così ottenuti con uno stuzzicadenti. Quindi, in 4 bacinelle, sistemare distintamente il latte, le uova sbattute, la farina e il pangrattato.
- 5 Passare i triangoli prima nel latte, poi nella farina, quindi nelle uova e, da ultimo, nel pangrattato.
- 6 Friggere i triangoli in olio bollente per qualche minuto, scolarli e asciugarli su carta gialla.
- 7 Servire le mozzarelle in carrozza ben calde in vassoi possibilmente decorati con carta pizzo.

Varianti

La preparazione può essere servita in varie forme: per esempio, adoperando un tagliapasta è possibile ricavare delle fette di pan carré circolari.

Note

Per rendere particolarmente gustoso il piatto, può essere utilizzata mozzarella di bufala.

La ricetta tradizionale, di origine campana, prevede l'uso della mozzarella di bufala e del pane raffermo al posto del pan carré.

Antipasti

Ricetta 13 *Quiche lorenese*

QUANTITÀ: 10-12 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 526 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 90 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Affettatrice
- Bacinelle
- Carta da forno
- Coltellino
- Forbici
- Frusta
- Matterello
- Planetaria accessoriata con gancio
- Tagliere
- 2 tortiere (Ø 24 cm)
- Trinciante

Ingredienti

Per la pasta *brisée*

- 250 g di farina 00
- 125 g di margarina
- 7 g di zucchero
- 6 g di sale
- 1/2 dl di latte o acqua tiepida
- 1 tuorlo

Per l'*appareil*

- 200 g di uova (n. 4)
- 1/2 l di latte intero
- 25 g di parmigiano grattugiato
- Noce moscata
- Sale
- Pepe

Per la guarnizione lorenese

- 400 g di pancetta affumicata (*bacon*)
- 200 g di emmenthal

Procedimento

Per la pasta *brisée*

- 1 Versare nella planetaria la farina e la margarina mescolando il tutto a bassa velocità fino ad amalgamare. Aggiungere lo zucchero, il sale, il tuorlo e il latte appena tiepido.
- 2 Lavorare il tutto fino a ottenere un composto omogeneo. Spianare l'impasto, ripiegarlo in tre strati e spianarlo nuovamente; ripiegarlo ancora in quattro strati e spianarlo di nuovo.
- 3 Coprire e lasciar riposare in frigorifero per almeno 30 min.

Per l'*appareil*

- 1 Rompere le uova in una bacinella e sbatterle con la frusta, unire il resto degli ingredienti e amalgamare bene.
- 2 Spianare la pasta *brisée* e usarla per foderare le due tortiere rivestite di carta da forno.

Per la guarnizione lorenese

- 1 Affettare e tritare la pancetta e l'emmenthal e ricoprirvi il fondo delle tortiere.
- 2 Versare l'*appareil* nelle tortiere. Cuocere in forno già caldo alla temperatura di 180 °C per 30 min ca. Servire la quiche calda.

Varianti

Per un *appareil* dal sapore più intenso, sostituire metà del latte con un'uguale quantità di panna. Per un *appareil* più denso, utilizzare 1/2 l di panna, 100 g di mascarpone, 80 g di tuorli (n. 4), sale, pepe, noce moscata e 25 g di grana grattugiato.

Note

Seguendo lo stesso procedimento e usando la pasta *brisée* e l'*appareil* descritto, è possibile realizzare moltissimi tipi di torte salate a base di verdure, carni e pesci precedentemente cotti o formaggi.

Ricetta 14 *Sciatt*

QUANTITÀ: 6 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 760 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 45 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinella
- Carta gialla
- Cucchiaino
- Padella di ferro
- Ragno
- Tagliere
- Terrina
- Trinciante

Ingredienti

- 450 g di farina di grano saraceno
- 220 g di farina 00
- 450 g di formaggio Bitto o Valtellina casera
- 30 ml di grappa
- 25 g di lievito di birra
- Acqua gassata
- Birra
- Sale
- Pepe
- Olio per frittura

Procedimento

- 1 Tagliare il formaggio a cubetti.
- 2 Lavorare in una bacinella le due farine, la grappa, l'acqua gassata e il lievito di birra necessari per ottenere una pastella liscia.
- 3 Riscaldare abbondante olio per friggere nella padella di ferro e, servendosi del cucchiaino, passare un cubetto di formaggio nella pastella e quindi versarlo nell'olio bollente.
- 4 Friggere fino a ottenere delle frittelle di colore bruno.
- 5 Scolare su carta gialla e servire accompagnando con un'insalatina di stagione.

Varianti

Interessano principalmente le proporzioni tra la farina bianca e quella di frumento (quest'ultima può raggiungere una quantità pari al 50%). Alcuni ricettari prescrivono solo farina bianca. Eseguire la frittura degli *sciatt* usando lo strutto.

Note

Gli *sciatt* sono una preparazione molto versatile; possono essere serviti come antipasto o come primo piatto, ma tradizionalmente si consumano la mattina a colazione assieme a un bicchiere di latte fresco o, nel pomeriggio, per merenda. Come stuzzichino o nel corpo del pranzo (assieme all'insalata costituiscono un secondo con contorno), si abbinano bene con vino rosso della Valtellina.

Antipasti

Ricetta 15 Sformati di spinaci

QUANTITÀ: 20 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 361 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 120 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruole
- Cucchiaine
- Cutter
- Frusta
- Mestolo di legno
- Stampini per *crème caramel* in acciaio o stagnola
- Teglia

Ingredienti

Per gli sformati

- 2,5 kg di spinaci
- 1 l di latte intero
- 180 g di burro
- 180 g di farina 00
- 50 g di grana grattugiato
- 150 g di uova (n. 3)
- Sale
- Pepe bianco
- Noce moscata
- Burro
- Semolino di grano duro

Per la guarnizione (salsa di pomodoro)

- 500 g di pomodori ciliegia
- 1/2 dl di olio extravergine d'oliva
- 50 g di aglio
- Basilico
- Sale fino

Procedimento

Per gli sformati

- 1 Lavare e cuocere a vapore gli spinaci. Quindi, mettere a bollire il latte; nel frattempo, fondere il burro e, a fiamma spenta, unirvi la farina. Quando il latte avrà raggiunto l'ebollizione, versarlo nel roux mescolando con la frusta.
- 2 Aggiungere il sale, il pepe bianco e la noce moscata, quindi portare velocemente a ebollizione fino a ottenere una salsa besciamella.
- 3 Cuocere per 5 min a fuoco moderato.
- 4 Asciugare le verdure, ridurle in purea con il *cutter* e amalgamarle con la besciamella ancora calda.
- 5 Lasciar stiepidire il composto, unirvi il grana e le uova e mescolare bene.
- 6 Versare il composto negli stampini monoporzione precedentemente imburati e passati al semolino.
- 7 Mettere gli stampini a bagnomaria nella teglia e cuocere in forno alla temperatura di 180 °C per 30-40 min ca.

Per la guarnizione (salsa di pomodoro)

- 1 Preparare una salsa di pomodoro tritando l'aglio e facendolo imbiondire nell'olio.
- 2 Unire al soffritto i pomodori ciliegia privati del picciolo e lavati.
- 3 Unire le foglie di basilico, condire con il sale fino e cuocere a fuoco moderato per 15 min.
- 4 A cottura ultimata, frullare la salsa nel *cutter*.
- 5 Servire gli sformati al piatto sistemando uno strato di salsa sul fondo e posizionando al centro lo sformato.

Varianti

Possono essere utilizzati moltissimi tipi di verdure: carote, zucchini, cavolfiori, broccoli, cipolle. Anziché in stampi monoporzione, è possibile realizzare gli sformati in stampi a ciambella o per *plum cake* e servirli tagliati a fette.

Note

Lo sformato di verdure può essere servito anche come contorno.

Antipasti

Ricetta 16 Spiedini di verdure fritte

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 200 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinelle
- Carta gialla
- Coltellino
- Friggitrice
- Frusta
- Stuzzicadenti
- Tagliere
- Teglie
- Trinciante

Ingredienti

- 100 g di melanzane
- 100 g di zucchini
- 160 g di peperoni
- 100 g di carciofi
- 1 limone
- 300 g di farina 00
- 2 dl di acqua gassata
- Sale

Procedimento

- 1 Preparare una pastella amalgamando con la frusta l'acqua gassata con 200 g ca di farina (ne dovrà risultare un composto né troppo denso né troppo fluido) e conservarla in frigorifero.
- 2 Pulire i carciofi, tagliarli a spicchi, sistemarli in una bacinella e coprirli con acqua fredda e con il succo del limone.
- 3 Tagliare le altre verdure in cubetti o piccoli triangoli.
- 4 Disporre le verdure in una teglia, infarinarle e, quindi, infilarle sugli stuzzicadenti.
- 5 Passare gli spiedini così ottenuti nella pastella.
- 6 Friggere gli spiedini in friggitrice alla temperatura di 180 °C.
- 7 Scolare su una teglia foderata con carta gialla. Quindi, condire con sale fino e servire subito.

Varianti

Seguendo lo stesso procedimento è possibile friggere altri tipi di verdure, ma anche pesci, crostacei, molluschi, carni, frutta ecc.

Note

I pezzi di verdure infilati sugli stecchini, più che come un vero e proprio antipasto, sono serviti preferibilmente come accompagnamento per aperitivi (gli stecchini, infatti, ne agevolano la consumazione).

Ricetta 17 Brodetto alla cervese

QUANTITÀ: 4 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 790 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 120 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Casseruola
- Pentola alta
- Squamapesce
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

- 300 g di scorfano
- 200 g di mazzola
- 400 g di coda di rospo
- 400 g di seppie
- 400 g di cagnolo
- 200 g di canocchie
- 400 g di trigliette
- 40 g di cipolla
- 20 g di prezzemolo
- 1 dl di vino bianco
- 35 ml di aceto bianco
- 200 g di pomodori pelati
- 2 spicchi di aglio
- 1 cucchiaio di concentrato di pomodoro
- Olio extravergine d'oliva
- Crostini di pane agliati
- Sale
- Pepe

Procedimento

- 1 Pulire e squamare tutti i pesci conservandone a parte le teste e i ritagli che saranno usati per preparare il fumetto di pesce secondo il metodo classico.
- 2 Tagliare a pezzi i pesci (tranne le triglie). Rosolare in un filo di olio la cipolla tagliata in piccoli pezzi, l'aglio e il prezzemolo tritato, quindi sfumare con il vino bianco e l'aceto.
- 3 Aggiungere i pelati, il concentrato di pomodoro, 200 g di fumetto di pesce, il sale, il pepe e, quindi, la seppia tagliata a strisce grosse. Cuocere il tutto per 30 min.
- 4 Unire la coda di rospo e, via via, gli altri pesci e lasciar cuocere per alcuni minuti.
- 5 Servire in tegamini di terracotta decorando con ciuffi di prezzemolo e accompagnando con crostini di pane agliati.

Note

La cucina di Cervia è famosa per coniugare i sapori tipici della tradizione romagnola con quelli della cucina marinara.

Primi piatti

Ricetta 18 *Consommé brunoise*

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 49 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 210 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruola a un manico
- Colini
- Coltellino
- Mestoli
- Panno-carta
- Pelapatate
- Pentole
- Stamina
- Tagliere
- Trinciante
- Zuppiera

Ingredienti

Per il *consommé*

- 2,5 l di brodo
- 200 g di carne magra di bovino adulto
- 1 albume
- 60 g di carote
- 50 g di sedano
- 60 g di cipolla
- 50 g di pomodori pelati in barattolo
- 1 mazzetto aromatico (basilico e alloro)
- 1 grano di pepe
- 1 chiodo di garofano

Per il brodo (dosi per 5 l di preparazione)

- 5 l di acqua
- 1 kg di ossi e scarti di carne
- 100 g di cipolle
- 50 g di carote
- 50 g di sedano
- 1 pomodoro maturo
- Gambi di prezzemolo
- Sale grosso

Per la guarnizione

- 300 g di zucchini
- 200 g di carote
- 100 g di piselli sgusciati

Procedimento

Per il *consommé*

- 1 Pulire le verdure e tagliarle a dadini; tagliare a dadini anche la carne e mescolare il tutto insieme all'albume e agli aromi (erbe aromatiche, pepe, chiodo di garofano) nella pentola.
- 2 Aggiungere lentamente il brodo tiepido e mescolare adagio.
- 3 Portare a ebollizione e lasciar sobbollire per 1,5 h ca schiumando quando necessario.
- 4 Togliere dal fuoco e attendere che la carne, le verdure e le erbe aromatiche si depositino sul fondo.
- 5 Filtrare il *consommé* così ottenuto con la stamina e conservarlo caldo mantenendolo a bagnomaria.
- 6 Sgrassare la superficie passandovi sopra un foglio di panno-carta.

Per il brodo

- 1 Sbianchire gli ossi e le carni in acqua bollente per eliminarne le impurità.
- 2 Mettere in pentola tutti gli ingredienti, compresi gli ossi e le carni sbianchiti e, successivamente, sciacquati in acqua corrente.
- 3 Cuocere il tutto per 2-3 h a fuoco basso, avendo cura che il brodo mantenga un bollore moderato evitando di intorbidirsi.
- 4 Schiumare di tanto in tanto le impurità che affiorano in superficie.
- 5 Filtrare il brodo attraverso una stamina bagnata e sgrassarlo accuratamente.

Per la guarnizione

- 1 Tagliare gli zucchini in *brunoise* eliminandone la parte centrale bianca; quindi, pelare e tagliare in *brunoise* anche le carote.
- 2 Cuocere le verdure nel brodo bollente, quindi scolarle e sistemarle in una zuppiera.
- 3 Riempire la zuppiera con il *consommé* bollente e servire subito.

Note

Il *consommé*, per l'aspetto estremamente limpido e il sapore intenso, costituisce una base che ben si presta a essere guarnita in svariati modi. Per queste sue caratteristiche, non manca mai nei menu dei grandi alberghi o dei galà, dove apre la serie delle portate preparando il palato alla degustazione dei piatti successivi.

Primi piatti

Ricetta 19 Crema Clamart

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 267 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 180 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruola a un manico
- Colini
- Coltellino
- Mestoli
- Padella
- Passaverdure
- Pelapatate
- Pentole
- Stamina
- Tagliere
- Trinciante
- Zuppiera

Ingredienti

Per la crema

- 1 kg di piselli sgusciati
- 50 g di cipolla
- 1 dl di olio extravergine d'oliva
- 100 g di patate
- 2,5 l di brodo
- 100 g di farina di riso
- 2 dl di latte
- 50 g di burro
- 1/2 dl di panna
- Sale fino

Per il brodo (dosi per 5 l di preparazione)

- 5 l di acqua
- 1 kg di ossi e scarti di carne
- 100 g di cipolle
- 50 g di carote
- 50 g di sedano
- 1 pomodoro maturo
- Gambi di prezzemolo
- Sale grosso
- Dado q.b.

Per la guarnizione

- 1 cespo di lattuga
- Sale fino

Procedimento

Per la crema

- 1 Tagliare la cipolla in *julienne* e rosolarla nell'olio.
- 2 Unire i piselli e le patate tagliate a fette sottili e lasciar rosolare.
- 3 Salare e bagnare con il brodo. Cuocere lentamente per 2 h ca. Passare il tutto al passaverdure fine.
- 4 Portare nuovamente sul fuoco il composto e incorporarvi la farina di riso diluita nel latte.
- 5 Cuocere per altri 20 min, quindi passare al colino cinese.
- 6 Completare la pietanza con l'aggiunta del burro e della panna, verificarne il sapore e, eventualmente, aggiustarlo.

Per il brodo

- 1 Sbianchire gli ossi e le carni in acqua bollente per eliminarne le impurità.
- 2 Mettere in pentola tutti gli ingredienti, compresi gli ossi e le carni sbianchiti e, successivamente, sciacquati in acqua corrente.
- 3 Cuocere il tutto per 2-3 h a fuoco basso, avendo cura che il brodo mantenga un bollore moderato evitando di intorbidirsi.
- 4 Schiumare di tanto in tanto le impurità che affiorano in superficie.
- 5 Filtrare il brodo attraverso una stamina bagnata e sgrassarlo accuratamente.

Per la guarnizione

- 1 Tagliare l'insalata a strisce sottili e brasarla in padella nel suo succo con una presa di sale.
- 2 Riempire la zuppiera con la crema bollente, unire l'insalata brasata e servire subito.

Primi piatti

Ricetta 20 Crespelle alla fiorentina (1/2)

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 491 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 90 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruole
- Chinois*
- Colini
- Fruste
- Mestoli
- Mestoli di legno
- Padelle
- Pennello
- Pirofila
- Rondeau*
- Sac-à-poche*
- Spatola
- Tagliere
- Tritacarne
- Vassoio

Ingredienti

Per le crespelle

- 100 g di uova (n. 2)
- 100 g di farina 00
- 1 presa di sale fino
- 25 g di burro fuso
- 2,5 dl di latte intero

Per il ripieno

- 500 g di ricotta vaccina
- 500 g di spinaci bolliti e strizzati
- 50 g di burro
- Noce moscata
- Sale
- Pepe
- 25 g di parmigiano grattugiato

Per la salsa besciamella

- 70 g di burro
- 70 g di farina 00
- 1 l di latte intero
- Noce moscata
- Sale fino
- Pepe bianco

Per la salsa di pomodoro

- 500 g di pomodori pelati
- 1/2 dl di olio extravergine d'oliva
- 1 mazzetto aromatico (costa di sedano, carota e basilico)
- 1/2 spicchio di aglio tritato
- 1/4 di cipolla tritata
- Sale
- Pepe

Per completare

- 25 g di burro fuso
- 25 g di parmigiano grattugiato

Crespelle alla fiorentina (2/2)

Procedimento

Per le crespelle

- 1 Sbattere le uova, aggiungere il sale, il burro, 1 dl ca di latte e la farina setacciata; mescolare accuratamente con la frusta fino a ottenere una pasta liscia, priva di grumi. A questo punto, unire il latte rimanente.
- 2 Passare il composto al colino a maglia fine e lasciarlo riposare in frigorifero, coperto con pellicola alimentare, per almeno 1/2 h prima di utilizzarlo.
- 3 Versare poca pastella sul fondo di una padella (di ferro o in materiale antiaderente) unta e roteare il recipiente in modo che il composto vi formi uno strato sottile e uniforme.
- 4 Cuocere per non più di 10 secondi, quindi staccare i bordi con la spatola, girare la crespella e cuocerla sul lato opposto per altri 5 secondi.
- 5 Adagiare la crespella su un vassoio e farcirla con il ripieno.

Per il ripieno

- 1 Fondere il burro in una padella, unire gli spinaci strizzati e lasciarli insaporire a fuoco lento.
- 2 Passare gli spinaci al tritacarne e disporli in una bacinella, unire il resto degli ingredienti e amalgamare usando un mestolo di legno.
- 3 Spalmare le crespelle con il ripieno, ripiegarle in quattro e sistemarle in una pirofila imburrata con il fondo coperto di besciamella. Velare con la rimanente besciamella e macchiare con la salsa di pomodoro.

Per la salsa besciamella

- 1 Mettere a bollire il latte e preparare un roux bianco.
- 2 Togliere il latte bollente dal fuoco, unire sale e noce moscata e mescolare bene con una frusta.
- 3 Rimettere il latte sul fuoco e riportarlo a ebollizione avendo cura di continuare a mescolare con la frusta.
- 4 A ebollizione raggiunta, abbassare la fiamma e cuocere per 10 min mescolando spesso per evitare che la salsa si attacchi al fondo della casseruola.
- 5 A cottura ultimata, se la salsa non risultasse ben liscia passare allo chinois.

Per la salsa di pomodoro

- 1 Rosolare in un *rondeau* la cipolla tritata e gli spicchi di aglio schiacciati che, successivamente, saranno eliminati.
- 2 Unire i pomodori, il mazzetto aromatico, il sale e il pepe.
- 3 Cuocere per 15-20 min mescolando di tanto in tanto.
- 4 Eliminare il mazzetto aromatico e, servendosi di una frusta, omogeneizzare la salsa in modo che ne risulti una crema.

Per completare

- 1 Spolverare di parmigiano grattugiato e burro fuso, quindi gratinare in forno alla temperatura di 180 °C per 15-20 min. Servire le crespelle ben calde.

Varianti

Nella versione classica, le crespelle sono macchiate con fondo bruno legato e la besciamella è preparata con l'aggiunta di una cipolla steccata con chiodi di garofano e foglie di alloro.

Note

A dispetto del nome, le crespelle alla fiorentina non sono un piatto regionale italiano ma una preparazione della cucina classica.

Ricetta 21 Farfalle primavera

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 408 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruola
- Colino
- Coltellino
- Coltello a sega
- Mestoli
- Pelapatate
- Pentola
- Sauteuse
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

- 800 g di farfalle
- 1 kg di pomodori San Marzano
- 100 g di cipollotti freschi
- 2 spicchi di aglio
- 100 g di carote
- 150 g di peperoni rossi e gialli
- 150 g di melanzane
- 150 g di zucchini
- 1 dl di olio extravergine d'oliva
- Timo
- Basilico
- Sale fino
- Pepe bianco

Procedimento

- 1 Tritare l'aglio e i cipollotti e, con il coltello a sega, tagliare a cubetti i pomodori.
- 2 Pulire tutte le altre verdure e, mantenendole separate, tagliarle in macedonia.
- 3 Imbiondire i cipollotti in 8 cl di olio, aggiungere l'aglio e lasciarlo colorire leggermente; unire le carote, i peperoni e il timo e rosolare mescolando spesso.
- 4 Dopo 10 min ca, unire gli zucchini e le melanzane, salare e lasciar stufare per altri 5 min; quindi, alzare la fiamma, aggiungere il pomodoro tagliato e un mestolo di acqua, salare ancora e bollire per 10 min mescolando di tanto in tanto.
- 5 Cuocere le farfalle leggermente al dente, scolarle, versarle nella sauteuse assieme alla salsa e saltare il tutto a fuoco vivace perché si insaporisca.
- 6 Versare le farfalle ben condite in un piatto da portata e servirle subito, ben calde, spolverate di basilico tritato e condite con il rimanente olio.

Varianti

Le verdure adoperate variano a seconda della stagione: piselli, funghi, asparagi, carciofi, olive, coste di bietola, porri.
In base alle preferenze, eliminare il pomodoro mantenendo la salsa bianca.

Note

Il pomodoro non deve prendere il sopravvento sugli ortaggi coprendone il sapore; pertanto, se la salsa dovesse asciugare troppo durante la preparazione, è preferibile aggiungere un mestolo di acqua piuttosto che dell'altro pomodoro.
Oltre che per il condimento della pasta, questa salsa è ottima per la preparazione di risotti.

Primi piatti

Ricetta 22 Gnocchetti di verza in cartoccio

QUANTITÀ: 10-12 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 616 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Affettatrice
- Carta da forno o stagnola
- Colapasta
- Cutter
- Forchetta o grattugia
- Forchettone
- Padella
- Pentole
- Ragno
- Schiacciapate
- Tarocco
- Teglia da forno

Ingredienti

Per gli gnocchi

- 2 kg di patate farinose a pasta gialla
- 500-600 g di farina bianca
- 3 uova
- 250 g di verza
- 50 g di parmigiano grattugiato
- Olio extravergine d'oliva
- Sale
- Noce moscata

Per la salsa

- 50 g di burro
- 500 g di porri
- 300 g di speck

Per completare

- 300 g di scamorza affumicata

Procedimento

Per gli gnocchi

- 1 Cuocere le foglie più verdi della verza in acqua, quindi passarle in padella con l'olio e, infine, ridurle in purea servendosi del *cutter*.
- 2 Lavare le patate e cuocerle con la buccia in acqua salata; quindi pelarle e passarle allo schiacciapate o al setaccio d'acciaio sopra un piano di marmo.
- 3 Allargare le patate passate e lasciarle raffreddare; aggiungere poi la farina, la purea di verza, il formaggio, le uova, il sale, la noce moscata e impastare.
- 4 Facendo attenzione a mantenere il piano di lavoro ben infarinato, dividere l'impasto in pezzi e ricavare da ognuno di questi dei bastoncini del diametro di 1-2 cm.
- 5 Tagliare i bastoncini a tocchetti e farne delle palline o, se si preferisce, passarli sui rebbi di una forchetta o su una grattugia esercitando una leggera pressione in modo da ottenere la forma caratteristica degli gnocchi.
- 6 A questo punto, cuocere gli gnocchetti in abbondante acqua bollente salata e toglierli dal fuoco non appena salgono a galla, quindi scolarli.
- 7 Saltare gli gnocchetti nella salsa di porri e speck e usare il tutto per riempire dei cartocci monoporzione realizzati con carta da forno o stagnola e lasciati aperti sulla sommità.

Per la salsa

- 1 Tagliare in julienne i porri e lo speck.
- 2 Sciogliere il burro nella padella e rosolarvi i porri; quindi, aggiungere lo speck per insaporire il tutto.

Per completare

- 1 Coprire i cartocci individuali con una fetta di scamorza affumicata e gratinare in forno alla temperatura di 180 °C.

Note

La quantità della farina varia a seconda della qualità delle patate; se queste tendono a emettere acqua, è bene lasciarle asciugare in forno e quindi raffreddare prima di passarle. Inoltre, per passare le patate è preferibile evitare di usare il passaverdure o il tritacarne, che rendono l'impasto coloso, e ricorrere sempre allo schiacciapate.

Ricetta 23 Gnocchi ai quattro formaggi

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 600 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Casseruole
- Frusta
- Pentola
- Ragno
- Raschietto
- Sauteuse
- Schiacciapatate
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

Per gli gnocchi

- 1 kg di patate farinose
- 300-400 g di farina bianca
- 2-3 uova
- 50 g di parmigiano grattugiato
- Sale
- Noce moscata

Per la salsa

- 1 l di panna
- 1 l di latte
- 50 g di burro
- 50 g di farina
- 200 g di formaggi misti (parmigiano, emmenthal, asiago, fontina)

Procedimento

Per gli gnocchi

- 1 Lavare le patate e cuocerle con la buccia in acqua salata; quindi pelarle e passarle allo schiacciap patate o al setaccio d'acciaio sopra un piano di marmo.
- 2 Allargare le patate passate e lasciarle raffreddare; aggiungere poi la farina, il formaggio, le uova, il sale, la noce moscata e impastare.
- 3 Facendo attenzione a mantenere il piano di lavoro ben infarinato, dividere l'impasto in pezzi e ricavare da ognuno di questi dei bastoncini del diametro di 1-2 cm.
- 4 Tagliare i bastoncini a tocchetti e, se si preferisce, passarli sui rebbi di una forchetta o su una grattugia esercitando una leggera pressione in modo da ottenere la forma caratteristica degli gnocchi.
- 5 A questo punto, cuocere gli gnocchi in acqua bollente salata e toglierli dall'acqua non appena salgono a galla. Raffreddarli subito con acqua fredda, in modo da bloccarne la cottura, quindi scolarli (qualora la somministrazione degli gnocchi non segua immediatamente alla cottura, stenderli in una teglia con un po' di olio e tuffarli di nuovo per qualche istante in acqua bollente salata prima di servirli).
- 6 Saltare gli gnocchi con la salsa, sistemarli in un piatto o in un vassoio da portata, cospargerli di parmigiano e servirli ben caldi.

Per la salsa

- 1 Tagliare tutti i formaggi in piccoli pezzi (tranne il parmigiano, che sarà grattugiato) e metterli a bagno nella panna.
- 2 Bollire il latte in una casseruola e preparare a parte il roux sciogliendo in un pentolino il burro e unendovi, fuori dal fuoco, la farina.
- 3 Quando il latte prende a bollire, unire il roux caldo, il sale e la noce moscata e cuocere per qualche istante.
- 4 Unire i formaggi e la panna e, prestando attenzione a non lasciar attaccare il composto sul fondo, mescolare per qualche minuto a fuoco lento.
- 5 Verificare il gusto e mantenere a bagnomaria fino al momento dell'uso.

Varianti

Gli gnocchi possono essere addizionati di spinaci nella seconda fase della lavorazione, in modo da acquisire un sapore e un colore particolari. Le varietà di formaggio possono essere scelte a piacimento.

Note

Le patate devono essere lessate con la buccia affinché assorbano poca acqua e assicurino la giusta consistenza all'impasto.

Primi piatti

Ricetta 24 Gnocchi alla parigina

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 415 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruole
- *Chinois*
- Frusta
- Mestolo di legno
- Pentola
- Pirofile
- Ragno
- *Sac-à-poche* accessorciato con bocchetta liscia (n. 12-14)

Ingredienti

Per gli gnocchi

- 1/2 l di latte
- 150 g di burro
- 300 g di farina
- 8 uova
- Sale
- 80 g di parmigiano grattugiato

Per la salsa besciamella

- 70 g di burro
- 70 g di farina 00
- 1 l di latte intero
- Noce moscata

Procedimento

Per gli gnocchi

- 1 Portare a ebollizione in una pentola il latte con il burro e il sale; aggiungere, fuori dal fuoco e in un'unica soluzione, la farina setacciata.
- 2 Mescolare con un mestolo di legno e cuocere la pasta così ottenuta a fiamma bassa finché non si stacca dalle pareti del recipiente formando una massa omogenea.
- 3 Ritirare dal fuoco e lasciar raffreddare per alcuni minuti; quindi, incorporare le uova una a una continuando a mescolare energicamente.
- 4 Versare l'impasto nel *sac-à-poche* e lasciarlo cadere dentro una casseruola contenente acqua salata in leggera ebollizione avendo cura di tagliarlo in tocchetti di 2-3 cm di lunghezza.
- 5 Lasciar sobbollire gli gnocchi così ottenuti per 2-3 min, quindi toglierli dall'acqua e rinfrescarli passandoli in acqua fredda prima di scolarli bene e stenderli su un panno pulito.
- 6 Imburrare due pirofile, stenderci uno strato di besciamella e disporvi sopra gli gnocchi in modo che non risultino troppo fitti; coprire con la restante besciamella e cospargere con il parmigiano rimanente e con il burro fuso.
- 7 Gratinare alla temperatura di 180 °C per 15-20 min e servire subito per evitare che gli gnocchi si sgonfino.

Per la salsa besciamella

- 1 Mettere a bollire il latte e preparare un roux bianco.
- 2 Togliere il latte bollente dal fuoco, unire sale e noce moscata e mescolare bene con una frusta.
- 3 Rimettere il latte sul fuoco e riportarlo a ebollizione avendo cura di continuare a mescolare con la frusta.
- 4 A ebollizione raggiunta, abbassare la fiamma e cuocere per 10 min mescolando spesso per evitare che la salsa si attacchi al fondo della casseruola.
- 5 A cottura ultimata, se la salsa non risultasse ben liscia passare allo *chinois*.

Varianti

Utilizzare salsa Mornay al posto della salsa besciamella.

Ricetta 25 Gnocchi di castagne alle scaglie di toma stagionata

QUANTITÀ: 8 porzioni

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

VALORE NUTRIZIONALE: 717 cal/porz.

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Padella
- Pentole
- Pirofila
- Schiacciapatate
- Schiumarola
- Spelucchino
- Spianatoia di legno

Ingredienti

- 800 g di patate
- 100 g di burro
- 100 g di toma a scaglie
- 150 g di farina 00
- 150 g di farina di castagne
- 50 g di parmigiano grattugiato
- 3 g di noce moscata
- 4 foglie di salvia
- 1 uovo
- Sale

Procedimento

- 1 Lavare le patate con la buccia e cuocerle in acqua bollente salata. Scolarle evitando di romperle, sbucciarle servendosi dello spelucchino, passarle allo schiacciapatate, stenderle sulla spianatoia e lasciarle raffreddare.
- 2 Unire il parmigiano grattugiato, il sale, la noce moscata, le farine, le uova e impastare fino a ottenere un composto omogeneo.
- 3 Tagliare l'impasto in pezzi e arrotolarli con il palmo della mano ricavandone dei bastoncini del diametro di 2 cm ca dai quali tagliare gli gnocchi della lunghezza di 3 cm ca.
- 4 Passare gli gnocchi sui rebbi della forchetta e immergerli in acqua bollente salata. Quando saranno affiorati alla superficie dell'acqua, scolarli servendosi della schiumarola.
- 5 Fondere il burro in una padella antiaderente e soffriggervi le foglie di salvia. Unire gli gnocchi e saltarli leggermente. Quindi, disporli in una pirofila calda.
- 6 Ricavare delle scaglie dalla toma stagionata e cospargervi gli gnocchi. Servire immediatamente.

Varianti

Servire gli gnocchi di castagne su piatti individuali in cestini di toma abbrustolita.

Note

Si consiglia di utilizzare patate a pasta farinosa e di non lavorare l'impasto troppo a lungo.

Primi piatti

Ricetta 26 Gnocchi di semolino alla romana

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 335 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 40 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruole
- Frusta
- Matterello
- Mestolo di legno
- *Rondeau*
- Pentola
- Pirofila
- Tagliapasta
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

Per gli gnocchi

- 1 l di latte
- 200 g di semolino
- 100 g di burro
- 100 g di parmigiano grattugiato
- 2-3 tuorli
- Sale
- Noce moscata

Per la salsa di pomodoro

- 500 g di pomodori pelati
- 1/2 dl di olio extravergine d'oliva
- 1 mazzetto aromatico (costa di sedano, carota e basilico)
- 1/2 spicchio di aglio tritato
- 1/4 di cipolla tritata
- Sale
- Pepe

Procedimento

Per gli gnocchi

- 1 Versare il latte in una pentola con 70 g di burro, sale e noce moscata grattugiata al momento.
- 2 Portare il latte a ebollizione e, fuori dal fuoco, versarvi il semolino a pioggia mescolando in continuazione prima con la frusta e poi con il mestolo di legno.
- 3 Mettere di nuovo la pentola sul fuoco e lasciar sobbollire il composto per 10 min continuando a mescolare.
- 4 Togliere nuovamente il recipiente dal fuoco, lasciar intiepidire, quindi incorporare i tuorli e 50 g di parmigiano. Versare il composto su un piano di marmo unto con olio di semi e, con il matterello unto, stenderlo finché non raggiunge lo spessore di 1 cm; quindi, spolverare con 25 g di parmigiano.
- 5 Lasciar raffreddare, quindi tagliare in dischi servendosi di un tagliapasta del diametro di 4-5 cm. Imburrare una pirofila, sistemarvi al centro i ritagli ottenuti tagliando l'impasto a dischi e sistemare sopra di essi gli gnocchi capovolti avendo cura di accavallarli leggermente l'uno sull'altro.
- 6 Cospargere di burro fuso e spolverare con il rimanente parmigiano. Passare gli gnocchi nel forno ben caldo in modalità grill e sfornarli quando sono ben gratinati. Servire con la salsa di pomodoro a parte.

Per la salsa di pomodoro

- 1 Rosolare in un *rondeau* la cipolla tritata e gli spicchi di aglio schiacciati che, successivamente, saranno eliminati.
- 2 Unire i pomodori, il mazzetto aromatico, il sale e il pepe.
- 3 Cuocere per 15-20 min mescolando di tanto in tanto.
- 4 Eliminare il mazzetto aromatico e, servendosi di una frusta, omogeneizzare la salsa in modo che ne risulti una crema.

Varianti

Per ottenere gli gnocchi di semolino alla fiorentina, è necessario aggiungere all'impasto un'abbondante purea di spinaci bolliti saltati al burro. Quindi, velare gli gnocchi di besciamella, cospargerli di parmigiano e burro fuso e gratinarli.

Per ottenere gli gnocchi di semolino alla svizzera, è necessario aggiungere all'impasto una dadolata di fontina e groviera. Quindi, velare gli gnocchi di besciamella, cospargerli di parmigiano e burro fuso e gratinarli.

Ricetta 27 Lasagne alla bolognese (1/2)

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 561 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 120 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruole
- *Chinois*
- Colini
- Frusta
- Matterello
- Pennello
- Pentole
- Pirofila
- Sfogliatrice
- Spianatoia di legno
- Stamina
- Tagliere
- Tarocco
- Trinciante
- Tritacarne

Ingredienti

Per il brodo (dosi per 5 l di preparazione)

- 5 l di acqua
- 1 kg di ossi e scarti di carne
- 100 g di cipolle
- 50 g di carote
- 50 g di sedano
- 1 pomodoro maturo
- Gambi di prezzemolo
- Sale grosso
- Dado q.b.

Per la pasta all'uovo

- 250 g di farina 00
- 100 g di uova (n. 2)
- 1 cucchiaio di olio extravergine d'oliva
- 1/2 dl di acqua
- Sale fino

Per la salsa bolognese

- 50 g di cipolla
- 50 g di carote
- 50 g di sedano
- 1/2 spicchio di aglio
- 50 g di pancetta di maiale
- 1/2 dl di olio extravergine d'oliva
- 25 g di funghi porcini secchi
- 500 g di carne macinata (bovina e suina)
- 1/2 dl di vino rosso
- 100 g di concentrato di pomodoro
- Poco estratto di carne
- 1 l di brodo
- 1 mazzetto aromatico (salvia, rosmarino e alloro)
- Sale fino
- Pepe nero

Per la salsa besciamella

- 70 g di burro
- 70 g di farina 00
- 1 l di latte intero
- Noce moscata
- Sale fino
- Pepe bianco

Per completare

- 25 g di burro fuso
- 50 g di parmigiano grattugiato

Lasagne alla bolognese (2/2)

Procedimento

Per il brodo

- 1 Sbianchire gli ossi e le carni in acqua bollente per eliminarne le impurità.
- 2 Mettere in pentola tutti gli ingredienti, compresi gli ossi e le carni sbianchiti e, successivamente, sciacquati in acqua corrente.
- 3 Cuocere il tutto per 2-3 h a fuoco basso, avendo cura che il brodo mantenga un bollore moderato evitando di intorbidirsi.
- 4 Schiumare di tanto in tanto le impurità che affiorano in superficie.
- 5 Filtrare il brodo attraverso una stammina bagnata e sgrassarlo accuratamente.

Per la pasta all'uovo

- 1 Disporre la farina a fontana sulla spianatoia.
- 2 Rompere le uova al centro della fontana e aggiungere l'acqua, l'olio e il sale.
- 3 Sbattere gli ingredienti al centro della fontana e incorporare lentamente la farina fino a ottenere un impasto lavorabile con il palmo delle mani.
- 4 Continuare a impastare per almeno 10 min infarinando via via la spianatoia e staccando con il tarocco la pasta che vi rimane attaccata. Di tanto in tanto, allungare la pasta e ripiegarla su se stessa. Per ottenere un composto ben amalgamato e di buona consistenza, la lavorazione deve essere energica.
- 5 Quando la pasta presenta una superficie liscia e lucida, ricavarne una palla e lasciarla riposare per almeno 15 min al riparo dall'aria (per esempio, coperta da un recipiente di vetro) prima di utilizzarla.
- 6 Spianare la pasta con la sfogliatrice e ricavarne dei quadrati da cuocere in acqua bollente salata.
- 7 Fermare la cottura immergendo le sfoglie cotte in acqua fredda.

Per la salsa bolognese

- 1 Ammollare i funghi secchi in acqua calda per 10-15 min.
- 2 Tritare le verdure e la pancetta finemente e rosolare il tutto nell'olio.
- 3 Unire i funghi secchi ammollati e tritati, quindi aggiungere le carni macinate e rosolare bene a fuoco lento.
- 4 Quando la carne sarà asciutta, bagnare con vino rosso e lasciar evaporare. Unire il concentrato di pomodoro.
- 5 Bagnare con l'acqua dei funghi secchi filtrata e il brodo.
- 6 Condire con l'estratto di carne, il sale e il pepe.
- 7 Immergere nella salsa il mazzetto aromatico.
- 8 Sobbollire per 50-60 min e, al termine della cottura, verificare il sapore.

Per la salsa besciamella

- 1 Mettere a bollire il latte e preparare un roux bianco.
- 2 Togliere il latte bollente dal fuoco, unire sale e noce moscata e mescolare bene con una frusta.
- 3 Rimettere il latte sul fuoco e riportarlo a ebollizione avendo cura di continuare a mescolare con la frusta.
- 4 A ebollizione raggiunta, abbassare la fiamma e cuocere per 10 min mescolando spesso per evitare che la salsa si attacchi al fondo della casseruola.
- 5 A cottura ultimata, se la salsa non risultasse ben liscia passare allo chinois.

Per completare

- 1 Scolare e asciugare su un panno le sfoglie di pasta all'uovo cotte.
- 2 Imburrare una pirofila e disporvi a strati, fino a esaurimento degli ingredienti, pasta, besciamella, salsa e parmigiano.
- 3 Spruzzare di burro fuso l'ultimo strato e gratinare in forno alla temperatura di 200 °C.
- 4 Lasciar riposare al caldo per 10 min prima di servire.

Varianti

Utilizzare pasta all'uovo verde per le lasagne alla ferrarese.

Sostituire la salsa bolognese con il pesto per le lasagne alla genovese.

Ricetta 28 Minestra di castagne

QUANTITÀ: 8 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 412 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 30 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Mestoli
- Pentole

Ingredienti

- 500 g di castagne secche
- 50 cl di latte
- 200 g di riso
- 100 g di burro
- 2 foglie di alloro
- Sale

Procedimento

- 1 Bollire le castagne secche in acqua per 10 min, quindi scolarle e gettare l'acqua.
- 2 Bollire altra acqua insieme al latte e alle foglie di alloro e immergerci le castagne.
- 3 Lasciar cuocere quanto basta ad ammorbidire le castagne, quindi aggiungere il riso, il sale e il burro.
- 4 Quando il riso risulterà cotto, togliere la minestra dal fuoco e servirla calda.

Ricetta 29 Minestrone d'orzo

QUANTITÀ: 8 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 465 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 150 min (+ 24 h)

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruola
- Colini
- Pentole
- Trinciante

Ingredienti

- 600 g di orzo
- 300 g di fagioli secchi
- 300 g di patate
- 100 g di carote
- 100 g di cipolle
- 2 gambi di sedano
- 2 ossi di prosciutto
- Prezzemolo q.b.
- Parmigiano grattugiato q.b.
- Olio extravergine d'oliva q.b.
- Sale

Procedimento

- 1 Ammollare, in 3 recipienti diversi, l'orzo per 24 h e i fagioli secchi e gli ossi di prosciutto per 12 h cambiando l'acqua ogni 2 h ca.
- 2 Scolare i fagioli e cuocerli in acqua a fuoco basso per 2 h ca.
- 3 Sciacquare l'orzo in acqua corrente, immergerlo di nuovo in acqua e bollirlo per 2 h ca.
- 4 Nel frattempo, preparare un soffritto con l'olio, la cipolla tagliata finemente, il prezzemolo lavato e tritato.
- 5 Unire all'orzo cotto il soffritto assieme alle patate e alle carote affettate, agli ossi di prosciutto scolati, al sale e all'acqua calda necessaria a bollire il tutto.
- 6 A fine cottura, eliminare gli ossi di prosciutto e aggiungere i fagioli precedentemente lessati.
- 7 Servire il minestrone molto caldo accompagnandolo con parmigiano grattugiato.

Primi piatti

Ricetta 30 Orecchiette alle rape

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 446 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruole
- Colini
- Pentole
- *Sauteuse*
- Sfogliatrice
- Spianatoia di legno
- Tagliere
- Tarocco
- Trinciante

Ingredienti

Per le orecchiette

- 800 g di farina di grano duro
- 4 dl di acqua tiepida
- 2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- Sale fino

Per completare

- 2,2 kg di cime di rapa
- 2 dl di olio extravergine d'oliva
- 3 spicchi di aglio
- Sale
- Pepe

Procedimento

- 1 Disporre la farina a fontana sulla spianatoia. Aggiungere al centro della fontana l'acqua, l'olio e il sale.
- 2 Sbattere gli ingredienti al centro della fontana e incorporare lentamente la farina fino a ottenere un impasto lavorabile con il palmo delle mani.
- 3 Continuare a impastare per almeno 10 min infarinando via via la spianatoia e staccando con il tarocco la pasta che vi rimane attaccata. Di tanto in tanto, allungare la pasta e ripiegarla su se stessa. Per ottenere un composto ben amalgamato e di buona consistenza, la lavorazione deve essere energica.
- 4 Quando la pasta presenta una superficie liscia e lucida, ricavarne una palla e lasciarla riposare per almeno 15 min al riparo dall'aria (per esempio, coperta da un recipiente di vetro) prima di lavorarla per ricavarne le orecchiette.
- 5 Dividere l'impasto in pezzi di dimensioni più piccole e formare, sulla spianatoia leggermente infarinata, dei bastoncini dello spessore di un mignolo da tagliare a tocchetti. Quindi, premere sui tocchetti ottenuti la punta del dito indice per conferire loro la tipica forma a orecchietta.
- 6 Lasciar seccare le orecchiette sulla spianatoia e, nel frattempo, pulire le cime di rapa scartandone le parti più dure, tagliarle grossolanamente e immergerle in abbondante acqua bollente salata.
- 7 Quando le cime di rapa avranno raggiunto metà cottura, aggiungere le orecchiette.
- 8 Intanto, schiacciare gli spicchi di aglio e imbiondirli nella *sauteuse* con l'olio.
- 9 Scolare la pasta e la verdura e versare il tutto nella *sauteuse*; saltare con l'olio aromatizzato e il pepe e servire subito.

Varianti

Aggiungere al soffritto tre filetti di acciughe dissalati. Aggiungere all'olio alcuni peperoncini schiacciati. Cospargere la pasta con ricotta secca grattugiata sul piatto. Sostituire le cime di rapa con broccoli o cavolfiore.

Note

Usando orecchiette confezionate, verdura e pasta si cuociono contemporaneamente.

Ricetta 31 *Pisarei e faso* (gnocchetti e fagioli)

QUANTITÀ: 8-10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 282 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Casseruola semifonda a un manico
- Coltellino
- Mestolo di legno
- Padella
- Passaverdure
- Pelapatate
- Schiumarola
- Spianatoia di legno
- Tagliere
- Tarocco
- Trinciante

Ingredienti

- 30 g di sedano
- 30 g di carote
- 30 g di cipolle
- 2 spicchi di aglio
- 1 cucchiaino di prezzemolo tritato
- 1 cucchiaino di olio extravergine d'oliva
- 15 g di funghi porcini secchi
- 40 g di pancetta arrotolata
- 500 g di pomodori pelati
- 20 g di concentrato di pomodoro
- 1 mazzetto aromatico
- 10 foglie di basilico
- 300 g di fagioli borlotti
- 200 g di farina
- 1 uovo
- 200 g di pangrattato
- 0,5 dl di acqua
- 2 dl di latte
- 40 g di grana grattugiato
- Zucchero
- Sale
- Pepe

Procedimento

- 1 Tostare in padella il pangrattato e bagnarlo con il latte. Trasferire il tutto sulla spianatoia, unire la farina, l'uovo e l'acqua necessaria a ottenere un composto omogeneo ed elastico. Quindi, lasciar riposare l'impasto per 20 min.
- 2 Staccare dei pezzi dall'impasto e formarvi dei lunghi cilindri sottili dai quali tagliare dei segmenti a cui dare la classica forma dei *pisarei*.
- 3 Tritare sedano, carote, aglio e prezzemolo; rosolare il trito in una casseruola con olio extravergine di oliva. Aggiungere i funghi, precedentemente ammollati in poca acqua, e la pancetta. Incorporare il pomodoro passato, il mazzetto aromatico e i fagioli borlotti precedentemente sbianchiti in acqua e foglie di alloro.
- 4 Quando il sugo di pomodoro si sarà ristretto e i legumi saranno cotti, aggiungere il concentrato di pomodoro, il basilico in foglie, il sale, il pepe e lo zucchero.
- 5 Cuocere i *pisarei* in acqua salata per pochi minuti. Quindi, scolarli al dente, completare la cottura saltandoli con la salsa di pomodoro e spolverare con il grana grattugiato.

Varianti

Nella cucina piacentina, può variare il dosaggio del pangrattato e si può ricorrere all'uso del lardo pestato (in dialetto, *pistà a grass*) come condimento grasso per il soffritto.

Note

Avere cura di servire la preparazione all'onda addizionandola, all'occorrenza, con del brodo di cappone o dell'acqua di cottura.

Ricetta 32 Polenta con sugo di cinghiale

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 272 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 180 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruole
- Colino
- Coltellino
- Frusta
- Mestoli
- Pelapatate
- Pentola
- *Rondeau*
- Stamina
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

Per la polenta

- 1,25 l di acqua
- 2,5 dl di latte intero
- 300 g di farina gialla (2/3 bramata e 1/3 fioretto)
- 1/2 dl di olio extravergine d'oliva
- Sale fino

Per la salsa

- 600 g di polpa di cinghiale
- 1 cipolla
- 2 spicchi di aglio
- 1 peperoncino
- 2 foglie di alloro
- 1 rametto di rosmarino
- 1/2 dl di olio extravergine d'oliva
- 1/2 dl di vino rosso
- 50 g di concentrato di pomodoro
- Brodo

Per il brodo (dosi per 5 l di preparazione)

- 5 l di acqua
- 1 kg di ossi e scarti di carne
- 100 g di cipolle
- 50 g di carote
- 50 g di sedano
- 1 pomodoro maturo
- Gambi di prezzemolo
- Sale grosso
- Dado q.b.

Per completare

- Parmigiano grattugiato
- Prezzemolo tritato

Procedimento

Per la polenta

- 1 Mettere in una casseruola d'alluminio (o, meglio, di rame) l'acqua, il latte, il sale e l'olio (che eviterà la formazione di grumi).
- 2 Portare il liquido a bollore, quindi toglierlo dal fuoco e versarvi a pioggia la farina gialla mescolando continuamente con la frusta; rimettere sul fuoco e continuare a mescolare utilizzando un mestolo di legno.
- 3 Proseguire la cottura a fuoco basso, mescolando spesso, per 45 min. A cottura ultimata, versare la polenta nelle scodelle e, con un mestolo unto di olio, praticare sulla sua superficie un incavo in cui versare la salsa di cinghiale.

Per la salsa

- 1 Tritare la cipolla, l'aglio, il peperoncino e il rosmarino.
- 2 Rosolare nell'olio gli aromi in un *rondeau*, unire la polpa di cinghiale tagliata in cubetti e continuare a rosolare fino a quando la carne avrà spurgato la propria acqua.
- 3 Quando il fondo torna a rosolare, bagnare con il vino rosso e lasciar evaporare, unire il concentrato di pomodoro, amalgamarlo e aggiungere le foglie di alloro; bagnare con del brodo e cuocere per 30-40 min ca.

Per il brodo

- 1 Sbianchire gli ossi e le carni in acqua bollente per eliminarne le impurità.
- 2 Mettere in pentola tutti gli ingredienti, compresi gli ossi e le carni sbianchiti e, successivamente, sciacquati in acqua corrente.
- 3 Cuocere il tutto per 2-3 h a fuoco basso, avendo cura che il brodo mantenga un bollore moderato evitando di intorbidirsi.
- 4 Schiumare di tanto in tanto le impurità che affiorano in superficie.
- 5 Filtrare il brodo attraverso una stamina bagnata e sgrassarlo accuratamente.

Per completare

- 1 Cospargere di parmigiano grattugiato e prezzemolo tritato. Servire il piatto ben caldo.

Ricetta 33 Risotto all'isolana

QUANTITÀ: 8 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 619 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 90 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinelle
- Mestolo di legno
- Pentola
- *Rondeau*
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

- 1 kg di riso vialone nano
- 200 g di lombata di maiale
- 200 g di fesa di vitello
- 150 g di grana
- 150 g di burro
- 1 rametto di rosmarino
- 5 g di cannella in polvere
- 2 l di brodo di vitello e pollo
- Pepe in grani
- Sale

Procedimento

- 1 Tritare la carne a dadi, condirla con sale e pepe macinato fresco e lasciar riposare il tutto per 1 h.
- 2 Fondere il burro, aggiungervi il rametto di rosmarino e rosolarvi bene la carne.
- 3 Bollire il brodo, versarvi il riso e cuocere per 18 min a fuoco lento, in modo che il riso assorba tutto il brodo, mescolando di tanto in tanto.
- 4 A cottura ultimata, insaporire il riso con il condimento di carne.
- 5 Mantecare bene il riso con il formaggio grana grattugiato profumato con la cannella e, quindi, servire.

Note

Questo piatto racchiude la tradizione, la storia e l'economia di Isola della Scala. Il riso del feudo scaligero, da quando gli Arabi e gli Aragonesi lo introdussero in Italia, è sempre stato di casa nei territori isolani. La Bassa Veronese, terra ricca e fertilissima, fornisce vitelli, maiali, burro e formaggi, tutti ingredienti che si sposano felicemente con il riso isolano. Negli ultimi cinquant'anni si è assistito a una disputa sulla preparazione del risotto che traeva origine dall'impiego o meno di un rametto di rosmarino nella preparazione del soffritto: gli abitanti di Isola della Scala si sono divisi in due grandi fazioni, i sostenitori e gli avversari del rosmarino. Il conflitto fu sanato dall'intervento di un grande cuoco, Pietro Secchiati, che decretò: "Mentre si soffriggono la carne di maiale e quella di vitello nel burro, si metta un rametto di rosmarino, il quale conferirà, con il suo olio essenziale, un aroma piacevole e gustoso". Secchiati ricompose così la disputa trovando un perfetto compromesso: il rosmarino utilizzato per rosolare le carni è, infatti, eliminato quando queste risultano ben indate.

Ricetta 34 Risotto allo zafferano

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 441 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 180 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Casseruola
- Colino
- Coltellino
- Mestoli
- Pelapatate
- Pentola
- Schiumarola
- Stamina
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

Per il risotto

- 800 g di riso superfino
- 120 g di burro
- 1 dl di vino bianco
- 3 l di brodo
- 1 cucchiaino di stigmi di zafferano
- 50 g di cipolla bianca tritata fine
- 100 g di parmigiano grattugiato

Per il brodo (dosi per 5 l di preparazione)

- 5 l di acqua
- 1 kg di ossi e scarti di carne
- 100 g di cipolle
- 50 g di carote
- 50 g di sedano
- 1 pomodoro maturo
- Gambi di prezzemolo
- Sale grosso
- Dado q.b.

Procedimento

Per il risotto

- 1 Appassire la cipolla a fuoco dolce in 50 g di burro evitando accuratamente di farle prendere colore.
- 2 Alzare la fiamma, aggiungere il riso e lasciar tostare mescolando bene, in modo che tutti i chicchi si unghino di grasso. Bagnare con il vino e lasciar evaporare.
- 3 Unire lo zafferano e versare gradatamente del brodo bollente aggiungendolo via via che viene assorbito dal riso. È assai importante, in questa fase, che il riso non perda mai il bollore, altrimenti una parte considerevole dell'amido in esso contenuto si trasferisce al liquido formando un composto coloso.
- 4 Aggiustare di sale e portare a cottura continuando a mescolare con un mestolo di legno.
- 5 Quando il riso è cotto al dente, toglierlo dal fuoco e mantecarlo aggiungendo il rimanente burro e il formaggio e mescolando bene.
- 6 Il risotto deve essere servito alla giusta consistenza, né troppo liquido né troppo denso (muovendo la casseruola, il riso deve formare la caratteristica onda).

Per il brodo

- 1 Sbianchire gli ossi e le carni in acqua bollente per eliminarne le impurità.
- 2 Mettere in pentola tutti gli ingredienti, compresi gli ossi e le carni sbianchiti e, successivamente, sciacquati in acqua corrente.
- 3 Cuocere il tutto per 2-3 h a fuoco basso, avendo cura che il brodo mantenga un bollore moderato evitando di intorbidirsi.
- 4 Schiumare di tanto in tanto le impurità che affiorano in superficie.
- 5 Filtrare il brodo attraverso una stamina bagnata e sgrassarlo accuratamente.

Varianti

Sostituire gli stigmi con una bustina di zafferano in polvere. Guarnire il riso con funghi porcini trifolati con poco aglio e prezzemolo. La ricetta classica prevede tra gli ingredienti anche il midollo di bue che, però, rende la preparazione molto grassa; meglio accompagnare il risotto con gli ossibuchi alla milanese, ottenendo così un piatto unico.

Note

Preparazione tipica milanese.

Primi piatti

Ricetta 35 Tagliatelle ai funghi

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 325 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinelle
- Colini
- Matterello
- Pentola
- *Rondeau*
- Sauteuse
- Sfogliatrice
- Spianatoia di legno
- Tagliere
- Tarocco
- Trinciante

Ingredienti

Per la pasta all'uovo

- 500 g di farina 00
- 200 g di uova (n. 4)
- 2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- 1 dl di acqua
- Sale fino

Per la salsa ai funghi

- 50 g di aglio
- 500 g di funghi eduli misti
- 50 g di funghi porcini secchi
- 1 kg di pomodori San Marzano pelati
- Prezzemolo
- Nepitella
- Sale fino
- Pepe

Per completare

- Prezzemolo
- Olio extravergine d'oliva

Procedimento

Per la pasta all'uovo

- 1 Disporre la farina a fontana sulla spianatoia.
- 2 Rompere le uova al centro della fontana e aggiungere l'acqua, l'olio e il sale.
- 3 Sbattere gli ingredienti al centro della fontana e incorporare lentamente la farina fino a ottenere un impasto lavorabile con il palmo delle mani.
- 4 Continuare a impastare per almeno 10 min infarinando via via la spianatoia e staccando con il tarocco la pasta che vi rimane attaccata. Di tanto in tanto, allungare la pasta e ripiegarla su se stessa. Per ottenere un composto ben amalgamato e di buona consistenza, la lavorazione deve essere energica.
- 5 Quando la pasta presenta una superficie liscia e lucida, ricavarne una palla e lasciarla riposare per almeno 15 min al riparo dall'aria (per esempio, coperta da un recipiente di vetro) prima di utilizzarla.
- 6 Spianare la pasta con la sfogliatrice, quindi tagliarla in strisce servendosi del trinciante o dell'apposita tagliarina.

Per la salsa ai funghi

- 1 Ammollare i funghi secchi in abbondante acqua calda.
- 2 Tagliare a fette i funghi freschi e tritare quelli secchi.
- 3 Tritare i pomodori, la nepitella e il prezzemolo.
- 4 Tritare l'aglio e rosolarlo nell'olio fino a imbiondirlo in un *rondeau* capace.
- 5 Unire i funghi freschi e quelli secchi e rosolarli bene, dopodiché aggiungere i pomodori e la nepitella.
- 6 Bagnare con l'acqua di ammollo dei funghi secchi filtrata e condire con il sale e il pepe.
- 7 Sobbollire per 20-30 min e, al termine della cottura, verificare il sapore.
- 8 Cuocere le tagliatelle in abbondante acqua salata, scolarle, versarle nella sauteuse assieme alla salsa e saltare il tutto a fuoco vivace per insaporire.

Per completare

- 1 Versare le tagliatelle ben condite in un piatto da portata e servirle subito, calde, spolverate di prezzemolo tritato grossolanamente. Condire con un filo di olio.

Varianti

Utilizzare solo funghi porcini secchi.
Ricavare metà delle tagliatelle da pasta all'uovo verde, in modo da ottenere il cosiddetto effetto "paglia e fieno".

Primi piatti

Ricetta 36 Tortellini in brodo

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 285 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 180 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Bacinelle
- Bowl di vetro
- Pentola
- Sac-à-poche
- Sfogliatrice
- Spianatoia di legno
- Stamina
- Tarocco
- Tritacarne

Ingredienti

Per la pasta all'uovo

- 250 g di farina 00
- 100 g di uova (n. 2)
- 1 cucchiaino di olio extravergine d'oliva
- 0,5 dl di acqua
- Sale fino

Per i tortellini

- 50 g di petti di pollo o di fesa di tacchino cotti
- 75 g di polpa di manzo cotta
- 75 g di polpa di maiale cotta
- 50 g di mortadella
- 50 g di prosciutto crudo
- 1 uovo
- 75 g di parmigiano grattugiato
- Sale
- Pepe
- Noce moscata

Per il brodo (dosi per 5 l di preparazione)

- 5 l di acqua
- 1 kg di pollo e scarti di carne
- 100 g di cipolle
- 50 g di carote
- 50 g di sedano
- 1 pomodoro maturo
- Gambi di prezzemolo
- Sale grosso
- Dado q.b.

Procedimento

Per la pasta all'uovo

- 1 Disporre la farina a fontana sulla spianatoia.
- 2 Rompere le uova al centro della fontana e aggiungere l'acqua, l'olio e il sale.
- 3 Sbattere gli ingredienti al centro della fontana e incorporare lentamente la farina fino a ottenere un impasto lavorabile con il palmo delle mani.
- 4 Continuare a impastare per almeno 10 min infarinando via via la spianatoia e staccando con il tarocco la pasta che vi rimane attaccata. Di tanto in tanto, allungare la pasta e ripiegarla su se stessa. Per ottenere un composto ben amalgamato e di buona consistenza, la lavorazione deve essere energica.
- 5 Quando la pasta presenta una superficie liscia e lucida, ricavarne una palla e lasciarla riposare per almeno 15 min al riparo dall'aria (per esempio, coperta da un recipiente di vetro) prima di utilizzarla.
- 6 Spianare la pasta con la sfogliatrice e ricavarne dei quadrati.

Per i tortellini

- 1 Passare le carni e i salumi al tritacarne, unire il resto degli ingredienti e amalgamare bene.
- 2 Porre al centro dei quadrati di pasta il ripieno servendosi del sac-à-poche.
- 3 Ripiegare su se stessi i quadrati di pasta ricavandone dei triangoli e sigillare bene i due lati aperti.
- 4 Unire due delle estremità dei triangoli.
- 5 Cuocere i tortellini così ottenuti nel brodo bollente e servirli ben caldi.

Per il brodo

- 1 Mettere in pentola tutti gli ingredienti dopo aver sbianchito gli scarti di carne.
- 2 Cuocere il tutto per 2-3 h a fuoco basso, avendo cura che il brodo mantenga un bollore moderato evitando di intorbidirsi.
- 3 Schiumare di tanto in tanto le impurità che affiorano in superficie.
- 4 Filtrare il brodo attraverso una stamina bagnata e sgrassarlo accuratamente.

Primi piatti

Ricetta 37 Tortellini verdi ai porri e patate

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 608 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 90 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Bacinelle
- Bowl di vetro
- Casseruola
- Colapasta
- Colini
- Pentola
- Sac-à-poche
- Sauteuse
- Sfogliatrice
- Spianatoia di legno
- Tagliapasta
- Tarocco
- Tritacarne

Ingredienti

Per la pasta all'uovo verde

- 500 g di farina 00
- 200 g di uova (n. 4)
- 50 g di purea di spinaci
- 1 cucchiaino di olio extravergine d'oliva
- Sale fino

Per i tortellini

- 350 g di ricotta
- 350 g di patate bollite
- 1 uovo
- 1 tuorlo
- 100 g di parmigiano grattugiato
- Sale
- Pepe
- Noce moscata

Per la salsa

- 300 g di porri
- 75 g di burro
- 1,5 dl di olio extravergine d'oliva
- 200 g di pomodori maturi
- 15 cl di panna
- Sale
- Pepe

Per completare

- Prezzemolo
- Basilico
- Olio extravergine d'oliva
- Parmigiano grattugiato

Procedimento

Per la pasta all'uovo verde

- 1 Disporre la farina a fontana sulla spianatoia.
- 2 Rompere le uova al centro della fontana e aggiungere la purea di spinaci, l'olio e il sale.
- 3 Sbattere gli ingredienti al centro della fontana e incorporare lentamente la farina fino a ottenere un impasto lavorabile con il palmo delle mani.
- 4 Continuare a impastare per almeno 10 min infarinando via via la spianatoia e staccando con il tarocco la pasta che vi rimane attaccata. Di tanto in tanto, allungare la pasta e ripiegarla su se stessa. Per ottenere un composto ben amalgamato e di buona consistenza, la lavorazione deve essere energica.
- 5 Quando la pasta presenta una superficie liscia e lucida, ricavarne una palla e lasciarla riposare per almeno 15 min al riparo dall'aria (per esempio, coperta da un recipiente di vetro) prima di utilizzarla.
- 6 Spianare la pasta con la sfogliatrice e ricavarne dei dischi.

Per i tortellini

- 1 Passare la ricotta al setaccio assieme alle patate e condire con il parmigiano, l'uovo, il tuorlo, il sale, il pepe e la noce moscata.
- 2 Farcire i dischi con una pallina di ripieno e chiuderli a mezzaluna sigillando il lato aperto.
- 3 Unire le due estremità della mezzaluna per formare i tortellini.
- 4 Mettere sul fuoco l'acqua (da salare al raggiungimento del bollore) che servirà per cuocere i tortellini e, intanto, preparare la salsa.
- 5 Cuocere i tortellini leggermente al dente, scolarli, versarli nella sauteuse e saltarli assieme alla salsa a fuoco vivace per insaporirli.

Per la salsa

- 1 Pulire i porri eliminandone le foglie esterne più dure, spuntarli, aprirli a metà nel senso della lunghezza e tagliarli in fine *julienne*.
- 2 Mettere i porri in una casseruola bassa assieme a 1 dl di olio. Una volta che saranno brasati, unire i pomodori tagliati a cubetti, condire e continuare a cuocere a fuoco lento per 10 min.
- 3 Fondere il burro e bollire la panna nella sauteuse.

Per completare

- 1 Versare i tortellini ben conditi in un piatto da portata e servirli subito, caldi, spolverati di prezzemolo e basilico tritati, conditi con il rimanente olio e accompagnati da parmigiano a parte.

Primi piatti

Ricetta 38 Vellutata ai carciofi

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 300 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 150 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruola a un manico
- Colini
- Coltellino
- Coltello a sega
- Frusta
- Mestoli
- Passaverdure
- Pelapatate
- Pentole
- Stamina
- Tagliere
- Teglia
- Trinciante
- Zuppiera

Ingredienti

Per la vellutata

- 1 kg di carciofi freschi
- 100 g di cipolla
- 2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- 100 g di patate
- 2,5 l di brodo
- 100 g di burro
- 100 g di farina
- 1 dl di panna
- 100 g di tuorli (n. 5)
- 1 limone
- Sale fino

Per il brodo (dosi per 5 l di preparazione)

- 5 l di acqua
- 1 kg di ossi e scarti di carne
- 100 g di cipolle
- 50 g di carote
- 50 g di sedano
- 1 pomodoro maturo
- Gambi di prezzemolo
- Sale grosso
- Dado q.b.

Per la guarnizione

- 100 g di pan carré

Procedimento

Per la vellutata

- 1 Pulire i carciofi, tagliarli sottilmente e immergerli in acqua fredda acidulata con limone.
- 2 Tagliare la cipolla in *julienne* e rosolarla nell'olio.
- 3 Unire i carciofi scolati e le patate tagliate a fette sottili e lasciar rosolare.
- 4 Salare, bagnare con il brodo e cuocere a fuoco lento per 2 h ca.
- 5 Passare il tutto al passaverdure fine, quindi portare nuovamente sul fuoco il composto e incorporarvi il roux ottenuto con il burro fuso e la farina.
- 6 Cuocere per altri 20 min, quindi passare al colino cinese.
- 7 Completare la pietanza con l'aggiunta dei tuorli frustati con la panna, verificarne il sapore e, eventualmente, aggiustarlo.

Per il brodo

- 1 Sbianchire gli ossi e le carni in acqua bollente per eliminarne le impurità.
- 2 Mettere in pentola tutti gli ingredienti, compresi gli ossi e le carni sbianchiti e, successivamente, sciacquati in acqua corrente.
- 3 Cuocere il tutto per 2-3 h a fuoco basso, avendo cura che il brodo mantenga un bollore moderato evitando di intorbidirsi.
- 4 Schiumare di tanto in tanto le impurità che affiorano in superficie.
- 5 Filtrare il brodo attraverso una stamina bagnata e sgrassarlo accuratamente.

Per la guarnizione

- 1 Togliere la crosta al pan carré e, con il coltello a sega, tagliarlo a quadretti da tostare in forno.
- 2 Riempire con la vellutata bollente la zuppiera e servire con i crostini a parte.

Note

Per l'aspetto vellutato conferitole dall'aggiunta finale di tuorli e panna, la vellutata risulta una preparazione più raffinata rispetto alla crema.

Ricetta 39 Vermicelli con alici e finocchietto selvatico

QUANTITÀ: 6 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 381 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 30 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinelle
- Colapasta
- Coltello a sega
- Mestolo
- Padella
- Pentole
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

- 480 g di vermicelli
- 180 g di alici fresche diliscate
- 480 g di pomodori San Marzano pelati privati dei semi
- 2 spicchi di aglio tritati
- 1 dl di olio extravergine d'oliva
- 60 g di pecorino grattugiato
- Finocchietto selvatico fresco
- 3 fette di pan carré
- Fumetto
- Prezzemolo tritato

Procedimento

- 1 Rosolare l'aglio tritato in una padella con l'olio extravergine d'oliva, sminuzzare i pomodori con il coltello a sega e versarli nel soffritto.
- 2 Aggiungere le alici sminuzzate, il finocchietto selvatico e salare. Lasciar restringere a fuoco basso allungando il composto con fumetto o acqua.
- 3 Nel frattempo, sbriciolare con le mani il pan carré unendovi il prezzemolo tritato e il pecorino.
- 4 Cuocere i vermicelli in abbondante acqua salata, scolarli, adagiarli nella padella con la salsa e mantecare il tutto con il composto di pan carré, prezzemolo e pecorino. Servire subito.

Note

Le alici, prodotto ittico caratteristico della regione, sono molto usate nella cucina calabrese (famoso quello sotto sale o sottolio).

Ricetta 40 Zuppa di cardone

QUANTITÀ: 6 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 420 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 80 min (+ 5-6 h)

DIFFICOLTÀ: ③

Attrezzature

- Bacinelle
- Bastardella
- Colabrodo
- Pelapatate
- Pentola
- Stamina
- Tagliere
- Trinciante
- Tritacarne

Ingredienti

Per la zuppa

- 2 l di brodo di cappone
- 2 kg di cardone da mondare
- 300 g di carne di vitello
- 3 uova
- 100 g di parmigiano grattugiato
- 50 g di pinoli
- 50 g di uva sultanina
- 2 limoni
- 400 g di pane raffermo
- Farina
- Prezzemolo
- Sale
- Pepe

Per il brodo (dosi per 5 l di preparazione)

- 5 l di acqua
- 1 kg di cappone
- 100 g di cipolle
- 50 g di carote
- 50 g di sedano
- 2 pomodori maturi
- 30 g di sale grosso

Procedimento

Per la zuppa

- 1 Privare il cardone dei filamenti e della peluria superficiale delle coste, quindi tagliarlo a cubetti da immergere per 5-6 h in acqua acidulata con limone nella quale siano stati sciolti due cucchiaini di farina.
- 2 Realizzare delle polpettine amalgamando la carne di vitello passata al tritacarne, un uovo, il parmigiano, il prezzemolo, il sale, il pepe e formando quindi con il composto delle piccole sfere da cuocere in poco brodo di cappone per 30 min.
- 3 Versare nella pentola del brodo il cardone, le polpettine, i pinoli, l'uva sultanina e la carne del cappone (solitamente i petti) tagliata a pezzetti. Quindi bollire il tutto per ca 30 min aggiustando di sale.
- 4 Aggiungere due uova sbattute e del formaggio a mo' di stracciatella. Amalgamare e, quindi, servire la zuppa ben calda accompagnando con crostini di pane tagliati a cubetti.

Per il brodo

- 1 Preparare due litri di brodo di cappone secondo la ricetta tradizionale, quindi filtrarlo e sgrassarlo.

Note

Il cardone è una verdura molto usata in inverno e, infatti, questa zuppa è inserita spesso nei menu natalizi.

Primi piatti

Ricetta 41 Zuppa di farro e funghi

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 238 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 180 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruola
- Colino
- Coltellino
- Coltello a sega
- Cutter
- Mestoli
- Pelapatate
- Pentola
- Stamina
- Tagliere
- Trinciante
- Zuppiera

Ingredienti

Per la zuppa

- 1 l di brodo
- 400 g di patate
- 100 g di cipolla
- 20 g di funghi porcini secchi
- 400 g di funghi porcini freschi
- 100 g di farro
- 200 g di pane toscano raffermo
- Olio extravergine d'oliva
- Sale fino
- Pepe nero
- Nepitella
- Prezzemolo
- 1 spicchio di aglio
- 1 costa di sedano
- Rosmarino
- 1 carota

Per il brodo (dosi per 5 l di preparazione)

- 5 l di acqua
- 1 kg di ossi e scarti di carne
- 100 g di cipolle
- 50 g di carote
- 50 g di sedano
- 1 pomodoro maturo
- Gambi di prezzemolo
- Sale grosso
- Dado q.b.

Procedimento

Per la zuppa

- 1 Mettere in una pentola 1/2 cipolla, il sedano, la carota e il brodo, quindi portare il tutto a ebollizione e cuocervi il farro.
- 2 Rinvenire in acqua i funghi secchi, pelare e tagliare le patate a fette sottili, tritare l'aglio, affettare i funghi freschi e tagliare la cipolla in *julienne*.
- 3 Mettere l'olio e la rimanente cipolla affettata in una casseruola, rosolare, unire le patate, i funghi secchi rinvenuti in acqua, un po' di nepitella e l'aglio tritati, quindi bagnare con il brodo.
- 4 A cottura ultimata, passare il tutto al *cutter* fino a ottenere una crema abbastanza densa. Bollire la crema, aggiungervi il farro cotto e scolato e cuocere per 5 min.
- 5 Aggiungere i funghi freschi e cuocere per 15 min.
- 6 Saltare nella padella il pane toscano tagliato a cubetti con olio, aglio e rosmarino e condire con pepe.
- 7 Servire la zuppa ben calda accompagnando con i crostini.

Per il brodo

- 1 Sbianchire gli ossi e le carni in acqua bollente per eliminarne le impurità.
- 2 Mettere in pentola tutti gli ingredienti, compresi gli ossi e le carni sbianchiti e, successivamente, sciacquati in acqua corrente.
- 3 Cuocere il tutto per 2-3 h a fuoco basso, avendo cura che il brodo mantenga un bollore moderato evitando di intorbidirsi.
- 4 Schiumare di tanto in tanto le impurità che affiorano in superficie.
- 5 Filtrare il brodo attraverso una stamina bagnata e sgrassarlo accuratamente.

Primi piatti

Ricetta 42 Zuppa di pane

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 444 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 120 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinelle
- *Chinois*
- Coltellino
- Mestoli
- Passaverdure
- Pelapatate
- Pentole
- Tagliere
- Trinciante
- Zuppiera

Ingredienti

- 300 g di cavolo verza
- 2 foglie di cavolo nero
- 200 g di fagioli borlotti
- 2 dl di olio extravergine d'oliva
- 100 g di pancetta di maiale
- 2 cipolle
- 2 carote
- 2 zucchini
- 2 coste di sedano
- 2 patate
- 1 cucchiaino di concentrato di pomodoro
- 4 spicchi di aglio
- Salvia
- Prezzemolo
- Timo
- Sale
- Pepe nero
- 10 fette di pane toscano posato leggermente abbrustolito

Procedimento

- 1 Ammollare i fagioli nell'acqua per una notte; il giorno successivo, lessarli in abbondante acqua con qualche foglia di salvia, due spicchi di aglio e 2 cucchiaini di olio.
- 2 In una pentola capace, preparare il soffritto con l'olio, la cipolla tritata e la pancetta tagliata in minuscoli cubetti; soffriggere per 10 min ca, quindi aggiungere le verdure pulite, lavate e tagliate in piccoli pezzi.
- 3 Mescolare e cuocere a fuoco dolce, quindi passare i fagioli al passaverdure e unirli, assieme al loro brodo di cottura, alle altre verdure.
- 4 Alzare la fiamma finché il composto non raggiunge il bollore, quindi abbassarla di nuovo e lasciar sobbollire a fuoco dolce per 50 min ca.
- 5 Preparare un soffritto con un battuto di cipolla, aglio, salvia, rosmarino, prezzemolo e timo.
- 6 Quando il soffritto avrà preso colore, toglierlo dal fuoco e fermarne la cottura unendovi il concentrato di pomodoro; filtrare il tutto allo *chinois* e unirlo alla zuppa.
- 7 Aggiustare di sale e continuare la cottura per 1/2 h ca.
- 8 Disporre uno strato di fette di pane in una zuppiera e versarvi un po' di zuppa, quindi sistemarvi sopra un altro strato di pane e versarvi altra zuppa; continuare così fino all'esaurimento degli ingredienti, in modo da ottenere alcuni strati sovrapposti di pane bagnati di zuppa.
- 9 Servire la zuppa tiepida con una croce di olio di frantoio e una macinata di pepe nero.

Varianti

Piatto toscano presente in tutta la regione con alcune varianti: fiorentina (classica), lucchese (con abbondante soffritto), aretina (con aggiunta di zucca gialla e borragine), pistoiese (con cavolo nero).

Note

Zuppa classica del periodo invernale, esalta la fragranza dell'olio nuovo. Può essere proposta anche in altri periodi dell'anno utilizzando verdure di stagione; in estate, è servita tiepida.

Ricetta 43 Zuppa frantoiana

QUANTITÀ: 6 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 867 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 120 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinelle
- *Chinois*
- Cottellino
- Mestoli
- Pelapatate
- Pentole
- Tagliere
- Trinciante
- Zuppiera

Ingredienti

- 1 cipolla rossa di grosse dimensioni
- 4 spicchi di aglio
- 1 mazzetto di salvia
- 1 rametto di rosmarino
- 400 g di fagioli lessati
- 200 g di ceci
- 400 g di patate
- 400 g di bietole
- 3 dl di olio extravergine d'oliva
- 6 fette di pane toscano
- Sale fino
- Pepe nero
- 1,5 l di brodo di verdura

Procedimento

- 1 Tritare finemente la cipolla, l'aglio, la salvia e il rosmarino e rosolare il tutto in una casseruola con 2 dl di olio. Salare e pepare, quindi portare a cottura a fuoco vivace affinché il sapore risulti più deciso.
- 2 Lavare e tagliare a pezzetti le bietole, sbucciare e tagliare a cubetti le patate e aggiungere gli ortaggi al fondo che sta rosolando.
- 3 Lasciar insaporire il tutto per 10 min, quindi bagnare con il brodo di verdura.
- 4 Aggiungere i legumi lessati e cuocere a fuoco basso per 1/2 h ca.
- 5 Servire la zuppa così ottenuta su fette di pane toscano tostate e, secondo i gusti, agliate. Condire in superficie con olio extravergine d'oliva e pepe nero.

Varianti

Possono essere aggiunte cipolline fresche di stagione tagliate a fettine.

Note

Preparazione originariamente tipica del periodo della spremitura delle olive, ancora oggi, ove possibile, si è soliti cucinarla per condirla con l'olio appena uscito dal frantoio, dal sapore aspro e piccante.

Ricetta 44 Agnello arrosto

QUANTITÀ: 6 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 400 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinelle
- Coltello
- Pelapatate
- Rosticcera
- Tagliere

Ingredienti

- 1 coscia o 1 spalla di agnello
- 3 rametti di rosmarino
- 3 spicchi di aglio
- Olio extravergine d'oliva aromatizzato al rosmarino
- Sale
- Pepe appena macinato
- 1 kg di patate

Procedimento

- 1 Incidere in più punti la porzione di agnello e inserirvi gli spicchi di aglio tritati e i rametti di rosmarino.
- 2 Strofinare con l'olio aromatizzato la superficie della carne.
- 3 Aggiungere il sale, il pepe e arrostito normalmente.
- 4 A metà cottura, aggiungere le patate tagliate in pezzi in modo che assorbano il sugo della carne aromatizzata che cola.

Note

L'allevamento dell'agnello, in Sardegna, è un'attività antica. La pastorizia ha costituito sempre una grande risorsa per l'economia dell'isola, tanto da farle guadagnare l'appellativo – che sopravvive tutt'oggi – di "isola di pastori".

Secondi piatti

Ricetta 45 Anatra all'arancia

QUANTITÀ: 6 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 716 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Bacinella
- Casseruola
- Pentolino
- Spelucchino
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

Per l'anatra

- 1 anatra
- 5 grosse arance
- 1 limone
- 2 dl di fondo bruno di vitello legato
- 2 zollette di zucchero
- Alcune gocce di aceto
- 60 g di burro
- 2 cl di vino bianco
- 2 cl di Grand Marnier

Per il fondo bruno di vitello legato

- 5 kg di ossi spezzati
- Parature di vitello
- 1 kg di garretto di vitello
- 1/2 kg di sedano
- Carote e cipolle in parti uguali
- 1 mazzetto aromatico
- Qualche spicchio di aglio
- 200 g di pomodori maturi
- 50 g di concentrato di pomodoro
- 5 l di brodo o fondo bianco o acqua
- 200 g di burro
- 200 g di farina

Procedimento

Per l'anatra

- 1 Fiammeggiare e lavare bene l'anatra, salarla, inserirvi all'interno 2 arance, imbrigliarla e rosolarla in una casseruola con poco burro.
- 2 Quando risulterà dorata uniformemente, bagnare l'anatra con il vino bianco e metterla a cuocere coperta in forno per 45 min ca.
- 3 Intanto, pelare le rimanenti arance e il limone, tagliarli a metà e conservarne il succo; tagliare le bucce in *julienne* e sbianchirle in acqua corrente.
- 4 A cottura ultimata, togliere l'anatra dalla casseruola e mantenerla in caldo a parte.
- 5 Nel frattempo, versare in una padella lo zucchero con qualche goccia d'aceto e cuocerlo fino al raggiungimento di una colorazione bionda; quindi, unire il succo degli agrumi, versare il composto ottenuto nella casseruola in cui è stata cotta l'anatra e flambare con il Grand Marnier.
- 6 Aggiungere il fondo bruno legato e completare la salsa unendo la *julienne* ottenuta dalle bucce delle arance e del limone.
- 7 Trinciare l'anatra, disporre i pezzi su un vassoio o un piatto di portata e velare con la salsa.
- 8 Decorare con fette di arancia tagliate molto sottili avendo cura di servire della salsa a parte.

Per il fondo bruno di vitello legato

- 1 Sbianchire le parature e gli ossi, raffreddarli sotto acqua corrente e passarli in forno molto caldo fino alla completa colorazione.
- 2 Togliere gli ossi dal forno e passarli in una pentola da brodo, aggiungere tutti gli aromi e rosolare il tutto fino al raggiungimento di un bel colore bruno.
- 3 Aggiungere i pomodori, il concentrato, il brodo o l'acqua e portare a ebollizione avendo cura di sgrassare di tanto in tanto. A fine cottura, filtrare il tutto.
- 4 Preparare un roux bruno in un pentolino e unirlo al fondo di vitello mescolando con una frusta. Cuocere fino al raggiungimento della consistenza desiderata.

Secondi piatti

Ricetta 46 Arista in crosta di pane

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 750 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 120 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Bacinelle
- Boucher
- Chinois
- Coltellino
- Coltello a sega
- Forchettone
- Matterello
- Mestolo
- Pelapatate
- Pennello
- Pentole
- Planetaria accessoriata con gancio
- Rotella tagliapasta
- Spago
- Stamina
- Tagliere
- Teglie
- Trinciante

Ingredienti

Per l'arista

- 1,5 kg di lombo di suino disossato
- 50 g di aglio
- 1 rametto di salvia
- 1 rametto di rosmarino
- 1 dl di olio extravergine d'oliva
- 200 g di carote
- Sedano e cipolle
- 50 g di farina
- 1 l di brodo

Per la crosta

- 1 kg di farina di forza
- 25 g di lievito di birra
- 1 presa di sale
- 1/2 l di acqua
- 2 cl di olio extravergine d'oliva
- 50 g di uova (n. 1)

Per il brodo (dosi per 5 l di preparazione)

- 5 l di acqua
- 1 kg di ossi e scarti di carne
- 100 g di cipolle
- 50 g di carote
- 50 g di sedano
- 1 pomodoro maturo
- Gambi di prezzemolo
- Sale grosso
- Dado q.b.

Procedimento

Per l'arista

- 1 Incidere in più punti la carne e condirla con tutti gli aromi; quindi cospargerne la superficie con sale e pepe e legare con spago.
- 2 Appoggiare la carne su una griglia e metterla in forno collocandovi sotto una teglia contenente le verdure tagliate grossolanamente e le parature della carne stessa.
- 3 Condire la carne con olio e cuocere alla temperatura di 180 °C per 45 min.
- 4 A cottura ultimata, togliere dal forno l'arrosto, slegarlo e lasciarlo intiepidire, quindi avvolgere l'arista nella pasta spianata. Decorare con strisce di pasta, spennellare con uovo sbattuto e cuocere alla temperatura di 180 °C in una teglia da pizza per altri 45 min ca.
- 5 Nel frattempo, mettere sul fornello la teglia contenente il fondo di cottura dell'arista, spolverare con farina, sciogliere bene e bagnare con il brodo. Sobbollire per 10 min e filtrare il tutto allo chinois.
- 6 Servire la carne tagliata a fette con il coltello a sega e accompagnata dalla salsa di cottura.

Per la crosta

- 1 Sciogliere il lievito di birra in 1/2 l di acqua tiepida, unire l'olio, il sale e la farina. Impastare il tutto nella planetaria finché la massa non risulta omogenea e lucida, quindi lasciar lievitare l'impasto coperto in luogo tiepido.
- 2 A lievitazione ultimata, spianare la pasta.

Per il brodo

- 1 Sbianchire gli ossi e le carni in acqua bollente per eliminarne le impurità.
- 2 Mettere in pentola tutti gli ingredienti, compresi gli ossi e le carni sbianchiti e, successivamente, sciacquati in acqua corrente.
- 3 Cuocere il tutto per 2-3 h a fuoco basso, avendo cura che il brodo mantenga un bollore moderato evitando di intorbidirsi.
- 4 Schiumare di tanto in tanto le impurità che affiorano in superficie.
- 5 Filtrare il brodo attraverso una stamina bagnata e sgrassarlo accuratamente.

Ricetta 47 *Burrida* (pesce in tocchetto)

QUANTITÀ: 6 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 350 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 90 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Casseruola
- Coltelli
- Mestolo

Ingredienti

- 1 kg di pesce a scelta
- 25 g di funghi secchi
- 3 pomodori maturi o 3 cucchiaini di concentrato di pomodoro
- 30 g di farina
- 1 acciuga salata
- 2 gambi di sedano
- 1 cipolla piccola
- 1 spicchio di aglio
- 1 carota piccola
- Prezzemolo
- Acqua
- Olio extravergine d'oliva
- Sale
- Pepe

Procedimento

- 1 Soffriggere in una casseruola con olio e sale la cipolla, l'aglio, un po' di carota, il sedano e il prezzemolo il tutto ben tritato.
- 2 Aggiungere l'acciuga salata, lavata, privata della lisca e fusa in poco olio caldo.
- 3 Unire quindi il pesce pulito e tagliato a tocchi.
- 4 Dopo 5 min di cottura, aggiungere i funghi secchi rinvenuti in acqua calda e tritati minutamente.
- 5 Unire i pomodori spezzati oppure il concentrato di pomodoro disciolto, la farina e poca acqua.
- 6 Terminare la cottura e servire in tavola.

Varianti

La ricetta può essere insaporita aggiungendo al soffritto alcuni sugherelli (soi) lessati e passati allo staccio.

Le anguille, i boldrò, i gronghi, il nocciolo, il pesce prete, i polpi, le sepie, le scorpene, le tremole sono i pesci generalmente più usati per preparare la vivanda.

Note

Questa maniera di cucinare il pesce in umido è la più diffusa presso i genovesi.

Ricetta 48 *Cazmarr* o maretto di agnello

QUANTITÀ: 4 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 460 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 90 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Coltelli per carni
- Pentole
- Pirofila

Ingredienti

- 2 coratelle di agnello
- 1 pezzo di rete di agnello
- Alcuni budelli di agnello
- 100 g di formaggio fresco
- 100 g di pecorino grattugiato
- Vino bianco
- Prezzemolo
- Aglio
- Olio extravergine di oliva
- Sale
- Peperoncino rosso

Procedimento

- 1 Lavare la coratella di agnello in acqua corrente, asciugarla con un panno e tagliarla a listarelle. Procedere quindi al lavaggio della rete di agnello in acqua tiepida, asciugarla e stenderla su un tagliere allargandola il più possibile.
- 2 Disporre sulla rete le striscioline di coratella, il peperoncino tagliuzzato e il formaggio ridotto in scaglie, salare, pepare e cospargere di prezzemolo e aglio finemente tritati.
- 3 Spolverare con un po' di pecorino grattugiato e avvolgere il composto nella rete in modo da ricavarne un lungo polpettone.
- 4 Lavare i budelli di agnello prima in acqua tiepida e, successivamente, in un po' di vino bianco, quindi avvolgerli il composto ricavandone un involtino dalla consistenza soda, il cosiddetto "cazmarr". Ungere il cazmarr con olio e metterlo in una pirofila oleata.
- 5 Portare il forno alla temperatura di 160 °C, inserirvi la pirofila e cuocere il cazmarr per 2 h ca.
- 6 Servire il maretto tagliato a fette dello spessore di 1 cm ca.

Note

Il nome "cazmarr" è originario di Matera. La carne ovina, impiegata in questa ricetta, è la più usata nella cucina della Basilicata dopo quella suina.

Secondi piatti

Ricetta 49 *Chicken pie*

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 865 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinelle
- Colapasta
- Matterello
- Padella
- Pirofile
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

Per il pollo

- 2 busti di pollo
- 300 g di carote
- 300 g di zucchini
- 3 costole di sedano
- 1 barattolo di olive nere denocciolate
- 5 uova sode
- 2 dl di olio extravergine d'oliva
- 100 g di farina
- 500 g di pasta sfoglia
- Prezzemolo
- Sale
- Pepe
- Vino bianco q.b.

Per la pasta sfoglia

- 1 kg di farina di forza
- 800 g di margarina per sfoglia o burro
- 2,5 dl ca di acqua
- 10 g di sale

Procedimento

Per il pollo

- 1 Dopo averlo lavato, spezzare il pollo in ottavi, spolverarlo di farina e saltarlo nella padella con l'olio facendolo dorare bene su tutti i lati; quindi, bagnarlo con il vino bianco e riporlo in un colapasta a sgocciolare; filtrare il liquido di cottura ottenuto e raccoglierlo in un contenitore.
- 2 Nel frattempo, lavare e tagliare le verdure a spicchi e sbollentarle in acqua per qualche minuto; quindi scolarle, raffreddarle in acqua fredda e riporle in un contenitore.
- 3 Sistemare tutti gli ingredienti in una pirofila, salarli e prepararli adeguatamente, aggiungere il liquido di cottura del pollo, le uova sode tagliate a spicchi e le olive.
- 4 Stendere la pasta sfoglia e ricoprirla con la pirofila, spennellare con l'uovo sbattuto e cuocere in forno alla temperatura di 180 °C per almeno 40 min.

Per la pasta sfoglia

- 1 Preparare un impasto con l'acqua molto fredda, la farina e il sale evitando di lavorarlo troppo a lungo.
- 2 Incidere sull'impasto ottenuto una croce e lasciarlo riposare in frigorifero per 30 min ca.
- 3 Nel frattempo, ammorbidire la margarina (o il burro) finché non abbia raggiunto la stessa consistenza dell'impasto già preparato e darle la forma di un panetto. Quindi, stendere uno strato di pasta dello spessore di 1-2 cm, disporvi al centro la sostanza grassa e coprirlo ripiegandovi sopra le parti eccedenti dell'impasto.
- 4 Battere qualche colpo di matterello, in modo che la sostanza grassa si distribuisca in maniera omogenea, quindi spianare l'impasto fino a fargli raggiungere lo spessore di 1,5 cm ca e dargli la forma di un rettangolo i cui lati maggiori misurino il triplo di quelli minori.
- 5 Piegare il rettangolo in tre parti ottenendo in questo modo il primo "giro".
- 6 Ruotare la pasta di 90 gradi e stenderla nuovamente, quindi piegarla ancora in tre parti e lasciarla riposare per 30 min in frigorifero. Stendere nuovamente la pasta e ripiegarla in tre parti.
- 7 Proseguire in questo modo fino a compiere un totale di 6 giri, lasciando sempre riposare la pasta per 30 min in frigorifero ogni due giri. A questo punto, la pasta è pronta per essere utilizzata.

Ricetta 50 Coda alla vaccinara

QUANTITÀ: 4 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 450 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 360 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Mortaio
- Pentola
- Tegame con fondo pesante

Ingredienti

- 2 kg di coda di bue sgrassata
- 3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- 50 g di lardo
- 1 cipolla piccola
- 2 spicchi di aglio
- 2-3 chiodi di garofano
- Sale
- Pepe
- 1/2 bicchiere di vino bianco secco
- 1 kg di pomodori pelati
- 1 sedano
- 1 pugno di uva sultanina
- 10 pinoli
- Cioccolato amaro

Procedimento

- 1 Lavare bene la coda e tagliarla a tocchi, quindi realizzare un impasto con il lardo e l'olio.
- 2 Soffriggere nel tegame l'impasto ottenuto e aggiungervi la coda. Quando la coda risulterà rosolata, unire la cipolla tritata, l'aglio, i chiodi di garofano, il sale e il pepe.
- 3 Dopo qualche minuto, bagnare con il vino bianco, coprire e cuocere per 15 min. Quindi, aggiungere i pelati e lasciar cuocere per 1 h.
- 4 Coprire la coda con abbondante acqua calda e cuocerla a fuoco basso per 5-6 h, finché la carne non inizia a staccarsi dall'osso.
- 5 Nel frattempo, lessare i sedani. Versare in un'altra pentola parte del sugo della coda e unirvi i sedani lessati, i pinoli e l'uva sultanina. Spolverare il tutto con il cioccolato amaro grattugiato e bollire il composto ottenuto per almeno 5 min.
- 6 Al momento di servire, versare sopra la carne la salsa di accompagnamento.

Note

La coda alla vaccinara è considerata, da sempre, il piatto tipico di una romanità greve e "caciaronna". In realtà, si tratta di una preparazione complessa, ricca e apprezzata, quando ben cucinata, anche dai palati più raffinati.

Secondi piatti

Ricetta 51 Coniglio fritto

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 318 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 15-20 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Bacinelle
- Friggitrice
- Frusta
- Mezzocolpo
- Ragno
- Scolafritto
- Tagliere
- Trinciante

Procedimento

- 1 Lavare il coniglio, asciugarlo e tagliarlo a tranci piccoli.
- 2 Sbattere le uova.
- 3 Passare i pezzi di coniglio prima nella farina e poi nell'uovo sbattuto.
- 4 Friggere il coniglio alla temperatura di 160-170 °C, in modo che anche l'interno dei pezzi risulti ben cotto.
- 5 Scolare il coniglio dall'olio, salarlo e servirlo ben caldo su un vassoio decorato con carta pizzo accompagnando con spicchi di limone.

Ingredienti

- 2 kg di coniglio
- 0,2 l di olio extravergine d'oliva
- 100 g di farina
- 1 l di olio per frittura
- 6 uova
- Sale
- Pepe
- Limone

Varianti

Marinare il coniglio per 3 h ca con olio extravergine d'oliva e limone prima di friggerlo.

Friggere il coniglio infarinandolo e passandolo in una pastella ottenuta mescolando 500 g di farina con 1/2 l di acqua gassata e aromatizzata con rosmarino tritato molto finemente.

Note

L'importante eseguire bene la cottura per evitare che i pezzi di coniglio rimangano crudi all'interno.

Secondi piatti

Ricetta 52 Coniglio in porchetta

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 357 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 120 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Batticarne
- Carta stagnola
- Casseruola
- Cutter
- Pennello
- Spago
- Stampini
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

Per il coniglio

- 700 g di coniglio disossato
- Sale
- Pepe
- Rosmarino
- 100 g di strutto
- 100 g di foglie di spinaci
- Purè di patate
- Tartufo bianco

Per la farcia

- 200 g di carne di tacchino
- 100 g di salsiccia
- 1 albume
- 60 g di panna liquida
- 1 bicchiere di vino Porto
- Sale
- Pepe
- Misto di spezie

Per lo sfornato

- 250 g di asparagi bolliti
- 25 g di burro
- 50 g di pecorino toscano
- 25 g di farina
- 4 uova
- 250 g di panna
- 2,5 dl di latte
- Sale
- Pepe

Procedimento

Per il coniglio

- 1 Stendere un foglio di carta stagnola, spennellarlo con lo strutto, versarvi il sale, il pepe e sfogliarvi il rosmarino; quindi, adagiarvi il coniglio disossato e appiattito con il batticarne.
- 2 Spalmare sul coniglio un leggero strato di farcia. Sistemarvi sopra le foglie di spinaci scottate in acqua bollente e ricoprire con un altro strato sottile di farcia.
- 3 Avvolgere il tutto nella stagnola, chiudere a caramella e fissare con alcune legature di spago.
- 4 Cuocere in forno già caldo alla temperatura di 180 °C per 20 min ca (a seconda del diametro del rotolo ottenuto).
- 5 Adagiare le fette di coniglio farcito su un piatto dal fondo cosparso con purè di patate semiliquido e presentare accompagnato dallo sfornato; completare con lamelle di tartufo bianco.

Per la farcia

- 1 Frullare assieme nel *cutter* la carne, la panna, l'albume e il vino, incorporare a mano la salsiccia, condire con le spezie e amalgamare bene il tutto.

Per lo sfornato

- 1 Saltare al burro gli asparagi e tritarli finemente. Unire il resto degli ingredienti e amalgamare bene.
- 2 Versare il composto in piccoli stampi imburrati e passati nel semolino, quindi cuocere a bagnomaria alla temperatura di 180 °C per almeno 40-50 min.

Note

Il nome della preparazione non deriva dal fatto che il coniglio viene disossato e farcito come il maiale quando se ne ricava la porchetta, ma dall'uso degli stessi aromi utilizzati per realizzare la porchetta e che, insieme alla pancetta di maiale, possono essere uniti anche al coniglio spezzato e fatto arrosto; il risultato è lo stesso, ma la presentazione risulta di minor effetto.

La ricetta qui presentata prevede una modifica dell'originale allo scopo di migliorarne la riuscita: aggiungere alla farcia un po' di carne di tacchino, più pastosa, consente di ottenere un ripieno legato che non si sbriciola al taglio.

Secondi piatti

Ricetta 53 Costoletta alla milanese

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 570 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 30 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinelle
- Batticarne
- Carta gialla
- Coltellino
- Forchettone
- Frusta
- Padella di ferro
- Ragno
- Tagliere
- Trinciante
- Vassoio

Ingredienti

- 10 costolette di vitello del peso medio di 250 g l'una
- 200 g di farina
- 6 uova
- 200 g di pangrattato
- 2 l di olio di semi d'arachide
- Sale
- 2 limoni

Procedimento

- 1 Pareggiare la carne pulendo l'osso con il coltellino e batterla con il batticarne. Quindi, preparare tre bacinelle una delle quali contenente la farina, un'altra le uova sbattute e l'ultima il pangrattato.
- 2 Passare la carne una volta nella farina, una nell'uovo e, da ultimo, due volte nel pangrattato.
- 3 Battere la carne e incidervi con la costola del coltello un motivo a griglia.
- 4 Riscaldare l'olio in una padella, immergervi la carne e friggerla 5 min ca per lato.
- 5 Togliere la carne e appoggiarla su un foglio di carta gialla.
- 6 Salare e servire accompagnando con fette di limone.

Note

Si può procedere anche usando fette di carne di vitello private dell'osso; in questo caso, parleremo di "cotoletta" e non di "costoletta".

Secondi piatti

Ricetta 54 Costoletta di suino al pecorino di fossa

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 680 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 30 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinella
- Batticarne
- Forchettone
- Padella antiaderente
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

- 10 costolette di suino del peso medio di 220 g l'una
- 100 g di pecorino di fossa
- 1 dl di olio extravergine d'oliva
- 10 foglie di salvia
- 2 spicchi di aglio schiacciati
- Sale fino
- Pepe nero

Procedimento

- 1 Tagliare a metà le costolette in senso orizzontale lasciandole unite dalla parte dell'osso.
- 2 Inserire del pecorino di fossa tritato nella sacca creatasi in ogni costoletta in seguito al taglio e far aderire i lembi battendoli leggermente con il batticarne.
- 3 Scaldare una padella antiaderente, adagiarvi la carne, salare, pepare e rosolare bene su entrambi i lati.
- 4 Unire l'olio, l'aglio, le foglie di salvia e cuocere per qualche minuto ancora. Servire accompagnando con l'intingolo di cottura.

Secondi piatti

Ricetta 55 Filetti di suino con origano e capperi

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 300 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Padella
- Passaverdure
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

Per i filetti

- 30 medaglioni di filetto di maiale del peso medio di 40 g l'uno
- 1 kg di salsa di pomodoro
- 150 g di capperi
- 1 dl di olio extravergine d'oliva
- 150 g di burro
- Origano
- Sale
- Pepe

Per la salsa di pomodoro

- 1 kg di pomodori pelati
- 100 g di cipolla
- 2 spicchi di aglio
- Basilico
- Sale
- Pepe

Procedimento

Per i filetti

- 1 Rosolare i medaglioni in padella con olio e burro, quindi condirli con sale e pepe.
- 2 Scaldare l'olio, unire i capperi, lasciar insaporire per 1 min e aggiungere la salsa di pomodoro; aggiustare il sapore con l'origano.
- 3 Servire tre medaglioni di filetto per ciascuna porzione coprendoli con la salsa di cottura.

Per la salsa di pomodoro

- 1 Tagliare la cipolla in *julienne* e lasciarla rosolare in una pentola con l'olio per qualche minuto.
- 2 Unire l'aglio e, dopo qualche istante, i pelati, il basilico, il sale e il pepe.
- 3 Cuocere per 30 min ca, quindi passare la salsa al *cutter*.

Secondi piatti

Ricetta 56 Filetto al pepe verde

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 600 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinella
- *Chinois*
- Forchettone
- Frusta
- Mestolo
- Padella di ferro
- Pentola
- Spatola
- Teglia
- Vassoio

Ingredienti

Per i filetti

- 10 filetti del peso medio di 200 g l'uno
- 100 g di farina 00
- 50 g di senape
- 1 dl di cognac
- 50 g di pepe verde in salamoia
- 100 g di burro
- 1 l di panna
- 1 dl di fondo bruno di vitello legato
- 10 fette di pan carré
- 1 dl di olio extravergine d'oliva
- Sale fino
- Pepe nero

Per il fondo bruno di vitello legato

- 5 kg di ossi spezzati
- Parature di vitello
- 1 kg di garretto di vitello
- 1/2 kg di sedano
- Carote e cipolle in parti uguali
- 1 mazzetto aromatico
- Qualche spicchio di aglio
- 200 g di pomodori maturi
- 50 g di concentrato di pomodoro
- 5 l di brodo o fondo bianco o acqua
- 200 g di burro
- 200 g di farina

Procedimento

Per i filetti

- 1 Inserire al centro di un lato di ogni filetto il pepe verde, spalmare leggermente con la senape e infarinare.
- 2 Rosolare i filetti su entrambi i lati con olio caldo nella padella di ferro salando e pepando.
- 3 Scolare il grasso, bagnare con il cognac e fiammeggiare.
- 4 Unire il burro, la senape e il pepe verde rimanenti, la panna e il fondo bruno di vitello legato.
- 5 Bollire il filetto girandolo di tanto in tantofino a portarlo alla cottura desiderata.
- 6 Aggiustare il sapore e servire la carne adagiata su un crostone di pan carré tostato e cosparso con la salsa di cottura.

Per il fondo bruno di vitello legato

- 1 Sbianchire le parature e gli ossi, raffreddarli sotto acqua corrente e passarli in forno molto caldo fino alla completa colorazione.
- 2 Togliere gli ossi dal forno e passarli in una pentola da brodo, aggiungere tutti gli aromi e rosolare il tutto fino al raggiungimento di un bel colore bruno.
- 3 Aggiungere i pomodori, il concentrato, il brodo o l'acqua e portare a ebollizione avendo cura di sgrassare di tanto in tanto. A fine cottura, filtrare il tutto.
- 4 Preparare un roux bruno in un pentolino e unirlo al fondo di vitello mescolando con una frusta. Cuocere fino al raggiungimento della consistenza desiderata.

Ricetta 57 *Garagò* alla marottese

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 400 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 120 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Casseruola
- Passaverdure
- Tagliere
- Tenaglie

Ingredienti

- 5 kg di *garagò*
- 300 g di pomodori pelati
- 5 dl di vino bianco secco
- Concentrato di pomodoro
- 5 spicchi di aglio
- 1 rametto di finocchio selvatico
- 1 rametto di rosmarino
- 1 mazzetto di prezzemolo
- Peperoncino
- Sale
- Pepe
- Olio extravergine d'oliva

Procedimento

- 1 Lasciar spurgare i *garagò* per un giorno in un recipiente senza acqua, quindi tagliarne le estremità con le tenaglie e lavarli in acqua.
- 2 Preparare un trito di aglio, prezzemolo, rosmarino, peperoncino e soffriggerlo in una casseruola con olio unendovi il finocchio selvatico tagliato a pezzi.
- 3 Unire i *garagò*, salare, pepare e bagnare con il vino bianco.
- 4 Quando il vino bianco sarà evaporato, aggiungere i pomodori pelati passati e 2 cucchiaini di concentrato di pomodoro diluito in un po' di acqua.
- 5 Cuocere lentamente per 1 ora e mezza. Servire caldo.

Note

Il *garagò* (*Chenopus pes pelicani*, "pie' di pellicano") è un mollusco gasteropode reperibile in primavera e in estate. Nel pesarese, i *garagò* sono acquistati già "sboccati", cioè privati delle estremità. La ricetta proposta è originaria di Marotta, località nota per l'annuale sagra dei *garagò* organizzata dai marinai.

Secondi piatti

Ricetta 58 *Gulasch* di manzo

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 550 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 90 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Boucher
- Casseruola
- Coperchio
- Coltello per macelleria
- Mestolo di legno
- Stamina
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

Per il *gulasch*

- 2 kg di carne di bovino adulto
- 1 kg di cipolle bianche
- 100 g di strutto
- 30 g di farina
- 30 g di paprica dolce
- 1 mazzetto aromatico (rosmarino e timo)
- 3 spicchi di aglio
- 200 g di polpa di pomodoro
- 0,3 l di brodo
- Sale

Per il brodo (dosi per 5 l di preparazione)

- 5 l di acqua
- 1 kg di ossi e scarti di carne
- 100 g di cipolle
- 50 g di carote
- 50 g di sedano
- 1 pomodoro maturo
- Gambi di prezzemolo
- Sale grosso
- Dado q.b.

Procedimento

Per il *gulasch*

- 1 Sgrassare e tagliare la carne in grossi dadi.
- 2 Tagliare la cipolla in *julienne* e rosolarla con lo strutto in una casseruola, unire la paprica e l'aglio e cuocere per qualche istante.
- 3 Aggiungere la carne, unitamente al mazzetto aromatico, e lasciarle prendere colore; dopo alcuni istanti, spolverare con la farina, rimestare e unire anche i pomodori e il brodo; coprire e cuocere per 1 h avendo cura di mescolare di tanto in tanto.
- 4 A cottura ultimata, eliminare il mazzetto aromatico e l'aglio e servire ben caldo.

Per il brodo

- 1 Sbianchire gli ossi e le carni in acqua bollente per eliminarne le impurità.
- 2 Mettere in pentola tutti gli ingredienti, compresi gli ossi e le carni sbianchiti e, successivamente, sciacquati in acqua corrente.
- 3 Cuocere il tutto per 2-3 h a fuoco basso, avendo cura che il brodo mantenga un bollore moderato evitando di intorbidirsi.
- 4 Schiumare di tanto in tanto le impurità che affiorano in superficie.
- 5 Filtrare il brodo attraverso una stamina bagnata e sgrassarlo accuratamente.

Varianti

Il *gulasch* ha una consistenza semiliquida ed è generalmente accompagnato da gnocchetti di farina e patate.

Note

Piatto di origine ungherese entrato a far parte della cucina italiana tramite la mediazione austriaco-friulana.

Ricetta 59 Medaglioni di manzo al tartufo nero

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 582 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 15 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Cucchiaio
- Padella
- Tagliatartufi
- Teglia
- Trinciante
- Vassoio

Ingredienti

- 10 fette di filetto di manzo
- 10 fette di groviera
- 10 fette di prosciutto crudo
- 10 crostoni di pane
- 2 piccoli tartufi neri
- 50 g di farina 00
- 50 g di burro
- Olio extravergine d'oliva
- Marsala
- Sale
- Pepe

Procedimento

- 1 Rosolare nella padella in olio e burro le fette di filetto, precedentemente passate nella farina, girandole spesso in modo che prendano colore su entrambi i lati.
- 2 Una volta ben rosolate, spruzzare le fette di filetto con un bicchiere di Marsala.
- 3 Lasciar evaporare, quindi salare, pepare e cuocere a fuoco medio.
- 4 A cottura ultimata, sistemare i medaglioni di filetto sulla teglia e disporre sopra a ognuno di essi una fetta di prosciutto e, quindi, una di groviera.
- 5 Passare il tutto nel forno già caldo per pochi minuti (il tempo necessario perché il formaggio possa fondersi).
- 6 Sfornare e disporre ogni medaglione su un crostone di pane precedentemente fritto nel burro.
- 7 Sistemare su un vassoio da portata e cospargere il tutto di tartufo nero tagliato in lamelle sottilissime.

Ricetta 60 *Miscischia* all'uso di Guardialfiera

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 204 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min (+ 12 h)

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinella
- Tortiera
- Trinciante

Ingredienti

- 1,5 kg di carne di pecora
- 1,25 l di vino rosso
- 4 spicchi di aglio
- 1 peperoncino piccante
- 2 peperoni
- Aceto
- Rosmarino
- Sale

Procedimento

- 1 Tagliare la carne in strisce della lunghezza di 10-20 cm e lasciarla marinare, per un giorno e una notte, in aceto e vino aromatizzati con i peperoni tagliati a piccoli pezzi, l'aglio schiacciato, il peperoncino, il rosmarino e il sale.
- 2 Quindi, scolare la carne e gli aromi conservando il liquido della marinata, disporre il tutto nella tortiera e mettere in forno alla temperatura di 180 °C fino a completa cottura, bagnando di tanto in tanto con il liquido della marinata.

Note

La *miscischia* era la pietanza consumata dai pastori molisani nel periodo invernale. Originariamente, le strisce di carne venivano cosparse con le spezie tritate finemente, arrotolate e lasciate riposare così per un giorno. Quindi, i rotoli fissati su pali erano esposti al sole per alcuni giorni finché non risultavano asciutti e pronti per essere conservati in scatole di legno.

Guardialfiera è un comune in provincia di Campobasso.

Secondi piatti

Ricetta 61 Nodini di vitello alla sassi

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 499 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 30 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Casseruola
- Coltellino
- Mezzasfera
- Spatola
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

- 10 nodini di vitello (con il filetto) del peso medio di 180-200 g l'uno
- 800 g di patate
- 10 foglie di salvia
- 200 g di burro
- 2-3 cucchiaini di farina
- 2 dl di vino bianco secco
- Sale
- Pepe
- Prezzemolo tritato

Procedimento

- 1 Tornire le patate a forma di grosse noci e lessarle in una casseruola; scolarle quando avranno raggiunto l'80% della cottura e lasciarle raffreddare.
- 2 Infarinare i nodini su entrambi i lati e rosolarli in una padella con il burro ben caldo.
- 3 Aggiungere il sale, il pepe, le patate e la salvia.
- 4 Cuocere per alcuni minuti e bagnare con il vino bianco.
- 5 Completare la cottura e servire spolverando con il prezzemolo tritato.

Note

Piatto classico della cucina internazionale.

Secondi piatti

Ricetta 62 Petti di pollo alla Sandeman

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 582 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 15 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Batticarne
- Coltello
- Padella antiaderente
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

- 5 petti di pollo interi
- 1/2 l di panna
- 100 g di burro
- 3 peperoni
- 1 dl di vino Xérès
- 150 g di farina
- 100 g di burro
- 1 dl di olio extravergine d'oliva
- Sale
- Pepe

Procedimento

- 1 Dividere in due i petti di pollo, appiattirli, infarinarli e saltarli in padella con il burro e l'olio.
- 2 Quando risulteranno rosolati su entrambi i lati, salarli, peparli e bagnarli con il vino Xérès; lasciar evaporare l'alcol, quindi unire la panna e cuocere per qualche minuto.
- 3 Sistemare i petti di pollo in un piatto di servizio accavallandoli leggermente gli uni sugli altri e cospargerli con la salsa di cottura.
- 4 Completare la portata aggiungendo i peperoni tagliati in *julienne* che, nel frattempo, saranno stati saltati a parte nella padella antiaderente.

Note

Secondo la ricetta tradizionale, la preparazione dovrebbe essere servita con riso bianco bollito o *pilaf*.

Secondi piatti

Ricetta 63 Pizza margherita

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 542 cal/200 g

TEMPO DI LAVORAZIONE: 90 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinella
- Cucchiaino
- Matterello
- Passaverdure
- Placca
- Planetaria accessoriata con gancio
- Rotella tagliapasta
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

Per la pasta

- 1 kg di farina di forza
- 25 g di lievito di birra
- 1 presa di sale
- 1/2 dl di olio extravergine d'oliva
- 1/2 l ca di acqua

Per il condimento

- 1 kg di pomodori pelati in scatola
- 500 g di mozzarella
- 1/2 dl di olio extravergine d'oliva
- Origano
- Sale fino
- Pepe nero

Procedimento

Per la pasta

- 1 Sciogliere il lievito nell'acqua, unire gli altri ingredienti e impastare il tutto fino a ottenere una sfera di pasta dalla superficie liscia ed elastica e dalla consistenza media.
- 2 Incidere una croce sulla pasta e lasciarla lievitare per 30 min ca, coprendola con un panno umido, alla temperatura di 35 °C in un luogo non ventilato.

Per il condimento

- 1 Passare al passaverdure i pomodori pelati e condirli con olio, sale, pepe e origano.
- 2 Tagliare la mozzarella a cubetti. Spianare la pasta con il matterello fino al raggiungimento dello spessore di 1/2 cm ca e disporla su una placca di ferro.
- 3 Condire la pasta con il pomodoro avendo cura di lasciare un bordo esterno, della larghezza di 1 cm ca, privo di condimento. Quindi, inserire nel forno già caldo e cuocere alla temperatura di 220 °C per 10 min ca.
- 4 Estrarre la pizza dal forno, spargere sulla sua superficie la mozzarella e inserirla di nuovo nel forno per completare la cottura (ancora alla temperatura di 220 °C).

Note

Per la cottura, servirsi di un forno tradizionale da pasticceria. Un aneddoto spiega il nome della preparazione. Il 9 giugno 1889, il re Umberto I di Savoia e la consorte Margherita convocarono a palazzo Don Raffaele Esposito e sua moglie, proprietari della pizzeria "Pietro il pizzaiolo", noti per la loro abilità e per la bontà dei loro prodotti, perché preparassero per i sovrani alcune pizze. Desiderando rendere omaggio al tricolore italiano, Don Raffaele preparò una pizza i cui ingredienti (pomodoro, mozzarella e basilico) ne richiamassero i colori. La pizza tricolore fu dedicata alla regina Margherita e proprio da lei prese il nome.

Secondi piatti

Ricetta 64 Pollo alla diavola

QUANTITÀ: 4 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 193 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 50 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Griglia
- Pennello
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

- 1 kg ca di pollo
- 1/2 dl di olio extravergine d'oliva
- 2-3 spicchi di aglio
- 2 limoni
- Sale
- Pepe
- Rosmarino

Procedimento

- 1 Privare il pollo delle interiora e lavarlo accuratamente.
- 2 Inserire il trinciante all'interno del pollo, tagliare la colonna vertebrale e, quindi, incidere lo sterno in modo da aprirlo quasi interamente.
- 3 Salare, pepare e disporre il rosmarino e l'aglio sulla carne; unire il limone tagliato a fette e l'olio e lasciar marinare il preparato per 1/2 h ca.
- 4 Appoggiare il pollo sulla griglia ben calda e cuocerlo a fuoco moderato girandolo dopo 7 min; di tanto in tanto, ungerlo con l'olio di marinatura.
- 5 Servire il pollo intero accompagnato da spicchi di limone.

Varianti

Spalmare il pollo con senape e pangrattato se si desidera ottenere un sapore più deciso.

Secondi piatti

Ricetta 65 *Rollé di vitella al forno*

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 308 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 100 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Batticarne
- *Chinois*
- Pentola
- Spago
- Spelucchino
- Stamina
- Tagliere
- Teglia
- Trinciante

Ingredienti

Per la carne

- 1 kg di scoperchiatura di vitella
- 500 g di spinaci freschi
- 300 g di prosciutto cotto
- 200 g di fontina
- 1 dl di vino bianco
- 200 g di ortaggi misti (sedano, carota e cipolla in parti uguali)
- 1/2 dl di olio extravergine d'oliva
- Sale
- Pepe

Per la salsa

- Farina 00 q.b.
- Brodo q.b.

Per il brodo (dosi per 5 l di preparazione)

- 5 l di acqua
- 1 kg di ossi e scarti di carne
- 100 g di cipolle
- 50 g di carote
- 50 g di sedano
- 1 pomodoro maturo
- Gambi di prezzemolo
- Sale grosso
- Dado q.b.

Procedimento

Per la carne

- 1 Dopo aver parato e sgrassato la carne, aprirla servendosi del trinciante.
- 2 Batterla molto bene con il batticarne, salarla e peparla.
- 3 Sistemare sulla superficie della carne le fette di prosciutto, il formaggio e gli spinaci.
- 4 Arrotolare il tutto, legare con lo spago, appoggiare su una griglia e mettere in forno collocando sotto una teglia contenente le parature della carne.
- 5 Condire il rollé con l'olio e cuocerlo alla temperatura di 180 °C per 90 min. A metà cottura, bagnare con il vino e unire le verdure tagliate grossolanamente. Quindi, ultimare la cottura.
- 6 Lasciar riposare la carne prima di affettarla. Il rollé può essere servito aggiungendo come condimento la salsa ottenuta dal fondo di cottura.

Per la salsa

- 1 Unire la farina al fondo di cottura, scioglierla e bagnare con il brodo; quando il composto avrà raggiunto una densità media, filtrare allo *chinois*.

Per il brodo

- 1 Sbianchire gli ossi e le carni in acqua bollente per eliminarne le impurità.
- 2 Mettere in pentola tutti gli ingredienti, compresi gli ossi e le carni sbianchiti e, successivamente, sciacquati in acqua corrente.
- 3 Cuocere il tutto per 2-3 h a fuoco basso, avendo cura che il brodo mantenga un bollore moderato evitando di intorbidirsi.
- 4 Schiumare di tanto in tanto le impurità che affiorano in superficie.
- 5 Filtrare il brodo attraverso una stamina bagnata e sgrassarlo accuratamente.

Secondi piatti

Ricetta 66 Scaloppa di vitello al limone

QUANTITÀ: 10 porzioni ca

VALORE NUTRIZIONALE: 362 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 15 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Batticarne
- Padella
- Spelucchino
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

- 10 scaloppe di vitello (tagliate dalla noce) del peso medio di 120-150 g l'una
- 1 dl di olio extravergine d'oliva
- 100 g di burro
- 60 g di prezzemolo tritato
- 150 g ca di farina
- Succo di 2 limoni
- 10 fette di limone (n. 2 limoni)
- 2 dl di vino bianco secco
- Prezzemolo tritato
- Sale
- Pepe

Procedimento

- 1 Appiattire le scaloppe con il batticarne, infarinarle su entrambi i lati e sistemarle a rosolare in padella con l'olio già caldo.
- 2 Salare e pepare, quindi girare le scaloppe sul lato non ancora rosolato utilizzando il forchettone.
- 3 Una volta dorate, togliere le scaloppe dal fuoco e sistemarle in un vassoio di servizio.
- 4 Spostare di nuovo la padella sul fuoco e inserirvi il burro, il succo di limone e il prezzemolo tritato. Lasciar ridurre il liquido per qualche istante, quindi versarlo sulle scaloppe.
- 5 Completare con le fette di limone e con un'ulteriore spolverata di prezzemolo tritato finemente.

Varianti

- Al vino bianco.
- Al Marsala.
- Alla fiesolana (con carciofi e pomodoro).

Note

Piatto classico della cucina internazionale.

Ricetta 67 Tacchina alla canzanese

QUANTITÀ: 8 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 432 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 5 h (+ 8 h)

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Coltello per disossare
- Spago
- Stamina
- Tagliere
- Tegame di coccio
- Terrina

Ingredienti

- 1 tacchina
- Olio extravergine d'oliva
- Lauro
- Rosmarino
- Salvia
- Sale
- Pepe nero in grani
- Pepe nero macinato

Procedimento

- 1 Disossare bene la tacchina aprendola sulla schiena.
- 2 Salarla usando 25 g di sale per kg di carne e peparla con parte del pepe in grani e pochissimo pepe macinato, infine cucirla.
- 3 Sistemare la tacchina in un tegame di coccio proporzionato al volume del volatile, quindi unire la carcassa e le zampe pulite.
- 4 Coprire il tutto con acqua bollente (1 l ca per kg di carne) e unire qualche grano di pepe.
- 5 Porre il tegame in un forno da pane e cuocere per 4 h ca avendo cura di girare di tanto in tanto la carne. A cottura ultimata, togliere la tacchina dal tegame, rimuovere il filo di cucitura e sistemarla in una terrina.
- 6 Raccogliere il brodo di cottura, sgrassarlo e filtrarlo con la stamina.
- 7 Versare il brodo sul volatile e lasciar riposare per una notte in luogo fresco, in modo che il liquido si solidifichi formando una gelatina dorata.

Varianti

Alle zampe e alla carcassa della tacchina possono essere aggiunti zampe di pollo e mezzo piedino di maiale che rendono la gelatina più saporita e densa.

Note

Occorrono 5 h per la preparazione e la cottura della tacchina, 8 h per la finitura. Il tacchino alla canzanese prende il nome da Canzano (TE), un paese che si affaccia sulla Valle del Vomano, famosa in passato per l'eccellenza dei suoi cuochi.

L'utilizzo degli ossi e della carcassa dell'animale è indispensabile per arricchire il brodo di collagene, sostanza che raffreddandosi forma la gelatina caratteristica del piatto.

Ricetta 68 Tegame alla barese

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 395 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 100 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Coltellino
- Mestolo
- Tegame in terracotta
- Trinciante
- Zuppiera

Ingredienti

- 1 kg di cozze
- 300 g di riso
- 1 kg di patate
- 1 kg di zucchini
- 500 g di cipolla
- 200 g di pomodori "al filo"
- 100 g di prezzemolo
- 150 g di pecorino grattugiato
- 5 dl di olio extravergine d'oliva
- 1 spicchio di aglio
- Sale

Procedimento

- 1 Lavare accuratamente le verdure (patate, zucchini, cipolle, prezzemolo e pomodori).
- 2 Tagliare gli zucchini e le patate sbucciate a rondelle dello spessore di 1/2 cm.
- 3 Tagliare la cipolla a filanger, i pomodori a spicchi e tritare il prezzemolo e l'aglio.
- 4 Lavare accuratamente le cozze più volte e aprirle.
- 5 Sistemare il riso in una zuppiera e lasciarlo per 1 h sotto l'acqua corrente, quindi scolarlo e asciugarlo.
- 6 Sistemare in un'altra zuppiera gli zucchini, le patate, le cipolle, i pomodori, l'aglio, il prezzemolo, l'olio, del sale e ricoprire il tutto con acqua.
- 7 Formare sul fondo di un tegame di creta uno strato di verdure e adagiarvi le cozze; aggiungere il riso, cospargere con pecorino grattugiato, ricoprire il tutto con un altro strato di verdure e, infine, cospargere di nuovo con il pecorino rimanente.
- 8 Versare nel tegame di creta l'acqua salata di ammollo delle verdure e coprirvi il composto fino all'ultimo strato (qualora l'acqua non fosse sufficiente, aggiungerne altra).
- 9 Cuocere in forno alla temperatura di almeno 170 °C per 1 h ca.

Note

La preparazione "al filo" è possibile solo con i pomodori della varietà a ciliegia che vengono appesi a un filo e conservati durante tutto il periodo invernale.

Sarebbe preferibile servire il piatto in tegamini di creta monoporzione.

Ricetta 69 Cavolfiori gratinati Mornay

QUANTITÀ: 10 porzioni ca

VALORE NUTRIZIONALE: 236 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 50 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Colapasta
- Cucchiaino
- Frusta
- Padella
- Pentola
- Pirofila
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

Per i cavolfiori

- 2 kg di cavolfiore bianco
- 50 g di burro
- 100 g di parmigiano grattugiato
- 200 g di salsa Mornay
- Sale

Per la salsa Mornay

- 1 l di besciamella densa ottenuta con 200 g di roux
- 3 tuorli
- 2,5 dl di panna fresca
- 50 g di formaggio grattugiato (grana o emmenthal)

Per la salsa besciamella

- 100 g di burro
- 100 g di farina 00
- 1 l di latte intero
- Noce moscata
- Sale fino
- Pepe bianco

Procedimento

Per i cavolfiori

- 1 Lavare il cavolo e cuocerlo in acqua salata.
- 2 Scolare e tagliare il cavolo in cimette, quindi sistemarlo in una pirofila imburrata.
- 3 Salare il tutto, cospargere di salsa Mornay e formaggio grattugiato e irrorare di burro fuso.
- 4 Gratinare in forno per 10 min e servire caldo.

Per la salsa Mornay

- 1 Mescolare la panna, i tuorli e il formaggio e aggiungere il composto alla besciamella calda.
- 2 Rimestare velocemente con una frusta per evitare la cottura dell'uovo.

Per la salsa besciamella

- 1 Mettere a bollire il latte e preparare un roux bianco.
- 2 Togliere il latte bollente dal fuoco, unire sale e noce moscata e mescolare bene con una frusta.
- 3 Rimettere il latte sul fuoco e riportarlo a ebollizione avendo cura di continuare a mescolare con la frusta.
- 4 A ebollizione raggiunta, abbassare la fiamma e cuocere per 10 min mescolando spesso per evitare che la salsa si attacchi al fondo della casseruola.

Ricetta 70 Crocchette di patate

QUANTITÀ: 10 porzioni ca

VALORE NUTRIZIONALE: 431 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Carta gialla
- Friggitrice
- Pentola
- Ragno
- Sac-à-poche accessoriato con bocchetta liscia
- Schiacciapate

Ingredienti

Per l'impasto

- 1,5 kg di patate a pasta bianca
- 5 tuorli
- 100 g di grana grattugiato
- 100 g di burro
- Noce moscata
- Sale

Per la panatura

- 5 uova
- 500 g di pangrattato

Per la frittura

- Olio di semi

Procedimento

Per l'impasto

- 1 Lavare le patate, immergerle con la buccia in una pentola con acqua fredda e portarle a cottura.
- 2 Scolare le patate e, ancora calde, pelarle servendosi di uno strofinaccio per evitare di scottarsi. Quindi, passarle allo schiacciapate.
- 3 Unire uno alla volta i tuorli, il formaggio, il burro, la noce moscata, il sale e amalgamare bene il composto.
- 4 Verificare il gusto e, servendosi del sac-à-poche, formare dei cilindretti della lunghezza di 5-6 cm ca.

Per la panatura

- 1 Passare i cilindretti ottenuti nell'uovo sbattuto e, successivamente, nel pangrattato.

Per la frittura

- 1 Friggere le crocchette in olio bollente alla temperatura di almeno 190 °C, scolarle sulla carta gialla e servirle ben calde.

Varianti

Per rendere più saporita la preparazione, è possibile aggiungere agli ingredienti della ricetta base il prosciutto cotto.

La forma delle crocchette può variare in base alle diverse esigenze (è possibile, per esempio, confezionare crocchette rotonde).

Note

Mescolare velocemente quando si aggiungono i tuorli al composto caldo per evitare che questi ultimi possano cuocersi prima di essere ben incorporati nell'impasto.

Contorni

Ricetta 71 Fagioli all'uccelletto

QUANTITÀ: 10 porzioni ca

VALORE NUTRIZIONALE: 426 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 50 min (+ 12 h)

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Casseruola
- Mestolo
- Schiumarola
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

- 1 kg di fagioli bianchi secchi
- 350 g di pomodoro in polpa
- 3 spicchi di aglio
- 3 foglie di salvia
- 4 dl di olio extravergine d'oliva
- Sale
- Pepe nero

Procedimento

- 1 Ammollare in acqua i fagioli per una notte, quindi scolarli e cuocerli in abbondante acqua con aglio, salvia e olio schiumando spesso e lasciando bollire lentamente per evitare che i legumi si rompano. A fine cottura, salare.
- 2 Pulire l'aglio, schiacciarlo e rosolarlo nell'olio, unire le foglie di salvia, il pomodoro, il sale e cuocere per qualche istante.
- 3 Unire i fagioli cotti al dente e un mestolo della loro acqua di cottura, quindi ultimare la cottura a fuoco lento per altri 20 min ca.
- 4 Verificare la densità del composto, pepare e servire i fagioli appena tolti dal fuoco, in modo che siano gustati ben caldi.

Note

Piatto toscano che deve il proprio nome al fatto che nella ricetta è utilizzata la salvia con lo stesso criterio usato nella preparazione degli "uccelletti". Riproduciamo di seguito una memoria che testimonia questa derivazione.

«Il babbo tornò tutto trionfante quella sera. A noi che, miti, lo interrogavamo disse: "Uno grosso e due piccoli", e dalla tasca della cacciatora tirò fuori un tordo e due uccellini che posò fieramente sul tavolo di marmo. Fuori era già buio e noi ragazzi guardavamo e toccavamo gli uccellini che avevano le penne di tanti colori e il becco sempre diverso; intanto il babbo, seduto davanti al fuoco, puliva e ungeva il fucile raccontando com'era stato difficile quel tiro a volo nel folto "macchione". Non faceva grandi danni alla fauna il babbo, girava tutto il pomeriggio nei boschi tra Colle, Malocchio e Cozzile con un fucilino a una canna calibro venti, un "tronchino" perché si ripiegava a compasso, senza cane né richiami. Spesso al ritorno diceva: "È andata male" oppure "Non c'è nulla", qualche volta riportò un po' di castagne o qualche fungo. Ma quella volta era andata bene, per cui la sera dopo mangiammo fagioli rifatti all'uccelletto» (da un racconto di P.A. Mazzei).

Contorni

Ricetta 72 Finocchi gratinati

QUANTITÀ: 10 porzioni ca

VALORE NUTRIZIONALE: 191 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 50 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Casseruola
- Colapasta
- Cucchiaino
- Pirofila
- Spelucchino
- Trinciante

Ingredienti

- 2 kg di finocchi
- 150 g di burro
- 150 g di parmigiano grattugiato
- Sale

Procedimento

- 1 Lavare i finocchi, eliminare le punte e cuocerli in acqua leggermente salata.
- 2 Scolare i finocchi, raffreddarli e tagliarne ciascuno in 4 spicchi.
- 3 Sistemare gli spicchi in una pirofila imburrata, cospargere di formaggio, versare del burro fuso e gratinare per 10 min in forno alla temperatura di 180 °C.

Varianti

Al posto del formaggio può essere utilizzata una salsa besciamella densa: ricoprire gli spicchi di finocchi cotti con la besciamella densa, cospargere di parmigiano, burro fuso e gratinare.

Per ottenere la salsa besciamella densa, aumentare del 40% ca le dosi del burro e della farina previste dalla ricetta base per 10 porzioni portandole da 70 g a 100 g. Procedere quindi come per la besciamella classica.

Per ottenere una gratinatura più colorita, cospargere con un po' di pangrattato.

Contorni

Ricetta 73 Involtini di fagiolini

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 190 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 40 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Affettatrice
- Casseruola
- Colapasta
- Spatola
- Tagliere
- Teglia
- Trinciante

Ingredienti

- 1 kg di fagiolini
- 2 cl di olio extravergine d'oliva
- 200 g di pomodori pelati
- 1/2 cipolla bianca
- Prezzemolo tritato
- 10 fettine di pancetta stesa
- 100 g di burro
- 100 g di grana grattugiato
- Sale

Procedimento

- 1 Tritare la cipolla e rosolarla nell'olio, quindi unire i pelati passati, il sale e cuocere per 15 min.
- 2 Pulire i fagiolini, lessarli in acqua salata, scolarli e raffreddarli in acqua e ghiaccio.
- 3 Affettare la pancetta, stenderla e sistemare al centro di ogni fetta un mazzetto di fagiolini.
- 4 Chiudere i fagottini così ottenuti e sistemarli su una teglia ben imburrata.
- 5 Velare con i pelati preparati precedentemente e cospargere i fagottini di formaggio grattugiato.
- 6 Scaldare in forno misto alla temperatura di 180 °C per 10 min ca prima di servire.

Varianti

Cuocere i fagiolini a vapore e raffreddarli nell'abbattitore di temperatura per conservarne al meglio le caratteristiche organolettiche.

Contorni

Ricetta 74 Macedonia di verdure al burro

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 233 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 50 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Casseruola
- Colapasta
- Cucchiaino
- Padella
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

- 600 g di patate gialle
- 500 g di carote
- 300 g di piselli
- 300 g di zucchini
- 200 g di burro
- Sale

Procedimento

- 1 Lavare e pelare le patate e le carote, tagliarle a dadi e cuocerle separatamente in acqua leggermente salata per 15-20 min.
- 2 Cuocere allo stesso modo i piselli e gli zucchini tagliati a dadi.
- 3 Scolare le verdure e raffreddarle in acqua e ghiaccio.
- 4 Sistemare tutte le verdure in una casseruola e saltarle con il burro. Servire la macedonia ben calda.

Varianti

Cuocere le verdure a vapore e raffreddarle nell'abbattitore di temperatura per conservarne al meglio le caratteristiche organolettiche.

Ricetta 75 Parmigiana di melanzane

QUANTITÀ: 10 porzioni ca

VALORE NUTRIZIONALE: 530 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Carta gialla
- Colapasta
- Mestolo
- Passaverdure
- Pentola
- Pirofila
- Ragno
- Tagliere
- Tegame per friggere
- Trinciante

Ingredienti

Per le melanzane

- 1,5 kg di melanzane
- 500 g di farina
- 1 kg di salsa di pomodoro
- 500 g di mozzarella
- 100 g di burro
- 200 g di parmigiano grattugiato
- Sale
- Olio per frittura

Per la salsa di pomodoro

- 2 kg di pomodori pelati
- 200 g di cipolla
- 2 spicchi di aglio
- Basilico
- Sale
- Pepe

Procedimento

Per le melanzane

- 1 Tagliare le melanzane a dischi dello spessore di 2-3 mm ca, salarle e lasciarle riposare in un colapasta per 20 min ca.
- 2 Infarinare bene le fette di melanzane e friggerle nell'olio alla temperatura di 180 °C, quindi scolarle nella carta gialla.
- 3 Imburrare la pirofila e disporre sul fondo uno strato di fette di melanzane; versarvi sopra un mestolo di salsa di pomodoro, quindi adagiarvi alcune fette di mozzarella e spolverare con il formaggio. Ripetere il procedimento per almeno altri 2 strati.
- 4 Cospargere l'ultimo strato con abbondante formaggio.
- 5 Cuocere in forno alla temperatura di 180 °C per almeno 25-30 min.

Per la salsa di pomodoro

- 1 Tagliare le verdure in mirepoix e rosolarle in una pentola con l'olio per qualche minuto.
- 2 Unire l'aglio e, dopo qualche istante, i pelati, il basilico, il sale e il pepe.
- 3 Cuocere per 30 min ca, quindi passare la salsa al passaverdure.

Ricetta 76 Patate al forno

QUANTITÀ: 10 porzioni ca

VALORE NUTRIZIONALE: 275 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Colapasta
- Friggitrice
- Mestolo
- Pelapatate
- Pentola
- Spatola

Ingredienti

- 1,5 kg di patate a pasta gialla
- Olio extravergine di oliva
- Sale
- 2 spicchi di aglio
- Foglie di salvia
- Rosmarino

Procedimento

- 1 Lavare e pelare le patate, quindi tagliarle nella forma desiderata (nociola, mascotte, castello ecc.).
- 2 Sbianchire le patate in acqua bollente leggermente salata e scolarle non appena l'acqua accenna a riprendere il bollore. Quindi, sistemarle in una teglia bassa insieme agli altri ingredienti previsti dalla ricetta mescolando bene.
- 3 Cuocere in forno alla temperatura di 190 °C per 40 min ca. Dopo 20 min ca, girare le patate servendosi di una spatola per assicurarne la cottura omogenea.

Varianti

Sbollentare le patate immergendole nella friggitrice per 5 min o, meglio, a vapore.

Note

I tempi di sbiancatura e di cottura variano sensibilmente a seconda del taglio scelto per le patate.

Contorni

Ricetta 77 Patate delfino

QUANTITÀ: 10-12 porzioni ca

VALORE NUTRIZIONALE: 351 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Carta gialla
- Colapasta
- Coltello
- Friggitrice
- Pentola
- Ragno
- *Sac-à-poche* accessoriato con bocchetta da 15 mm
- Schiacciapate
- Strofinaccio

Ingredienti

Per le patate

- 1 kg di patate a pasta gialla
- 600 g di pasta choux
- 100 g di grana grattugiato
- Sale
- Olio di semi

Per la pasta choux

- 1/2 l di acqua
- 200 g di burro
- 300 g di farina
- 400 g di uova (n. 8)
- Sale

Procedimento

Per le patate

- 1 Lavare le patate, immergerle con la buccia in una pentola con acqua fredda e portarle a cottura.
- 2 Scolare le patate e, ancora calde, pelarle servendosi di uno strofinaccio per evitare di scottarsi. Quindi, passarle allo schiacciapate.
- 3 Unire la pasta choux, il formaggio, il sale e amalgamare bene il tutto.
- 4 Verificare il gusto, quindi, servendosi del *sac-à-poche* e di un coltello, formare dei cilindretti della lunghezza di 2-3 cm ca e farli cadere direttamente nell'olio caldo alla temperatura di 180 °C.
- 5 Cuocere fino a raggiungere la doratura, scolare su carta gialla e servire le patate calde cosparse di formaggio grattugiato.

Per la pasta choux

- 1 Porre sul fuoco l'acqua con il sale e il burro; a ebollizione raggiunta, togliere il liquido dal fuoco e versarvi in un'unica soluzione tutta la farina.
- 2 Rimettere il tutto sul fuoco e lasciar asciugare l'impasto finché non si stacca completamente dalle pareti del recipiente; a questo punto, toglierlo da fuoco e lasciarlo raffreddare per 15 min ca.
- 3 Unire all'impasto ottenuto le uova una alla volta: potrebbe infatti rivelarsi necessario non usare tutte le uova previste dalla ricetta base; in questo caso, limitarsi alla quantità indispensabile per ottenere una massa omogenea, elastica ma non molle.

Varianti

Stampare le patate in forme diverse su un foglio di carta oleata e immergerle nell'olio aiutandosi con il foglio stesso.

Note

Prestare molta attenzione a evitare di procurarsi bruciaciture immergendo le patate nell'olio bollente.

Ricetta 78 Patate duchessa

QUANTITÀ: 10 porzioni ca

VALORE NUTRIZIONALE: 272 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Pennello
- Pentola
- Ragno
- *Sac-à-poche* accessoriato con bocchetta rigata
- Schiacciapate
- Teglie nere

Ingredienti

- 1 kg di patate a pasta bianca
- 200 g di burro
- 100 g di grana grattugiato
- 6 tuorli
- Noce moscata
- Sale
- Altri tuorli (sbattuti)

Procedimento

- 1 Lavare le patate, immergerle con la buccia in una pentola con acqua fredda e portarle a cottura.
- 2 Scolare le patate e, ancora calde, pelarle servendosi di uno strofinaccio per evitare di scottarsi. Quindi, passarle allo schiacciapate.
- 3 Unire il burro, i tuorli, il formaggio, la noce moscata, il sale e amalgamare bene il composto in modo che risulti omogeneo.
- 4 Verificare il gusto e, servendosi del *sac-à-poche*, stampare forme regolari come quelle usate per realizzare brioche rigate.
- 5 Lucidare spennellando con i tuorli sbattuti, cospargere di formaggio grattugiato e lasciar colorire per 15 min in forno alla temperatura di 200 °C. Servire le patate calde.

Varianti

Aggiungere prosciutto cotto all'impasto per rendere la preparazione più saporita.
Realizzare una copertura con impasto a base di panna e uova.
Variare la forma (per esempio, quenelle) dei singoli pezzi.

Contorni

Ricetta 79 Piselli al prosciutto

QUANTITÀ: 10 porzioni ca

VALORE NUTRIZIONALE: 210 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Mestolo
- Pentola
- Stamina
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

Per i piselli

- 700 g di piselli surgelati
- 150 g di cipolle bianche
- 1/2 dl di olio extravergine d'oliva
- 200 g di prosciutto crudo
- Brodo
- Sale

Per il brodo (dosi per 5 l di preparazione)

- 5 l di acqua
- 1 kg di ossi e scarti di carne
- 100 g di cipolle
- 50 g di carote
- 50 g di sedano
- 1 pomodoro maturo
- Gambi di prezzemolo
- Sale grosso
- Dado q.b.

Procedimento

Per i piselli

- 1 Tritare la cipolla finemente e rosolarla nell'olio; aggiungere il prosciutto tagliato in piccoli dadi e lasciarlo rosolare leggermente a fuoco moderato.
- 2 Unire i piselli mescolando bene, aggiungere il sale, bagnare con un po' di brodo comune, coprire e ultimare la cottura per 30-40 min ca.

Per il brodo

- 1 Sbianchire gli ossi e le carni in acqua bollente per eliminarne le impurità.
- 2 Mettere in pentola tutti gli ingredienti, compresi gli ossi e le carni sbianchiti e, successivamente, sciacquati in acqua corrente.
- 3 Cuocere il tutto per 2-3 h a fuoco basso, avendo cura che il brodo mantenga un bollore moderato evitando di intorbidirsi.
- 4 Schiumare di tanto in tanto le impurità che affiorano in superficie.
- 5 Filtrare il brodo attraverso una stamina bagnata e sgrassarlo accuratamente.

Varianti

Unire cipolline fresche e lattuga per ottenere i piselli alla francese. Sostituire le cipolle con aglio e porri per ottenere i piselli alla fiorentina.

Ricetta 80 Pomodori gratinati

QUANTITÀ: 10 porzioni ca

VALORE NUTRIZIONALE: 192 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 50 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinella
- Casseruola
- Mestolo
- Scavino
- Tagliere
- Teglia
- Trinciante

Ingredienti

- 10 pomodori rossi
- 200 g pangrattato
- 50 g di pan carré ammollato nel latte
- Prezzemolo tritato
- Sale
- Basilico
- 2 spicchi di aglio
- 3 cl di olio extravergine d'oliva
- 100 g di formaggio grattugiato

Procedimento

- 1 Togliere ai pomodori il peduncolo, lavarli e tagliarli a metà.
- 2 Svotare i pomodori servendosi di uno scavino e raccogliere il contenuto in una bacinella.
- 3 Sistemare i pomodori in una teglia bassa e salarli.
- 4 Unire alla polpa interna dei pomodori raccolta a parte il pangrattato, il pan carré ammorbidito nel latte e strizzato, il prezzemolo, il basilico, l'aglio, parte del formaggio e l'olio. Mescolare bene e verificare il gusto.
- 5 Farcire i pomodori con l'impasto ottenuto e cospargere di formaggio.
- 6 Cuocere in forno alla temperatura di 180 °C per 30 min ca.

Contorni

Ricetta 81 Purè di patate

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 282 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 50 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinella di acciaio
- Frusta
- Pelapatate
- Pentole
- Ragno
- Schiacciapatate

Ingredienti

- 1,2 kg di patate a pasta bianca
- 100 g di burro
- 1/2 l di latte
- 100 g di grana grattugiato
- Sale
- Noce moscata

Procedimento

- 1 Sbucciare le patate, lavarle e metterle in una pentola; quindi, coprire d'acqua, salare e bollire.
- 2 Una volta cotte, scolarle e passarle allo schiacciapatate facendole cadere nella bacinella.
- 3 Unire il burro, il formaggio, il latte bollente, il sale, la noce moscata grattugiata e amalgamare bene il composto servendosi della frusta in modo che risulti omogeneo.
- 4 Verificare il gusto e conservare a bagno maria versando del latte in superficie per evitare la formazione di una sottile crosta. Servire il purè ben caldo.

Contorni

Ricetta 82 Tortino di spinaci

QUANTITÀ: 10 porzioni ca

VALORE NUTRIZIONALE: 230 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Carta da forno
- Colapasta
- Cucchiaino
- Padella
- Tagliapasta
- Tagliere
- Teglia
- Trinciante

Ingredienti

- 2,5 kg di spinaci
- 150 g di uva sultanina
- 100 g di burro
- 100 g di parmigiano grattugiato
- Sale

Procedimento

- 1 Ammollare l'uva sultanina in poca acqua fredda.
- 2 Cuocere gli spinaci a vapore o in acqua salata, scolarli, raffreddarli, strizzarli bene e tagliarli grossolanamente.
- 3 Saltare in una padella gli spinaci nel burro, unire l'uva sultanina, salare e cuocere per qualche istante.
- 4 Stendere gli spinaci su un piano coperto con carta da forno e, servendosi di un tagliapasta tondo, ricavare alcuni piccoli tortini da sistemare ordinatamente in una pirofila.
- 5 Cospargere i tortini ottenuti di formaggio grattugiato e cuocerli in forno per qualche minuto, quindi servirli ben caldi.

Ricetta 83 Zucchini al funghetto

QUANTITÀ: 10 porzioni ca

VALORE NUTRIZIONALE: 100 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 40 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Casseruola
- Cucchiaino
- Mortaio
- Tagliere
- Trinciante

Ingredienti

- 2 kg di zucchini
- 3 cl di olio extravergine d'oliva
- 4 spicchi di aglio
- Prezzemolo
- 200 g di pomodori rossi
- Sale

Procedimento

- 1 Lavare bene gli zucchini e tagliarli a piccoli dadi.
- 2 Rosolare in una casseruola gli spicchi di aglio schiacciati, quindi eliminarli, aggiungere gli zucchini e lasciarli rosolare.
- 3 Aggiungere i pomodori tagliati a cubetti e completare la cottura per qualche minuto ancora.
- 4 Aggiungere il sale, il prezzemolo, verificare il gusto e servire.

Note

Piatto originario del Sud Italia che deve il proprio nome al fatto che la ricetta utilizza ingredienti e metodo di cottura tipici della preparazione dei funghi.

Ricetta 84 Assortimento di bigné (1/2)

QUANTITÀ: 50 pezzi

VALORE NUTRIZIONALE: 794 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 120 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruola
- Coltellino
- Forchette
- Frusta
- Mestolo di legno
- Placca
- Planetaria accessoriata con frusta
- *Sac-à-poche* accessoriato con set di bocchette
- Tarocco
- Teglie

Ingredienti

Per i bigné (pasta choux)

- 1/2 l di acqua
- 200 g di burro
- 300 g di farina
- 400 g di uova (n. 8)
- Sale

Per la crema pasticcera

- 1 l di latte
- 250 g di zucchero
- 160 g di tuorli (n. 8)
- 120 g di farina
- 1 stecca di cannella
- 1 stecca di vaniglia
- Buccia di 1/2 arancia
- Buccia di 1/2 limone

Per la crema Chantilly

- 1 l di panna
- 90 g di zucchero a velo vanigliato

Per la ghiaccia

- 250 g di zucchero a velo
- Succo di 1 limone
- 1 albume
- Aroma e colore (facoltativi)

Procedimento

Per i bigné (pasta choux)

- 1 Porre sul fuoco l'acqua con il sale e il burro; a ebollizione raggiunta, togliere il liquido dal fuoco e versarvi in un'unica soluzione tutta la farina.
- 2 Rimettere il tutto sul fuoco e lasciar asciugare l'impasto finché non si stacca completamente dalle pareti del recipiente; a questo punto, toglierlo da fuoco e lasciarlo raffreddare per 15 min ca.
- 3 Unire all'impasto ottenuto le uova una alla volta: potrebbe infatti rivelarsi necessario non usare tutte le uova previste dalla ricetta base; in questo caso, limitarsi alla quantità indispensabile per ottenere una massa omogenea, elastica ma non molle.
- 4 Servendosi del *sac-à-poche*, gettare dei bigné sulla placca disponendoli alla distanza di 3 cm l'uno dall'altro.
- 5 Cuocere i bigné ottenuti in forno alla temperatura di 200-210 °C per 20 min ca, inizialmente a valvola chiusa, poi a valvola aperta.
- 6 Sforare i bigné quando risultano asciutti e, una volta freddi, forarli alla base utilizzando un coltellino.
- 7 Farcire i bigné con le creme servendosi del *sac-à-poche* accessoriato con la bocchetta liscia piccola.
- 8 Glassare i bigné immergendone per pochi istanti la sommità nella ghiaccia.

Per la crema pasticcera

- 1 Bollire il latte con le stecche di cannella e di vaniglia e con le bucce di arancia e di limone. Nel frattempo, sbattere i tuorli con lo zucchero finché il composto non risulta "imbiancato" (nel caso sia necessario velocizzare questa fase, si può procedere scaldando leggermente il composto a bagnomaria).
- 2 Aggiungere al composto la farina, versarvi il latte bollente e amalgamare il tutto con cura.
- 3 Mettere la crema sul fuoco e bollirla per 2-3 min girandola alternativamente con la frusta e con la spatola di legno.
- 4 Ritirare la crema in un recipiente e spolverarla con zucchero semolato oppure coprirla con carta oleata imburata.
- 5 Per una riuscita ottimale, è necessario raffreddare la crema nel più breve tempo possibile (l'ideale sarebbe utilizzare un abbattitore di temperatura).

Per la crema Chantilly

- 1 Montare la panna ben fredda nella planetaria accessoriata con la frusta.
- 2 Unire lo zucchero vanigliato e amalgamare il tutto fino a ottenere un composto omogeneo e consistente.

Per la ghiaccia

- 1 Servendosi della frusta, amalgamare in una bacinella l'albume, lo zucchero a velo e il succo di limone (in questa fase, è possibile aggiungere al composto altri aromi e coloranti alimentari)
- 2 Mescolare il composto energicamente fino a ottenere una massa bianca (solo nel caso in cui non sia stato aggiunto alcun colorante) dalla consistenza soffice ma densa.

Assortimento di bignè (2/2)

Varianti

I bignè possono essere farciti con crema pasticcera variamente aromatizzata (al caffè, al cioccolato, allo zabaione ecc.) e glassati con ghiaccia colorata in base alla farcitura, in modo da ottenere un assortimento di gusti: per esempio, i bignè farciti con crema al caffè possono essere glassati con ghiaccia colorata mediante caffè solubile.

- **Crema pasticcera al cacao** Unire 75 g di cacao per kg di crema.
- **Crema pasticcera al cioccolato** Unire 150 g di copertura fondente per kg di crema.
- **Crema pasticcera al caffè** Sciogliere 10 g di caffè solubile per kg di crema.
- **Crema pasticcera al liquore** Unire 5-8 cl del liquore prescelto per kg di crema.
- **Crema pasticcera al limone** Unire succo e scorza grattugiata di 5 limoni per kg di crema.
- **Crema pasticcera all'arancia** Unire succo e scorza grattugiata di 4 arance per kg di crema.
- **Crema pasticcera ricca** Amalgamare 8 dl di latte, 200 g di panna, 360 g di tuorli (n. 18), 400 g di zucchero, 60 g di amido, aromi.
- **Crema pasticcera al burro** Unire 1 kg di burro montato a 1/2 l di crema pasticcera ricca da usare per farcire e decorare.

Ricetta 85 Bavarese ai lamponi

QUANTITÀ: 10-12 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 450 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 120 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Bacinelle
- Carta da forno
- Casseruola
- Cerchio in acciaio (Ø 24 cm)
- Coltellino
- Coltello a sega
- Cutter
- Frusta
- Mestolo di legno
- Pennello
- Placca (60 x 45 cm)
- Setaccio
- Spatola
- Tagliere
- Tarocco
- Teglia

Ingredienti

Per la bavarese

- 2,5 dl di acqua
- 240 g di zucchero semolato
- 8 fogli di gelatina da 2 g ciascuno
- Succo di 1 limone
- 500 g di purea di lamponi
- 5 dl di panna montata
- 1 disco di biscotto *Charlotte*
- Bagna al lampone q.b.
- Liquore a scelta

Per il bisquit

- 180 g di albumi (n. 6)
- 150 g di zucchero
- 120 g di tuorli (n. 6)
- 150 g di farina
- Zucchero a velo

Per la salsa di frutta ai lamponi

- 500 g di purea di lamponi
- 1 limone
- 250 g di zucchero

Procedimento

Per la bavarese

- 1 Preparare uno sciroppo facendo bollire per qualche minuto 240 g di zucchero semolato in 2,5 dl di acqua.
- 2 Togliere dal fuoco e, quando il composto avrà perso il bollore, aggiungere la gelatina precedentemente ammorbidita in acqua per 5 min e quindi strizzata.
- 3 Lasciar raffreddare il composto, quindi aggiungervi il succo di limone e la purea di lamponi.
- 4 Montare la panna fino a farla raggiungere una consistenza non troppo densa e incorporarvi delicatamente il composto. Coprire con un disco di bisquit bagnato con il liquore prescelto il fondo del cerchio, quindi versarvi il composto.
- 5 Lasciar refrigerare il tutto in frigorifero per almeno 4 h, quindi sformare e, infine, glassare con la salsa di frutta ai lamponi.

Per il bisquit

- 1 Montare a neve ben ferma gli albumi con lo zucchero, quindi, incorporare i tuorli appena frustati.
- 2 Setacciare la farina e incorporarla alla massa di uova e zucchero mescolando dal basso verso l'alto.
- 3 Stendere l'impasto così ottenuto sulla placca rivestita con carta da forno, cospargere il tutto di zucchero a velo e infornare.
- 4 Cuocere alla temperatura di 220 °C per 5-10 min ca mantenendo il bisquit ancora tenero.
- 5 A cottura ultimata, sformare su un panno pulito e, dopo pochi minuti, eliminare la carta da forno.

Per la salsa di frutta ai lamponi

- 1 Mettere lo zucchero e la purea di lamponi sul fuoco a fiamma bassa, mescolare e schiumare quando necessario.
- 2 Portare la salsa a ebollizione, quindi toglierla dal fuoco, frullarla e raffreddarla rapidamente.

Varianti

Spalmare il bisquit con marmellata di lamponi, arrotolare, lasciar raffreddare e ricavare delle sottili rondelle da disporre sul bordo interno dello stampo prima di riempirlo con la bavarese.

Note

Se il bordo interno dello stampo non è stato foderato con le rondelle di *Charlotte*, disporvi una striscia di carta oleata per agevolare la sformatura del dolce.

Ricetta 86 Budino al cioccolato

QUANTITÀ: 10 pezzi

VALORE NUTRIZIONALE: 633 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 120 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinelle
- Bicchierini in acciaio o stagnola
- *Chinois*
- Frusta
- Mestolo di legno
- Pennello
- Teglia

Ingredienti

Per il budino

- 1/2 l di panna
- 1/2 l di latte intero
- 300 g di zucchero vanigliato
- 28 g di gelatina in fogli
- 1/2 dl di rum
- 100 g di cacao amaro
- 100 g di cioccolato fondente

Per la salsa di frutta alle fragole

- 500 g di purea di fragole
- Succo di 1 limone
- 250 g di zucchero

Procedimento

Per il budino

- 1 Mescolare in una bacinella il cacao con lo zucchero e sciogliere il tutto con la panna.
- 2 Bollire il latte, versarlo sul cioccolato fondente sminuzzato e unire il tutto al composto di panna, cacao e zucchero.
- 3 Unire la gelatina precedentemente ammollata in acqua fredda e fusa a fiamma moderata.
- 4 Passare il tutto allo *chinois* e aggiungere il rum, quindi lasciar raffreddare appoggiando la bacinella sul ghiaccio e mescolando spesso.
- 5 Versare il composto negli appositi stampini precedentemente imburattati e riporre in frigorifero per 1 h ca.
- 6 Sformare e glassare con salsa di frutta alle fragole.

Per la salsa di frutta alle fragole

- 1 Mettere lo zucchero, la purea di fragole e il succo del limone sul fuoco a fiamma bassa, mescolare e schiumare quando necessario.
- 2 Portare la salsa a ebollizione, quindi toglierla dal fuoco, filtrarla allo *chinois* e raffreddarla rapidamente.

Note

Dessert da servire preferibilmente al piatto, può essere realizzato anche in stampi a ciambella o per plum cake, guarnito con panna montata e servito a fette.

Ricetta 87 *Calcioni*

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 560 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 90 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Carta gialla
- Cutter
- Grattugia
- Pennello
- Planetaria
- Sac-à-poche
- Spianatoia di legno
- Tagliapasta dentellato
- Tagliere
- Teglie
- Trinciante

Ingredienti

Per l'impasto

- 400 g di farina
- 1 cucchiaio di olio extravergine d'oliva
- 50 g di zucchero
- 50 g di burro
- 3 uova
- 5 tuorli

Per il ripieno

- 2 uova
- 4 albumi
- 200 g di zucchero
- 500 g di pecorino
- 1 limone

Procedimento

Per l'impasto

- 1 Impastare la farina nella planetaria con un cucchiaio di olio, lo zucchero, il burro, le uova e i tuorli.
- 2 Lasciar riposare la pasta per 1/2 h, quindi stenderla sulla spianatoia in una sfoglia molto sottile dalla quale ricavare 60 dischi servendosi del tagliapasta dentellato.
- 3 Distribuire su ogni disco il ripieno servendosi del sac-à-poche e pennellare il bordo con l'albume sbattuto.
- 4 Chiudere i dischi ripiegando la pasta in modo da formare delle mezzelune (i cosiddetti "calcioni") e praticare al centro di ognuna un piccolo taglio a forma di croce.
- 5 Imburrare 2 teglie da forno, collocarvi i calcioni ottenuti piuttosto distanti l'uno dall'altro e pennellarli con l'albume sbattuto. Cuocere in forno già caldo alla temperatura di almeno 180 °C per 20 min ca. Servire in piatti coperti con carta gialla.

Per il ripieno

- 1 Amalgamare le uova, gli albumi, lo zucchero e versare nel composto il pecorino poco alla volta.
- 2 Continuare a mescolare amalgamando bene, quindi profumare con la buccia grattugiata del limone.

Varianti

Aggiungere alla farcitura del parmigiano grattugiato che addolcirà il gusto del *dessert*.

Note

Questi dolci ripieni tipici delle Marche erano preparati un tempo durante il periodo pasquale.

Ricetta 88 *Charlotte alla frutta*

QUANTITÀ: 10-12 pezzi

VALORE NUTRIZIONALE: 475 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 120 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruola
- Cerchio in acciaio (Ø 24 cm)
- Coltellino
- Coltello a sega
- Frusta
- Mestolo di legno
- Pennello
- Placca (60 ¥ 45 cm)
- *Sac-à-poche*
- Setaccio
- Spatola
- Tagliere
- Tarocco
- Teglia

Ingredienti

Per la bavarese

- 160 g di tuorli (n. 8)
- 200 g di zucchero
- 1/2 l di latte
- 1 stecca di vaniglia
- 15 g di gelatina in fogli
- 1/2 l di panna
- Maraschino

Per il biscotto *Charlotte*

- 180 g di albumi (n. 6)
- 150 g di zucchero
- 120 g di tuorli (n. 6)
- 150 g di farina
- Zucchero a velo q.b.

Per completare

- Frutta fresca di stagione
- Panna montata zuccherata
- Gelatina di albicocche

Procedimento

Per la bavarese

- 1 Lasciar ammorbidire la gelatina in acqua fredda per 5 min e, nel frattempo, montare la panna.
- 2 Preparare una crema inglese facendo bollire il latte con la stecca di vaniglia, quindi versarlo sui tuorli frustati con lo zucchero. Cuocere il tutto avendo cura che non superi gli 85 °C.
- 3 Versare la crema in una bacinella, strizzare la gelatina e metterla nella crema ancora calda. Appoggiare la bacinella sul ghiaccio e raffreddare fino a 25 °C, quindi unire la panna montata e amalgamare con delicatezza muovendo la spatola dal basso verso l'alto.
- 4 Rivestire il fondo e il bordo del cerchio con il biscotto *Charlotte* e bagnare con il maraschino.
- 5 Lasciar refrigerare il tutto in frigorifero per almeno 4 h, quindi sformare.

Per il biscotto *Charlotte*

- 1 Montare a neve gli albumi con lo zucchero servendosi della frusta. Sbattere anche i tuorli con la frusta e unirli agli albumi montati.
- 2 Setacciare la farina e incorporarla alla massa di uova e zucchero mescolando dal basso verso l'alto.
- 3 Stendere l'impasto su fogli di carta da forno adagiati sulla placca e formare, usando il *sac-à-poche*, dei bastoncini uniti tra loro; cospargere il tutto di zucchero a velo e infornare.
- 4 Quando l'impasto risulterà cotto, sformarlo su un panno pulito e, dopo pochi minuti, eliminare la carta da forno.

Per completare

- 1 Decorare con panna montata zuccherata e frutta fresca di stagione.
- 2 Velare la frutta con gelatina di albicocche fusa con poca acqua.

Ricetta 89 *Chifeleti*

QUANTITÀ: 4 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 417 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 50 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Carta gialla
- Colino
- Friggitrice
- Passaverdure
- Pentola
- Ragno
- Schiumarola
- Tagliapasta a mezzaluna

Ingredienti

- 1 kg di patate
- 200 g di farina
- 100 g di zucchero
- 2 uova
- 1 noce di burro
- Sale
- Zucchero a velo
- Cannella in polvere
- Olio per frittura

Procedimento

- 1 Lessare le patate con la buccia in acqua, quindi sbucciarle e passarle immediatamente al passaverdure.
- 2 Amalgamare bene lo zucchero, la farina, il burro fuso a bagnomaria, le uova e un pizzico di sale lavorando il tutto energicamente.
- 3 Servendosi del tagliapasta, ricavare dall'impasto ottenuto delle minuscole mezzelune (i cosiddetti "chifeleti") e friggerle in abbondante olio bollente.
- 4 Servire i *chifeleti* caldissimi spolverandoli con zucchero a velo mescolato con cannella in polvere.

Varianti

Eliminando le patate e utilizzando il lievito, è possibile ottenere una pasta lievitata dalla quale ricavare mezzelune che possono essere farcite con marmellata, ricotta ecc. In questo caso, i chifeleti dovranno essere spennellati con tuorlo sbattuto e cotti al forno.

Note

I *chifeleti* (o *chifelini*) sono dolci tradizionali del Triestino.

Ricetta 90 Cigni alla panna

QUANTITÀ: 50 pezzi

VALORE NUTRIZIONALE: 651 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 90 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinella
- Casseruola
- Frusta
- Mestolo di legno
- Planetaria accessoriata con frusta
- *Sac-à-poche* accessoriato con set di bocchette
- Tarocco
- Teglie

Ingredienti

Per i cigni (pasta choux)

- 1/2 l di acqua
- 200 g di burro
- 300 g di farina
- 400 g di uova (n. 8)
- Sale

Per il ripieno

- 1 l di panna
- 90 g di zucchero

Per completare

- 50 g di zucchero a velo

Procedimento

Per i cigni (pasta choux)

- 1 Porre sul fuoco l'acqua con il sale e il burro; a ebollizione raggiunta, togliere il liquido dal fuoco e versarvi in un'unica soluzione tutta la farina.
- 2 Rimettere il tutto sul fuoco e lasciar asciugare l'impasto finché non si stacca completamente dalle pareti del recipiente; a questo punto, toglierlo da fuoco e lasciarlo raffreddare per 15 min ca.
- 3 Unire all'impasto ottenuto le uova una alla volta: potrebbe infatti rivelarsi necessario non usare tutte le uova previste dalla ricetta base; in questo caso, limitarsi alla quantità indispensabile per ottenere una massa omogenea, elastica ma non molle.
- 4 Formare degli spuntoni dalla forma a collo di cigno (simili a un punto interrogativo) servendosi del *sac-à-poche* accessoriato con bocchetta n. 4.
- 5 Formare il corpo del cigno realizzando dei bignè tondeggianti oppure oblungi (con coda) servendosi del *sac-à-poche* accessoriato con bocchetta n. 10.
- 6 Cuocere in forno i colli alla temperatura di 170 °C per 10-15 min e i corpi alla temperatura di 220 °C per 20-30 min.
- 7 Una volta cotti e raffreddati, sezionare orizzontalmente i bignè (corpi) e utilizzare la parte superiore, tagliata a metà, per realizzare le ali.
- 8 Spuntonare con la panna montata servendosi del *sac-à-poche* accessoriato con bocchetta n. 16.
- 9 Far aderire alla panna le due ali disponendole al centro del corpo e inserire i colli.

Per il ripieno

- 1 Montare la panna ben fredda con lo zucchero servendosi della frusta.

Per completare

- 1 Spolverare con lo zucchero a velo.

Note

Preparazione servita in assortimenti di pasticceria mignon o utilizzata per guarnire torte.

Ricetta 91 *Crème caramel*

QUANTITÀ: 12 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 156 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 120 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinelle
- *Chinois*
- Frusta
- Mestolo di legno
- Pennello
- Pentola
- Stampini monoporzione in acciaio o stagnola
- Teglia

Ingredienti

Per la crema

- 200 g di uova (n. 4)
- 140 g di tuorli (n. 7)
- 1 l di latte
- 1 stecca di vaniglia
- 150 g di zucchero

Per il caramello

- 150 g di zucchero
- 2 gocce di succo di limone
- Acqua

Procedimento

Per la crema

- 1 Imburrare gli stampini. Sbattere con la frusta le uova, lo zucchero e i tuorli.
- 2 Bollire il latte insieme alla stecca di vaniglia, quindi versarlo ancora bollente sul composto di uova mescolando energicamente per amalgamare bene.
- 3 Filtrare il tutto allo *chinois*.
- 4 Distribuire il caramello sul fondo degli stampini. Schiumare la crema, versarla negli stampini e cuocere a bagnomaria alla temperatura di 165 °C per 90 min ca.
- 5 Quando il composto si sarà assodato negli stampini, toglierlo dal bagnomaria e lasciarlo raffreddare prima di metterlo in frigorifero.
- 6 Sformare ogni bicchierino su piatti individuali e servire il *crème caramel* freddo.

Per il caramello

- 1 Mettere in un pentolino lo zucchero, le due gocce di limone e un po' di acqua e cuocere a fiamma bassa fino a raggiungere il caratteristico colore nocciola scuro. Quindi, immerge il pentolino in acqua fredda per fermare la cottura.

Varianti

Solitamente servito al piatto nei classici stampini monodose, il *crème caramel* può essere preparato anche in stampi più grandi a ciambella o per *plum cake*. In questo caso, la presentazione al cliente può essere completata con una decorazione di panna montata e frutta fresca e/o sciroppata.

Per ottenere il dolce tipico piemontese chiamato "*bûnet*", il *crème caramel* deve essere aromatizzato con cioccolato tritato (100 g), caffè solubile (15 g), amaretti sbriciolati (250 g), cacao (140 g) e rum (1 cucchiaino). Altri ingredienti indicati per aromatizzare la preparazione sono le scorze d'arancia e il vino oppure liquori dolci come il Marsala o il Cointreau.

Ricetta 92 *Croissants* alla crema

QUANTITÀ: 50 pezzi

VALORE NUTRIZIONALE: 398 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 180 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruole
- Colino
- Frusta
- Matterello
- Mestolo di legno
- Planetaria accessoriata con gancio
- Rotella tagliapasta
- *Sac-à-poche* accessoriato con bocchetta liscia
- Tarocco

Ingredienti

Per i croissants

Primo impasto

- 300 g di farina di forza
- 50 g di lievito di birra
- Acqua o latte tiepidi q.b.

Secondo impasto

- 700 g di farina di forza
- 100 g di burro
- 220 g di zucchero
- 150 g di uova (n. 3)
- 15 g di sale
- 50 g di latte in polvere
- Vaniglia
- Scorza di limone
- 400 g di margarina da sfoglia o da croissants

Per la crema pasticcera

- 1/2 l di latte
- 125 g di zucchero
- 80 g di tuorli (n. 4)
- 50 g di farina
- 1/2 stecca di cannella
- 1/2 stecca di vaniglia
- 1/4 di buccia di arancia
- 1/4 di buccia di limone
- Zucchero semolato

Per completare

- Gelatina di frutta
- Zucchero a velo

Procedimento

Per i croissants

- 1 Amalgamare il primo impasto (biga) e lasciarlo lievitare fino al raddoppiamento del proprio volume iniziale.
- 2 Impastare per qualche minuto nella planetaria tutti gli ingredienti del secondo impasto tranne il burro.
- 3 Aggiungere il primo impasto e, quando sarà stato assorbito, unire il burro continuando a impastare fino a ottenere una massa liscia di media consistenza. Quindi, mettere l'impasto in frigorifero e lasciarlo lievitare fino al raddoppiamento del proprio volume iniziale.
- 4 Stendere l'impasto fino a ottenere una sfoglia rettangolare dello spessore di 1 cm in forma di rettangolo. Disporre la margarina su metà della sfoglia, ripiegarla in due, sigillare i bordi e dare tre giri a tre pieghe lasciando riposare la pasta tra una piega e l'altra per 15 min in frigorifero.
- 5 Stendere un impasto dello spessore di 6-8 mm e tagliare delle bande della larghezza di 16 cm con le quali formare dei triangoli isosceli dalla base di 10 cm. Chiudere i triangoli arrotolandoli e tirando leggermente i due vertici di base.
- 6 Lasciar lievitare i *croissants* così ottenuti, quindi cuocerli in forno alla temperatura di 220 °C per 12-14 min.

Per la crema pasticcera

- 1 Bollire il latte con le stecche di cannella e di vaniglia e con le bucce di arancia e di limone. Nel frattempo, sbattere i tuorli con lo zucchero finché il composto non risulta "imbiancato" (nel caso sia necessario velocizzare questa fase, si può procedere scaldando leggermente il composto a bagnomaria).
- 2 Aggiungere al composto la farina, versarvi il latte bollente e amalgamare il tutto con cura.
- 3 Mettere la crema sul fuoco e bollirla per 2-3 min girandola alternativamente con la frusta e con la spatola di legno.
- 4 Ritirare la crema in un recipiente e spolverarla con zucchero semolato oppure coprirla con carta oleata imburata.
- 5 Per una riuscita ottimale, è necessario raffreddare la crema nel più breve tempo possibile (l'ideale sarebbe utilizzare un abbattitore di temperatura).

Per completare

- 1 Prima di infornare i *croissants*, spennellarli di sciroppo o di gelatina di frutta sciolta in poca acqua tiepida.
- 2 Spolverare i *croissants* appena sfornati di zucchero a velo e, una volta freddi, farcirli con la crema servendosi del *sac-à-poche*.

Varianti

In alternativa alla crema pasticcera può essere usata la marmellata.

Note

Usare forno tradizionale di pasticceria.

Ricetta 93 Crostata alla crema

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 338 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinelle
- Carta da forno
- Casseruole
- Colino
- Frusta
- Matterello
- Mestolo di legno
- Panno o pellicola trasparente
- Planetaria accessoriata con gancio
- Tarocco
- Tortiera (Ø 24 cm)

Ingredienti

Per la pasta frolla

- 250 g di farina 00
- 125 g di burro o margarina
- 125 g di zucchero
- 50 g di uova (n. 1)
- Sale fino q.b.
- Aromi (vaniglia, scorza d'arancia o di limone)

Per la crema pasticcera

- 1/2 l di latte
- 125 g di zucchero
- 80 g di tuorli (n. 4)
- 50 g di farina
- 1/2 stecca di cannella
- 1/2 stecca di vaniglia
- 1/4 di buccia di arancia
- 1/4 di buccia di limone
- Zucchero semolato

Per completare

- 1 uovo
- 50 g di pinoli
- Zucchero semolato
- 20 g di zucchero a velo

Procedimento

Per la pasta frolla

- 1 Mescolare il burro "in pomata" (in modo che assuma, cioè, una consistenza molto morbida) con lo zucchero, il sale e gli aromi.
- 2 Aggiungere le uova, quindi versare nel composto in un'unica soluzione la farina setacciata impastando velocemente il tutto fino a ottenere un impasto omogeneo.
- 3 Avvolgere la pasta in un panno (o nella pellicola trasparente) e lasciarla riposare per almeno 1/2 h.
- 4 Spianare la pasta frolla fino a raggiungere lo spessore di 1/2 cm ca, quindi disporla su una tortiera rivestita di carta da forno facendola aderire anche sui bordi.
- 5 Versare la crema pasticcera fredda nella tortiera foderata di pasta frolla, quindi abbassare i bordi, spennellarli d'uovo e coprire con un altro disco di pasta frolla.

Per la crema pasticcera

- 1 Bollire il latte con le stecche di cannella e di vaniglia e con le bucce di arancia e di limone. Nel frattempo, sbattere i tuorli con lo zucchero finché il composto non risulta "imbiancato" (nel caso sia necessario velocizzare questa fase, si può procedere scaldando leggermente il composto a bagnomaria).
- 2 Aggiungere al composto la farina, versarvi il latte bollente e amalgamare il tutto con cura.
- 3 Mettere la crema sul fuoco e bollirla per 2-3 min girandola alternativamente con la frusta e con la spatola di legno.
- 4 Ritirare la crema in un recipiente e spolverarla con zucchero semolato oppure coprirla con carta oleata imburrrata.
- 5 Per una riuscita ottimale, è necessario raffreddare la crema nel più breve tempo possibile (l'ideale sarebbe utilizzare un abbattitore di temperatura).

Per completare

- 1 Prima di infornare, spennellare d'uovo e spolverare di zucchero semolato e pinoli.
- 2 Cuocere in forno alla temperatura di 190 °C per 30-40 min ca, quindi lasciar raffreddare prima di sformare.
- 3 Sformare e spolverare di zucchero a velo prima di servire.

Varianti

Utilizzare crema pasticcera al cioccolato.

Unire 50 g di pinoli tostati alla crema.

Unire 50 g di uva sultanina ammollata e scolata alla crema.

Note

Usare forno tradizionale di pasticceria.

Ricetta 94 Crostata alla ricotta

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 514 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruole
- Colino
- Frusta
- Matterello
- Mestolo di legno
- Planetaria accessoriata con gancio
- Rotella tagliapasta
- Setaccio
- Tarocco
- Tortiera (Ø 24 cm)

Ingredienti

Per la pasta frolla

- 250 g di farina 00
- 125 g di burro o margarina
- 125 g di zucchero
- 50 g di uova (n. 1)
- Sale fino q.b.
- Aromi (vaniglia, scorza d'arancia o di limone)

Per il ripieno

- 500 g di ricotta vaccina
- 150 g di zucchero
- 40 g di tuorli (n. 2)
- 60 g di albumi (n. 2)
- Scorza di 1/2 arancia
- Scorza di 1/2 limone
- Vaniglia
- 100 g di uva sultanina ammollata
- 1 presa di sale

Per completare

- 20 g di zucchero a velo

Procedimento

Per la pasta frolla

- 1 Mescolare il burro "in pomata" (in modo che assuma, cioè, una consistenza molto morbida) con lo zucchero, il sale e gli aromi.
- 2 Aggiungere le uova, quindi versare nel composto in un'unica soluzione la farina impastando velocemente il tutto fino a ottenere un impasto omogeneo.
- 3 Avvolgere la pasta in un panno (o nella pellicola trasparente) e lasciarla riposare per almeno 1/2 h.
- 4 Foderare con la pasta frolla i bordi di una tortiera.
- 5 Versare il ripieno nella tortiera foderata con la pasta frolla e ricoprire con strisce di pasta disposte a griglia.
- 6 Infornare e cuocere alla temperatura di 180 °C per 30 min ca. A cottura ultimata, lasciar raffreddare prima di sformare.

Per il ripieno

- 1 Frullare o setacciare la ricotta, quindi amalgamare bene tutti gli ingredienti (inserire da ultimo gli albumi montati a neve ferma).

Per completare

- 1 Cospargere i bordi della crostata di zucchero a velo prima di servire.

Varianti

Unire anche il succo degli agrumi.
Decorare con mandorle tagliate a lamelle.
Sostituire gli albumi con 125 g di crema pasticcera.
Per ottenere la crostata di ricotta e mele aggiungere al ripieno 4 mele deliziose tagliate a fette sottili e 10 g di cannella in polvere.

Note

La variante con la crema riduce i tempi di lavorazione ma appesantisce la preparazione.

Ricetta 95 Crostata di riso

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 440 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinelle
- Carta d'alluminio
- Casseruole
- Colino
- Frusta
- Matterello
- Mestolo di legno
- Planetaria accessoriata con gancio
- *Rondeau*
- Rotella tagliapasta
- Tarocco
- Tortiera (Ø 24 cm)

Ingredienti

Per la pasta frolla

- 250 g di farina 00
- 125 g di burro o margarina
- 125 g di zucchero
- 50 g di uova (n. 1)
- Sale fino q.b.
- Aromi (vaniglia, scorza d'arancia o di limone)

Per il ripieno

- 1/2 l di latte intero
- 125 g di zucchero
- 110 g di riso originario
- 60 g di tuorli (n. 3)
- 90 g di albumi (n. 3)
- Scorza di 1/2 arancia
- Scorza di 1/2 limone
- Vaniglia
- 100 g di uva sultanina ammollata
- 1 presa di sale

Per completare

- 20 g di zucchero a velo

Procedimento

Per la pasta frolla

- 1 Mescolare il burro "in pomata" (in modo che assuma, cioè, una consistenza molto morbida) con lo zucchero, il sale e gli aromi.
- 2 Aggiungere le uova, quindi versare nel composto in un'unica soluzione la farina setacciata impastando velocemente il tutto fino a ottenere un impasto omogeneo.
- 3 Avvolgere la pasta in un panno (o nella pellicola trasparente) e lasciarla riposare per almeno 1/2 h.
- 4 Foderare con la pasta frolla i bordi di una tortiera.
- 5 Versare il ripieno nella tortiera foderata con la pasta frolla e ricoprire con strisce di pasta disposte a griglia.
- 6 Infornare e cuocere alla temperatura di 180 °C per 30-40 min ca. A cottura ultimata, lasciar raffreddare prima di sfornare.

Per il ripieno

- 1 Bollire il riso in abbondante acqua per 1 min, quindi scolarlo. Bollire il latte in un *rondeau* e versarvi il riso scottato. Coprire con carta d'alluminio e cuocere a fuoco moderato fino al completo assorbimento del liquido di cottura.
- 2 Lasciar raffreddare il riso, quindi unire il resto degli ingredienti (inserire da ultimo gli albumi montati a neve).

Per completare

- 1 Cospargere i bordi della crostata di zucchero a velo prima di servire.

Varianti

Sostituire 75 g di zucchero e le uova con 200 g di crema pasticcera. Cuocere il riso in due parti di latte e una di acqua. Utilizzando gli appositi stampini al posto della tortiera e seguendo la variante con crema pasticcera, è possibile realizzare le paste di riso.

Note

La variante con la crema riduce i tempi di lavorazione ma appesantisce la preparazione.

Ricetta 96 Mele in gabbia

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 780 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 180 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruola
- Coltello a sega
- Frusta
- Levatoroli
- Matterello
- Mestolo di legno
- Sac-à-poche
- Spatola
- Stampini zigrinati
- Tarocco
- Teglie

Ingredienti

Per la pasta sfoglia

- 1 kg di farina di forza
- 800 g di margarina per sfoglia
- 1/2 l ca di acqua
- 10 g di sale

Per le mele

- 10 mele di media grandezza
- 100 g di burro
- 120 g di zucchero a velo

Per la salsa vaniglia

- 1/2 l di latte
- 1/2 l di panna
- 300 g di zucchero
- 400 g di tuorli (n. 20)
- 15 g di amido di mais
- 1 stecca di vaniglia

Procedimento

Per la pasta sfoglia

- 1 Preparare un impasto con l'acqua molto fredda, la farina e il sale evitando di lavorarlo troppo a lungo.
- 2 Incidere sull'impasto ottenuto una croce e lasciarlo riposare in frigorifero per 30 min ca.
- 3 Nel frattempo, ammorbidire la margarina finché non abbia raggiunto la stessa consistenza dell'impasto già preparato e darle la forma di un panetto. Quindi, stendere uno strato di pasta dello spessore di 1-2 cm, disporvi al centro la margarina e coprirla ripiegandovi sopra le parti eccedenti dell'impasto.
- 4 Battere qualche colpo di matterello, in modo che la margarina si distribuisca in maniera omogenea, quindi spianare l'impasto fino a fargli raggiungere lo spessore di 1,5 cm ca e dargli la forma di un rettangolo i cui lati maggiori misurino il triplo di quelli minori.
- 5 Piegare il rettangolo in tre parti ottenendo in questo modo il primo "giro".
- 6 Ruotare la pasta di 90 gradi e stenderla nuovamente, quindi piegarla ancora in tre parti e lasciarla riposare per 30 min in frigorifero. Stendere nuovamente la pasta e ripiegarla in tre parti.
- 7 Proseguire in questo modo fino a compiere un totale di 6 giri, lasciando sempre riposare la pasta per 30 min in frigorifero ogni due giri. A questo punto, la pasta è pronta per essere utilizzata.

Per le mele

- 1 Sbucciare accuratamente le mele e, servendosi dell'apposito strumento, eliminarne i torsoli.
- 2 Lavorare con una frusta il burro ammorbidito con lo zucchero.
- 3 Utilizzando il sac-à-poche, farcire con l'impasto di burro e zucchero le cavità praticate nelle mele.
- 4 Spianare la pasta fino a raggiungere uno spessore di 3,5 mm e dividerla in quadrati grandi quanto basta a contenere una mela.
- 5 Avvolgere ciascun frutto nella pasta sollevando gli angoli dei quadrati e unendoli sulla sommità della mela.
- 6 Decorare la parte superiore delle mele così ricoperte con dischetti di pasta ottenuti utilizzando gli stampini zigrinati.
- 7 Lucidare con il tuorlo sbattuto ogni pezzo e cuocere alla temperatura di 200 °C per almeno 20 min. Servire le mele in gabbia spolverate di zucchero a velo e accompagnate con salsa vaniglia tiepida.

Per la salsa vaniglia

- 1 Portare a ebollizione il latte insieme alla panna e alla vaniglia.
- 2 Sbattere i tuorli con lo zucchero e l'amido e versare su di essi il composto bollente di latte e panna privato della stecca di vaniglia.
- 3 Portare il tutto nuovamente sul fuoco e, appena accenna a bollire, versare in una bacinella per fermare la cottura.

Ricetta 97 Millefoglie (1/2)

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 700 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 180 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruola
- Coltello a sega
- Frusta
- Matterello
- Mestolo di legno
- Rullo bucasfoglia
- Spatola
- Tarocco
- Teglie

Ingredienti

Per la pasta sfoglia

- 1/2 kg di farina di forza
- 400 g di margarina per sfoglia
- 2,5 dl ca di acqua
- 5 g di sale

Per la crema pasticcera

- 1/2 l di latte
- 125 g di zucchero
- 80 g di tuorli (n. 4)
- 60 g di farina
- 1/2 stecca di vaniglia
- 1/2 stecca di cannella
- 1/4 di buccia di arancia
- 1/4 di buccia di limone
- Zucchero semolato

Per completare

- Zucchero a velo
- Granella di nocciole

Millefoglie (2/2)

Procedimento

Per la pasta sfoglia

- 1 Preparare un impasto con l'acqua molto fredda, la farina e il sale evitando di lavorarlo troppo a lungo.
- 2 Incidere sull'impasto ottenuto una croce e lasciarlo riposare in frigorifero per 30 min ca.
- 3 Nel frattempo, ammorbidire la margarina finché non abbia raggiunto la stessa consistenza dell'impasto già preparato e darle la forma di un panetto. Quindi, stendere uno strato di pasta dello spessore di 1-2 cm, disporvi al centro la margarina e coprirla ripiegandovi sopra le parti eccedenti dell'impasto.
- 4 Battere qualche colpo di matterello, in modo che la margarina si distribuisca in maniera omogenea, quindi spianare l'impasto fino a fargli raggiungere lo spessore di 1,5 cm ca e dargli la forma di un rettangolo i cui lati maggiori misurino il triplo di quelli minori.
- 5 Piegarlo in tre parti ottenendo in questo modo il primo "giro".
- 6 Ruotare la pasta di 90 gradi e stenderla nuovamente, quindi piegarla ancora in tre parti e lasciarla riposare per 30 min in frigorifero. Stendere nuovamente la pasta e ripiegarla in tre parti.
- 7 Proseguire in questo modo fino a compiere un totale di 6 giri, lasciando sempre riposare la pasta per 30 min in frigorifero ogni due giri. A questo punto, la pasta è pronta per essere utilizzata.

Per la crema pasticcera

- 1 Bollire il latte con le stecche di cannella e di vaniglia e con le bucce di arancia e di limone. Nel frattempo, sbattere i tuorli con lo zucchero finché il composto non risulta "imbiancato" (nel caso sia necessario velocizzare questa fase, si può procedere scaldando leggermente il composto a bagnomaria).
- 2 Aggiungere al composto la farina, versarvi il latte bollente e amalgamare il tutto con cura.
- 3 Mettere la crema sul fuoco e bollirla per 2-3 min girandola alternativamente con la frusta e con la spatola di legno.
- 4 Ritirare la crema in un recipiente e spolverarla con zucchero semolato oppure coprirla con carta oleata imburata.
- 5 Per una riuscita ottimale, è necessario raffreddare la crema nel più breve tempo possibile (l'ideale sarebbe utilizzare un abbattitore di temperatura).

Preparazione del millefoglie

- 1 Quando la pasta è ben riposata, stenderla fino a raggiungere uno spessore di 2-2,5 mm.
- 2 Disporre la sfoglia sulle teglie e bucarla con il rullo.
- 3 Lasciar riposare per almeno 1 h prima di passare nel forno. Quindi, cuocere alla temperatura di 220 °C per almeno 20-25 min.
- 4 A cottura quasi ultimata, spolverare di zucchero a velo e infornare nuovamente fino a quando lo zucchero risulterà cotto.
- 5 Alternare a ogni strato di sfoglia uno strato di crema fino all'esaurimento degli ingredienti.
- 6 Completare inserendo un ultimo strato di sfoglia in modo da ricoprire interamente il preparato.
- 7 Ricoprire i bordi con la crema.

Per completare

- 1 Far aderire sui bordi cosparsi di crema della granella di nocciole o della sfoglia sbriciolata.
- 2 Spolverare l'intera superficie del millefoglie con zucchero a velo.

Varianti

Farcire con crema Chantilly (crema pasticcera addizionata con panna montata).

Arricchire con lamponi, fragole e/o mirtilli.

Per realizzare il diplomatico, sostituire la sfoglia centrale con pan di Spagna bagnato al rum e aggiungere gocce di cioccolato alla crema.

Note

Dolce classico della pasticceria italiana che, una volta preparato, non dovrebbe essere conservato troppo a lungo in frigorifero ma consumato subito per evitare che la sfoglia perda la caratteristica friabilità.

Ricetta 98 Panini al latte

QUANTITÀ: 80-100 pezzi

VALORE NUTRIZIONALE: 496 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 120 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Affettatrice
- Bacinelle
- Coltello a sega
- Matterello
- Planetaria accessoriata con gancio
- Set tagliapasta
- Spatola
- Tagliere

Ingredienti

- 1 kg di farina di forza
- 40 g di lievito di birra
- 200 g di uova (n. 4)
- 200 g di burro
- 10 g di zucchero
- 20 g di sale
- 1,5 dl di latte
- 1,5 dl ca di acqua

Procedimento

- 1 Preparare la biga con 300 g di farina, tutto il lievito, lo zucchero, l'acqua tiepida e lasciarla lievitare fino al raddoppiamento del proprio volume iniziale.
- 2 Sciogliere il sale nel latte, unire gli altri ingredienti e impastare il tutto per almeno 10 min nella planetaria.
- 3 Aggiungere la biga lievitata e lavorare ancora l'impasto all'interno della planetaria finché non si stacca dalle pareti del recipiente.
- 4 Lasciar lievitare l'impasto in luogo tiepido fino al raddoppiamento del proprio volume iniziale, quindi rompere la lievitazione e formare dei piccoli panini dalla forma tonda oppure ovale e dal peso di 20-25 g ca l'uno.
- 5 Lasciar lievitare nuovamente i panini così ottenuti coprendoli con un panno umido e spennellarli con uovo sbattuto prima di passarli nel forno già caldo alla temperatura di 220 °C per 15 min ca.

Note

Usare forno tradizionale di pasticceria.

Ricetta 99 Pastiera

QUANTITÀ: 6 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 746 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Casseruola
- Cucchiaio
- Frusta con fili flessibili
- Glassiera
- Grattugia
- Matterello
- Paletta di legno
- Rotella tagliapasta
- Setaccio
- Spatola triangolare
- Spelucchino
- Tortiera

Ingredienti

Per la pasta frolla

- 300 g di farina
- 150 g di zucchero
- 165 g di burro
- 2 uova
- Scorza di 1 limone
- 1 bustina di vaniglia
- 1 pizzico di sale

Per il ripieno

- 500 g di ricotta di pecora
- 300 g di zucchero
- 4 uova
- 350 g di grano bagnato
- 2,5 dl di latte
- Scorzette (listarelle di scorza) di limone e cedro candito
- Acqua di fiori d'arancio
- Vaniglia
- Cannella
- Burro
- Zucchero a velo

Procedimento

Per la pasta frolla

- 1 Disporre la farina a fontana, versarvi al centro tutti gli ingredienti e amalgamarli tra loro incorporando a poco a poco la farina. Quando l'impasto, che non deve essere lavorato a lungo, risulterà omogeneo, farne una palla, avvolgerlo in carta oleata e lasciarlo riposare in frigorifero per 1/2 h.
- 2 Stendere con il matterello i 2/3 della pasta frolla per formare un disco con cui foderare la tortiera leggermente imburata e infarinata. Quindi, riempire con il ripieno.
- 3 Tagliare la rimanente pasta frolla in strisce da usare per decorare la superficie della pastiera incrociandole in modo da formarvi una griglia.

Per il ripieno

- 1 Cuocere nel latte a fuoco basso il grano bagnato con un cucchiaio di zucchero, la vaniglia, la cannella, una scorza di limone (che poi sarà scartata) e una noce di burro. Mescolare di tanto in tanto finché il latte non risulta completamente assorbito, quindi lasciar raffreddare il composto.
- 2 Nel frattempo, a parte, passare la ricotta al setaccio, amalgamarla con lo zucchero e i tuorli, unire il grano freddo, i canditi a pezzetti, ancora cannella e vaniglia, l'acqua di fiori d'arancio e, infine, gli albumi montati a neve.

Varianti

Sostituire parte della ricotta con crema pasticcera.

Note

La pastiera nacque come dolce pasquale ma, col tempo, ha conquistato un ruolo da protagonista e, poiché oggi i suoi ingredienti sono reperibili durante tutto l'anno, è divenuta un dolce molto comune.

Ricetta 100 *Plum cake*

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 419 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 90 min

DIFFICOLTÀ: ①

Attrezzature

- Bacinelle
- Carta da forno
- Colino
- Coltello a sega
- Cucchiaino di legno
- Cucchiaino
- Fruste
- Planetaria
- Setaccio
- Spatole
- Stampo per *plum cake*
- Tagliere

Ingredienti

Per il *plum cake*

- 250 g di farina
- 250 g di zucchero
- 250 g di burro
- 250 g di uova (n. 5)
- 150 g di misto di uva sultanina e canditi
- 1 presa di sale
- 1/2 bustina di lievito chimico
- 1 dl di rum
- 1 stecca di vaniglia
- Scorza grattugiata di 1/2 arancia
- Scorza grattugiata di 1/2 limone

Per la crema inglese

- 12 tuorli
- 300 g di zucchero
- 1 l di latte
- Aromi

Per completare

- Zucchero a velo
- 2 dl di salsa inglese alla vaniglia

Procedimento

Per il *plum cake*

- 1 Per prima cosa è necessario preparare il rivestimento: appoggiare lo stampo per *plum cake* su un foglio di carta da forno e, con una matita, disegnare il contorno del fondo; poi, appoggiando il recipiente alternativamente sui 4 lati, quello delle pareti.
- 2 Quindi, tagliare la sagoma di carta, adattarla allo stampo e imburrrarla.
- 3 Ammollare nel rum l'uva sultanina e/o i canditi. Montare il burro, precedentemente ammorbidito, con lo zucchero e il sale. Quando il composto risulterà montato e cremoso, incorporare le uova, la farina setacciata, il lievito, le scorze d'arancia e di limone e la vaniglia.
- 4 Completare l'impasto con l'aggiunta dell'uva sultanina e/o dei canditi sgocciolati dal liquore e ben infarinati per evitare che si depositino sul fondo durante la cottura.
- 5 Versare l'impasto nello stampo ed eseguire sulla superficie un'incisione nel senso della lunghezza con un cucchiaino di legno bagnato. Cuocere in forno alla temperatura di 180 °C per 1 h.
- 6 Lasciar raffreddare, quindi spolverare di zucchero a velo e servire accompagnando con crema inglese tiepida.

Per la crema inglese

- 1 Bollire il latte con gli aromi e sbattere i tuorli con lo zucchero finché il composto non risulta "imbiancato"; quindi, versarvi il latte bollito.
- 2 Riportare il tutto sul fuoco e mescolare ininterrottamente con un mestolo di legno.
- 3 Dopo qualche minuto, la schiuma formatasi in superficie tenderà a scomparire e la crema comincerà ad addensarsi. È fondamentale che la crema non arrivi a bollire, altrimenti rischia di "stracciarsi" (per determinare il momento giusto con precisione, è consigliabile usare un termometro: la crema è pronta quando raggiunge la temperatura di 85 °C). A questo punto, toglierla dal fuoco e filtrarla prima di raffreddarla rapidamente.

Varianti

Unire al composto gli albumi montati a neve ferma come ultimo ingrediente o una bustina intera di lievito chimico setacciato con la farina per ottenere un *plum cake* più soffice.

Per ottenere la preparazione più vicina a quella tradizionale inglese, unire all'impasto 5 g di cannella in polvere, 1 chiodo di garofano in polvere, 1,5 g di mais in polvere e 50 g di mandorle grattugiate. Sostituire l'uva sultanina e/o i canditi con frutta fresca o altri aromi (cacao ecc.).

Per ottenere piccoli *plum cakes*, distribuire l'impasto negli appositi stampini imburrrati e infarinati.

Note

Il *plum cake* non deve essere mai farcito, ma accompagnato con salse quali crema inglese, panna montata ecc.

Ricetta 101 *Profiteroles*

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 600 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 120 min

DIFFICOLTÀ: 3

Attrezzature

- Bacinelle
- Casseruola
- Coltellino
- Forchette
- Frusta
- Mestolo di legno
- Placca
- Planetaria accessoriata con frusta
- *Sac-à-poche* accessoriato con set di bocchette
- Tarocco
- Teglie

Ingredienti

Per la pasta choux

- 1/2 l di acqua
- 200 g di burro
- 300 g di farina
- 400 g di uova (n. 8)
- Sale

Per la crema Chantilly

- 1 l di panna
- 90 g di zucchero a velo vanigliato

Per glassare

- 450 g di copertura al cioccolato fondente
- 300 g di copertura al latte
- 100 g di burro
- 300 g di panna

Procedimento

Per la pasta choux

- 1 Porre sul fuoco l'acqua con il sale e il burro; a ebollizione raggiunta, togliere il liquido dal fuoco e versarvi in un'unica soluzione tutta la farina.
- 2 Rimettere il tutto sul fuoco e lasciar asciugare l'impasto finché non si stacca completamente dalle pareti del recipiente; a questo punto, toglierlo da fuoco e lasciarlo raffreddare per 15 min ca.
- 3 Unire all'impasto ottenuto le uova una alla volta: potrebbe infatti rivelarsi necessario non usare tutte le uova previste dalla ricetta base; in questo caso, limitarsi alla quantità indispensabile per ottenere una massa omogenea, elastica ma non molle.
- 4 Servendosi del *sac-à-poche*, gettare dei bignè sulla placca disponendoli alla distanza di 3 cm l'uno dall'altro.
- 5 Cuocere i bignè ottenuti in forno alla temperatura di 200-210 °C per 20 min ca, inizialmente a valvola chiusa, poi a valvola aperta.
- 6 Sfnare i bignè quando risultano asciutti e, una volta freddi, forarli alla base utilizzando un coltellino.
- 7 Farcire i bignè con la crema Chantilly servendosi del *sac-à-poche* accessoriato con la bocchetta liscia piccola.
- 8 Disporre i bignè a cupola su un vassoio e guarnire con fiocchi di panna zuccherata.

Per la crema Chantilly

- 1 Montare la panna ben fredda con lo zucchero nella planetaria accessoriata con la frusta.

Per glassare

- 1 Fondere al microonde le coperure, unire il burro fuso e la panna calda e amalgamare.
- 2 Servendosi di due forchette, glassare i bignè immergendoli completamente nella copertura e scolandoli bene.

Varianti

Farcire i bignè con crema pasticcera addizionata di panna montata. Per ottenere il *profiterole* bianco, glassare i bignè con copertura al cioccolato bianco.

Decorare il *profiterole* con foglie di vite realizzate in pasta per cialde disponendo i bignè in modo che la composizione ricordi una pigna d'uva nera e/o bianca.

Ricetta 102 Tiramisù

QUANTITÀ: 10 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 453 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Bacinelle
- Carta da forno
- Coltello a sega
- Cucchiaini
- Fruste
- Pirofila
- Placca
- Planetaria
- Setaccio
- Spatole
- Tagliere
- Teglie

Ingredienti

Per il bisquit

- 120 g di albumi (n. 6)
- 150 g di zucchero
- 120 g di tuorli (n. 6)
- 150 g di farina
- Zucchero a velo

Per la crema al mascarpone

- 500 g di mascarpone
- 150 g di zucchero
- 200 g di uova (n. 4)

Per completare

- Caffè lungo corretto al Marsala
- Cacao amaro

Procedimento

Per il bisquit

- 1 Montare a neve ben ferma gli albumi con lo zucchero, quindi, incorporare i tuorli appena frustati.
- 2 Setacciare la farina e incorporarla alla massa di uova e zucchero mescolando dal basso verso l'alto.
- 3 Stendere l'impasto così ottenuto sulla placca rivestita con carta da forno, cospargere il tutto di zucchero a velo e infornare.
- 4 Cuocere alla temperatura di 220 °C per 5-10 min ca mantenendo il bisquit ancora tenero.
- 5 A cottura ultimata, sformare su un panno pulito e, dopo pochi minuti, eliminare la carta da forno.

Per la crema al mascarpone

- 1 Montare i tuorli con 100 g di zucchero, quindi unire il mascarpone poco per volta continuando a montare.
- 2 Montare gli albumi a neve ben ferma con lo zucchero rimanente.
- 3 Amalgamare delicatamente le due masse servendosi della frusta.

Per completare

- 1 Confezionare il dolce in pirofila alternando 2 strati di crema al mascarpone con 2 strati di bisquit bagnato con caffè corretto al Marsala.
- 2 Guarnire il tiramisù spolverandolo di cacao poco prima di servire.

Varianti

Per ottenere una crema più consistente, dimezzare la dose delle uova e incorporare 1/2 l di panna montata. Sostituire il biscotto classico con pan di Spagna, savoiardi, pavesini o amaretti. Aggiungere alla crema cioccolato fondente in gocce.

Note

Dolce classico della pasticceria italiana, può essere preparato anche in coppette monodose.

Ricetta 103 *Torta de paparèle* (torta di pappardelle)

QUANTITÀ: 8 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 480 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 120 min

DIFFICOLTÀ: 2

Attrezzature

- Coltelli da verdure
- Pennello
- Spelucchino
- Spianatoia di legno
- Tagliere
- Tortiera

Ingredienti

- 320 g di farina 00
- 200 g di zucchero
- 200 g di burro
- 150 g di mandorle
- 100 g di limoni
- 30 g di mandorle amare
- 4 uova
- 20 ml di liquore dolce
- 1 pizzico di sale fino
- 50 g di zucchero a velo

Procedimento

- 1 Disporre la farina a fontana sulla spianatoia, aggiungere 50 g di burro fuso, le uova e il sale, quindi impastare il tutto e lasciar riposare per 15 min.
- 2 Tirare la pasta molto sottile e formare delle sfoglie della lunghezza di 25 cm.
- 3 Tritare le mandorle molto finemente con lo zucchero, unire la buccia di limone grattugiata e quindi imburrare e infarinare la tortiera.
- 4 Tagliare la sfoglia in forma di tagliatelle (paparèle) e disporle sul fondo della tortiera; cospargere le tagliatelle con il composto di mandorle e il burro a fiocchi e spruzzare con il succo di limone. Procedere a strati fino all'esaurimento degli ingredienti.
- 5 Cuocere per 1 h ca alla temperatura di 170 °C. A cottura ultimata, bagnare la torta con poco succo di limone. Servire spolverando di zucchero a velo.

Note

La torta deve essere tagliata ancora calda.

Ricetta 104 Zuppa inglese

QUANTITÀ: 10-12 porzioni

VALORE NUTRIZIONALE: 455 cal/porz.

TEMPO DI LAVORAZIONE: 60 min

DIFFICOLTÀ:

Attrezzature

- Bacinelle
- Coltello a sega
- Cucchiaini
- Frusta
- Mestolo di legno
- Pennello
- Pentole
- Pirofila
- Planetaria
- Sac-à-poche accessoriato con bocchetta rigata
- Salamandra
- Spatola
- Stampini monodose
- Tagliere
- Tortiera (Ø 24 cm)

Ingredienti

Per il pan di Spagna

- 300 g di uova (n. 6)
- 200 g di farina
- 200 g di zucchero
- Scorza grattugiata di 1/2 limone

Per la crema cioccolato

- 1/2 l di latte
- 150 g di zucchero
- 40 g di farina
- 40 g di cacao
- 2 cucchiaini di acqua

Per la crema vaniglia

- 1/2 l di latte
- 80 g di tuorli (n. 4)
- 50 g di farina
- 1 stecca di vaniglia

Per la meringa

- 120 g di albumi
- 250 g di zucchero
- Succo di 1/2 limone

Per completare

- 1 dl di alchermes
- 50 g di mandorle

Procedimento

Per il pan di Spagna

- 1 Mescolare lo zucchero, le uova e la vaniglia, lavorare il composto con la frusta e scaldarlo a bagnomaria finché non raggiunge la temperatura di 40° C.
- 2 Montare il composto in planetaria finché non risulta spumoso e freddo.
- 3 Servendosi della spatola, incorporare a pioggia la farina setacciata mescolando il composto dal basso verso l'alto.
- 4 Versare il composto negli stampini imburrati e infarinati e cuocere in forno alla temperatura di 180-190 °C per 30 min.

Per la crema cioccolato

- 1 Bollire il latte e versarlo sul composto di cacao, zucchero e farina diluiti leggermente in acqua, quindi riportare il tutto a ebollizione e versare in una bacinella.

Per la crema vaniglia

- 1 Bollire il latte con la stecca di vaniglia da eliminare prima di versarlo sui tuorli lavorati con lo zucchero e la farina; quindi riportare il tutto a ebollizione e versare in una bacinella.

Per la meringa

- 1 Montare gli albumi insieme allo zucchero e al succo di limone in planetaria.

Preparazione della zuppa inglese

- 1 Utilizzando un coltello a sega, tagliare il pan di Spagna in fette non troppo spesse. Disporre uno strato di fette di pan di Spagna in una pirofila, bagnarle con alchermes servendosi del pennello e versarvi la crema al cioccolato. Quindi, ricoprire con altre fette di pan di Spagna bagnate con alchermes e versare la crema vaniglia.
- 2 Procedere a strati e ricoprire con un ultimo strato di pan di Spagna bagnato con alchermes.

Per completare

- 1 Decorare la superficie del dolce con la meringa servendosi del sac-à-poche, quindi cospargere di mandorle tagliate a lamelle e gratinare alla salamandra.

Varianti

Eliminare la crema cioccolato e raddoppiare la dose della crema vaniglia unendo gocce di cioccolato fondente o aromatizzando metà del composto con cacao.

Note

A dispetto del nome (che deriva probabilmente dal fatto che in passato il dolce era servita dagli osti ai turisti inglesi in visita alla nostra penisola), è una ricetta di pasticceria italiana preparata soprattutto nelle regioni del Centro Italia.

INDICE DELLE RICETTE

In colore sono evidenziate le ricette di cucina regionale cortesemente fornite dagli IPSSAR di tutta Italia.

Antipasti

- RICETTA 1 Arancine di riso
- RICETTA 2 *Arancine di riso alla siciliana*
- RICETTA 3 Assortimento di tartellette calde
- RICETTA 4 Assortimento di tartellette fredde
- RICETTA 5 Assortimento di tartine
- RICETTA 6 Bresaola con rucola e grana
- RICETTA 7 Caprese
- RICETTA 8 Crostini di fegatini di pollo alla toscana
- RICETTA 9 Insalata di riso
- RICETTA 10 Insalata nizzarda
- RICETTA 11 Insalata russa
- RICETTA 12 Mozzarella in carrozza
- RICETTA 13 *Quiche lorenese*
- RICETTA 14 *Sciatt*
- RICETTA 15 Sformati di spinaci
- RICETTA 16 Spiedini di verdure fritte

Primi piatti

- RICETTA 17 *Brodetto alla cervese*
- RICETTA 18 *Consommé brunoise*
- RICETTA 19 Crema Clamart
- RICETTA 20 Crespelle alla fiorentina
- RICETTA 21 Farfalle primavera
- RICETTA 22 Gnocchetti di verza in cartoccio
- RICETTA 23 Gnocchi ai quattro formaggi
- RICETTA 24 Gnocchi alla parigina
- RICETTA 25 *Gnocchi di castagne alle scaglie di toma stagionata*
- RICETTA 26 Gnocchi di semolino alla romana
- RICETTA 27 Lasagne alla bolognese
- RICETTA 28 *Minestra di castagne*
- RICETTA 29 *Minestrone d'orzo*
- RICETTA 30 Orecchiette alle rape
- RICETTA 31 *Pisarei e faso (gnocchetti e fagioli)*
- RICETTA 32 Polenta con sugo di cinghiale
- RICETTA 33 *Risotto all'isolana*
- RICETTA 34 Risotto allo zafferano
- RICETTA 35 Tagliatelle ai funghi
- RICETTA 36 Tortellini in brodo
- RICETTA 37 Tortellini verdi ai porri e patate
- RICETTA 38 Vellutata ai carciofi
- RICETTA 39 *Vermicelli con alici e finocchietto selvatico*
- RICETTA 40 Zuppa di cardone
- RICETTA 41 Zuppa di farro e funghi
- RICETTA 42 Zuppa di pane
- RICETTA 43 Zuppa frantoiana

Secondi piatti

- RICETTA 44 *Agnello arrosto*
- RICETTA 45 *Anatra all'arancia*
- RICETTA 46 *Arista in crosta di pane*
- RICETTA 47 *Burrada (pesce in tocchetto)*
- RICETTA 48 *Cazmarr o maretto di agnello*
- RICETTA 49 *Chicken pie*
- RICETTA 50 *Coda alla vaccinara*
- RICETTA 51 *Coniglio fritto*
- RICETTA 52 *Coniglio in porchetta*

- RICETTA 53 *Costoletta alla milanese*
- RICETTA 54 *Costoletta di suino al pecorino di fossa*
- RICETTA 55 *Filetti di suino con origano e capperi*
- RICETTA 56 *Filetto al pepe verde*
- RICETTA 57 *Garagò alla marottese*
- RICETTA 58 *Gulasch di manzo*
- RICETTA 59 *Medaglioni di manzo al tartufo nero*
- RICETTA 60 *Miscischia all'uso di Guardialfiera*
- RICETTA 61 *Nodini di vitello alla sassi*
- RICETTA 62 *Petti di pollo alla Sandeman*
- RICETTA 63 *Pizza Margherita*
- RICETTA 64 *Pollo alla diavola*
- RICETTA 65 *Rollé di vitella al forno*
- RICETTA 66 *Scaloppa di vitello al limone*
- RICETTA 67 *Tacchina alla canzanese*
- RICETTA 68 *Tegame alla barese*

Contorni

- RICETTA 69 *Cavolfiori gratinati Mornay*
- RICETTA 70 *Crocchette di patate*
- RICETTA 71 *Fagioli all'uccelletto*
- RICETTA 72 *Finocchi gratinati*
- RICETTA 73 *Involtini di fagiolini*
- RICETTA 74 *Macedonia di verdure al burro*
- RICETTA 75 *Parmigiana di melanzane*
- RICETTA 76 *Patate al forno*
- RICETTA 77 *Patate delfino*
- RICETTA 78 *Patate duchessa*
- RICETTA 79 *Piselli al prosciutto*
- RICETTA 80 *Pomodori gratinati*
- RICETTA 81 *Purè di patate*
- RICETTA 82 *Tortino di spinaci*
- RICETTA 83 *Zucchini al funghetto*

Dolci

- RICETTA 84 *Assortimento di bignè*
- RICETTA 85 *Bavarese ai lamponi*
- RICETTA 86 *Budino al cioccolato*
- RICETTA 87 *Calcioni*
- RICETTA 88 *Charlotte alla frutta*
- RICETTA 89 *Chifeleti*
- RICETTA 90 *Cigni alla panna*
- RICETTA 91 *Crème caramel*
- RICETTA 92 *Croissants alla crema*
- RICETTA 93 *Crostata alla crema*
- RICETTA 94 *Crostata alla ricotta*
- RICETTA 95 *Crostata di riso*
- RICETTA 96 *Mele in gabbia*
- RICETTA 97 *Millefoglie*
- RICETTA 98 *Panini al latte*
- RICETTA 99 *Pastiera*
- RICETTA 100 *Plum cake*
- RICETTA 101 *Profiteroles*
- RICETTA 102 *Tiramisù*
- RICETTA 103 *Torta de paparèle (torta di pappardelle)*
- RICETTA 104 *Zuppa inglese*