





# *Le Ricette di Nonna*

*Marisa*

*Con istruzioni a prova di Nonno!*





*Alla colonna portante delle nostre vite*



# Le Ricette di Nonna Marisa

## Indice

*Introduzione*.....p.11

### *Le Basi:*

Brodo di carne..... p.15

Brodo di verdura..... p.16

Sfoglia gialla e verde..... p.17

Besciamella..... p.18

### *Zuppe e Minestre in brodo:*

Passato di verdura..... p.21

Minestra coi piselli..... p.22

Minestra con le lenticchie..... p.23

Durini coi fagioli..... p.24

Minestrina all'olio..... p.26

Passatelli..... p.27

Cappelletti..... p.28

### *Primi piatti :*

Lasagne verdi..... p.31

Nidi di rondine..... p.33

Pasta con gli stridoli..... p.34

Tagliatelle..... p.35

Tortelli..... p.36

Risotto della Nonna..... p.37

Maccheroni con le patate..... p.38

Ruote al profumo di mare.....	p.39
Strozza al ragù.....	p.41
Carbonara senza uovo.....	p.43
Cous Cous con zucchine e gamberetti.....	p.44

### ***Secondi piatti:***

Arrosto di filetto di maiale.....	p.47
Coniglio della Domenica.....	p.48
Frittata coi pomodori.....	p.49
Frittata con la cipolla.....	p.50
Triglie in umido.....	p.50
Sogliole al vapore.....	p.51
Sardoncini in padella.....	p.51
Mazzole.....	p.52
Tonno e cipolla.....	p.53
Seppiolini coi piselli.....	p.54
Pesce spada al moscato di Pantelleria.....	p.55
Merluzzetti al forno.....	p.56

### ***Contorni:***

Patate al forno.....	p.59
Erbe di campo.....	p.60
Cavoli "a merenda".....	p.61
Cardi.....	p.62
Carciofi coi piselli.....	p.63

### ***Dolci e merende:***

Piadina.....	p.67
Merenda del campione.....	p.68
Ciambella.....	p.69
Crema.....	p.70
Frittelle di riso.....	p.72

Tagliatelle di carnevale.....	p.73
Torta alla ricotta.....	p.74
Crema di mascarpone e scaglie di cioccolato.....	p.75
Luksus Boller.....	p.76
Cheesecake con le fragole.....	p.77
Torta allo yogurt e mele.....	p.79
Torta della nonna Inger.....	p.81
Palline ricotta, cacao e cocco.....	p.82
<i>I Ringraziamenti.....</i>	<i>p.87</i>



## Introduzione

All'anagrafe è Maria Sanzani, ma per tutti è Nonna Marisa, perché? Beh è una storia particolare. Quando nacque, la sua zia che la portava a battesimo volle chiamarla Marisa, ma il prete si oppose e disse che doveva essere Maria Luisa. A quel punto suo padre, il Nonno Berto, andò all'anagrafe per registrare la nascita, ma si dimenticò il nome completo e disse solo Maria.

Con un inizio di vita così, non poteva che crescere una donna speciale e fuori dal comune.

Una donna dolce e complicata, un po' come tutta la nostra famiglia.

Una donna colta, capace, attenta al risparmio, al riciclo, all'ambiente, ma soprattutto attenta alla sua famiglia e ai suoi nipoti, per i quali è l'indiscussa colonna portante.

Per me è sempre stata una gioia andare a casa sua, fin da piccola.

Adoravo osservarla in cucina e in giardino con le sue piante.

Mi piaceva ascoltare le sue storie, cantare con lei canzoncine e registrarle con un vecchio registratore.

Ero persino incantata dai suoi capelli sempre di colori diversi, che hanno toccato varie sfumature, dal biondo miele al rosa confetto.

Lei che mi cuciva tutti i vestiti per le bambole, mi dava per merenda in spiaggia le carote con i Plasmon, mi accompagnava in ogni passo scolastico e non solo.

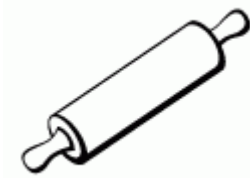
Una nonna che adoravo perché non mi regalava mille giochi inutili, ma che amavo perché mi donava mille momenti speciali assieme.

Una confidente che adoravo perché non mi giudicava, non mi criticava, nonostante i passi sbagliati, le sconfitte e le

vittorie, ma che mi aiutava a capire e mi insegnava ogni giorno cose utili e preziose per la vita.

Questo, come avrete capito, non è solo un libro di ricette, ma un libro di ricordi, di pensieri, di persone, della mia famiglia che riempie ogni giorno la mia vita, ma soprattutto della mia "nonnina" che rende sempre tutto più speciale.

## *Le Basi*





## Brodo di carne

*Questa è la prima di tantissime ricette il cui attrezzo base è, e sarà sempre uno solo: la pentola a pressione.*

*Come dice la Nonna: - Tu metti tutto nella pentola a pressione, basta un attimo e si risparmia un sacco di energia. Pensa una volta io e l'Angela mettevamo su due ali di gallina e il brodo era pronto in quattro e quattrotto.-*

### **Ingredienti: (circa 4 persone)**

Mezza gallina

2 ossa di ginocchio di manzo

Sedano

Carota

Pomodorino

### **Preparazione:**

Far fiammeggiare bene la gallina sul fuoco del fornello, poi lavarla e metterla nella pentola a pressione con le ossa di ginocchio ben lavate. Aggiungere il sedano, la carota sbucciata e lavata, il pomodorino e l'acqua fino a riempire quasi tutta la pentola.

Portare il tutto ad ebollizione e quando il brodo fa la schiuma, toglierla, aggiungere un po' di sale, chiudere la pentola a pressione e far cuocere per 40/45 minuti.

## **Brodo di verdura**

### **Ingredienti:**

Sedano

Carota

Cipolla

1 pomodorino

1a patata

1a zuccina

### **Preparazione:**

Lavare, pelare bene le verdure e metterle nella pentola a pressione. Aggiungere acqua fredda fino a riempire quasi la pentola ( dipende dalla quantità di brodo che vi serve ) e un pizzico di sale e far cuocere per circa 20-30 minuti.

## Sfoglia gialla e verde

*Il ricordo della mia infanzia? Io seduta sulla panca della cucina a fare i compiti, colorare, cantare, mentre la nonna puliva, cucinava o faceva la sfoglia. Una sfoglia grande il doppio del tagliere, sottile e lei che andava su e giù con il suo mattarello, veloce e delicata. Ogni volta pareva una vera e propria magia.*

### **Ingredienti:**

1 kg di farina

5 uova

3-4 etti spinaci ben lavati, lessati e strizzati

### **Preparazione:**

Impastare le uova e la farina, nel caso si volesse fare la sfoglia verde si impastino bene anche gli spinaci fino ad ottenere una palla bella consistente. Lasciar riposare circa 30 minuti e poi stendere con il mattarello.

## Besciamella

### **Ingredienti:**

1 litro di latte

4 cucchiai abbondanti di farine

1 hg di burro

Mezza noce moscata

### **Preparazione:**

Unire in un tegame a fuoco basso la farina ed il burro.

Quando sono ben amalgamati unire il latte, portare a bollore e cuocere finché il composto non si è addensato.

Infine unire la noce moscata.

## *Zuppe e Minestre in brodo*





## Passato di verdura

### **Ingredienti: ( 3/4 persone)**

Tutte le verdure di stagione ( sedano 2 gambi, 1 o 2 carote, cipolla, 1 patata, 2 zucchine, una foglia di bietola, fagiolini se è stagione, qualche asparago se è stagione....)

Riso

Sale

Olio

### **Preparazione:**

Lavare e sbucciare tutte le verdure, poi metterle nella pentola a pressione e aggiungere dell'acqua fredda in modo da coprire le verdure, ma attenzione a non superare la metà della pentola.

Aggiungere un pizzico di sale, chiudere la pentola a pressione e cuocere per circa 10 minuti. Passati i 10 minuti spegnere il fuoco e lasciare la pentola ancora chiusa per 4-5 minuti, prima di far uscire il vapore.

A questo punto prendere il passa verdure, appoggiarlo sopra una ciotola (tipo quella dell'insalata) ,con la schiumarola mettere le verdure nel passa verdure e passarle aggiungendo ogni tanto anche un po' di brodo delle verdure cotte.

Versare le verdure passate nella pentola a pressione e aggiungere ancora un po' di brodo delle verdure cotte, se necessario.

Infine aggiungere il riso, chiudere la pentola a pressione e cuocere per 6-7 minuti, dopodiché spegnere il fuoco e lasciar riposare per circa 5 minuti prima di far uscire il vapore ed aprire la pentola a pressione.

## Minestra coi Piselli

### **Ingredienti: ( 3/4 persone)**

Piselli surgelati (un piatto fondo non colmo)

Maltagliati o Quadrettini

Salsa mezzo bicchiere

Aglione

Salsa di pomodoro

### **Preparazione:**

Mettere un po' d'acqua nella pentola a pressione, aggiungere i piselli surgelati e un pizzico di sale quando l'acqua bolle, chiudere la pentola e cuocere per circa 7-8 minuti.

In una pentola a parte mettere un po' di salsa con uno spicchio d'aglio tagliato a metà, un po' d'olio ed i piselli cotti. Far bollire per pochi minuti e aggiungere un po' di acqua calda.

Cuocere i maltagliati in una pentola, una volta cotti scolarli con la schiumarola e versarli nel tegame con la salsa e i piselli, mescolare bene. Se necessario aggiungere un po' di acqua di cottura dei maltagliati.

## Minestra con le lenticchie

### **Ingredienti: ( 3/4 persone)**

Lenticchie (un piatto fondo non colmo)

Aglione

Sedano

Carota

Ditalini (un piatto fondo raso)

Salsa di pomodoro

### **Preparazione:**

Lavare bene le lenticchie e metterle nella pentola a pressione con acqua fredda, uno spicchio d'aglio, una carota, un gambo di sedano e far cuocere per 10 minuti.

In un tegame mettere la salsa con un po' d'olio e far cuocere qualche minuto.

Quando le lenticchie sono cotte, raccoglierle con la schiumarola e metterle nella salsa, facendo bollire il tutto qualche minuto aggiungendo un po' di acqua calda, dopodiché spegnere.

In una pentola a parte cuocere i ditalini, una volta cotti scolarli con la schiumarola e versarli nel tegame con il sugo e lenticchie e mescolare bene. Se necessario aggiungere un po' d'acqua di cottura dei ditalini.

## Durini con i Fagioli

*Non ho mai amato tanto la minestra coi fagioli, ma con i durini diventa irresistibile.*

### **Ingredienti: (per 3/4 persone)**

Mezzo sacchetto di fagioli borlotti (preferibilmente quelli Alce nero, altrimenti anche quelli Selex possono andare bene)

Sedano

Carota

Aglione

1 cucchiaio di salsa di pomodoro

Durini o Ditalini (un piatto fondo raso)

Farina

Farina di semola di grano duro

### **Preparazione:**

La sera prima mettere i fagioli a bagno in acqua fredda in una ciotola, cambiando l'acqua due o tre volte.

Il giorno seguente mettere i fagioli in un litro di acqua fredda nella pentola a pressione, aggiungere un aglio in camicia, del sedano, una carota sbucciata e portare quasi ad ebollizione. A questo punto chiudere la pentola a pressione e far cuocere per circa 15 minuti, spegnere la fiamma e lasciar riposare la pentola 5 minuti prima di aprire la valvola del vapore.

Scolare i fagioli in un piatto con la schiumarola.

A parte in un tegame aggiungere mezzo aglio, olio, un cucchiaio di salsa e far scaldare il tutto qualche minuto, dopodiché unire i fagioli e tanta acqua calda fino a coprirli quasi completamente.

Per i durini fare un impasto con metà farina 00 e metà farina di semola. Creare una volta impastato dei piccoli filoncini e tagliarne delle striscioline. Tagliare quest'ultime in piccoli pezzi.

In una pentola a parte cuocere durini o i ditalini e una volta cotta unirli ai fagioli e se necessario aggiungere un po' di acqua di cottura dei ditalini.

## **Minestra all'olio**

*Torni a casa la sera d'inverno, è tardi, è freddo, che fare?  
Ovvio! La minestrina all'olio della Nonna! Riscalda il corpo ed  
il cuore!*

### **Ingredienti:**

Olio

Parmigiano

Stelline o Quadrettini

### **Preparazione:**

Cuocere in un pentolino le stelline con un pizzico di sale, una volta cotte eliminare un po' di acqua di cottura ed aggiungere olio e tanto parmigiano.

## Passatelli

*- Nonna come si fanno i passatelli? -, - Allora prendi un mucchietto di forma, un mucchietto di pane grattugiato per passatelli....Ma dai ma tu guardi dietro al sacchetto del pane e c'è scritto come si fa!-*

### **Ingredienti:**

Mucchietto di pane grattugiato per passatelli

Mucchietto di forma (grana padano)

Metà noce moscata

4 uova

Brodo di carne (*vedi Le Basi*)

### **Preparazione:**

Unire i mucchietti di pane grattugiato, quello di forma, la noce moscata e le uova e cercare di ottenere una palla né troppo dure né troppo morbida.

Lasciare riposare la palla e poi passarla nel passapassatelli. Portare a bollire il brodo di carne e far cuocere i passatelli fino a ché non vengano a galla.

## Cappelletti

*Il piatto per eccellenza del Natale. Non è Natale senza cappelletti della Nonna, che per l'occasione vengono cotti nel brodo di cappone e vengono preparati la mattina presto, tanti da riempire l'intera casa. E tu aspetti l'ora di pranzo, impaziente di assaggiarli e scegliere se prendere quelli tradizionali o quelli fatto con lo stampo ( i miei preferiti ), ma sai già che purtroppo l'attesa sarà lunga, perché l'Angela e Luca saranno in ritardo come sempre e ti chiedi: - Ma perché Natale è solo una volta all'anno?! -.*

### **Ingredienti: (per circa 3-4 persone)**

Sfoglia

1 etto di ricotta magra

1 etto di ricotta di latte intero

1 pezzetto di montagnolo grattugiato

Noce moscata ( meno della metà )

1 uovo intero

Forma

Brodo di Carne

### **Preparazione:**

Mescolare i due tipi di ricotta, il montagnolo grattugiato, la noce moscata, l'uovo e tanta forma finché l'impasto non diventa sodo.

Stendere la sfoglia, posizionare le palline di ripieno su metà della sfoglia con una distanza di circa mezzo centimetro l'una dall'altra. Chiudere con la metà di sfoglia rimanente e tagliare i cappelletti con l'apposito attrezzo.

Far cuocere i cappelletti nel brodo portato ad ebollizione.

## Primi Piatti





## Lasagne Verdi

*Per i compleanni, per Pasqua, solo per poche occasioni davvero speciali. Niente fa più festa delle lasagne verdi in casa Bellavista. In queste occasioni vengono sfornati padelloni su padelloni, e tutti sono a caccia del piatto con il pezzo più grande e quello con più "crosticina". Le porzioni a mano a mano diminuiscono, piano piano i padelloni vengono svuotati e i pancini riempiti con un compiaciuto sorriso.*

### **Ingredienti:**

*"- Nonna per la sfoglia delle lasagne un uovo per un etto di farina, giusto? -, - E chi ci facciamo mangiare?! Un grillino?!"*

Sfoglia verde per un kg di farina (*vedi Le Basi*)

Besciamella (*vedi Le Basi*)

3-4 zucchine medie

Un barattolo di salsa di pomodoro

### **Preparazione:**

Stendere la sfoglia e tagliarne delle strisce alte circa 7-8 cm e lunghe circa 13 cm. Far bollire in una pentola dell'acqua e far cuocere le strisce di pasta per qualche minuto, a questo punto passarle in una ciotola con acqua fredda e asciugarle bene con un panno pulito di cotone bianco.

Per il sugo mettere sul fuoco un tegame con almeno mezzo barattolo di salsa di pomodoro, un gocchino di olio e le zucchine tritate con il robotino. Lasciar cuocere almeno per una mezz'oretta.

A questo punto assemblare le lasagne in un padellone di alluminio alternando uno strato di sfoglia e uno di

besciamella mescolata con il sugo con le zucchine, fino a ch  la sfoglia non   finita.

Cuocere a 180  finch  non si forma la crosticina, a questo punto mettere sopra della carta stagnola e continuare la cottura *"finch  non si sente il profumo"*.

## Nidi di Rondine

### **Ingredienti:**

Sfoglia gialla ( *vedi Le Basi* )

Besciamella ( *vedi Le Basi* )

4 hg di ricotta

1 hg di mozzarella

Mezzo etto di mortadella

Noce moscata

### **Preparazione:**

Stendere la sfoglia e tagliarla in strisce alte 3-4 cm e lunghe circa 10-15 cm. In una pentola portare ad ebollizione dell'acqua e far cuocere la sfoglia qualche minuto, dopodiché passare le strisce in una ciotola con dell'acqua fredda ed asciugarle bene con un panno pulito di cotone bianco.

Intanto in una ciotola tritare e mescolare la ricotta con la mozzarella e la mortadella. Unire successivamente anche un pizzico di noce moscata.

Stendere l'impasto ottenuto sulle strisce di sfoglia e creare dei rotolini.

Poggiare i rotolini in un padellone con della carta da forno e mettere sopra ad ognuno di essi della besciamella.

Infornare a 180° fino a ch  non si crea una bella crosticina.

## Pasta con gli stridoli

*Questa pasta la mangiava la nonna quando era piccola. Raccontava che quando era una bambina andava quasi tutti i giorni nel parco vicino alla chiesa, a Capocolle, e coi i suoi amici e cugini, raccoglieva stridoli, asparagini e radicchi, che poi portavano alle loro mamme. Oggi è difficile trovarli al supermercato, ed è un peccato perché è davvero un piatto semplice e gustoso.*

### **Ingredienti:**

1 o 2 mazzetti di stridoli

Tagliolini o spaghetti

### **Preparazione:**

Lavare bene gli stridoli, tritarli un po' e metterli in un tegame con olio, aglio, un cucchiaio di salsa di pomodoro, un pizzico di sale ed un po' d'acqua. Far cuocere per circa 10 minuti.

Intanto cuocere i tagliolini in una pentola ed una volta cotti unirli al sugo degli stridoli..

## Tagliatelle

### **Ingredienti:**

Sfoglia gialla ( *vedi Le Basi* )

Carne macinata e se si ha in casa anche un pezzettino di salsiccia

Salsa di pomodoro

Aglione

### **Preparazione:**

Stendere la sfoglia e avvolgerla su sé stessa alcune volte. A questo punto tagliare di sbieco delle striscioline e stenderle bene sul tagliere.

Per il sugo mettere in un tegame un goccio d'olio con metà aglio e la carne macinata. Una volta che la carne si è ben rosolata aggiungere un po' di salsa di pomodoro e un po' d'acqua. Far cuocere per almeno una mezz'oretta.

Intanto in una pentola portare ad ebollizione l'acqua e cuocere le tagliatelle per qualche minuto, scolarle e condirle con il sugo ed un goccio d'olio

## Tortelli

### **Ingredienti: (per circa 3-4 persone)**

Sfoglia

1 etto di ricotta magra

1 etto di ricotta di latte intero

1 pezzetto di montagnolo grattugiato

Noce moscata ( meno della metà )

1 uovo intero

Forma

3-4 etti di spinaci ben lavati, cotti e strizzati.

Salsa di pomodoro

### **Preparazione:**

Mescolare i due tipi di ricotta, il montagnolo grattugiato, la noce moscata, gli spinaci, l'uovo e tanta forma finché l'impasto non diventa sodo.

Stendere la sfoglia, posizionare le palline di ripieno su una metà della sfoglia con una distanza di circa mezzo centimetro l'una dall'altra, coprire con la sfoglia restante e tagliare i cappelletti con l'apposito attrezzo.

Per il sugo scaldare in un tegame la salsa di pomodoro con un goccio di olio.

Far cuocere i tortelli in abbondante acqua salata per qualche minuto. Scolare e condirli con il sugo.

## Risotto della Nonna

*Di sicuro il mio piatto preferito! Ci sono poche parole per descriverlo, UNICO! Avrò chiesto alla nonna di prepararmelo ad ogni occasione, anche due volte la settimana durante le vacanze.*

### **Ingredienti:**

Zucchine

Sedano

Carota

Cipolla

Salsa di pomodoro

Riso integrale

### **Preparazione:**

Preparare il brodo facendo cuocere il sedano, la carota e la cipolla.

Passare le verdure, tenendo da parte il brodo e tritare grossolanamente le zucchine. Porre il tutto in una padella con olio e sale. Far asciugare le zucchine ed aggiungere la salsa di pomodoro.

In ultimo aggiungere il riso con un filo d'olio e farlo cuocere per circa 12-15 minuti aggiungendo un po' alla volta il brodo.

## Maccheroni con le patate

### **Ingredienti:**

3 o 4 patate

Farina

Salsa di pomodoro

Aglio

### **Preparazione:**

Far lessare bene le patate, schiacciarle con il passa passatelli e stenderle bene su tutto il tagliere.

Una volta che le patate si sono raffreddate incorporare poco alla volta la farina ed impastare fino ad ottenere un impasto non troppo morbido.

Creare delle biscioline, tagliarle a tocchetti e schiacciarle contro i denti della forchetta per creare la tipica conca dei maccheroni con le patate.

Per il sugo far scaldare in un pentolino la salsa di pomodoro con un mezzo spicchio d'aglio e un goccio d'olio.

Far cuocere i maccheroni con le patate in abbondante acqua salata e quando vengono a galla, scolarli con la schiumarola in una pirofila, condirli con il sugo e se necessario un altro po' d'olio.

## **Ruote al profumo di mare**

*Questa è una mia ricetta, nata per caso. Doveva essere un secondo, ma arrivata a casa mi sono accorta che avevo dimenticato un sacco di ingredienti. Per cui con quel poco che avevo, un po' di salsa di pomodoro qua, un po' di peperoncino là, è nato questo piatto.*

### **Ingredienti ( per due persone ):**

180 gr di ruote

4 Gamberi argentini freschi

Salsa di pomodoro

Metà scalogno piccolo

Un bicchiere di vino bianco

Peperoncino ( possibilmente quello intero )

Prezzemolo

### **Preparazione:**

Pulire i gamberi argentini, sgusciandoli e togliendo l'intestino centrale, tenendo da parte le teste.

In una padella far scaldare un po' di olio con lo scalogno tagliato finemente. Aggiungere la salsa di pomodoro ( circa un bicchiere ), il peperoncino e le teste dei gamberi leggermente schiacciare. Far insaporire per qualche minuto e sfumare con il vino bianco.

Intanto far cuocere in abbondante acqua salata le ruote, avendo l'accortezza di scolarle 2 o 3 minuti prima che siano completamente cotte e di tenere da parte una tazza di acqua di cottura.

Una volta che le ruote sono state scolate metterle nella padella con il sugo, unire i gamberi e far cuocere

aggiungendo poco alla volta l'acqua di cottura fino a ch  le ruote sono completamente cotte.

Guarnire con prezzemolo, una spruzzata di pepe e se piace altro peperoncino.

## Strozzapreti al ragù

*Gli strozzapreti al ragù sono senza alcun dubbio una specialità della Marina. Un piatto davvero ricco e gustoso, tanto che di solito non rimane neanche uno. Sarà che ha avuto la fortuna di apprendere molte cose sulla cucina da due ottime cuoche ( la nonna Marisa e la nonna Pia.), sarà grazie al suo estro, alla sua creatività, alla sua sensibilità artistica e non, ma ogni volta che si mette in cucina ne esce sempre un vero e proprio manicaretto.*

### **Ingredienti:**

Sedano

Carota

Cipolla

Passata di pomodoro

Un bicchiere di vino

Carne macinata

Farina

### **Preparazione:**

Preparare il sugo tagliando finemente, il sedano, la cipolla e la carota ben lavata e pulita e facendo rosolare il tutto in un po' d'olio. Aggiungere la carne e quando questa si è ben colorata sfumare con un bicchiere di vino. Aggiungere un pizzico di sale, la salsa di pomodoro, dell'acqua e far cuocere per almeno un'ora e mezza.

Intanto preparare gli strozzapreti impastando la farina con l'acqua e lasciar riposare l'impasto per circa 15 minuti.

A questo punto stendere l'impasto sulla spianatoia, tagliare delle striscioline e arrotolarle tra i palmi delle mani.

Farli cuocere in abbondante acqua salata per qualche minuto, scolare ed unirli al sugo.

## Carbonara senza uova

*Questa è una ricetta semplice, veloce e sana, come l'autrice della ricetta stessa.*

*Amante della musica, la zia più invidiate di tutte.*

*Da piccola ci facevamo i dispetti, poi crescendo è diventata mia complice. Era colei che d'estate mi accompagnava e mi veniva a prendere quando andavo a ballare. Colei che mi consigliava, mi aiutava. Tutte le compagne delle superiori mi invidiavano tantissimo per una avere una zia così speciale.*

### **Ingredienti:**

Pancetta

Spaghetti

Ricotta

Un pizzico di curcuma

### **Preparazione:**

Far cuocere gli spaghetti in abbondante acqua salata. Una volta cotti scolarli in una padella aggiungendo la ricotta, la curcuma e un cucchiaino di acqua di cottura e mescolare bene per creare una bella mantecatura cremosa.

## Cous cous gamberi e zucchine

*Ricetta semplice, fresca ed estiva, adatta anche ai meno esperti in cucina, offerta dal neo Chef Luca.*

### **Ingredienti: ( per due persone circa)**

Una zuccina scura

100 gr di gamberetti ( anche surgelati )

200 gr Cous cous

Una bustina di zafferano

Pomodorini

### **Preparazione:**

In un padella cuocere le zucchine tagliate a rondelle sottili con un goccio d'olio e un pizzico di sale.

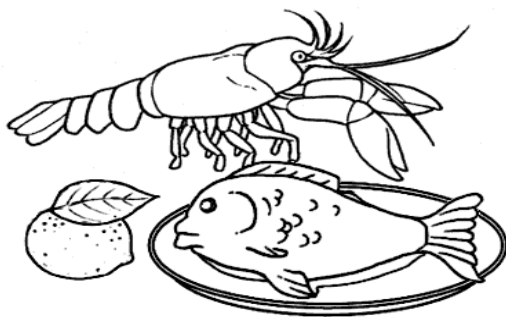
Intanto in una pentola far cuocere i gamberetti per pochi minuti, scolarli e sgusciarli.

Portare a bollore in una pentola 400 ml di acqua, quando bolle salare, impepare, aggiungere olio e la bustina di zafferano.

In una ciotola unire il cous cous all'acqua bollente condita, coprire con un piatto e lasciar riposare fino a ch  l'acqua non si   ben assorbita.

Infine unire le zucchine cotte e i gamberetti al cous cous e guarnire con qualche pomodorino.

## *Secondi piatti*





## Arrosto di filetto di suino

### **Ingredienti:**

Un filetto di suino

Sale, pepe e rosmarino

Aglione

Pomodorini

Un bicchiere di vino rosso ( ma va bene anche bianco )

Spago

### **Preparazione:**

Massaggiare bene tutto il filetto di suino con il sale il pepe e il rosmarino tritato. Legare la carne con lo spago di cotone facendo dei giri attorno al filetto.

In un tegame far scaldare un po' d'olio e far rosolare bene da tutti i lati la carne, aggiungere il vino e farlo sfumare.

A questo punto aggiungere i pomodorini tagliati in due parti e far cuocere per circa 15 minuti (dipende dalla grandezza del pezzo di carne).

## Coniglio della Domenica

*Facevo l' elementari, ero andata una settimana a Genova come tutti gli anni con mio babbo.*

*Una mattina ero nell'orto con lo Zio Nello, andammo nel capanno e mi disse: - Vieni ti faccio vedere come si prepara il coniglio per essere cucinato -. Entriamo nella stia dei coniglio e AIUTO! Non potevo guardare! Lo zio Nello si mise a ridere ed io uscii dalla stia immediatamente. Ora, ogni volta che mangio il coniglio sorrido pensando a quel momento.*

### **Ingredienti:**

1 coniglio tagliato a pezzi

Vino bianco

Olio extra vergine d'oliva

Aglione

Rosmarino

Pomodorini

Patate

### **Preparazione:**

Prendete i pezzi di coniglio e metteteli in una padella bollente (anche una bisticchiera va bene) per qualche minuto, rigirandoli bene, di modo che perdano l'acqua ( questo procedimento serve per togliere il gusto amarognolo ). In una padella larga, mettete qualche cucchiaio di olio extra vergine d'oliva, l'aglio tagliato a metà, i pomodorini e il rosmarino. Quando soffrigge, mettere i pezzi di coniglio a rosolare bene. Salate, pepate e poi irrorate di vino bianco. Cuocete a fuoco lento per 30/35 minuti, rigirandoli di tanto in tanto. Quando il sughetto si sarà consumato, togliete dal fuoco.

A piacere aggiungere alcune patate tagliate a spicchi e fritte!

## **Frittata coi pomodori**

### **Ingredienti:**

Uova (circa due a testa)  
Pomodori pelati in scatola

### **Preparazione:**

Pulire i pomodori pelati cercando di togliere tutti i semi.  
Far scaldare un filo d'olio in una padella e aggiungere i pomodori puliti e schiacciati per bene.  
Dopo qualche minuto aggiungere le uova sbattute con un pizzico di sale e di pepe.  
Far cuocere bene la frittata da entrambi i lati, senza preoccuparsi se si rompe.

## **Frittata con la cipolla**

### **Ingredienti:**

Uova (circa due a testa)  
Cipolla

### **Preparazione:**

Tagliare la cipolla in maniera molto sottile. Far scaldare in una pentola un filo d'olio e cuocere la cipolla a fuoco lento finché non è diventata trasparente.  
Quando la cipolla è pronta aggiungere le uova ben sbattute con un pizzico di sale e di pepe e far cuocere bene da entrambi i lati la frittata, senza preoccuparsi se si rompe.

## **Triglie in umido**

### **Ingredienti:**

Triglie

Aglione

Pomodorini o salsa di pomodoro

### **Preparazione:**

Pulire o farsi pulire dal pescivendolo le triglie.

Mettere le triglie in un tegame con olio e mezzo spicchio d'aglio. Dopo qualche minuto di cottura aggiungere qualche pomodorino o un cucchiaino di salsa e far cuocere per 5-7 minuti a fuoco lento.

## **Sogliole al vapore**

### **Ingredienti:**

Sogliole

### **Preparazione:**

Pulire o farsi pulire da pescivendolo le sogliole.

Mettere abbondante acqua in un tegame, coprirlo con un piatto, poggiarvi le sogliole e chiudere con un altro piatto. Portare l'acqua a ebollizione, abbassare la fiamma e far cuocere per circa 10 minuti.

## Sardoncini in padella

*Questa ricetta è ottima, ma se avete il camino o il fuoco con la griglia fuori, potete semplicemente cuocerli lì e ci sarà da leccarsi le dita!*

### **Ingredienti:**

Sardoncini

Vongole

Salsa di pomodoro

Aglio

Prezzemolo

Vino bianco

### **Preparazione:**

Lasciare a bagno le vongole per un'oretta dopodiché lavarle e sciacquarle molto bene.

Lavare e pulire i sardoncini e se si vuole sfilettarli.

Scaldare bene una padella con un goccio d'olio e mezzo aglio. Aggiungere le vongole e aspettare che si aprano.

Una volta aperte aggiungere i sardoncini, farli cuocere un minuto e sfumare con un goccio di vino. Aggiungere un pochino di salsa di pomodoro uno o due cucchiari ( dipende dalla quantità dei sardoncini ) e far cuocere altri 5 minuti.

## Mazzole

### **Ingredienti:**

Mazzole

Aglione

Pomodorini o salsa di pomodoro

### **Preparazione:**

Pulire o farsi pulire dal pescivendolo le mazzole.

Mettere le mazzole in un tegame con olio e mezzo spicchio d'aglio. Dopo qualche minuto di cottura aggiungere qualche pomodorino o un cucchiaino di salsa e far cuocere per 5-7 minuti a fuoco lento.

## Tonno e cipolla

*Un must semplice, ma di effetto per un uomo che non deve chiedere mai. Il nonno non è mai stato un asso in cucina, ma lo era di certo per altre cose. Mi teneva sempre da parte i cioccolatini fondenti che gli davano quando andava a prendere il caffè, ogni settimana mi faceva trovare Popotus, per la maturità mi ha ascoltato ripetere storia per ore ore in giardino, cercando di spiegarmi bene le due guerre. Un nonno proprio speciale.*

### **Ingredienti:**

Tonno in scatola

Cipolla

### **Preparazione:**

Scolare bene la scatola con il tonno e posarlo in un piatto.

Lavare, tagliare finemente a fettine la cipolla e unirla al tonno.

Condire a piacere con sale e olio.

Per rendere il piatto più ricco si possono unire anche dei fagioli.

## Seppiolini coi piselli

### **Ingredienti:**

Seppiolini

Pisellini surgelati

Salsa di pomodoro

Aglione

Pane

### **Preparazione:**

Lavare e pulire bene i seppiolini, dopodiché tagliarli a strisce.

Nella pentola a pressione mettere un goccio d'olio, uno spicchio d'aglio, un cucchiaio o due di salsa di pomodoro ( se volete l'effetto zuppetta aggiungere più salsa ), i seppiolini tagliati e far scaldare un minuto. Aggiungere 2 o 3 dita d'acqua, chiudere la pentola a pressione e cuocere per 5-10 minuti ( dipende dalla grandezza del pesce ).

Far sfiatare la pentola a pressione, aggiungere i pisellini, richiudere la pentola e far cuocere per altri 3 minuti.

Infine far sfiatare la pentola e servire con un filo d'olio a crudo e qualche crostino di pane.

## **Pesce spada al Moscato di Pantelleria**

*Le premesse dello "chef" single più ambito d' Italia sono:  
realizzare questa ricetta se e solo se il pesce è in offerta, avete  
un vino e dei pomodorini di ottima qualità.  
Il motto è " pochi, ma buoni"!*

### **Ingredienti:**

2 fette di pesce spada

Pomodorini pachino siciliano ( o comunque di ottima qualità )

Un bicchiere di moscato di Pantelleria ( o anche moscato D'Asti )

### **Preparazione:**

In una padella grande far scaldare l'olio e i pomodorini lavati e tagliati in due parti.

Far cuocere qualche minuto schiacciando un po' i pomodorini per tirare fuori al meglio il loro succo.

Una volta che i pomodorini si sono un po' cotti aggiungere il pesce spada e farlo cuocere un minuto, dopodiché sfumarlo con il Moscato, far evaporare e cuocere per 3/4 minuti da entrambi i lati.

## Merluzzetti al forno

*Il babbo è sempre il babbo, soprattutto per una figlia femmina. Quando sei piccola per te lui rappresenta il principe azzurro, bello, perfetto, che ti protegge da ogni cosa. Poi si cresce, si discute, si cambia, si sbaglia sia tu che lui, e si capisce che non è perfetto, ma un uomo. Un uomo con i suoi difetti, con le sue fragilità, le sue paure, i suoi sbagli, le sue sofferenze.*

*Ma tutto ciò ti fa capire che è ancora più speciale, ti fa capire che la vita non è perfetta, non è sempre tutto giusta, ma nonostante tutte le difficoltà è diventato l'uomo e il padre meraviglioso che è. Capisci che nonostante tutto allora, se sbaglierai, ti perderai, soffrirai lui sarà al tuo fianco e ti starà vicino qualsiasi cosa accada, e anche tu un giorno potrai diventare una persona forte, di principi e un buon genitore proprio come lui.*

### **Ingredienti:**

Merluzzetti

Aglio

Prezzemolo

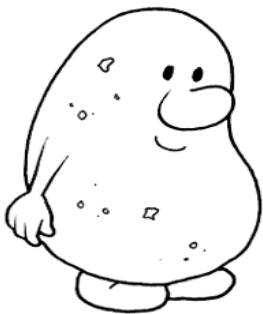
### **Preparazione:**

Pulire e sfilettare i merluzzetti.

Stendere i filetti su una pirofila coperta di carta da forno e poggiar sopra ogni filetto dell'aglio tritato, prezzemolo, sale, pepe ed un goccio d'olio.

Far cuocere in forno preriscaldato per una decina di minuti.

## Contorni





## Patate al forno

### **Ingredienti:**

Patate

Rosmarino

Aglione

### **Preparazione:**

Per preparare le patate al forno cominciate preriscaldando il forno a 200°C. Pelate quindi le patate e riducetele in cubetti di medie dimensioni. Risciacquate più volte i cubetti di patate con acqua fredda, fino a che l'acqua non risulterà più torbida, le patate perderanno così l'amido e risulteranno più croccanti dopo la cottura in forno.

Sbollentate le patate per 3/ 4 minuti poi scolatele bene.

Ungete abbondantemente una teglia larga, versateci sopra le patate, che dovranno essere ben separate l'una dall'altra, cospargetele di rosmarino, aggiungete i due spicchi d'aglio tagliati a metà e irrorate ancora con dell'olio. Mettete la teglia in forno e cuocete per circa un'ora, mescolando le patate a metà cottura.

Dieci minuti prima di spegnere il forno salate le patate e accendete il grill, in questo modo le patate al forno saranno ben dorate e croccanti!

## **Erbe di campo**

### **Ingredienti:**

Bietole

Cicoria

Aglio

### **Preparazione:**

Far cuocere nella pentola a pressione le erbe con due dita d'acqua per 2 minuti.

Far sfiatare la pentola a pressione e scolarle bene.

A questo punto tagliarle e metterle in un tegame con un goccio d'olio, un pizzico di sale e uno spicchio d'aglio. Far cuocere qualche minuto, se piacciono si possono aggiungere 3 o 4 pomodorini.

## Cavoli “a merenda”

*Si dice " Ci stanno come i cavoli a merenda". Se i cavoli sono questi e sono accompagnati all'ottima piadina di questo ricettario, beh allora ci stanno proprio bene!*

### **Ingredienti:**

Cavoli

Aglione

### **Preparazione:**

Lavare e far cuocere il cavolo nella pentola a pressione mettendo l'acqua fino quasi a ricoprire il cavolo per circa 5-7 minuti.

Una volta cotto far sfiatare la pentola a pressione, scolare bene il cavolo e tagliarlo a striscioline.

Scaldare in un tegame con un goccio d'olio, un pizzico di sale e uno spicchio d'aglio e far rosolare il cavolo qualche minuto.

## Cardi

### **Ingredienti:**

Cardi

Aglio

Salsa di pomodoro

### **Preparazione:**

Pulite i cardi togliendo la parte fibrosa, tagliateli a pezzetti e metteteli in un recipiente con acqua fredda e con il succo di mezzo limone.

Mettere i cardi in una pentola a pressione con circa due o tre dita d'acqua e far cuocere per circa 5 minuti.

Far sfiatare la pentola a pressione e scolare.

Scaldare in un tegame un goccio d'olio con mezzo spicchio d'aglio e aggiungere i cardi. Dopo qualche minuto aggiungere mezzo bicchiere di salsa di pomodoro e far rosolare per alcuni minuti.

## **Carciofi coi piselli**

### **Ingredienti:**

Carciofi

Pisellini surgelati ( Findus )

Salsa di pomodoro

Prezzemolo

### **Preparazione:**

Mettere a bagno i carciofi in acqua e limone.

Pulirli togliendo tutte le foglie esterne, tagliando le estremità dei gambi e la parte esterna del gambo stesso.

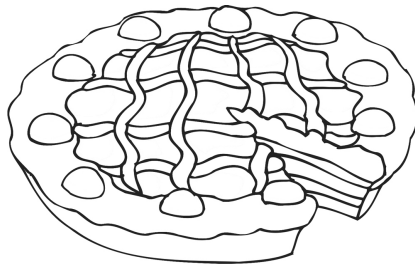
Mettere sul fondo della pentola a pressione un pochino di olio e far rosolare i carciofi a testa in giù. Aggiungere un po' di salsa di pomodoro e un po' di acqua ( fino al livello dei carciofi ) , chiudere la pentola a pressione e far cuocere per circa 15 minuti ( dipende dalla grandezza dei carciofi ).

Lasciar freddare la pentola , farla sfiatare e aprire il coperchio. Aggiungere i pisellini e un po' di sale grosso. Chiudere nuovamente la pentola e far cuocere per altri 3 minuti.

Terminata la cottura far sfiatare la pentola a pressione, aprirla e se necessario far asciugare il sughetto per qualche minuto. A piacere aggiungere il prezzemolo tritato finemente.



## *Dolci e Merende*





## Piadina

*La preparazione della piadina era un momento magico, perché sapevo che avrei impastato, steso e cotto la mia piccola piadina personale, ma soprattutto perché mi sarei potuta tenere un po' d'impasto per creare statuine del presepe, cestini e tutto ciò che mi suggeriva la fantasia. Diventata grande questo momento è diventato il momento magico di Alby, tanto che un giorno disse : -Nonna da grande sarò il miglio fornaio del mondo! -.*

### **Ingredienti:**

Mezzo chilo di farina

Una puntina di Bicarbonato

Un terzo di un bicchiere olio e.v.o.

Un dito di un bicchiere di latte

### **Preparazione:**

Unire la farina con il bicarbonato, l'olio, un pizzico di sale, in latte tiepido e acqua tiepida finché non si crea un impasto liscio e consistente.

Far riposare l'impasto anche un giorno in frigo, dopodiché creare le piadine e cuocere sulla piastra.

## **Merenda del campione**

*Il pomeriggio d'estate arrivavano le quattro, l'ora della merenda, ed io spuntavo fuori dal nulla, dopo aver passato l'intera giornata a giocare dai vicini di casa.*

*- Nonna ho fame! - E mentre gli altri bambini della mia età mangiavano merendine e patatine, io mi preparavo a mangiare la merenda del campione: una fetta di pane arabo , magari scaldato, con una spennellata di ricotta ed una cascata di miele. Una vera goduria!*

### **Ingredienti:**

Ricotta magra

Miele

Pane ( preferibilmente arabo )

### **Preparazione:**

Tagliare il pane e stendere sopra ad ogni fetta un po' di ricotta e un cucchiaino di miele.

## Ciambella

*Questo è uno di quei dolci che quando ero piccola, si preparava solo per le feste Pasquali.*

*Un dolce semplice ma unico. Morbida, soffice, gustosa. Che diventava un vero nettare degli Dei quando l'Angela ci metteva sopra una pallina di gelato.*

### **Ingredienti:**

3 uova

3hg di farina

1hg e 1/2 di burro

Mezzo bicchiere di latte

Una bustina di lievito

Zucchero

### **Preparazione:**

Mescolare bene le uova con lo zucchero, poi aggiungere il burro a temperatura ambiente e pian piano la farina setacciata. Dopodiché unire il latte tiepido ed il lievito.

Infornare a 180°, non appena diventa rossa abbassare a 160° e cuocere fino a che non è diventata bella dorata.

## Crema

*Seduta come sempre sulla panca, mentre lei cucinava, avrò sentito mille volte questa storia.*

*" Quando facevo scuola lassù in montagna, spesso la sera ero da sola, e per tirarmi su il morale e concedermi qualcosa di dolce prendevo un uovo, un po' di latte e mi preparavo una bella ciotola di crema. Mi sedevo e in tranquillità me la mangiavo tutta, senza neanche lasciarne un cucchiaino " .*

### **Ingredienti:**

500 ml di latte

4 tuorli

100 gr di zucchero

scorza grattugiata di un limone

50 gr di farina

### **Preparazione:**

Per preparare la crema pasticcera ponete sul fuoco una casseruola capiente con il latte (tenendone da parte circa mezzo bicchiere), quindi prendete la scorza del limone e aggiungetela al latte e portate il tutto a ebollizione. In una terrina a parte lavorate i tuorli con lo zucchero, aiutandovi con uno sbattitore elettrico: dovrete ottenere una crema spumosa e biancastra. Continuando a sbattere unite a filo un terzo del latte tiepido contenuto nella casseruola, poi incorporate la farina setacciata, unendola poco alla volta. Ora versate il composto di uova, farina, zucchero e latte nella stessa casseruola. Rimettete il tutto sul fuoco e portate ad ebollizione, mescolando frequentemente.

Affinché il composto si addensi lasciate sobbollire a fuoco dolce per qualche minuto, continuando a sbattere con la

frusta per evitare che si formino grumi. Prendete ora il mezzo bicchiere di latte freddo che avevate tenuto da parte e unitelo a filo alla crema pasticcera, mescolando di tanto in tanto. Spegnete il fuoco e lasciate raffreddare: la vostra crema pasticcera è pronta

## Frittelle di riso

- *Quando torno a casa dall'ospedale mi preparo due fritteline di riso. -*

- *Ma nonna come due fritteline di riso?!-*

- *Sì Alex, la mia zia quando ero piccola aveva dei problemi al fegato e quando stava male si preparava le frittelle di riso. -*

- *Beh se lo dice la nonna e la sua zia che queste frittelle fanno bene, allora mangiatele senza alcun senso di colpa!*

### **Ingredienti:**

2 hg di riso ( arborio o carnaroli )

Mezzo litro di latte

Zucchero semolato

Un uovo

Farina

### **Preparazione:**

Cuocere il riso nel latte con un pizzico di sale a fuoco molto lento fino a ch  il latte non si   ben assorbito.

Aggiungere al riso 3 o 4 cucchiaini di farina, un uovo ( se necessario anche un albume ), mescolare e creare delle palline schiacciate al centro.

Mettere a scaldare l'olio di arachidi e friggere le frittelle.

Una volta fritte, poggiarle sulla carta assorbente e cospargerle di zucchero.

## Tagliatelle di Carnevale

*Aspettavo un anno intero per poter mangiare questi dolcetti e ogni volta mi chiedevo perché un dolce così buono doveva essere mangiato una sola volta all'anno.  
Beh forse perché quest'attesa lo rendeva ancora più speciale.*

### **Ingredienti:**

Sfoglia ( vedi Le Basi )

Miele

Mandorle

Olio di arachidi

### **Preparazione:**

Stendere la sfoglia e cospargerla di miele e mandorle tritate; arrotolarla e tagliarla di sbieco.

Friggere in abbondante olio di arachidi per qualche minuto.

## Torta di ricotta

*Questa, almeno per quanto riguarda i miei ricordi, rappresentava la torta dei compleanni.*

*Quando uno della famiglia compiva gli anni la Nonna gli preparava il suo piatto preferito, se possibile, e la torta alla ricotta.*

*Vi svelerò un segreto, questa torta, quando ero piccola, ogni tanto mi veniva preparata dalla Marina anche se non c'erano particolari occasioni da festeggiare, assieme al caffè per bambini, ossia una tazzina di caffè con dentro un cucchiaino di miele....Ma non ditelo a nessuno!*

### **Ingredienti:**

Ricotta magra

Mandorle

Liquore

Pan di Spagna

Cioccolato fondente

Zucchero

### **Preparazione:**

Creare una crema unendo la ricotta con lo zucchero e alcune mandorle.

Tagliare il Pan di Spagna in tre parti e bagnarlo bene con il latte, il caffè ed il liquore.

Ricoprire ogni strato di crema alla ricotta e decorare con mandorle tritate e scaglie di cioccolato.

## **Crema al mascarpone e scaglie di cioccolato**

*Uno dei dolci preferiti di Alby. Ogni volta mi chiede di prepararlo assieme, tanto che un giorno addirittura per farmi una sorpresa me lo ha preparato da solo assieme ad una cenetta da leccarsi i baffi!*

*In questa occasione Alby con l'ingenuità tipica della sua età e con il suo modo di essere gentile e arguto allo stesso tempo, chiese: - Luca cosa vuoi fare da grande? - e lui perplesso e spiazzato rispose - Mmmh ancora non ne sono sicuro e tu? - Ah io il falegname o l'idraulico, perché ogni volta che viene a casa lo guardo con molta attenzione e ammirazione -.*

### **Ingredienti:**

2 uova

250 gr di mascarpone

3-4 cucchiaini di zucchero

50 gr di cioccolato fondente

### **Preparazione:**

In una ciotola montare a neve ben ferma gli albumi con un pizzico di sale.

A parte in un'altra ciotola sbattere i tuorli con lo zucchero e successivamente unire il mascarpone e mescolare molto bene.

Unire i gli albumi montati mescolando accuratamente dal basso verso l'alto.

Infine aggiungere il cioccolato fondente tritato.

Versare in alcune ciotoline e far riposare in frigorifero per almeno un'oretta.

## **Luksus Boller**

*Danese esteriormente, ma ormai italiano nella mente e nel cuore. =)*

### **Ingredienti:**

1/4 litro di latte intero  
1 bustina di lievito  
3 cucchiaini di zucchero  
1 uovo  
1 cucchiaino di sale  
475 g farina integrale  
100 g burro o olio

### **Preparazione:**

Riscaldare il latte e mescolare con il sale, il lievito, lo zucchero e l'uovo fino a quando la pasta assumerà una buona consistenza.

Dopodiché aggiungere il burro o olio e lasciar riposare l'impasto in uno strofinaccio per circa 20 minuti.

Creare con l'impasto circa 15 palline e metterle su un padellone coperto di carta da forno.

Far cuocere in forno a 220 gradi per circa 16/18 minuti.

## Cheesecake alle fragole

*Questa torta è un mio vero e proprio must. Quando vengo invitata alle cene con gli amici, ogni volta mi viene richiesto di preparare questa torta ed ogni volta non ne rimane neanche una fettina.*

### **Ingredienti:**

#### Per la Base

200gr di digestive ( o biscotti secchi )

2 cucchiaini di zucchero

150 gr di burro

#### Per il Ripieno

250 gr di Philadelphia

500 ml di panna

Un cucchiaino di limone

200 gr di zucchero

Una bustina di vanillina

3 cucchiaini rasi di farina setacciata

3 uova

Fragole fresche ( o in alternativa altra frutta o anche un vasetto di marmellata)

### **Preparazione:**

Unire in un frullatore tutti gli ingredienti per la Base.

Stendere il composto e schiacciarlo bene in uno stampo da forno imburrato e infarinato ( o coperto di carta da forno ), e lasciarlo riposare in frigo per 2 ore.

Intanto montare la panna e in un'altra ciotola gli albumi a neve ben ferma.

In una ciotola sbattere i rossi con lo zucchero ed unire piano piano tutti gli ingredienti ( il formaggio, il limone, la vanillina, la farina, la panna montata e gli albumi montati ) cercando di mescolare sempre dall'alto verso il basso.

Togliere dal frigo la base, ricoprirla con la crema ottenuta e cuocere in forno a 180° per un'ora e venti.

Mentre la torta cuoce in forno, lavare e tagliare a pezzetti le fragole.

Scaldare le fragole in una padella con una spruzzata di limone, un goccio d'acqua e un cucchiaino scarso di zucchero. Far cuocere le fragole a fuoco basso fino a ché non si sarà creata una sorta di marmellata.

Quando la torta è cotta coprirla con la marmellata ottenuta e far freddare bene il tutto.

## Torta allo yogurt e mele

*La prima volta che ho mangiato questa torta ero in Danimarca, durante un viaggio meraviglioso. Era il mio primo viaggio all'estero senza genitori e la mia prima volta in aereo da sola. Avevo 12 anni e ho passato 15 giorni molto belli, pieni di avventure e posti nuovi con la mia Angela. Non potrò mai dimenticare i mille momenti da piccola passati con lei. Mi piaceva così tanto stare in sua compagnia, che la nonna diceva sempre che la tormentavo, la seguivo ovunque, non mi staccavo mai. E come potevo? L'adoravo e l'adoro da impazzire. Le giornate in ufficio da lei, i bastoncini Findus mangiati in terrazza, le manicure, i quaderni di ricette senza il finale, le serate a dormire a casa sua a Rimini, l'emozione per il suo matrimonio e l'onore di far da madrina alla sua bella figlia.*

**Ingredienti:** (unità di misura: vasetto di yogurt da 125 gr)

2 uova

2 vasetti di zucchero

4 vasetti di farina

100 gr di burro

1 vasetto di yogurt magro

Una bustina di vanillina

Un po' di scorza di limone grattugiata

Una bustina di lievito ( possibilmente quello BIO )

1 pizzico di sale

A piacere: 3-4 mele grosse, noci, etc...

**Preparazione:**

Unire le uova con lo zucchero, aggiungere il burro ammorbidito, la farina ed il lievito setacciato, la vanillina, lo yogurt, la scorza del limone e un pizzico di sale.

Aggiungere le mele tagliate a dadini ed eventuali noci.

Cuocere a 180° per 30/40 minuti.

## **Torta della nonna Inger ( Skovmollens chokoladekage )**

*Il cioccolato è una delle passioni della Camilla.*

*Bambina difficile per quanto riguarda il cibo, con una strana passione per le minestre in brodo. Karateka dagli occhioni*

*blu, vivace ed intelligente, con alcuni "peccati" da confessare:*

*- Mamma non so cosa devo dire durante la confessione -*

*- Ah Camilla ne hai di peccati da confessare: che non ubbidisci, che rispondi male...-*

*- Ah mamma allora anche tu ne hai tanti: che sgridi sempre il babbo! -.*

### **Ingredienti:**

200 gr di zucchero

2 o 3 cucchiaini di vaniglia ( o zucchero vanigliato )

2 o 5 cucchiaini di cacao

100 gr di farina

3 uova

150 gr di burro

Noci o mandorle per decorazione

### **Preparazione:**

Sbattere lo zucchero con le uova. Unire il burro a temperatura ambiente, la vaniglia, il cacao e la farina setacciata. Versare il composto ottenuto in uno stampo per torte precedentemente imburrato e infarinato o coperto di carta da forno. Decorare con noci e mandorle ed infornare a 175° per circa 30 minuti.

## Palline di ricotta, cacao e cocco

*Questa ricetta è il “must” della nostra Elisa.*

*La mia prima cuginetta, la prima che ho potuto coccolare come mio bambolotto personale, la prima con cui giocare e combinare guai. Coi che ha coniato il mio soprannome Dada.*

### **Ingredienti: ( per due vassoi )**

300 g di ricotta

80 g di zucchero (se li preferite più dolci mettetene 100 g)

Cocco grattugiato

Una scatola di cacao amaro

### **Preparazione:**

#### Palline nere:

Con questi ingredienti possiamo realizzare 2 tipi di palline: nere e bianche. Iniziamo a vedere il procedimento per le palline nere.

Mettiamo 150 g di ricotta in una terrina insieme a circa 130 g di cocco grattugiato e a 40 g di zucchero. Amalgamiamo bene il tutto finché non otteniamo una crema omogenea.

Dopo di che versiamo del cacao amaro in un piatto.

Prendiamo con le mani un po' della crema che abbiamo preparato e con le mani le diamo la forma di una pallina.

Ottenuta la pallina la facciamo rotolare nel cacao in modo che il dolcino diventi completamente marroncino.

Posizioniamole nelle cartine colorate (quelle che utilizzano i pasticceri) e le mettiamo in un vassoio. Le lasciamo riposare per circa 2 ore in frigo in modo che i sapori si uniscano per bene.

### Palline bianche:

Mettiamo i restanti 150 g di ricotta in una terrina insieme a circa 100 g di cacao amaro (potete metterne di più o di meno a seconda dei gusti) e a 40 g di zucchero.

Amalgamiamo bene il tutto finché non otteniamo una crema omogenea.

Dopo di che versiamo del cocco grattugiato in un piatto.

Prendiamo con le mani un po' della crema che abbiamo preparato e con le mani le diamo la forma di una pallina.

Ottenuta la pallina la facciamo rotolare nel cocco in modo che il dolcino diventi completamente bianco.

Posizioniamole nelle cartine colorate (quelle che utilizzano i pasticceri) e le mettiamo in un vassoio. Le lasciamo riposare per circa 2 ore in frigo in modo che i sapori si uniscano per bene.







## *Ringraziamenti*

Un ringraziamento speciale alla mia Nonna, non solo per avermi svelato tutti i segreti delle sue ricette meravigliose, ma per essermi stata sempre vicina, per avermi regalato tutto ciò che sa, per avermi sopportato e supportato in tutti questi anni di studio, tra i pianti per il latino e le incomprensioni per le risoluzioni degli esercizi di matematica, per aver passato con me ogni momento. Grazie alla mia zia Angela, per avermi aiutato nell'ideazione di questo progetto e per il modo in cui mi sta sempre vicino. Ringrazio il mio babbo per il suo aiuto nell'impaginazione, nella risoluzione dei problemi tecnici con il computer, ma soprattutto per quelli che non riguardano la tecnologia. Un ringraziamento di cuore a tutti quelli che hanno contribuito regalandomi le loro ricette e parte delle loro vite e dei loro cuori. Infine un grazie speciale a Luca, che mi ha sopportato e mi supportata, con amore e pazienza, in questo e in tutti i miei folli progetti in cui mi butto a capofitto ( o "botte" come chiama lui ).



## *Note e appunti*

















