

6) PRIMI PIATTI

6.1) Pappardelle alla Trincana

INGREDIENTI::

-Pappardelle all'uovo 320 gr.; Olio extravergine d'oliva 6 cucchiaini; n. 3 spicchi d'aglio schiacciati; 200 gr. di pomodorini tagliuzzati; n. 4 peperoncini rossi spezzati; abbondante basilico fresco; Parmigiano grattugiato quattro cucchiaini. Sale q.b.

Mettere in padella l'aglio schiacciato (che poi verrà tolto dopo averlo fatto imbiondire) con l'olio, aggiungere quindi i pomodorini tagliuzzati (o in mancanza, una scatola di pomodori pelati sgocciolati e tagliuzzati) con i peperoncini rossi spezzati.

Fare cuocere a fuoco moderato e padella scoperta per 15 minuti, aggiungendo da ultimo e fuori dal fuoco abbondante basilico fresco intero

Frattanto, a parte, si sarà fatta cuocere la pasta al dente; scolata, la si aggiungerà in padella, facendola saltare per due o tre minuti. Togliere dal fuoco, aggiungere quattro o cinque cucchiaini di parmigiano grattugiato, mescolare e servire ben caldo.

6.2) Bomba di riso alla marinara

INGREDIENTI:

- 100 gr. di vongole sgusciate, 100 gr. di cozze sgusciate, 100 gr. di gamberetti sgusciati, 300 gr. di seppie pulite, 200 gr. di calamari puliti, o mascalupini, 500 gr. di riso Carnaroli o Superfino Arborio, due gambi di sedano, una carota, una cipolla e due spicchi d'aglio, un vasetto di sugo alle vongole Barilla

ESECUZIONE:

Fare bollire un litro d'acqua leggermente salata con un gambo di sedano, una mezza carota, una mezza cipolla; giunta ad ebollizione immergervi i calamaretti e le seppie, preventivamente lavati e puliti. Dopo 10 minuti di bollitura togliere il pesce e conservare l'acqua in cui, una volta filtrata, verrà cotto il riso.

A parte preparare un trito con i restanti odori, metterlo in un capace tegame con tre o quattro cucchiaini d'olio e farlo soffriggere a fuoco lento; una volta dorato il trito aggiungervi il vasetto di sugo alle vongole, mezzo bicchiere di vino bianco secco, fare cuocere per 10 minuti, quindi aggiungere le seppie ed i calamari tagliati a strisce; coprire il tegame e fare cuocere per 20 minuti sempre a fuoco basso. Cinque minuti prima di togliere dal fuoco aggiungere le vongole, le cozze ed i gamberetti.

Frattanto fare cuocere molto al dente il riso (4 o 5 minuti), scolarlo e condirlo con il sugo del pesce.

Foderare uno stampo con burro e pangrattato, aggiungere al riso condito con il sugo due uova intere, amalgamandoli bene con il riso; versare nello stampo la metà del riso, farcire con il pesce sgocciolato, ricoprire con la restante metà, spolverare di pangrattato e qualche fiocchetto di burro.

Cuocere in forno preriscaldato a 180° per mezz'ora abbondante (si sfornerà quando si sarà formata una crostina croccante e ben dorata).

6.3) Orecchiette con le cime di rapa (o broccoli)

INGREDIENTI (per 4 persone):

- 400 gr. di orecchiette, 500 gr. di cime di rapa (o broccolotti), uno spicchio d'aglio, N. 4 acciughe salate ben pulite e lavate, N. 4 cucchiaini di olio d'oliva extra vergine, un pezzetto di peperoncino, sale q.b.

ESECUZIONE:

Fare imbiondire l'aglio in una larga padella in cui si sarà posto tutto l'olio; poi aggiungere le acciughe ed il peperoncino e farle sciogliere a fuoco lento. Nel frattempo fare cuocere le orecchiette e le cime di rapa in abbondante acqua salata. Scolare il tutto, versare nella padella ove si sarà preparato il condimento e fare saltare per qualche minuto sul fuoco vivo. Servire subito.

6.4) Gnocchetti alla Chiron

INGREDIENTI:

- Un pugno di funghi porcini secchi, due uova intere, 3 cucchiaini di parmigiano grattugiato, sale e pepe q.b., 60 gr. di farina bianca, un bicchiere d'acqua, 30 gr. di burro.

ESECUZIONE:

Fare bollire l'acqua con sale e burro, aggiungere tutta la farina e mescolare fino a quando il composto si stacchi dalla casseruola.

Soffriggere in poco burro i funghi tritati fini e poi frullarli.

Alla farina ed acqua aggiungere, uno alla volta, le due uova, i funghi, il parmigiano e pepare alla fine.

Prendere con un cucchiaino il composto, formare dei fiocchetti e buttarli nel brodo in ebollizione.

6.5) Sedanini "Castellazzo"

INGREDIENTI:

- Mezzo kg. di pasta formato sedanini rigati, 200 gr. di prosciutto cotto tagliato a dadini, 50 gr. di burro, Un quarto di litro di panna da cucina, mezzo dado sbriciolato, 500 gr. di asparagi lessati (oppure una confezione di asparagi surgelati), 50 gr. di parmigiano grattugiato, sale e pepe q.b.

ESECUZIONE:

Soffriggere il burro con il prosciutto ed un poco di pepe nero. Tagliare gli asparagi cotti, togliendo la parte legnosa.

Aggiungere in successione al soffritto: la panna, il dado sbriciolato, gli asparagi, la pasta cotta e scolata, il parmigiano.
Servire ben caldo.

6.6) Risotto alla milanese

INGREDIENTI:

- 500 gr. di riso Carnaroli o Superfino Arborio, 100 gr. di burro, mezza cipolla, brodo bollente quanto ne assorbirà il riso (circa 1 litro), 30 gr. di midollo di bue, sale q.b., una bustina da 3 gr. di zafferano

ESECUZIONE:

In un tegame soffriggere nel burro la cipolla tritata finemente, versare il riso e rimestare con un cucchiaino di legno affinché non si attacchi, aggiungere man mano brodo bollente e sale. A metà cottura aggiungere il midollo di bue e lo zafferano sciolto in poco brodo ed una macinatina di pepe nero; lasciare che il riso completi la cottura, togliere dal fuoco ed aggiungere un pò di burro ed il parmigiano grattugiato.

E' ideale servito accompagnato con gli ossibuchi alla milanese.

6.7) Risotto "Dolly"

INGREDIENTI:

- Una tazza di ragù alla bolognese, una confezione da 100 gr. di spinaci surgelati, 50 gr. di burro, brodo di carne bollente (circa 3/4 di litro), due cucchiaini di panna da cucina, quattro cucchiaini di parmigiano grattugiato, 400 gr. di riso Carnaroli o Superfino Arborio

ESECUZIONE:

Lessare gli spinaci in acqua salata, scolarli, tritarli e farli passare con il burro. Aggiungervi il riso e farlo insaporire per qualche minuto sulla fiamma tenendo mescolato con l'aiuto di un cucchiaino di legno. Aggiungere brodo bollente continuando a mescolare fino a cottura ultimata.

Togliere dal fuoco, aggiungere la panna ed il parmigiano grattugiato. Distribuire il riso nei piatti piani, formando una piccola conca al centro in cui verrà aggiunto un paio di cucchiaini di ragù. Servire subito.

6.8) Anolini alla parmigiana

INGREDIENTI:

per la pasta sfoglia:

. 600 gr. di farina bianca, 5 uova intere, un pizzico di sale fino

per il ripieno

- 700 gr. di polpa di manzo o asinina, un salamino fresco (facoltativo), 100 gr. di burro, n. 1 cipolla, n. 1 carota, n. 1 gambo di sedano, un cucchiaino di salsa di pomodoro, due bicchieri di vino rosso, due chiodi di garofano, un litro di brodo di manzo (in mancanza di dado, sale e pepe q.b.), 180 gr. di pane grattugiato, 160 gr. di parmigiano grattugiato stravecchio, n. 3 uova intere, un vago sentore di noce moscata

ESECUZIONE:

Sciogliere il burro in una casseruola e farvi appassire un trito di cipolla, carota e sedano; aggiungere la carne con i chiodi di garofano ed il pepe, quindi coprire con il brodo di manzo. Coprire la stracottiera e, di tanto in tanto, versare qualche cucchiaino di buon vino rosso. Il fuoco deve rimanere basso ed il tempo di cottura non deve essere inferiore a 10 ore (la cottura può anche essere fatta in due tempi), quando necessario, aggiungere un pò di brodo e, a circa 6-7 ore dall'inizio della cottura, un cucchiaino di salsa di pomodoro sciolta in acqua calda, ed eventualmente, il salamino fresco.

Recuperare il sugo denso che sarà rimasto nello stracotto, strizzarlo bene in modo da recuperare il sugo che ancora trattiene. Al sugo dello stracotto si aggiungono il pangrattato, il parmigiano, le uova e pochissima noce moscata. Si deve ottenere un amalgama soda ed omogenea. Se necessario aggiungere pane e formaggio. Lasciare riposare il ripieno in frigorifero.

Frattanto preparare la sfoglia con gli ingredienti indicati, quindi si formano tante strisce di circa 9 cm. di larghezza; sulla metà di esse, ad intervalli di 5 cm. l'uno dall'altro, si distribuiscono mucchietti di ripieno (un cucchiaino abbondante ciascuno), si ripiega su di essi la falda libera e si preme intorno al ripieno in modo da far uscire l'aria e da assicurare la massima coesione durante la cottura. Si dividono uno dall'altro mediante il classico stampo o, in mancanza di meglio, con un bicchierino da liquore.

Gli anolini vanno leggermente infarinati in modo che non si attacchino l'un con l'altro, quindi si cuociono in buon brodo di manzo e cappone o gallina. Si servono in brodo con una spruzzata di parmigiano grattugiato.

N.B. La carne asciutta rimasta dopo avere recuperato il sugo non dovrebbe essere utilizzata, dando retta alla ricetta classica. Tuttavia, volendo, la si può macinare ed aggiungere al ripieno.

6.9) Bomba di riso

INGREDIENTI:

- 400 gr. di riso Carnaroli o Superfino Arborio, un litro di brodo di manzo, n. 2 piccioni novelli (oppure 500 gr. di spezzatino di vitello), un etto di rigaglie di pollo (preferibilmente fegatini), 2 piccole cipolle, carota, salvia, un uovo, 70 gr. di parmigiano grattugiato, n. 1 bicchiere di vino bianco secco (malvasia o sauvignon), 120 gr. di burro, un cucchiaino d'olio, sale e poco pepe, un cucchiaino di salsa di pomodoro

ESECUZIONE:

Si mette a rosolare la metà del burro con una delle cipolle tritate. Quando questa comincerà ad imbiombire si aggiungerà il riso mescolando bene ed aggiungendovi man mano il brodo cuocendo molto al dente (circa 5 minuti).

Intanto si saranno tritate le rigaglie, ben puliti e lavati i piccioni (o lo spezzatino); tutto sarà messo in un tegame con il resto del burro, l'olio, la salsa e le verdure tritate insieme (l'altra cipolla, la carota e la salvia). Dopo 15 minuti si verserà il vino bianco ed un mestolo di brodo. Salare ed aggiungere il pepe. Nel caso dei piccioni si farà cuocere fino a che la carne si staccherà facilmente; si toglieranno allora i piccioni e si disosseranno con la massima cura.

Si condirà il riso con il fondo di cottura dei piccioni o dello spezzatino, formaggio parmigiano grattugiato ed un uovo.

Si ungerà quindi con il burro una teglia e se ne cospargerà il fondo con pane grattugiato. Vi si verserà metà del risotto, formando al centro una conca dove verrà messa la carne. Si coprirà con il resto del risotto, si cospargerà con altro pangrattato, guarnendo con pochi fiocchetti di burro.

La teglia dovrà restare in forno per circa 40 minuti a calore medio.

6.10) Gnocchi di patate

INGREDIENTI:

- 1 kg. di patate farinose, 300 gr. di farina, un uovo intero, due cucchiaini di parmigiano grattugiato, un pizzico di sale fino

ESECUZIONE:

Si fanno lessare le patate (le patate novelle sono inadatte), si sbucciano, quindi si passano allo schiacciapatate; si impastano con 20-30 grammi di burro, l'uovo, il sale e due cucchiaini di parmigiano grattugiato. L'impasto, ben amalgamato, va suddiviso in bastoncini o rotoletti di un cm. e mezzo di diametro, che saranno ritagliati in pezzi di circa 2-3 cm. di lunghezza. Questi ultimi verranno passati su una forchetta, premendoli con il pollice, in modo da ottenere al centro una cavità ed una profonda filettatura sul dorso, che garantiranno una migliore cottura.

Gli gnocchi si gettano in abbondante acqua salata bollente e si ritirano con un mestolo forato man mano che affiorano. Una volta scolati si condiscono con burro e formaggio, ovvero con altri ragù e salse appropriate (pomodoro e basilico, ragù di carne, funghi, pesto alla genovese).

6.11) Minestra del Paradiso (Ris e Tridura)

INGREDIENTI:

- 230 gr. di riso tipo Roma, un litro di brodo di carne, 4 uova intere, tre cucchiaini colmi di formaggio, parmigiano grattugiato, sale

ESECUZIONE:

Si mettono a bollire 3/4 di litro di brodo di carne, insieme con il riso. Si lascerà bollire per una dozzina di minuti e, quando il riso sarà ancora molto al dente, si aggiungerà il quarto di brodo rimasto, si attenderà che il bollore riprenda, poi si alzerà la fiamma a fuoco vivo.

Nel frattempo si saranno battute a parte le uova con abbondante parmigiano. Quando si riprenderà il bollore, e sempre a fuoco vivo, si aggiungerà il battuto di uovo e formaggio, mescolando molto rapidamente in modo da sbriciolare l'amalgama, senza farla rapprendere in grumi grossi. Si serve caldo con altro parmigiano grattugiato.

6.12) Tortelli di erbette

INGREDIENTI:

- 700 gr. di comuni bietole da orto (o spinaci), 300 gr. di ricotta fresca (possibilmente piuttosto grassa), 200 gr. di parmigiano grattugiato, 80 gr. di burro, n. 4 uova, 500 gr. di farina, sale q.b., un vago sentore di noce moscata

ESECUZIONE:

Si fanno bollire le bietole, dopo averne levato le coste, quindi si scolano e si strizzano; poi si sminuzzano e si impastano con la ricotta, 30 gr. di burro (solo se la ricotta è magra), un uovo intero, parmigiano grattugiato quanto basta per ottenere un impasto consistente ed omogeneo, sale ed "un'idea" di noce moscata.

Si prepara la sfoglia con 500 grammi di farina, tre uova ed acqua sufficiente per ottenere un impasto compatto. La sfoglia deve essere tirata non molto sottile (molti la vogliono "il più sottile possibile", ma è un errore).

Il ripieno va diviso in mucchietti che vanno disposti su quadrati di sfoglia di 7 cm. di lato, che verranno ripiegati su sé stessi in modo da ottenere dei rettangoli; occorrerà premere bene la sfoglia tutt'intorno al ripieno e lungo i bordi in modo che i lembi non si stacchino durante la cottura.

I tortelli si cuociono in abbondante acqua salata per circa 15 minuti, si scolano accuratamente (non c'è niente di più schifoso di tortelli che guazzano nell'acqua) e si dispongono a strati in una zuppiera e, mentre sono ancora bollenti, su ogni strato si passerà del burro infilato in una forchetta e lo si "asciugherà" con parmigiano grattugiato.

6.13) Tortelli di zucca.

INGREDIENTI:

- 1,2 kg. di zucca gialla, 150 gr. di parmigiano grattugiato, n. 6 amaretti sbriciolati, 150 gr. di mostarda mantovana di mele, sale e pepe q.b., un uovo, un vago sentore di noce moscata

ESECUZIONE:

Si sbuccia la zucca, la si taglia a pezzi e la si mette in forno, avvolta in carta stagnola, per circa un'ora a 200°; prima che si raffreddi del tutto la si mette in una terrina, si riduce in poltiglia e la si amalgama con il parmigiano, gli amaretti sminuzzati, la mostarda tritata, sale, pepe, un uovo e la noce moscata.

Intanto preparare una sfoglia identica a quella per i tortelli d'erbette (6.12); distribuire il ripieno su quadrati di 5 cm. di lato, ripiegandoli e formando quindi dei rettangoli.

Si cuociono e si servono come già descritto per tortelli d'erbette, tenendo presente che i tortelli di zucca sono ottimi conditi con burro fuso nella salvia.

6.14) Polenta

INGREDIENTI:

- 500 gr. di farina gialla di mais, 1 litro e mezzo di acqua (per polenta tenera); 1,200 lt. per polenta dura, 8 gr. di sale (un cucchiaino)

ESECUZIONE:

In un paiolo far bollire l'acqua, aggiungervi il sale e, mescolando con un cucchiaino di legno, versare a pioggia, lentamente, la farina gialla. Continuare a mescolare e far bollire per circa un'ora. La polenta sarà cotta quando l'impasto si staccherà dal recipiente.

Versare su un tagliere rotondo da polenta fumante, lasciare riposare cinque minuti, tagliare con un filo le fette e servire.

La polenta va condita con ragù e sughi vari, gorgonzola, cicciolata, ecc.

6.15) Spaghetti alla carbonara

INGREDIENTI:

- 600 gr. di spaghetti, 200 gr. di pancetta affumicata a dadini, quattro uova, una grossa cipolla, una noce di burro, 50 gr. di parmigiano grattugiato, sale e pepe

ESECUZIONE:

Cuocere gli spaghetti in abbondante acqua salata e sgocciolarli bene al dente. Nel medesimo tempo rosolare i pezzi di guanciale in una padella con il burro; battere le uova in una terrina mescolandovi il formaggio, un pizzico di sale ed un poco di pepe.

Fare saltare gli spaghetti scolati nella padella con il guanciale, versare l'insieme bollente nella terrina dove è stato preparato l'amalgama di uovo e formaggio. Mescolare e fare subito le porzioni.

6.16) Spaghetti aglio, olio e peperoncino

INGREDIENTI:

- 400 gr. di spaghetti, mezzo bicchiere d'olio d'oliva, tre spicchi d'aglio schiacciati, tre peperoncini rossi spezzati, sale q.b.

ESECUZIONE:

Fare cuocere gli spaghetti in abbondante acqua salata. Frattanto porre in una padella l'olio, l'aglio ed il peperoncino e fare soffriggere a fuoco basso fino a che l'aglio avrà preso un bel colore rosato. Togliere l'aglio, scolare gli spaghetti al dente, versarli nella padella e fare saltare per due o tre minuti a fuoco vivace. Servire subito.

6.17) Lasagne alla bolognese

INGREDIENTI:

- Una noce di burro, una cipolla media, una carota, uno spicchio d'aglio, 300 gr. di carne trita mista, 15 gr. di funghi porcini secchi ammollati, mezzo bicchiere di vino bianco, un litro di besciamella piuttosto liquida (vedi 3.7), 50 gr. di parmigiano grattugiato, un cucchiaino di salsa di pomodoro sciolta in poca acqua tiepida, un dado per brodo, n. 15 lasagne gialle o verdi ammollate in acqua tiepida per due minuti, sale e pepe q.b.

ESECUZIONE:

Soffriggere, con una noce di burro, il trito di verdure. Aggiungere la carne mista tritata ed i funghi strizzati e tritati. Salare e pepare e fare soffriggere per 5 minuti. Aggiungere il concentrato di pomodoro, il vino bianco e mezzo bicchiere del liquido di ammollo dei funghi. Fare alzare il bollore, aggiungere il dado, far bollire a fuoco moderato per 45 minuti.

Mescolare la besciamella con il ragù, ungere una teglia rettangolare, distendervi uno strato di lasagne ammollate, quindi uno strato di condimento, poi una abbondante spolverata di parmigiano grattugiato; proseguire allo stesso modo per un massimo di altri tre strati, avendo cura di terminare con un ultimo strato di condimento spolverizzato di parmigiano.

Se il condimento dovesse risultare troppo denso, aggiungere qualche cucchiaino di latte, versandolo ai bordi della teglia.

Sistemare la teglia sulla grata del forno ben caldo (circa 200°) per circa 45 minuti.

ALCUNI ACCORGIMENTI PER CUCINARE LE LASAGNE

- Per non farle incollare tra loro e maneggiarle senza scottarsi, raccogliere quelle già cotte con un mestolo forato ed immergerle in un recipiente di acqua fredda mescolata con un cucchiaino di olio di oliva.
- Non stendere la besciamella in uno strato continuo, ma versarla a mucchietti leggermente distanziati: con il calore si allargherà in modo uniforme. Allo stesso modo distribuire il ragù.
- La besciamella può diventare più leggera preparandola senza burro. Impastare la farina con il latte come nella ricetta base, ma usando latte scremato. Mescolare i due ingredienti eliminando i grumi e cuocendo a fuoco medio, rigirando finché la salsa non sia addensata (circa 15 minuti): Unire quindi sale, pepe e noce moscati.

6.18) Pasta allo stecchino

INGREDIENTI:

100 gr. di cervella di vitello, 100 gr. di carne di vitello macinata, 50 gr. di spinaci surgelati, cotti al dente e tritati, una noce di burro, qualche foglia di salvia, 200 gr. di ricotta fresca, un pizzico di sale, due uova, un cucchiaino di pangrattato, una grattatina di noce moscata, 300 gr. di lasagne verdi secche, mezzo litro di besciamella liquida, 15 gr. di funghi porcini secchi ammollati e tritati, 100 gr. di parmigiano grattugiato

ESECUZIONE:

Sbollentare le lasagne in acqua bollente, fino a consentirne la manipolazione senza romperle e, quindi, farle raffreddare su un canovaccio pulito al fine di asciugarle.

Soffriggere con burro e salvia le cervelle (dopo averle lavate con acqua corrente fredda, sbollentate e private delle loro pellicine), il vitello tritato, gli spinaci tritati con un poco di sale. Quindi impastare con la ricotta fresca, 70 gr. di parmigiano grattugiato, un cucchiaino di pangrattato, due uova intere, sale ed una grattatina di noce moscata.

Suddividere le lasagne in due parti grosso modo quadrate, farcirle con un cucchiaino colmo di ripieno, richiuderle su se stesse fermandole con uno stecchino.

Imburrare leggermente una pirofila, mettere uno strato di "valigini" tra loro accostati, coprire con besciamella liquida mescolata con i porcini tritati e formaggio e fare cuocere a forno caldo (200°) per circa mezz'ora.

NB: con lo stesso impasto si possono farcire i cannelloni, ovvero predisporre le lasagne nel modo tradizionale.

6.19) Lasagne tartufate agli asparagi

INGREDIENTI:

- n. 15 lasagne verdi o gialle, 300 gr. di asparagi surgelati (o freschi nettati), mezzo litro di besciamella fluida, due cucchiaini di crema di formaggio al tartufo (oppure un cucchiaino di crema di tartufo), 70 gr. di parmigiano grattugiato, una noce di burro, sale e pepe q.b.

ESECUZIONE:

Lessare gli asparagi molto al dente ed in poca acqua leggermente salata. Privarli della parte legnosa e tagliarli a tocchetti. Farli passare nel burro per cinque minuti, aggiungere la crema di formaggio tartufata e togliere dal fuoco. Frattanto preparare la besciamella.

Ungere leggermente con il burro una teglia, stendervi uno strato di lasagne, su queste mettere un leggero strato di besciamella, un poco di asparagi e cospargere con abbondante parmigiano grattugiato. Nello stesso modo fare fino ad un massimo di tre ulteriori strati, avendo cura di terminare con formaggio ed asparagi. Se necessario aggiungere poco latte che verrà assorbito durante la cottura dalla pasta.

Infornare per 30 minuti in forno preriscaldato a 180°

6.20) Pasticcio di agnolotti

INGREDIENTI:

- 500 gr. di anolini (o agnolotti freschi), 100 gr. di prosciutto crudo, 100 gr. di salsiccia, 4 fegatini di pollo, mezzo litro di panna liquida, 50 grammi di funghi porcini ammollati, 70 gr. di burro, parmigiano grattugiato, un cucchiaino di fecola, un dado per brodo, sale e pepe q.b., 500 gr. di pasta frolla preparata come all'11.6 (ma con un solo cucchiaino colmo di zucchero)

ESECUZIONE:

Ammorbidire i funghi in acqua tiepida. In una casseruola fare soffriggere il prosciutto tagliato a dadini e la salsiccia sbriciolata, quindi unire i funghi strizzati e sminuzzati, fare insaporire per 10 minuti e versare la fecola di patate e la panna. a fuoco bassissimo fare cuocere per 15 minuti ancora, togliere dal fuoco e tenere in caldo.

Cuocere molto al dente gli agnolotti in abbondante acqua salata in cui si sarà fatto sciogliere anche il dado. scolarli e condirli con la salsa preparata precedentemente e con parmigiano grattugiato.

Dividere la pagnottella di pasta frolla in due parti leggermente diverse tra loro. Foderare con la parte più grande il fondo e le pareti di uno stampo imburrato, riempirlo con gli agnolotti, stendere la pasta rimasta, con essa chiudere il pasticcio, premendo alle estremità i lembi delle due paste, facendoli ben aderire tra loro.

Pennellare la superficie con uovo battuto, mettere in forno caldo (180°) e fare cuocere per 40 minuti. Togliere dal forno, fare raffreddare per alcuni minuti, sformare su un piatto da portata e servire.

6.21) Paella alla valenciana

INGREDIENTI: (per sei persone)

- 500 gr. di carne di pollo, una coda d'aragosta surgelata (400 gr.), 200 gr. di code di scampi surgelati, 100 gr. di vongole surgelate sgusciate, mezzo litro di prosciutto cotto, mezzo litro di pancetta, due tazze di riso Carnaroli, una tazza di piselli freschi o surgelati, mezza cipolla tritata, un peperone, 200 gr. di pomodori, una salsiccia fresca, un cucchiaino di origano, un peperoncino rosso piccante, uno spicchio d'aglio, mezzo bicchiere d'olio, mezzo cucchiaino di zafferano, quattro tazze di brodo, sale q.b.

ESECUZIONE:

Scongela tutti gli ingredienti surgelati. Lessare l'aragosta e gli scampi e sgusciarli. Scongela le vongole.

Tagliare il pollo a pezzi, togliere la pelle, lavarlo ed asciugarlo. Tagliare a pezzi i pomodori (se freschi dopo averli sbollentati per pochi istanti in una pentola in ebollizione), salarli e pepararli.

Aprire il peperone, eliminarne i semi e tagliarlo a strisce che verranno fatte arrostitire in forno caldo per una ventina di minuti, dopo averli salati. Tritare la salsiccia e la pancetta separatamente.

Far lessare i piselli in acqua bollente salata per una ventina di minuti e scolarli. Mettere in una ciotola il peperoncino, l'origano, l'aglio, una cucchiainata d'olio, un poco di sale e schiacciare bene con una forchetta. Cospargere il pollo con questa mistura e soffregarlo bene per insaporirlo.

Versare il resto dell'olio in una casseruola e farlo scaldare con la cipolla. Unire i pezzi di pollo e farli ben colorire a fiamma alta da tutte le parti. Unire i pomodori e la pancetta ed abbassare la fiamma. Chiudere con un coperchio e lasciare cuocere per una ventina di minuti.

Versare il riso, mescolare ed unire il prosciutto a strisce ed il brodo bollente nel quale sarà stato sciolto lo zafferano. Coprire e lasciare cuocere a fiamma media per 10 minuti. Aggiungere gli scampi, i piselli, l'aragosta tagliata a fette, e le vongole, aggiustare di sale e lasciare finire di cuocere il riso.

Versare su un piatto da portata e decorare con i peperoni.

6.22) Pasta e fagioli

INGREDIENTI:

- 500 gr. di fagioli borlotti sgranati, 100 gr. di prosciutto crudo o pancetta, una cipollina, uno spicchio d'aglio, una costa di sedano, brodo di carne, alcuni pomodori pelati, sale e pepe q.b., olio, 150 di pasta (ditaloni rigati o maltagliati)

ESECUZIONE:

Cuocere i fagioli per circa 20 minuti. A parte, in un'altra pentola mettere il battuto di pancetta (o prosciutto grasso), il sedano e la cipolla tritati, l'aglio schiacciato ed un filo d'olio. Fare soffriggere tutto, quindi eliminare l'aglio ed aggiungere i

pelati, un litro di brodo ed i fagioli con una parte del loro brodo. Continuare la cottura per mezz'ora, poi passare al setaccio metà dei fagioli, aggiungere la pasta e terminare la cottura. Servire con pepe e parmigiano grattugiato.

6.23) Insalata di riso.

INGREDIENTI:

- 350 gr. di riso Carnaroli, 100 gr. di pisellini freschi, 100 gr. di gamberetti surgelati (già cotti e sgusciati), 100 gr. di prosciutto cotto in una fetta sola, 100 gr. di gruviera, un cucchiaino di capperi, qualche carciofino sott'olio, 100 gr. di tonno sgocciolato, il succo di un limone, due cucchiari di olio di oliva, sale e pepe q.b.

ESECUZIONE:

Cuocere il riso al dente, scolarlo e passarlo velocemente sotto l'acqua fredda, scolarlo ancora e condirlo con l'olio. Unire uno alla volta gli ingredienti indicati mescolando ogni volta. Infine unire il succo di limone, salare, pepare e mettere in frigorifero qualche ora prima di servire.

6.24) Penne al pesce spada

INGREDIENTI:

- 400 gr. di penne, 400 gr. di pesce spada, 1 kg. di pomodori maturi, una melanzana, una cipolla, uno spicchio d'aglio, mezzo bicchiere di vino bianco secco, un bicchiere di olio d'oliva, qualche fogliolina di menta, pepe e sale q.b.

ESECUZIONE:

Lavare e spellare il pesce spada e tagliarlo a dadini. Pulire la cipolla, l'aglio ed un ciuffo di prezzemolo e tritare il tutto finemente.

Fare scaldare in una larga padella mezzo bicchiere di olio, rosolare il trito, unire il pesce spada e lasciarlo dorare. Versare il vino bianco, lasciarlo evaporare, aggiungere quindi i pomodori privati della buccia e dei semi e ridotti in piccoli pezzi. Regolare di pepe e di sale e continuare la cottura per circa 30 minuti.

Pulire la melanzana, tagliarla a dadini, friggerla per pochi minuti con il restante olio, sgocciolarla e tenerla in caldo.

Lessare le penne in abbondante acqua salata, scolarle al dente, e farle saltare nella padella con il pesce spada. Al momento di servire cospargere con i dadini di melanzana e guarnire con foglioline di menta.

6.25) Risotto con i funghi porcini

INGREDIENTI:

- quattro etti di riso Carnaroli, ottanta grammi di burro, tre etti di funghi porcini freschi (oppure 30 gr. di porcini secchi), ottanta grammi di parmigiano grattugiato, una cipollina, un litro circa di brodo, un decilitro di vino bianco secco, olio, sale e pepe

ESECUZIONE:

Tagliare a pezzetti i funghi (se secchi tritarli grossolanamente dopo averli ammollati per un quarto d'ora). Portare intanto il brodo ad ebollizione.

Fare appassire la cipolla tritata in una casseruola con mezz'etto di burro ed un cucchiaino di olio, unire il riso, rigirarlo, aggiungere i funghi, salare e pepare, bagnare con il vino e, appena sarà evaporato, versarvi, a poco a poco e mescolando continuamente, il brodo bollente. Al termine della cottura condire il risotto con il rimanente burro ed un poco di parmigiano. Servire a parte il rimanente parmigiano.

6.26) Spaghetti alla carrettiera

INGREDIENTI:

- 400 gr. di spaghetti, 200 gr. di funghi porcini, 50 gr. di tonno sott'olio, 50 gr. di parmigiano grattugiato, 50 gr. di pancetta a fettine, qualche cucchiaino di sugo d'arrosto, uno spicchio di aglio, olio, sale e pepe

ESECUZIONE:

Far rosolare l'aglio con qualche cucchiaino di olio, eliminarlo ed unire i funghi tagliati a dadini ed il guanciale; salare, pepare e portare a termine la cottura dei funghi.

Cuocere intanto gli spaghetti, scolarli e condirli con il sugo di arrosto ed i funghi, a cui sarà aggiunto, all'ultimo momento, il tonno sminuzzato.

Il parmigiano si porterà in tavola a parte.

6.27) Spaghetti al sugo di noci

INGREDIENTI:

- 400 gr. di spaghetti, un etto di gherigli di noci, un cucchiaino di pinoli, 50 gr. di burro, 50 gr. di parmigiano grattugiato, aglio, olio, sale e pepe

ESECUZIONE:

Fare tostare leggermente al forno i gherigli di noce, eliminare la pellicina superficiale e metterli, con i pinoli, nel mortaio o nel tritatutto; pestare bene, quindi far soffriggere il pesto con il burro (se si preferisce usare l'olio). Versare la salsetta in una terrina, facendola passare da un setaccio, mescolarvi il formaggio, salarla, peparla e completarla con due spicchi di aglio tritato; diluire con un poco di acqua calda ed aggiungere ancora un filino di olio crudo, mescolando bene.

Cuocere la pasta, scolarla, e condirla con la salsa.

Servire a parte altro formaggio.

6.28) Riso agli scampi

INGREDIENTI:

- 300 gr. di riso Carnaroli o Superfino Arborio, 300 gr. di code di scampi, 70 gr. di burro, un pezzetto di carota, di cipolla e di sedano tritati insieme, un pizzico di timo, mezzo bicchiere di vino bianco secco, brodo abbondante, un bicchierino di brandy, olio, sale

ESECUZIONE:

Far soffriggere in una casseruola il trito di verdure con la metà del burro e due cucchiaini di olio. Bagnare con il brandy, aggiungere il timo ed il vino e far restringere un poco a fuoco vivo. Unire al sughetto le code di scampi sgusciate, lavate e tagliate a pezzetti. Salare e cuocere per circa un quarto d'ora.

Lessare il riso nel brodo, scolarlo un poco al dente, metterlo su un piatto da portata, sgranarlo un poco con una forchetta e condirlo con il rimanente burro.

Cospargere il riso con la salsetta di scampi ben calda e servire.

6.29) Minestra di riso e verze

INGREDIENTI:

- 200 gr. di riso Carnaroli o Superfino Arborio, 400 gr. di verza, 50 gr. di pancetta, mezza cipolla, due cucchiaini di parmigiano grattugiato, una cucchiainata di prezzemolo tritato, due litri di brodo di carne, burro, sale e pepe

ESECUZIONE:

Affettare la verza, lavarla e scolarla.

Tritare la cipolla con la pancetta, mettere il trito in una casseruola e farlo soffriggere con una noce di burro; unire le verze, farle ben insaporire per qualche minuto, quindi versare il brodo. Far prendere l'ebollizione, salare, pepare e chiudere con un coperchio; abbassare la fiamma e continuare la cottura per circa un'ora.

Versare nella minestra il riso, cuocere per circa un quarto d'ora, aggiungere il prezzemolo e togliere dal fuoco.

Servire con il parmigiano.

6.30) Insalata di riso millegusti

INGREDIENTI:

- 500 gr. di riso Carnaroli, 150 gr. di carne di pollo lessata, 100 gr. di prosciutto cotto magro, 100 gr. di tonno sott'olio sgocciolato, 100 gr. di groviera, due würstel, un peperone sott'olio, due pomodori perini maturi, due uova sode, un pizzico di origano, qualche foglia di basilico, un limone, olio, sale e pepe q.b.

ESECUZIONE:

Cuocere il riso al dente, scolarlo, metterlo in una capace zuppiera e condirlo subito con un poco di olio per evitare che si raggrumi.

Tagliare a cubetti e/o spezzettare tutti gli altri ingredienti, metterli una qualità per volta nella zuppiera, con olio e limone continuando a mescolare.

Lasciare riposare in frigorifero alcune ore prima di servire.

6.31) Ribollita alla toscana

INGREDIENTI:

- 150 gr. di fagioli bianchi secchi; olio extravergine di oliva; una cipolla, un gambo di sedano; una carota; due spicchi di aglio; 250 gr. di pomodori maturi; peperoncino rosso in polvere; un rametto di timo; una patata; 500 gr. cavolo nero o mezza verza; sale; 500 gr. di pane toscano raffermo; alcuni rametti di prezzemolo.

ESECUZIONE:

Ammollare i fagioli per almeno 12 ore, quindi scolarli e lessarli in acqua rinnovata a fuoco lento e pentola coperta.

Frattanto insaporire in un tegame con alcuni cucchiaini di olio la cipolla, la carota ed il sedano, puliti ed affettati sottilmente, e l'aglio schiacciato; unirvi anche i pomodori pelati, il peperoncino ed il timo e, dopo almeno cinque minuti di cottura, la patata pulita e tagliata a dadini ed il cavolo nero o la verza pulita e sottilmente affettati.

Cuocere a fiamma bassa, aggiungendo poca acqua, unire i fagioli lessati e passati al passaverdura con la loro acqua di cottura; aggiustare di sale poco prima di ritirare dal fuoco, dopo circa un quarto d'ora di cottura.

Disporre in un capace tegame di terracotta due strati di sottili fette di pane, quindi versarvi sopra la zuppa. Fare quindi altri due strati di fette e coprire ancora con la minestra.

La ribollita vera e propria si prepara il giorno dopo. Mettere il tegame a fuoco bassissimo, aggiungere nel centro, facendo un foro, dell'olio d'oliva, e lasciare bollire molto, molto lentamente, inserendo sotto il tegame una retina frangifiamma. Prima di servire spolverare con prezzemolo tritato.

6.32) Tagliatelle alle seppie

INGREDIENTI:

- 400 gr. di tagliatelle, 400 gr. di pomodori maturi, 2 seppie di media grandezza, 2 spicchi d'aglio, 5 cucchiaini di olio d'oliva, 1 bicchiere di vino bianco secco, sale e pepe

ESECUZIONE:

Pulire accuratamente le seppie, togliere l'osso, il becco corneo e lo stomaco, tenendo da parte un solo sacchetto con l'inchiostro. Lavarle a lungo sotto l'acqua corrente e spellarle. Lasciarle sgocciolare e tagliarle a strisce sottili.

Tritare gli spicchi d'aglio e riporli in tegame insieme all'olio. Aggiungere i pomodori pelati dopo averli immersi un istante in acqua bollente e privarli dei semi.

Appena i pomodori sono appassiti aprire il sacchetto con l'inchiostro e versarlo nel tegame. Salare, pepare ed unirvi le seppie.

Irrorare con il vino e lasciarlo evaporare a fuoco vivace, aggiungere l'acqua calda necessaria a coprire le seppie, abbassare il fuoco e lasciare cuocere per circa 30 minuti, mescolando di tanto in tanto.

Lessare le tagliatelle in abbondante acqua salata in ebollizione e scolarle al dente. Porle in un piatto da portata caldo ed aggiungervi il sugo con le seppie. Mescolare delicatamente e servire ben caldo.

6.33) Insalata di pasta al salmone

INGREDIENTI:

- 400 gr. di pasta formato fusilli, elicbe o nuvole, 100 gr. di ritagli di salmone affumicato, tre cucchiaini di succo di limone, cinque cucchiaini di olio d'oliva extra vergine, un cucchiaino di dragoncello, un cucchiaino di basilico tritato, mezzo peperoncino rosso macinato, sale q.b.

ESECUZIONE:

Cuocere al dente la pasta in acqua leggermente salata, scolarla e riporla in una capace zuppiera.

Tagliare a strisce il salmone, in una ciotola aggiungervi tutti gli altri ingredienti amalgamando bene il tutto, quindi versare la salsina sulla pasta, mescolare bene e riporre in frigorifero per circa tre ore prima di servire.

6.34) Risotto al nero di seppia

INGREDIENTI:

- 800 gr. di seppioline fresche, 300 gr. di riso Arborio o Carnaroli, 1 litro di brodo di pesce, una cipolla piccola, uno spicchio d'aglio, un ciuffo di prezzemolo, quattro cucchiaini di olio di oliva extra vergine, mezzo bicchiere di vino bianco secco, sale, una abbondante macinata di peperoncino

ESECUZIONE:

Togliere alle seppioline (e tenere a parte) le vescichette dell'inchiostro, privarle delle parti non commestibili, lavarle bene e tagliarle a listarelle sottili.

Fare un trito con la cipolla, l'aglio ed il prezzemolo e metterlo ad appassire, con l'olio, in una casseruola; aggiungere quindi le seppie e fare insaporire per alcuni minuti.

Bagnare il tutto con il vino bianco e con il contenuto di alcune vescichette tenute a parte, quindi cuocere per 20 minuti, irrorando con un mestolo di brodo.

Unire il riso e portarlo a cottura, aggiungendo, poco per volta, il brodo occorrente. Aggiustare di sale, spolverizzare con abbondante peperoncino macinato al momento, e servire subito.

Il risotto nero dovrà essere "all'onda", cioè, inclinando il piatto il composto si sposterà lentamente verso il bordo.

6.35) Risotto alla Trevigiana

INGREDIENTI:

- 300 gr. di riso, 200 gr. di cuore di radicchio rosso di Treviso, 100 gr. di gamberetti cotti surgelati, 80 gr. di cipolla bianca, mezzo litro di brodo di pesce, olio d'oliva, burro, salsa di pomodoro, vino bianco, aglio, sale q.b.

ESECUZIONE:

Scongelare i gamberetti e, frattanto, preparare un soffritto di cipolla ed aglio, ed aggiungervi il radicchio, lasciandolo appassire a fuoco basso. Quindi unirvi il riso e farlo insaporire. Mescolare e bagnare con mezzo bicchiere di vino bianco che si lascerà assorbire.

Dopo avere ben scaldato il brodo di pesce unirvi il riso poco per volta, man mano che viene assorbito. Cinque minuti prima di togliere il riso dal fuoco unirvi i gamberetti ed un cucchiaino di salsa di pomodoro; continuare a mescolare aggiungendo altro brodo fino a cottura ultimata.

6.36) Cannelloni alla napoletana

INGREDIENTI:

- 300 gr. di cannelloni secchi, un kg. di pomodori maturi, mezzo bicchiere di olio di oliva, sale, un ciuffo di basilico, 200 gr. di mozzarella tagliata a dadini, tre acciughe diliscate, 60 gr. di parmigiano grattugiato

ESECUZIONE:

Scottare i cannelloni in acqua in ebollizione per cinque minuti, scolare ed allineare su un canovaccio pulito, lasciandola raffreddare su un canovaccio bagnato e ben strizzato.

Scottare i pomodori in acqua bollente, togliere la pelle, tagliarli a pezzetti e privarli dei semi. In una casseruola scaldare l'olio, aggiungere i pomodori, salare e cuocere a fuoco vivo per 20 minuti. Passare al setaccio circa la metà dei pomodori, profumare la salsa ottenuta con un ciuffo di basilico e tenerla da parte.

In una terrina preparare il ripieno, mescolando il restante pomodoro con la mozzarella, le acciughe sminuzzate ed il parmigiano. Riempire i cannelloni con l'impasto ottenuto, allineandoli in una pirofila imburrata in un solo strato; versarvi sopra la salsa di pomodoro ed una bella spolverata di parmigiano.

Passare in forno già caldo (a calore moderato) per una ventina di minuti.

Servire appena sfornati.

6.37) Minestra di passatelli alla Romagnola

INGREDIENTI:

- 120 gr. di pangrattato, 80 gr. di parmigiano grattugiato, 3 uova intere, 30 gr. di burro (o di midollo di bue), un pizzico di noce moscata, mezzo limone, un litro di brodo di carne, sale

ESECUZIONE:

In una ciotola mettere il pangrattato, un pizzico di sale, la noce moscata, la scorza grattugiata del mezzo limone, e le uova intere; sbattere con una forchetta, quindi aggiungere il parmigiano grattugiato ed il burro (o il midollo di bue) precedentemente ammorbidito. Amalgamare il tutto, sempre con l'aiuto di una forchetta, in modo da ottenere un impasto piuttosto sodo, quindi coprire la ciotola e lasciare riposare.

Fare bollire il brodo; quando sarà pronto, con l'apposito stampo, ovvero con lo schiacciapate usando la piastra con i fori più larghi, fare i passatelli premendo con forza sui manici, quindi versare i passatelli nel brodo in ebollizione. Far cuocere per pochi minuti e servire senza l'accompagnamento con parmigiano, in quanto i passatelli, in cottura, avranno già insaporito il brodo.

6.38) Pennette al verde in salsa di pesce

INGREDIENTI:

- 400 gr. di pennette rigate, 200 gr. di filetti di nasello, un mazzetto di basilico, un bicchiere di olio di oliva, 50 gr. di pinoli, 2 gherigli di noce, 2 spicchi d'aglio, mezzo bicchiere di panna fresca, 2 limoni, sale e pepe q.b.

ESECUZIONE:

Lavare i filetti, farli sgocciolare, quindi lessarli in acqua in ebollizione leggermente salata. Frattanto lavare ed asciugare le foglie di basilico, ricavare da un limone alcune striscioline di scorza, spremerlo e raccoglierne il succo; tagliare l'altro a fettine.

Scolare il pesce e tagliarlo a pezzetti, porre nel mixer il basilico (tranne qualche ciuffetto che servirà per guarnire), i pinoli, i gherigli di noce, l'olio, il succo di limone ed il pesce lessato, condire con un pizzico di pepe ed una presa di sale, frullare qualche istante ed aggiungere la panna. Mescolare accuratamente per ben amalgamare gli ingredienti.

Lessare la pasta al dente, scolarla ed amalgamarla bene con la salsa preparata. Disporre su un piatto da portata e guarnire con i ciuffetti di basilico, le striscioline e le fette di limone.

6.39) Fettuccine di mare gratinate

INGREDIENTI:

- 300 gr. di fettuccine, 300 gr. di gamberetti freschi (o 150 gr. di gamberetti surgelati scongelati), 15 gr. di funghi secchi, una carota, un gambo di sedano, mezza cipolla, tre cucchiaini di olio di oliva, 30 gr. di burro, sale q.b.

ESECUZIONE:

Ammollare i funghi, lavare e tagliare a dadini le verdure, lavare e mettere a scolare i gamberetti. Tritare grossolanamente i funghi dopo averli ben strizzati.

Mettere in una casseruola le verdure e rosolarle nell'olio, quando cominceranno ad appassire aggiungere i gamberetti ed i funghi, irrorare con qualche cucchiaio di vino bianco e fare cuocere finché la salsa non si sia addensata. Accendere il forno a 200°.

Lessare le fettuccine in abbondante acqua salata, scolarle al dente e passarle sotto l'acqua fredda per bloccarne la cottura.

Imburrare il fondo di una pirofila che possa anche andare in tavola, sistemarvi le fettuccine, cospargerle con il burro rimasto diviso a fiocchetti, mescolarle, ricoprirle con la metà della salsa ed infornare per una decina di minuti, in modo che si formi una crosta dorata.

Togliere la pasta dal forno, servire passando a parte la salsa rimasta.

6.40) Risotto con le trote

INGREDIENTI:

- 350 gr. di riso, 350 gr. di filetto di trota, una cipolla piccola, 30 gr. di burro, due cucchiaini di olio di oliva, mezzo bicchiere di vino bianco, un litro e mezzo di brodo possibilmente di pesce, sale e pepe q.b.

ESECUZIONE:

Mondare e lavare la cipolla con il sedano, tritarli e farli soffriggere con olio e burro a fuoco basso. Quando le verdure saranno appassite aggiungere i filetti di trota lavati, asciugati e tagliati a pezzetti, mescolare e, dopo qualche minuto, salare e pepare.

Unire il riso, lasciare insaporire per qualche minuto mescolando, irrorare con il vino bianco secco e, appena sarà evaporato, portare a termine la cottura unendo il brodo bollente man mano che viene assorbito, sempre continuando a mescolare.

A cottura ultimata versare il risotto in un piatto da portata e servire subito.

6.41) Risotto di pesce

INGREDIENTI:

- 360 gr. di riso, 100 gr. di cozze surgelate sgusciate, 100 gr. di vongole surgelate sgusciate, 200 gr. di calamari o seppioline, 200 gr. di scampi, 2 spicchi d'aglio, un ciuffo di prezzemolo, una carota, un gambo di sedano, 2 piccole cipolle, un cucchiaio di salsa di pomodoro, olio di oliva, sale

ESECUZIONE:

Fare scongelare i molluschi surgelati, conservando il liquido dopo averlo filtrato. Mondare e lavare il prezzemolo e tritarlo insieme con l'aglio, mettere il trito in una casseruola con un poco di olio e farlo appassire.

Tritare grossolanamente i molluschi:

Fare lessare in una pentola calamari, seppie e gamberetti con il sedano, la carota, una cipolla ed un pizzico di sale. A cottura ultimata, scolare il pesce e filtrare il brodo di cottura.

Affettare finemente la cipolla rimasta e farla appassire in un tegame con un cucchiaio di olio, aggiungere le vongole e le cozze ed il loro liquido nel quale si sarà sciolta la salsa di pomodoro.

Mescolare, aggiungere i calamari, le seppioline e gli scampi ed il riso; lasciare insaporire per qualche minuto, poi portarlo a cottura aggiungendo brodo caldo di pesce man mano che viene assorbito. Servire ben caldo.

6.42) Insalata di riso marinara

INGREDIENTI:

- 400 gr. di riso, 200 gr. di cozze scongelate, 200 gr. di code di scampi scongelati, 3 filetti di acciuga sott'olio, un limone, un ciuffo di prezzemolo, un bicchiere di vino bianco secco, un cucchiaino di senape, olio di oliva, sale e pepe

ESECUZIONE:

Scottare per pochi minuti le code di scampi scongelati e tagliarli a pezzi. Mettere le cozze in una capace padella, scottarli, irrorarli con il vino bianco, sgocciolarli e tenerli da parte e fare restringere il liquido di cottura.

Lessare il riso in abbondante acqua salata, scolarlo al dente e passarlo sotto l'acqua fredda per raffreddarlo, versarlo in una insalatiera, condirlo con quattro cucchiainate di olio, gli scampi e le cozze.

Mondare, lavare e tritare il prezzemolo, spremere il limone e filtrarne il succo: Mettere in una terrina i filetti di acciuga e schiacciarli con una forchetta; unirvi il prezzemolo tritato, il succo di limone, la senape, un pizzico di sale ed una spruzzata di pepe, il liquido di cottura delle cozze e due cucchiaini di olio. Sbattere la salsa con una frusta, versarla sul riso, mescolare bene e servire.

6.43) Crema di asparagi

INGREDIENTI:

- 800 gr. di asparagi, 100 gr. di carote, 150 gr. di patate, 50 gr. di cipolla, un gambo di sedano, un mazzetto di prezzemolo, 10 gr. di burro, due dadi per brodo, mezzo bicchiere di panna liquida, dadini di pancarrè tostati in forno, passati in burro sciolto, poi in parmigiano grattugiato

ESECUZIONE:

Raschiare la parte bianca degli asparagi, lavarli perfettamente, legarli a mazzetti e farli cuocere in poca acqua bollente salata, tenendo le punte fuori dall'acqua ed a recipiente coperto.

Sgocciolarli conservando l'acqua, staccare le punte verdi degli asparagi e metterle da parte. Rimettere la parte bianca nell'acqua di cottura, aggiungendone dell'altra fino ad averne circa un litro e mezzo. Unirvi ora le carote, la patata, il sedano ed il prezzemolo tagliati a pezzi. Continuare la cottura per mezz'ora, quindi passare tutto al passaverdura e rimettere sul fuoco a scaldare, aggiungendo due dadi per brodo.

Frattanto fare insaporire le punte di asparagi nel burro e distribuirle nei piatti fondi. Appena prima di levare il passato di verdure dal fuoco aggiungervi la panna; distribuire nei piatti fondi e servire subito con i crostini di pane a parte.

6.44) Risotto con gli asparagi

INGREDIENTI:

- 400 gr. di riso superfino Arborio o Carnaroli, kg. 1 di asparagi verdi, 50 gr. di burro, mezza cipolla, un litro e mezzo di brodo di carne o di dado, un cucchiaino di prezzemolo tritato, parmigiano grattugiato, sale q.b.

ESECUZIONE:

Eliminare la parte dura degli asparagi e lavare accuratamente le punte. In una casseruola rosolare 30 grammi di burro con la cipolla tritata finemente, poi aggiungere la punta degli asparagi. Dopo qualche minuto unire il riso e lasciare che insaporisca; versare parte del brodo bollente e, rimestando di tanto in tanto, continuare la cottura, aggiungendo il rimanente brodo.

Pochi minuti prima di levare il risotto dal fuoco, aggiustare di sale, incorporarvi il prezzemolo, il burro rimasto ed abbondante parmigiano grattugiato.

6.45) Penne all'arrabbiata

INGREDIENTI:

- 400 gr. di penne, una scatola di polpa di pomodoro, 100 gr. di pancetta, due spicchi d'aglio, una cipolla, peperoncino, sale, 80 gr. di pecorino o parmigiano grattugiato

ESECUZIONE:

In un tegame abbastanza ampio scaldare un cucchiaio d'olio con la cipolla e l'aglio ben tritati, unire la pancetta tagliata a dadini e fare rosolare e, progressivamente, aggiungere anche il pomodoro ed il peperoncino, aggiustando di sale. La cottura va portata avanti a fuoco vivo per qualche minuto, in modo che la salsa raggiunga la compattezza desiderata.

Cuocere le penne in acqua salata, tenendole bene al dente, scolarle e condire con la salsa ed il pecorino grattugiato, servendole ben calde.

6.46) Rigatoni con salsiccia

INGREDIENTI:

- 600 gr. di rigatoni, parmigiano grattugiato, 4 salsicce magre, sale, pepe, olio, burro e brodo q.b.

ESECUZIONE:

In un tegame mettere due cucchiaini d'olio ed una noce di burro, fare riscaldare a fuoco lento, poi aggiungere le salsicce dopo averle private della pelle, sminuzzandole man mano che vengono versate.

Fare cuocere sempre molto lentamente, bagnando con qualche cucchiaio di brodo per non far seccare le salsicce.

Intanto far cuocere i rigatoni in acqua salata, scolandoli a metà cottura: metterli in una teglia, condire con il sugo di salsiccia e mettere di nuovo sul fuoco a fiamma moderata, bagnando sempre, qualora sia necessario, con qualche cucchiainata di brodo.

Quando i rigatoni saranno cotti, condire con un poco di burro ed abbondante parmigiano.

6.47) Riso e salsicce

INGREDIENTI:

- 400 gr. di riso *Arborio* o *Carnaroli*, 3 salsicce fresche, 100 gr. di burro, 200 gr. di polpa di pomodoro, mezza cipolla tritata, 30 gr. di porcini secchi, parmigiano grattugiato, sale q.b.

ESECUZIONE:

Tritare finemente la cipolla e metterla a rosolare a fuoco lento con il burro; quando avrà cominciato a bruniti gettarvi le salsicce preventivamente sbriciolate ed i funghi secchi ammorbiditi in acqua tiepida per circa mezz'ora; quando anche la salsiccia avrà cominciato a rosolarsi aggiungere la polpa di pomodoro.

Coprire la casseruola e fare cuocere a fuoco basso evitando che l'intingolo si asciughi, aggiungendo, se necessario un poco d'acqua. La cottura sarà completata quando, assaggiandoli, ci si renderà conto che i funghi sono cotti.

A questo punto unire il riso, lasciarlo insaporire pochi minuti, quindi versare il brodo in cui dovrà cuocere. A cottura completata condire con burro e parmigiano.

6.48) Tortelli di funghi

INGREDIENTI:

per la sfoglia:

- 200 gr. di farina 00, 300 gr. di semola, 4 uova

per il ripieno:

- 500 gr. di porcini freschi o 50 gr. di porcini secchi, 200 gr. di pioppini freschi, qualche cucchiaio di vino bianco secco, 2 cucchiai di crema di porcini, 100 gr. di besciamella densa, 3 cucchiai colmi di pangrattato, 3 cucchiai di passata di pomodoro, un'idea di noce moscata, 200 gr. di parmigiano, un uovo, besciamella, olio e burro, sale e pepe

per il sugo:

- funghi secchi ammollati 10 gr.; una cipolla, olio, burro al tartufo o ai porcini, sale e pepe.

ESECUZIONE:

Tritare i funghi freschi e quelli secchi ammollati e farli saltare in olio finché si sia consumata l'acqua che essi rilasciano, aggiungere il vino bianco, mezzo dado ai funghi, farlo evaporare aggiungere la passata di pomodoro e fare bollire per 20 minuti. Si fanno raffreddare e si incorporano in una terrina con il parmigiano, il pangrattato, la crema di porcini, (il pepe) ed il sale; si aggiunge la quantità necessaria di besciamella, la noce moscata, l'uovo e si amalgama il tutto.

Preparata la pasta sfoglia si preparano i tortelli e si lasciano riposare in luogo fresco ed asciutto.

Quindi si trita la cipolla e si fa rosolare il olio; quando inizia ad imbiombare si aggiungono i funghi secchi ammollati e tritati fino a ridurli in poltiglia, si fanno rosolare per 10 minuti, si sala e, volendo, si aggiunge qualche cucchiaio di burro al tartufo e poco pepe.

Si cuociono i tortelli e si condiscono con il sugo preparato o, in alternativa, con solo burro e formaggio.

6.49) Pasticcio di pesce

INGREDIENTI:

- 500 gr. di lasagne secche, 100 gr. di vongole sgusciate (peso netto), 100 gr. di scampi sgusciati (peso netto), 100 gr. di cozze sgusciate (peso netto), 300 gr. di polpa di pesce bianco, 400 gr. di pomodori pelati, mezzo bicchiere di olio di oliva, - due spicchi d'aglio, un bicchiere e mezzo di vino bianco secco, sale e pepe q.b., besciamella morbida fatta con un litro di latte, 50 gr. di burro e 80 gr. di farina

ESECUZIONE:

Scaldare l'olio d'oliva e rosolarvi l'aglio; aggiungere i frutti di mare e lasciarli soffriggere un pò, quindi bagnare con il vino bianco ed unire la polpa di pesce ed il pomodoro. Fare cuocere la salsina per una ventina di minuti.

Ungere una pirofila e stendere uno strato di lasagne uno di salsa di pesce ed uno di besciamella; continuare a strati, finendo con salsa di pesce e besciamella.

Mettere in forno molto caldo e fare gratinare.

Servire molto caldo con vino rosato fresco.

6.50) Minestrone alla contadina

INGREDIENTI:

- quattro patate, 200 gr. di fagioli borlotti freschi sgranati (o 150 gr. secchi), due grosse cipolle, due carote, 200 gr. di zucca, due zucchine medie, 200 gr. di fagiolini, 100 gr. di spinaci, un quarto di cavolo cappuccio o di verza, 100 gr. di piselli sgranati, due gambi di sedano, 100 grammi di biete erbette, un dado per brodo, una pestatina composta di mezza cipolla, uno spicchio d'aglio, mezza carota, prezzemolo e basilico, una noce di lardo macinato, quattro cucchiai d'olio d'oliva, un cucchiaio di conserva di pomodoro, sale q.b., una macinata di peperoncino

ESECUZIONE:

Dopo avere ben lavato tutte le verdure, tagliarle a piccoli pezzi, metterle in una pentola capace e ricoprire le verdure a filo con acqua fredda; quindi mettere la pentola a bollire per circa due ore, avendo cura a metà cottura di salare con sale grosso.

Frattanto si preparerà il soffritto utilizzando la pestatina, il lardo e l'olio; appena questa inizia ad appassire si aggiungerà la conserva di pomodoro diluita in pochissima acqua, facendo continuare la cottura per una decina di minuti.

Appena pronto il soffritto verrà aggiunto alle verdure in ebollizione, unitamente al dado per brodo ed al peperoncino macinato.

Il minestrone può essere servito con le verdure lasciate a tocchetti, ovvero parzialmente o totalmente passato con il macina verdure a tuffo (miniprimer Braun), con l'aggiunta di pasta corta di piccolo o medio formato, riso o farro.

Servire con abbondante parmigiano grattugiato.

6.51) Mulinelli del Po

INGREDIENTI:

- **per la pasta:** 500 gr. di farina; 5 uova intere, un pizzico di sale. **per la farcitura:** 500 gr. di fontina, 500 gr. di prosciutto cotto, besciamella fresca di media consistenza, formaggio parmigiano grattugiato; burro.

ESECUZIONE:

Preparare la besciamella con una noce di burro, un cucchiaio di farina ed un quarto di litro di latte ed un pizzico di sale. Quindi preparare la pasta sfoglia, che si tirerà in strisce lunghe circa 20 cm. e di spessore non molto sottile.

Sbollentare la pasta sfoglia per 4 o 5 minuti in acqua salata nella quale si sarà aggiunta qualche cucchiata di olio per evitare che i fogli di pasta si attacchino tra di loro.

Stendere la pasta su un canovaccio pulito per farla asciugare, quindi cospargere ogni striscia di pasta con un leggero strato di besciamella piuttosto molle, stendere sottili fette di fontina e, quindi, prosciutto cotto; da ultimo spolverizzare con grana grattugiato.

Arrotolare ben strette le fette nel senso della lunghezza, quindi lasciarle riposare in frigorifero per un giorno intero; quindi tagliare il "salame" di pasta in rondelle che verranno disposte dentro una o più stagnole e riposte in congelatore, pronte per l'utilizzazione.

Al momento dell'utilizzo mettere sulla teglia qualche fiocco di burro, un poco di panna liquida, qualche cucchiata di latte ed una spolverata di parmigiano, lasciare scongelare per qualche ora, e fare cuocere per circa 20 minuti alla temperatura di 170°.

N.B. Allo stesso modo si possono preparare i mulinelli con farciture diverse, sostituendo al prosciutto ed alla fontina e senza il velo di besciamella:

- a) **il ripieno dei tortelli d'erbetta** che, per essere reso più consistente sarà preparato con un uovo in più rispetto al ripieno dei tortelli;
- b) **il ripieno dei tortelli ai funghi**, sempre aggiungendo un uovo in più;
- c) **il ripieno per la pasta allo stecchino**, sempre aggiungendo un uovo in più;
- d) **il ripieno dei tortelli di zucca**, aggiungendo un uovo in più.

6.52 Fiocchi di neve

INGREDIENTI: 500 gr. di ricotta, 150 gr. di prosciutto cotto, 150 gr. di fontina affettata, tre uova intere, 70 gr. di formaggio, tre cucchiataie di pane grattugiato, sale q., 300 gr. di spinaci cotti e tritati, spinaci, besciamella

ESECUZIONE:

Amalgamare accuratamente in una ciotola ricotta, uova, formaggio e pangrattato; imbrattare una teglia, fare uno strato di impasto, stendervi sopra tutto il prosciutto cotto, quindi un velo di besciamella; formare un secondo strato di impasto, ricoprirla con le fette di fontina, quindi un altro velo di besciamella, cospargere con parmigiano grattugiato e qualche fiocchetto di burro.

Informare in forno caldo (170°) per circa 20 minuti, quindi abbassare il forno a 125° e lasciarlo ancora in forno per circa 30 minuti.

Servire caldo, ma non bollente.

6.53 Tagliolini (o Pennette) con i gamberetti

INGREDIENTI: 400 gr. di pasta; 100 gr. di gamberetti sgusciati precotti; mezzo bicchierino di brandy; uno scalogno; una noce di burro; due cucchiataie di panna da cucina; un cucchiaio di prezzemolo tritato; sale e pepe q.b.

ESECUZIONE:

Rosolare lo scalogno tritato con il burro, bagnare con il brandy, aggiungere la metà delle code di gambero tritati grossolanamente, la panna da cucina, sale e pepe. Cuocere per due minuti, aggiungere i restanti gamberetti dopo averli appena scottati.

Cuocere al dente la pasta e condirla con la salsa preparata insieme con il prezzemolo tritato.

6.54 Frittata di spaghetti

INGREDIENTI: 300 gr. di spaghetti; 100 gr. di passata di pomodoro; tre cucchiataie di olio extra vergine di oliva; 50 gr. di pecorino grattugiato; due spicchi d'aglio; sale e pepe q.b.

ESECUZIONE:

Cuocere la passata di pomodoro con un cucchiaio di olio per 15 minuti, in modo che si riduca bene; a parte imbiondire in una padella nel restante olio l'aglio, quindi levarlo.

Lessare gli spaghetti al dente, scolarli, condirli con il pomodoro, pecorino, sale e pepe e mescolarli con cura. Versarli nell'olio caldo e schiacciarli con cura con un cucchiaio di legno, in modo che il tutto si compatti come se si trattasse di una frittata. Fare rosolare e prendere colore dalle due parti, girandola con l'aiuto di un piatto, e servire la "frittata" ben calda.

6.55 Acquacotta

INGREDIENTI: 600 gr. di pomodori maturi; 4 gambi di sedano; 4 cucchiataie di olio extravergine di oliva; 400 gr. di cipolle; 4 peperoni; due litri di brodo vegetale; sale; quattro grandi fette di pane integrale raffermo; 4 uova; peperoncino rosso in polvere.

ESECUZIONE:

Lavare i pomodori, privarli della buccia e dei semi e spezzarli; mondare i gambi di sedano, lavarli con cura e tagliarli a fettine.

In una padella fare saltare nell'olio le cipolle sbucciate ed affettate piuttosto sottilmente, aggiungervi i peperoni nettati, lavati, asciugati e tagliati a pezzi, quindi il sedano già tagliato a fettine. Lasciare insaporire per alcuni minuti a fuoco vivace, mescolando con un cucchiaino di legno; trasferire il tutto in un tegame, possibilmente di terracotta. Aggiungere il brodo vegetale, aggiustare di sale, portare ad ebollizione e cuocere poco meno di 10 minuti.

Passare le fette di pane in forno, adagiarle nelle fondine, ricoprirle con le uova battute e leggermente salate e versarvi sopra la zuppa ben calda.

Servire dopo avere insaporito a piacere con peperoncino rosso in polvere.

6.56) Orecchiette (o gnocchetti sardi) con pesto, fagiolini e gamberetti

INGREDIENTI:

400 gr. di pasta; 200 gr. di fagiolini boby; 250 gr. di gamberetti sgusciati; 8 foglie di basilico fresco; quattro cucchiaini di pesto alla genovese; un peperoncino rosso; sale.

ESECUZIONE:

Dopo averli puliti, tagliare i fagiolini in losanghe lunghe un paio di cm. Frattanto mettere sul fuoco una capace pentola con quattro litri di acqua; giunta ad ebollizione porvi i fagiolini e farli cuocere per una diecina di minuti, quindi aggiungere la pasta e salare.

A parte mettere sul fuoco una larga padella, versarvi l'olio e, quando sarà bollente, aggiungere i gamberetti ed il peperoncino sminuzzato, farli scottare per tre o quattro minuti, salarli leggermente e versarvi la pasta scolata e cotta al dente insieme con i fagiolini; un attimo prima di togliere la padella dal fuoco aggiungere il pesto ed il basilico fresco.

Servire subito.

6.57) Insalata di pasta fredda con pecorino e prosciutto

INGREDIENTI:

- 400 gr. di pasta (formato gemelli, ruote, farfalle, castellane); 50 gr. di gherigli di noci; 50 gr. di pecorino toscano stagionato grattugiato; 50 gr. di pecorino toscano tagliato a scaglie; 50 gr. di prosciutto cotto tagliato a listarelle; un mazzetto di basilico fresco; 4 cucchiaini di olio extra vergine di oliva.

ESECUZIONE:

Lavare ed asciugare il basilico. Tritarlo insieme con i gherigli di noce, unire l'olio d'oliva, poi il formaggio grattugiato in modo da ottenere un composto cremoso.

Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, scolarla bene e farla raffreddare con un getto di acqua fresca. Condire la pasta con il composto e guarnire con scaglie di pecorino e le listarelle di prosciutto cotto. Servire fredda.

6.58) Insalata di pasta fredda all'ortolana

INGREDIENTI:

-- 400 gr. di pasta (gemelli, ruote, farfalle, castellane, nuvole, cappellini); una falda di peperone rosso a cubetti; una falda di peperone giallo a cubetti; tre pomodori rossi freschi; 100 gr. di sedano bianco a cubetti; 100 gr. di carote a julienne; uno spicchio di aglio tritato; qualche foglia di basilico spezzata; quattro cucchiaini di olio extra vergine di oliva; sale e pepe q. B.

ESECUZIONE:

Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, scolarla al dente e raffreddarla con acqua fresca. Scolarla di nuovo e quindi condirla con tutte le verdure. Profumarla con il basilico ed unire all'ultimo l'olio extra vergine di oliva.

Mescolare e lasciare riposare al freddo per almeno due ore prima di servire.

6.59) Insalata di pasta fredda al sapore di mare

INGREDIENTI:

- 400 gr. di pasta (gemelli, farfalle, nuvole, cappellini, ecc.); 4 pomodori perini maturi; un mazzetto di rucola; un porro; 12 cozze; otto gamberetti; otto seppioline; otto calamaretti; olio extra vergine di oliva; sale e vino bianco q. B.

ESECUZIONE:

Lavare le cozze e farle aprire in padella con un poco di vino bianco: Scolarle e tenerle da parte.

Abbrustolire e spellare il peperone e tagliarlo a striscioline. Lessare i calamaretti e le seppioline pulite, unire i gamberetti e cuocere ancora per cinque minuti.

Fare appassire il porro a fettine in tre cucchiaini di olio, unire il peperone ed il pomodoro tagliati a striscioline, fare cuocere ancora per due minuti e lasciare raffreddare.

Cuocere la pasta, scolarla al dente, e farla raffreddare con acqua fresca. Condirla con le verdure, il pesce e la rucola e servire fredda.

6.60) Insalata di pasta fredda con peperoni ed acciughe

INGREDIENTI:

- 400 gr. di pasta (gemelli, farfalle, nuvole, cappellini, ruote, ecc.); quattro peperoni rossi; 100 gr. di panna liquida; 100 gr. di filetti di acciughe sott'olio; un cucchiaino di erba cipollina tritata finemente; olio extra vergine di oliva, sale e pepe q.b.

ESECUZIONE:

Spellare i peperoni; frullarne i due terzi con la panna, le acciughe e l'olio extra vergine di oliva, salare e pepare. Restringere, se necessario, il composto in un tegame, a fuoco moderato.

Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, scolarla e farla raffreddare bene, quindi condirla aggiungendo erba cipollina, il rimanente peperone tagliato a striscioline ed il composto preparato.

Fare raffreddare e servire.

6.61) Tagliolini ai funghi e gamberetti

INGREDIENTI:

- 250 gr. di tagliolini all'uovo; 20 gr. di funghi porcini secchi; 250 gr. di gamberetti sgusciati; uno spicchio di aglio; 70 gr. di burro (o tre cucchiaini di olio d'oliva); un cucchiaino di prezzemolo tritato; 750 gr. di brodo vegetale.

ESECUZIONE:

Mettere i funghi ad ammolare in acqua tiepida. Tritare l'aglio e farlo rosolare in una casseruola con il burro (o l'olio). Unire i funghi ed i gamberetti e lasciare insaporire per 1 o 2 minuti.

Versare il brodo caldo nella casseruola di cui sopra, portare ad ebollizione ed aggiungere la pasta. A cottura ultimata aggiungere il prezzemolo e servire.

6.62) Orecchiette con i carciofi

INGREDIENTI:

- 350 gr. di orecchiette; 4 carciofi; uno spicchio di aglio; 2 cucchiaini di olio extra vergine di oliva; 50 gr. di parmigiano grattugiato; un pizzico di timo secco; un limone; sale e pepe q. B.

ESECUZIONE:

Pulire bene i carciofi, tagliarli a spicchi e tenerli a bagno in acqua e limone.

Fare imbiondire nell'olio uno spicchio di aglio schiacciato, unire i carciofi scolati, sale, pepe, un pizzico di timo e fare cuocere dolcemente, a tegame coperto, per 15 minuti.

Frullare la metà dei carciofi con il parmigiano, aggiungendo, se necessario, un poco di latte.

Cuocere la pasta al dente, scolarla, e condirla con la crema e gli spicchi di carciofo.

6.63) Gnocchetti sardi (o ruote o orecchiette) con pomodorini al forno

INGREDIENTI:

- 350 gr. di pasta; 300 gr. di pomodorini ciliegia a grappolo; 4 cipolline o scalogni; un cucchiaino di maggiorana secca; un cucchiaino di origano; due foglie di salvia; due cucchiaini di olio extra vergine di oliva; sale e pepe.

ESECUZIONE:

Portare il forno a 200°, lavare i pomodorini e tagliarli a metà. Sbucciare le cipolline e tagliarle a spicchi, quindi mettere il tutto in una pirofila con un filo d'olio, le erbe aromatiche, il sale ed il pepe. Infornare e lasciare appassire per 15 minuti.

Cuocere la pasta al dente e condirla con le verdure tolte dal forno; mescolare bene e servire.

6.64) Spaghetti alla sorrentina

INGREDIENTI:

- 400 gr. di spaghetti; 8 pomodorini siciliani; una mozzarella di bufala; 16 foglie di basilico fresco; due cucchiaini di olio extra vergine di oliva; sale e pepe q. B.

ESECUZIONE:

Pelare i pomodori, strizzarli leggermente, eliminare i semi e tagliarli a spicchi, lavare le foglie di basilico ed asciugarle con carta da cucina.

Scaldare l'olio in una padella e farvi appassire leggermente gli spicchi di pomodoro, avendo cura di non farli cuocere veramente.

Tagliare a cubetti la mozzarella, che avremo preventivamente strizzata per togliere il siero in eccesso.

Scaldare la zuppiera, mettendola per qualche minuto sulla pentola dell'acqua di cottura degli spaghetti, e versarvi il pomodoro con l'olio, la mozzarella e le foglie di basilico. Spolverizzare con sale e pepe e mescolare con un cucchiaino di legno.

Scolare gli spaghetti, versarli nella zuppiera caldissimi e, per un minuto, non mescolare, in questo modo la mozzarella si fonderà leggermente. Mescolare e servire.

6.65) Spaghetti alla puttanesca

INGREDIENTI:

- 400 gr. di spaghetti; 3 filetti di acciuga dissalati; due cucchiaini di olio extra vergine di oliva; due spicchi di aglio; un peperoncino sminuzzato; 500 gr. di pomodori perini maturi; un cucchiaino di capperi dissalati; 100 gr. di olive verdi o nere snocciolate; sale.

ESECUZIONE:

Sciogliere bene le acciughe, togliere le lisce e tagliarle a pezzetti.

Fare colorire l'aglio in un tegame con l'olio, unire il peperoncino e dopo due o tre minuti farvi sciogliere le acciughe.

Spellare i pomodori, strizzarli leggermente, eliminare tutti semi ed unirli al soffritto, salare e cuocere per circa 15 minuti; sciacquare con cura i capperi e, circa a metà cottura, unirli al sugo insieme con le olive.

Scolare la pasta al dente e condirla con il sugo molto caldo, quindi servire subito.

6.66) Linguine al nero di seppia

INGREDIENTI:

- 400 gr. di bavette o linguine; 500 gr. di seppie con la sacca dell'inchiostro; 4 cucchiaini di olio extra vergine di oliva; due spicchi di aglio; un bicchiere di vino bianco secco; una manciata di prezzemolo; sale e pepe q. B.

ESECUZIONE:

Pulire le seppie, levare le sacche dell'inchiostro e tenerla da parte. Eliminare i beccucci della bocca, tagliare la testa con i tentacoli a pezzetti, affettare a striscioline la metà delle seppie.

Fare imbiondire l'aglio nell'olio, quindi versarvi tutte le seppie e cuocere a fuoco medio per venti minuti; a metà cottura versare il vino che verrà fatto evaporare.

Levare le seppie appena saranno cotte e tenerle in caldo; continuare, frattanto, la cottura del sugo, aggiungendo l'inchiostro delle sacche in quantità adeguata al gusto personale. Il sugo dovrà avere una consistenza abbastanza densa. Al termine condire con sale e pepe.

Tritare il prezzemolo, cuocere la pasta al dente, scolarla e condirla con il sugo e le seppie, mescolarla ed aggiungere il prezzemolo fresco tritato.

6.67) Spaghetti con i polipetti

INGREDIENTI:

- 400 gr. di spaghetti; 500 gr. di polipetti o moscardini; uno spicchio di aglio; tre cucchiaini di olio extra vergine di oliva; mezzo bicchiere di vino bianco secco; 500 gr. di pomodori maturi; due acciughe salate; una manciata di prezzemolo; sale e pepe q. b.

ESECUZIONE:

Pulire i polipetti eliminando cartilagini, beccucci e parti molli e tagliare solo la metà a pezzetti. Rosolare l'aglio nell'olio e, quando sarà dorato, aggiungere i polipetti. Versare il vino, fare evaporare, poi abbassare il fuoco e cuocere per dieci minuti.

Spellare i pomodori, strizzarli, privarli dei semi, tagliarli grossolanamente ed unirli al sugo dei polipi con le acciughe sciacquate, pulite dalle lisce e spezzettate. Cuocere per circa 15 minuti; la salsa dovrà essere densa ed i polipetti dovranno diventare teneri ma non spappolati.

Condire con il sale, il pepe ed il prezzemolo fresco tritato.

Scolare gli spaghetti e condirli nel piatto da portata con la salsa molto calda.

6.68) Spaghetti alla cernia

INGREDIENTI: - 400 gr. di spaghetti; 800 gr. di cernia in tranci non troppo grandi; una cipolla; due cucchiaini di olio extra vergine di oliva; un bicchiere di vino bianco; 200 gr. di pomodori perini maturi; una manciata di prezzemolo; sale e pepe q. b.

ESECUZIONE:

Affettare la cipolla e farla appassire a fuoco dolce nell'olio. Pulire la cernia, tagliarne la metà a pezzetti piuttosto piccoli, che verseremo nel soffritto insieme con i tranci interi di pesce; Aggiungere il vino e lasciare che il tutto si riduca a fuoco vivace.

Dopo circa 10 minuti levare i tranci interi e tenerli in caldo. Aggiungere al sugo i pomodori pelati, strizzati e privati dei semi.

Cuocere per dieci minuti, rimettere i tranci di pesce e condire con il prezzemolo tritato, il sale ed il pepe appena macinato.

Scolare gli spaghetti, condirli con il sugo preparato e servirli nella zuppiera

6.69) Spaghetti verdeoro

INGREDIENTI:

- 400 gr. di spaghetti; 3 zucchine medie di forma allungata; due peperoni gialli; 3 cucchiaini di olio extra vergine di oliva; una cipolla; una manciata di prezzemolo; sale e pepe q. b.

ESECUZIONE:

Raschiare la superficie delle zucchine con un coltello per eliminarne la peluria, lavarle, tagliarne le estremità ed affettarle a rondelle sottili.

Lavare i peperoni, eliminare tutti i semi e le coste bianche interne e tagliarli a strisce sottili.

Scaldare l'olio in una padella e farvi cuocere la cipolla affettata ed i peperoni per setto od otto minuti, quindi aggiungere le zucchine e cuocere per altri dieci minuti. Quindi condire con il sale ed il pepe e con il prezzemolo tritato.

Scolare gli spaghetti, condirli con la salsa alle verdure e servirli caldi.

6.70) Minestra di farro

INGREDIENTI:

- 250 gr. di pasta corta; 150 gr. di farro; 150 gr. di patate; 100 gr. di carote; 5 foglie di basilico fresco; uno spicchio di aglio; 4 cucchiaini di olio di oliva extra vergine; mezzo dado vegetale; sale e pepe q.b.

ESECUZIONE:

Far rinvenire il farro in abbondante acqua fredda per una intera notte. Quindi soffriggere lo spicchio di aglio schiacciato (che verrà tolto quando sarà dorato) ed il basilico tagliuzzato in una casseruola con l'olio.

Scolare il farro dall'acqua e versarlo nella casseruola, bagnare il tutto con acqua fresca fino a coprire abbondantemente il farro, salare, pepare leggermente ed unire il dado vegetale.

A parte pelare la patata e la carota, tagliarle a cubetti piccoli ed aggiungerle alla minestra di farro; versare anche la pasta, accendere il fornello e cuocere la pasta per quindici minuti a fuoco medio. Prendere un mestolo di minestra senza la pasta, passarla con il passaverdura, rimettere il passato nella minestra e mescolare. Regolare di sale.

A fine cottura la minestra dovrà essere abbastanza asciutta.

6.71) Spaghetti al sugo panato di acciuga

INGREDIENTI:

- 400 gr. di spaghetti; 4 acciughe sotto sale; 500 gr. di pomodori rotondi maturi; 6 cucchiaini di olio extra vergine di oliva; due spicchi di aglio; 150 gr. di pangrattato; una manciata di prezzemolo; sale e pepe.

ESECUZIONE:

Spellare gli spicchi di aglio e farli dorare interi in padella, a fuoco dolce, insieme con due cucchiaini di olio; togliere l'aglio, lavare sotto acqua corrente le acciughe per eliminare tutto il sale, privarle delle lische, quindi metterle nell'olio insaporito con l'aglio, facendole sciogliere lentamente.

Spellare i pomodori, strizzarli, privarli dei semi ed unirli, ben spezzettati, al soffritto. Fare cuocere a fuoco medio per quindici minuti, quindi aggiungere il prezzemolo tritato, sale e pepe.

Mettere a cuocere la pasta e, intanto, scaldare in una padella il restante olio e farvi tostare il pangrattato rimestando spesso con un cucchiaio di legno in modo che prenda un marcato colore bruno, ma senza bruciarsi.

Unire il pangrattato alla salsa e condire subito la pasta appena scolata al dente.

6.72) Carbonara di mare

INGREDIENTI:

- 400 gr. di spaghetti o penne; 1 kg. di cozze; uno spicchio di aglio; mezza cipolla; 4 cucchiaini di olio extra vergine di oliva; prezzemolo fresco; due uova; sale e pepe q.b.

ESECUZIONE:

Lavare accuratamente le cozze sotto l'acqua corrente, togliere la barbetta che esce tra le due valve e spazzolarle energicamente; scartare gli esemplari già aperti.

Versare le cozze in una larga casseruola, coprirle con acqua fredda, metterla sulla fiamma e la sciare che si aprano a fuoco vivace per circa 5 minuti.

Colare il liquido di cottura delle cozze e tenerlo da parte, privare le cozze del guscio ed eliminare quelle rimaste chiuse. Frattanto portare ad ebollizione dell'acqua leggermente salata in una casseruola.

In una padella rosolare con l'olio lo spicchio di aglio e la cipolla tagliata finemente. Aggiungere l'acqua di cottura delle cozze e le cozze sgusciate e cuocere per due o tre minuti.

Quando l'acqua della casseruola bolle lessarvi la pasta al dente; mentre la pasta cuoce rompere le uova in una tazza, e mescolarvi il prezzemolo tritato:

Scolare la pasta al dente e versarla nella padella del soffritto, aggiungere le uova mescolate al prezzemolo, un poco di sale ed una macinata di pepe fresco (o peperoncino in polvere); lasciare che le uova si rapprendano, togliere dal fuoco e servire subito.

6.73) Trenette alla crema di broccoli

INGREDIENTI:

- 400 gr. di broccoli, 100 gr. di pancetta affumicata, 4 cucchiaini di olio extra vergine di oliva, uno spicchio di aglio, un decilitro di panna da cucina, 400 gr. di trenette o bavette, sale e pepe q. b.; parmigiano grattugiato.

ESECUZIONE:

Pulire i broccoli, eliminare i gambi duri, dividerli in cimette e scottarli per 10 minuti in acqua salata.

Tagliare a dadini la pancetta e farla rosolare insieme con l'olio e lo spicchio di aglio schiacciato; aggiungere i broccoli scolati, mescolare, e fare cuocere per 10 minuti a fiamma vivace.

Togliarli dal fuoco, passarli al mixer con la panna da cucina, quindi rimetterli sul fuoco per cinque minuti, dopo averli conditi con sale e pepe.

Lessare al dente le trenette, scolarle e condirle con la crema di broccoli, spolverizzarle con abbondante parmigiano grattugiato e servirle.

6.74) Pasta alle zucchini

INGREDIENTI:

- 500 grammi di pasta corta grossa (tortiglioni, rigatoni, penne, orecchiette, fusilli, farfalle, ecc.); quattro zucchini medie oppure otto piccole (preferire quelle di colore verde chiaro, perché più saporite e con la buccia più tenera rispetto a quelle di colore verde scuro); due spicchi d'aglio; uno scalogno; una manciata abbondante di prezzemolo; quattro cucchiaini di olio extravergine di oliva; sale, peperoncino rosso secco; timo fresco; formaggio parmigiano o pecorino grattugiato.

ESECUZIONE:

Mettere sul fuoco una pentola con almeno quattro litri di acqua, salare quanto basta, quindi buttare la pasta.

Tagliare l'aglio e lo scalogno molto fini, metterli in una padella grande e farli imbiondire nell'olio cui si sarà aggiunto un peperoncino rosso; aggiungere poi le zucchini tagliate a rondelle molto sottili. Salare e farli cuocere velocemente a fuoco lento dopo avere aggiunto mezzo bicchiere scarso di acqua, lasciandoli sul fuoco fino a quando non siano diventati teneri.

Scolare la pasta e versarla nella padella aggiungendo una manciata di prezzemolo fresco tritato ed, eventualmente, alcune foglioline di timo fresco: rigirare velocemente, togliere dal fuoco, aggiungere formaggio parmigiano o pecorino grattugiato e, se occorre, qualche goccia di olio extravergine di oliva. e servire

6.75) Riso alle zucchini.

INGREDIENTI:

- 250 grammi di riso Arborio; 350 gr. di zucchini piccole; 50 gr. di burro; due cucchiaini di olio extravergine di oliva; una cipollina piccola; mezzo spicchio d'aglio; mezzo bicchiere di vino bianco secco; un mazzetto di prezzemolo; due cucchiaini di parmigiano; brodo vegetale.

ESECUZIONE:

Lavare le zucchini, tagliarle a rondelle molto sottili, possibilmente di dimensioni omogenee.

Tritare finemente la cipollina e l'aglio, farli appassire in un tegame con l'olio e la metà del burro, unirvi le zucchini, farle dorare, salare e pepare.

Aggiungere il riso e farlo insaporire, mescolando sempre con un cucchiaio di legno, versare il vino bianco e farlo evaporare. Unire un poco alla volta il brodo bollente, mescolando di tanto in tanto.

A cottura ultimata togliere il tegame dal fuoco, aggiungere il burro rimasto, il parmigiano grattugiato ed il prezzemolo tritato.

Mescolare bene per mantecare il tutto, e servire subito in tavola.

6.76) Risotto con i porri

INGREDIENTI:

- 400 gr. di riso Carnaroli; cinque porri; 30 gr. di pecorino grattugiato; un decilitro di brodo vegetale; un cucchiaio di panna; mezzo bicchiere di vino bianco; 80 gr. di burro; sale e pepe q.b.

ESECUZIONE:

Lavare i porri, eliminare la parte verde, togliere a quella bianca la prima pellicina e la parte finale del gambo, quindi affettarli a rondelle sottili.

Fare appassire i porri con il burro a fuoco dolce, fino a quando saranno completamente ammorbiditi, ma senza che abbiano a colorirsi.

Unire il riso e farlo tostare per due minuti mescolando; bagnare con il vino e fare evaporare per due minuti.

Cuocere il riso per circa 18 minuti, versando via via il brodo salato. Aggiungere il pepe e, se necessario, a fine cottura, un poco di sale. Appena prima di togliere dal fuoco aggiungere la panna ed il pecorino grattugiato, avendo cura di mantecare prima di servire il risotto che dovrà risultare molto morbido.

6.77) Timballo di riso con i fegatini

INGREDIENTI:

- 400 gr. di riso Carnaroli; 300 gr. di fegatini di pollo; una cipolla affettata; tre cucchiaini d'olio d'oliva; mezzo bicchiere di vino bianco; 300 gr. di pomodori maturi; brodo di carne; 50 gr. di parmigiano grattugiato; due cucchiaini di pangrattato; poco burro; un uovo.

ESECUZIONE:

Rosolare i fegatini tagliati a pezzi nell'olio d'oliva in cui si sarà fatta precedentemente imbiondire la cipolla affettata; aggiungere mezzo bicchiere di vino bianco ed i pomodori a pezzetti e fare cuocere per cinque o sei minuti.

Versare il riso e farlo tostare per due minuti; aggiungere gradualmente il brodo a mano a mano che viene assorbito e fare cuocere per circa quindici minuti (il riso deve rimanere molto al dente). Fare intiepidire, quindi aggiungere il parmigiano grattugiato e l'uovo ed amalgamare bene il tutto.

Ungere bene uno stampo con il burro, spolverizzare con il pangrattato, versarvi il composto di riso. Spolverizzare la superficie con altro pangrattato e cuocere in forno preriscaldato a 200° per circa dieci minuti.

Capovolgere su un piatto da portata e servire.

6.78) Mezze penne fredde fantasia

INGREDIENTI:

- 400 gr. di mezze penne; 200 gr. di mozzarella di bufala; 150 gr. di fontina valdostana; 150 gr. di lingua salmistrata in una fetta; una melanzana; quattro wurstel; un cetriolo; sei carciofini sott'olio; sei cucchiaini d'olio extravergine d'oliva; il succo di un limone; un cucchiaino di senape; un cucchiaio di semi di sesamo; sale fino e grosso.

ESECUZIONE:

Lavare la melanzana, togliere le estremità, tagliarla a cubetti, cospargerla di sale grosso e lasciarla spurgare per almeno mezz'ora. Sciacquarla e farla cuocere in due cucchiaini d'olio d'oliva per circa 15 minuti, quindi farla scolare su carta da cucina.

Tagliare a cubetti non troppo piccoli la mozzarella e la fontina ed a pezzetti i wurstel. Lavare il cetriolo, spuntarlo e tagliarlo a fette sottili. Fare sgocciolare i carciofini e tagliarli in quattro parti ed affettare a bastoncini la lingua salmistrata.

Emulsionare in una ciotola il rimanente olio con il succo di limone e la senape. Scaldare senza grassi in una padella i semi di sesamo, per tre minuti, a fuoco vivace.

Lessare al dente le mezze penne, passarle sotto l'acqua fredda, versarle in una zuppiera ed unirvi tutti gli ingredienti preparati, condire con l'olio alla senape, i semi di sesamo ed il sale.

Servire le mezze penne fredde.

6.79) Spaghetti freddi piccanti

INGREDIENTI:

- 400 gr. di spaghetti; dodici pomodorini ciliegini; un peperoncino; quattro filetti di acciuga sott'olio; quattro cucchiaini d'olio extravergine d'oliva; un limone; un cucchiaio di prezzemolo tritato; uno spicchio d'aglio; sale e pepe.

ESECUZIONE:

Spremere il limone, lavare e tagliare in quattro parti i pomodorini e farli marinare nel succo di limone e metà olio con il prezzemolo tritato.

Fare dorare l'aglio nel restante olio, unire il peperoncino spezzettato, e fare appassire a fuoco moderato per cinque minuti. A fuoco spento togliere l'aglio ed aggiungere le acciughe sgocciolate e spezzettate.

Lessare gli spaghetti molto al dente, scolarli e passarli per qualche secondo sotto l'acqua corrente per raffreddarli.

Condirla nella zuppiera con la salsina di pomodori marinati. Salarli, prepararli e servirli freddi.

6.80) Sedanini freddi ai formaggi

INGREDIENTI:

- 400 gr. di sedanini; 100 gr. di fontina valdostana; 100 gr. di gorgonzola naturale; 100 gr. di emmental; 30 gr. di mandorle; 30 gr. di gherigli di noce; un gambo di sedano; cinque cucchiaini d'olio d'oliva extravergine; mezzo cucchiaino di senape; cinque gocce di tabasco; una manciata di foglie di menta; una manciata di foglie di basilico; sale.

ESECUZIONE:

Pulire il sedano, eliminare i filamenti più grossi e tagliarlo a pezzetti. Spellare le mandorle ed i gherigli di noce, quindi, dopo avere controllato che non siano rimasti residui di pellicine, spezzettarli entrambi.

Eliminare la crosta dei formaggi e tagliarli tutti a bastoncini stretti, come patate a fiammifero e metterli in una zuppiera assieme al sedano ed alla frutta secca.

Sbattere con una frusta l'olio in una ciotola, emulsionandolo con la senape, il tabasco ed il sale. Versare l'emulsione nella zuppiera e lasciarvi marinare i formaggi per circa mezz'ora.

Lessare al dente i sedanini, scolarli e lasciarli sotto l'acqua corrente per circa un minuto, poi versarli nella zuppiera. Aggiungere le foglie di basilico e di menta e mescolare delicatamente.

Servire freddo.

6.81) Conchiglie fredde affumicate

INGREDIENTI:

- 400 gr. di conchiglie; 150 gr. di salmone affumicato; 150 gr. di storione affumicato; un bicchiere scarso d'olio extravergine d'oliva; pepe nero e rosa in grani; un cucchiaio di capperi sotto sale; un cucchiaio di aneto fresco; il succo di un limone; sale; 100 gr. di prezzemolo; sei filetti di acciuga sott'olio; due fette di pancarrè; cinque cucchiaini di aceto; due spicchi d'aglio.

ESECUZIONE:

Eliminare tutte le pellicine e le eventuali lisce dal salmone e dallo storione, quindi tagliare entrambi a bastoncini. Emulsionare due terzi dell'olio con il succo di limone ed aggiungere il sale ed il pepe in grani e mettere il pesce a macerare in questa marinata, lasciandolo per circa mezz'ora.

Sciacquare i capperi sotto l'acqua e scolare i filetti d'acciuga.

Preparare una salsa: tagliare la crosta del pancarrè, metterlo a bagno nell'aceto, quindi strizzarlo; frullare il prezzemolo con le acciughe, l'aglio ed il restante olio, e metterlo in una terrina. Unire il pancarrè sminuzzato, sale ed amalgamare il tutto delicatamente. La salsa dovrà risultare morbida ed omogenea.

Scolare i pesci dalla marinata e farli insaporire in una padella con un cucchiaio di olio della marinata filtrato ed i capperi.

Lessare al dente le conchiglie e sciacquarle sotto l'acqua corrente fredda. Condirle con salmone e storione, la salsa al prezzemolo, l'aneto e servirle fredde.

6.82) Farfalle fredde sorpresa

INGREDIENTI:

- 400 gr. di farfalle; mezza cipolla; tre cucchiaini d'olio extravergine d'oliva; un peperone giallo; tre wurstel; 150 gr. di provola affumicata; due cucchiaini di senape; un cetriolo; una manciata di foglie di basilico; sei bacche di ginepro; sale e pepe q.b.

ESECUZIONE:

Tritare molto finemente la cipolla e versarla nell'olio in cui si sarà già emulsionata delicatamente la senape. Aggiungere le bacche di ginepro e lasciare riposare per almeno mezz'ora.

Fare cuocere il peperone per venti minuti nel forno già caldo; spellarlo, eliminare il picciolo, i semi e le coste interne, quindi tagliarlo a strisce e tenerlo da parte.

Tagliare a cubetti la provola, a tocchetti i wurstel ed a fette non troppo sottili il cetriolo.

Lessare al dente le farfalle e tenerle sotto l'acqua corrente. Versarle poi in una zuppiera e condire con l'olio alla cipolla e senape filtrato.

Unire i peperoni, i wurstel, il cetriolo, la provola, le foglie di basilico spezzettate, il sale e pepe. Servire la pasta fredda.

6.83) Chifferi rossoverdi

INGREDIENTI:

- 400 gr. di chifferi (gobetti grossi); due peperoni rossi; quattro zucchine; una manciata di basilico; una manciata di menta; cinque cucchiaini di olio extravergine d'oliva; sale e pepe.

ESECUZIONE:

Scottare i peperoni sulla fiamma, tenendoli infilzati con una forchetta, per bruciacchiare la pellicina superficiale. Spellarli, pulirli internamente dai semi e dalle nervature, e tagliarli a strisce.

Raschiare le zucchine, lavarle e spuntarle, quindi tagliarle a rondelle. Sciacquare la menta ed il basilico, staccarne le foglie e tenerle intere.

Scaldare l'olio in una padella, e farvi appassire per 10÷12 minuti i peperoni e le zucchine con la menta ed il basilico, sale e pepe.

Lessare al dente la pasta, scolarla e passarla sotto il getto di acqua fredda. Versarla in una zuppiera e condirla con il sugo preparato.

Servirla fredda.

6.84) Conchiglie tonno e fagiolini

INGREDIENTI:

- 400 gr. di conchiglie; 200 gr. di fagiolini; 300 gr. di tonno sott'olio; due cucchiaini di olive nere snocciolate; cinque cucchiaini d'olio extravergine di oliva; tre pomodori; un cucchiaino di timo; un cucchiaino di maggiorana tritata; sale e pepe.

ESECUZIONE:

Lavare i fagioli, spuntarli e lessarli per una diecina di minuti in acqua bollente leggermente salata, scolarli e lasciarli raffreddare.

Spellare i pomodori, levarne i semi, strizzarli e tagliarli a dadini. Sciacquare le olive, fare sgocciolare il tonno e sbriciolarlo con una forchetta.

Sbattere l'olio in una terrina con sale e pepe, quindi versarvi i fagiolini, il tonno, i pomodori, la maggiorana, il timo e le olive.

Lessare al dente le conchiglie, scolarle e passarle sotto l'acqua fredda per raffreddarle. Versare la pasta in una zuppiera, condirla con gli ingredienti appena preparati e servirla fredda.

6.85) Timballo di maccheroni

INGREDIENTI:

- 400 gr. di tortiglioni; 200 gr. di carne di manzo tritata; 20 gr. di funghi porcini secchi; 100 gr. di fegatini di pollo; una cipolla; una carota; un gambo di sedano; tre cucchiaini di olio extravergine d'oliva; 80 gr. di parmigiano; un bicchiere di vino bianco secco; 400 gr. di pelati; 20 gr. di burro; un uovo; sale e pepe.

ESECUZIONE:

Mettere i funghi a bagno in acqua tiepida e cambiarla due volte per eliminare tutti i residui di terra; pulire i fegatini e tritarli.

Tritare la cipolla, la carota, il sedano e farli appassire a fuoco medio nell'olio per circa cinque minuti, unire la carne e farla rosolare per tre minuti, bagnare con il vino e lasciarlo evaporare.

Aggiungere i pelati, schiacciarli leggermente e fare cuocere il sugo per circa un'ora e mezza. Dopo 45 minuti unire i fegatini ed i funghi ben strizzati. Al termine salare e pepare.

Lessare a metà cottura i tortiglioni, e condirli con il sugo. Imburrare uno stampo da timballo rotondo e spolverizzarlo con metà pangrattato. Sbattere l'uovo, metterlo nello stampo e farlo roteare in modo che il pangrattato se ne imbeva.

Versare nello stampo il restante pangrattato, quindi riempirlo con la pasta. Fare cuocere in forno caldo per circa 20 minuti. Levare dal forno, capovolgere lo stampo e servire subito il timballo di maccheroni che dovrà risultare coperto da una crosticina di pangrattato uniforme e ben dorata.

6.86) Sedanini al merluzzo fresco

INGREDIENTI:

- 400 gr. di sedanini; 400 gr. di filetti di merluzzo fresco; una cipolla; tre cucchiaini d'olio d'oliva extravergine; due cucchiaini di capperi sotto sale; un bicchiere di vino bianco; due cucchiaini di olive verdi snocciolate; il succo di un limone; una manciata di prezzemolo tritato; sale e pepe.

ESECUZIONE:

Tritare finemente la cipolla e farla appassire nell'olio, unire i filetti di merluzzo e farli rosolare per due minuti da entrambe le parti. Bagnare con il vino e continuare la cottura per cinque o sei minuti, salare, pepare e levare il pesce dal tegame.

Sciacquare i capperi per togliere il sale, tritarli insieme con le olive e mettere il tutto nel sugo in cui si è cotto il merluzzo, quindi fare addensare per due minuti a fuoco vivace.

Tagliare a bastoncini i filetti di merluzzo e rimetterli nel sugo, scaldarli per due minuti ed irrorarli con il succo di limone, spolverizzare con il prezzemolo tritato e spegnere il fuoco.

Lessare i sedanini al dente, scolarli, metterli in una zuppiera e condirli con la salsa di pesce.

6.87) Sedanini al forno

INGREDIENTI:

- 400 gr. di sedanini; un peperone rosso; un peperone giallo; due cucchiaini di capperi sotto sale; sei cucchiaini d'olio extravergine d'oliva; 20 olive verdi snocciolate; uno spicchio d'aglio; una manciata di prezzemolo tritato; due cucchiaini di pangrattato; sale e pepe.

ESECUZIONE:

Infilare i peperoni in una forchetta e scottarli sulla fiamma per abbrustolire la pellicina che li ricopre. Spellarli e pulirli, eliminando i semi e la pellicina bianca interna. Tagliarli a strisce, poi, solo la metà, a dadini piccoli. Sciacquare i capperi eliminando il sale di conservazione.

Fare imbiondire l'aglio in quattro cucchiaini d'olio, unire i peperoni e farli cuocere a fuoco medio per dieci minuti. Tritare i capperi e le olive, unirli al soffritto con il prezzemolo, e fare insaporire per cinque minuti. Salare e pepare. Togliere dalla salsa i peperoni a strisce e tenerli a parte.

Lessare a metà cottura i sedanini e condirli con la salsa, poi versarli in una pirofila unta con l'olio rimasto.

Coprire la pasta con le strisce di peperone, spolverizzare con il pangrattato e fare dorare in forno caldo per dieci minuti.

6.88) Penne agli scampi

INGREDIENTI:

- 400 gr. di penne; quattro cucchiaini di panna da cucina; due cucchiaini d'olio extravergine d'oliva; 300 grammi di scampi sgusciati; mezzo bicchiere di cognac; un cucchiaino di curry sciolto in mezzo bicchiere di acqua calda; 150 gr. di passata di pomodoro; due cucchiaini di prezzemolo tritato; sale.

ESECUZIONE:

Fare scaldare l'olio e mettervi a rosolare gli scampi sgusciati, versare mezzo bicchiere di cognac e fare evaporare a fiamma alta. Versare sugli scampi il curry diluito nell'acqua, rimestare delicatamente e salare leggermente.

Unire la passata di pomodoro e fare cuocere a fuoco dolce finché il sugo si sarà un poco ristretto.

Lessare molto al dente 400 gr. di penne, scolarle e versarle nel sugo, girandole delicatamente per farle insaporire, aggiungere la panna e lasciare sul fuoco ancora per due minuti.

Servire le penne ben calde, spolverizzandole con due cucchiaini di prezzemolo tritato.

6.89) Lasagne al pesce

INGREDIENTI:

- 20 gamberi grandi; 200 gr. di vongole; 200 gr. di cozze; 300 gr. di coda di rospo; un bicchiere di vino bianco; due cucchiaini d'olio extravergine d'oliva; uno scalogno; una bustina di zafferano; 20 gr. di burro; sale e pepe q. b.; 500 gr. di lasagne secche.

ESECUZIONE:

Sgusciare i gamberi ed aprirne il dorso con un coltellino per eliminare il filamento nero; Bollire i gusci in poca acqua per ottenere un poco di brodo. Fare aprire a vapore le cozze e le vongole e sguasciarle.

Fare rosolare in una teglia lo scalogno sgusciato con l'olio, versare il vino bianco e cuocere per dieci minuti la coda di rospo, poi levarla. Versare il brodo di gamberi precedentemente filtrato e farlo restringere, quindi aggiungere i gamberi, le vongole e lo zafferano. Unire infine la coda di rospo, il burro a dadini, sale, pepe e fare addensare.

Lessare per qualche minuto la pasta sfoglia in acqua bollente cui si sarà aggiunto poco olio; scolarla e stenderla su un tovagliolo per farla asciugare.

Sistemare in una pirofila unta le lasagne, ed unire la salsa al pesce a strati alternati. Terminare con la pasta appena bagnata di salsa e cuocere in forno per sette od otto minuti. Dopodiché togliere dal forno e servire le lasagne ben calde.

6.90) Lasagne Portofino al pesto

INGREDIENTI:

- 500 gr. di lasagne secche; mezzo litro di besciamella; quattro mazzetti di basilico; tre spicchi d'aglio; un cucchiaino di pinoli; un cucchiaino di parmigiano ed uno di pecorino grattugiati; tre decilitri d'olio extravergine d'oliva; un poco di sale grosso.

ESECUZIONE:

Lessare per cinque minuti le lasagne in acqua salata cui si sarà aggiunto un goccio d'olio perché non si attacchino; levarle, scolarle e stenderle ad asciugare su un tovagliolo.

Preparare il pesto alla genovese con gli ingredienti sopradescritti (vedi paragrafo 4.5). Amalgamare la besciamella con il pesto, stendere uno strato di lasagne in una pirofila unta, coprire con la salsa, ripetere gli strati, terminando con un velo di salsa, e cuocere in forno per sette od otto minuti.

6.91) Linguine alla crema di pesce spada

INGREDIENTI:

- 400 gr. di linguine o bavette; 250 gr. di pesce spada fresco; quattro cucchiaini d'olio extravergine d'oliva; 100 gr. di panna da cucina; mezzo bicchiere di vino bianco secco; uno scalogno; tre cucchiaini di senape; sale.

ESECUZIONE:

Eliminare accuratamente la pelle dal pesce spada e tagliare le fette a cubetti; tritare finemente lo scalogno e farlo appassire a fuoco vivace in tre cucchiaini d'olio extravergine d'oliva. Aggiungere i cubetti di pesce spada e farli rosolare per qualche minuto, fino a quando saranno dorati, bagnare con il vino, fare evaporare a fuoco vivace e salare.

Fare sciogliere la senape nella panna ed unire al pesce, amalgamando sempre a fuoco vivace e, comunque, fino a quando il composto avrà assunto una consistenza cremosa.

Mettere a parte quattro cucchiaini di dadini di pesce, versare il resto nel bicchiere del mixer e frullare, quindi rimettere sul fuoco per un minuto insieme con i dadini lasciati interi.

Lessare al dente le linguine, condirle con il sugo e versarle in una pirofila leggermente unta. Fare gratinare in forno per qualche minuto e servire.

6.92) Tagliatelle con lenticchie piccanti

INGREDIENTI:

- 400 gr. di tagliatelle; 200 gr. di lenticchie; uno spicchio d'aglio; quattro cucchiaini d'olio extravergine d'oliva; un peperoncino rosso piccante; uno scalogno, 200 gr. di passata di pomodoro; un dado per brodo; sale.

ESECUZIONE:

Fare imbiondire uno spicchio d'aglio con due cucchiaini d'olio, lavare e sciacquare le lenticchie ed aggiungerle al soffritto. Rosolare per due minuti, mescolando per farle insaporire, unire la passata di pomodoro, sale, e fare cuocere per un'ora aggiungendo, se necessario, un poco di brodo preparato con il dado.

Tagliuzzare un peperoncino rosso e lo scalogno, e farli appassire a fuoco dolce con due cucchiaini d'olio.

Unire il soffritto piccante al sugo di lenticchie e fare amalgamare a fuoco vivace per cinque minuti, aggiustando di sale se necessario.

Lessare al dente le tagliatelle, condire con il sugo piccante e servire

6.93) Risotto al branzino (spigola)

INGREDIENTI:

- 400 gr. di riso Carnaroli; mezzo bicchiere d'acqua; un branzino di circa 500 gr.; una cipolla, una carota, un gambo di sedano; 60 gr. di burro; una foglia di lauro; mezzo bicchiere di vino bianco; una manciata di prezzemolo tritato; un cucchiaino di bacche di ginepro; sale e pepe.

ESECUZIONE:

Pulire, squamare ed eviscerare il branzino e lavarla sotto l'acqua corrente. Portare a bollore un decilitro d'acqua con la carota, mezza cipolla, il sedano, l'alloro ed il ginepro e lasciare cuocere per 15 minuti. Mettere il pesce nell'acqua bollente e lessarlo per dieci minuti. Levare, eliminare la pelle e le lische, tritare grossolanamente la polpa. Filtrare il brodo e salarlo.

Affettare finemente la cipolla rimasta, e farla appassire con 50 gr. di burro; quando sarà dorata versare il riso e farlo tostare per due minuti, mescolando.

Bagnare con il vino e lasciare evaporare per due o tre minuti. Quando il riso sarà asciutto versare il brodo di pesce e fare cuocere per otto minuti, aggiungendo altro brodo man mano che viene assorbito.

Unire la polpa di branzino, aggiustare di sale e di pepe e fare cuocere per altri dieci minuti. Prima di servire mantecare con il burro rimasto ed il prezzemolo.

6.94) Lasagne rosse al pesce

INGREDIENTI:

- 500 gr. di lasagne secche; 200 gr. di salmone fresco; 200 gr. di filetti di orata; quattro cucchiaini d'olio extravergine d'oliva; un bicchiere di vino bianco; mezza cipolla tritata; due cucchiaini di panna da cucina; timo, maggiorana; sale; pepe; 200 gr. di passato di pomodoro; un cucchiaino di erba cipollina tritata; 20 gamberi sgusciati.

ESECUZIONE:

Lessare le lasagne per qualche minuto in acqua bollente cui si sarà aggiunto un cucchiaino d'olio; scolarle e farle asciugare su un tovagliolo.

Cuocere il salmone ed i filetti di orata con due cucchiaini d'olio e mezza cipolla tritata, il timo e la maggiorana; aggiungere mezzo bicchiere di vino bianco, fare evaporare sale e pepare, togliere dal fuoco ed incorporare la panna da cucina.

Ridurre il passato di pomodoro facendo cuocere con due cucchiaini d'olio d'oliva e mezzo bicchiere di vino bianco, un cucchiaino di erba cipollina tritata; salare e pepare. Aggiungere i gamberi sgusciati e fare cuocere per due minuti.

Ungere una pirofila ed aggiungervi, a strati, le lasagne, l'impasto di pesce ed il sugo di pomodoro ai gamberi; ripetere per altre due volte gli strati e cuocere in forno per dieci minuti. Quindi servire.

6.95) Paella di sole verdure

INGREDIENTI - 300 gr. di riso Patna o Basmati; una cipolla; uno spicchio d'aglio; tre spicchi d'aglio; cinque pomodori; tre peperoni; quattro zucchine; due melanzane; tre carote; una bustina di zafferano; 200 gr. di ceci lessati; 100 gr. di spezzatini di soia; quattro cucchiaini d'olio extravergine d'oliva; una tazza di brodo vegetale; prezzemolo; sale.

ESECUZIONE:

Lessare al dente il riso in abbondante acqua salata. Nel frattempo fare rinvenire nel brodo vegetale bollente per una diecina di minuti gli spezzatini di soia, lasciarli raffreddare e poi strizzarli molto bene per togliere l'acqua in eccesso.

Mondare le verdure, tagliarle a tocchetti e farle rosolare nell'olio assieme agli spezzatini di soia, con cipolla ed aglio tritati finemente in un tegame basso e largo. Aggiustare di sale, coprire il tegame con un coperchio e lasciare cuocere per venti minuti circa.

A questo punto unire il riso precedentemente lessato, i ceci e fare insaporire per cinque minuti. Alla fine unire lo zafferano ed il prezzemolo tritato. Avendo cura di amalgamare il tutto molto bene. Passare in forno per cinque minuti e servire.

6.96) Polpette di riso tartufate

INGREDIENTI:

- 300 gr. di riso Carnaroli; mezzo bicchiere di vino bianco; un mescolo di brodo (anche di dado); mezza cipolla; 40 gr. di burro; 30 gr. di parmigiano grattugiato; due uova; 50 gr. di prosciutto cotto tritato; due cucchiaini di pasta di tartufo; sale e pepe, pangrattato; olio per friggere.

ESECUZIONE:

Tritare la cipolla, farla appassire a fuoco medio con il burro, unire il riso e farlo tostare per circa due minuti, quindi bagnarla con il vino bianco; farlo evaporare, aggiungere il brodo e proseguire la cottura per circa 10 minuti, come se si dovesse preparare un risotto, aggiungendo, all'occorrenza, altro brodo. Al termine il riso dovrà risultare ben asciutto.

Amalgamarvi il parmigiano grattugiato, l'uovo, il prosciutto cotto, la pasta di tartufo, il sale ed il pepe.

Ricavare dal composto ottenuto delle polpette, modellandole con le mani, passarle nell'uovo sbattuto e poi nel pangrattato.

Fare friggere le polpette in olio caldissimo, scolarle su carta da cucina e servirle molto calde.

6.97) Lasagne alle zucchini

INGREDIENTI:

- 300 gr. di zucchini; dieci fiori di zucca; 400 gr. di pomodori; 250 gr. di lasagne; uno spicchio d'aglio; due cucchiai d'olio extravergine d'oliva; due cucchiai d'olio d'oliva; un cucchiaio di maggiorana tritata; due cucchiai di parmigiano grattugiato; sale e pepe; mezzo litro abbondante di besciamella.

ESECUZIONE:

Lavare i pomodori, eliminare la buccia ed i semi e tagliarli a pezzi; fare imbiondire lo spicchio d'aglio con l'olio extravergine d'oliva, aggiungere la maggiorana ed i pomodori, salare e fare cuocere per 20 minuti, finché la salsa si sarà addensata.

Lavare e spezzettare i fiori di zucca, lavare e spuntare le zucchini tagliandole per il lungo a fette non troppo sottili.

Fare cuocere le lasagne per tre minuti in acqua salata con un cucchiaio d'olio d'oliva, stenderle su un canovaccio e farle asciugare.

Ungere il fondo di una teglia con l'olio d'oliva rimasto, disporre uno strato di lasagne, la besciamella, le zucchini, i fiori ed un poco di salsa di pomodoro. Continuare con gli strati fino all'esaurimento degli ingredienti e spolverizzare con il parmigiano.

Fare cuocere in forno a 180° per trenta minuti e, prima di servire, fare gratinare per due minuti.

6.98) Tortelli ai carciofi

INGREDIENTI:

per la pasta: 400 gr. di farina doppio 0; 4 uova. per il ripieno: 4 carciofi mammola; 350 gr. di ricotta fresca; 50 gr. di parmigiano; un uovo; sale e pepe. per il sugo: 150 gr. di prosciutto cotto tritato; due cipolline tritate; 250 gr. di panna; 1 bicchiere di latte; un trito di rosmarino e salvia.

ESECUZIONE:

Lessare e tritare i carciofi, dopo averli lavati e privati delle foglie esterne più dure e del gambo legnoso.

Nel frattempo preparare la sfoglia, che dovrà risultare ben soda ed elastica, riporla nel piano basso del frigorifero e lasciarla riposare mentre si prepara il ripieno.

In una ciotola unire i carciofi tritati, la ricotta, il parmigiano grattugiato, l'uovo, il sale ed il pepe ed amalgamare il tutto accuratamente.

Stendere la sfoglia in strisce larghe circa 6 cm., disporre, distanziate di circa 5 cm., delle palline di ripieno; richiudere le palline ripiegando la sfoglia su di esse e premere intorno ad esse in modo da fare attaccare la pasta. Con l'apposito attrezzo tagliare i tortelli e rifilarli, in modo da ottenere una pezzatura di circa cm. 5x3.

Quindi preparare il sugo rosolando in una noce di burro il trito di rosmarino e salvia, prosciutto e cipollina, aggiungere il latte, la panna, il sale ed il pepe.

Cuocere i tortelli al dente in abbondante acqua salata, condire i tortelli con il sugo preparato, spolverandoli con parmigiano grattugiato. (I tortelli possono essere serviti porzionati singolarmente in piatti piani, ovvero in una terrina da porre a centro tavola; in questo secondo caso dovranno essere conditi a strati nell'ordine tortelli, - sugo - parmigiano, terminando con quest'ultimo ingrediente).

6.99) Pasta al forno alla siciliana

INGREDIENTI: 350 gr. di pasta corta grossa (rigatoni, ziti, penne, tortiglioni, ecc.); 100 gr. di prosciutto cotto; 200 gr. di carne trita mista; 500 gr. di passata di pomodoro; 100 gr. di mozzarella di bufala; 150 gr. di besciamella; tre melanzane lunghe; 150 gr. di piselli sgranati; uno spicchio d'aglio; parmigiano grattugiato; sale q.b.

ESECUZIONE:

- 1) Preparare il ragù alla bolognese con la carne trita e preparare la besciamella;
- 2) Friggere le melanzane dopo averle tagliate a fette, disposte su un piano inclinato, e fatte spurgare per un paio d'ore, cospargendole con sale grosso;
- 3) Nel frattempo cuocere la pasta e scolarla molto al dente;
- 4) Condirlo con la metà del ragù e parmigiano grattugiato;
- 5) In una teglia imburata leggermente o in una pirofila fare uno strato di pasta condita;
- 6) Distribuire sul primo strato di pasta la metà della mozzarella affettata, del prosciutto e delle melanzane e del ragù, spolverizzando con parmigiano;
- 7) Fare un secondo strato di pasta condito come il precedente e terminando con besciamella spolverata con abbondante parmigiano grattugiato;
- 8) Informare in forno preriscaldato a 180° per circa 30 minuti;
- 9) Fare riposare per cinque minuti fuori dal forno prima di servire.

6.100) Savarin di riso (ricetta di Mirella Cantarelli)

INGREDIENTI: 15 gr. funghi porcini secchi; una carota, una gamba di sedano, una cipolla, prezzemolo; 150 gr. di macinato di vitello magro; 50 gr. di salsiccia; formaggio parmigiano stravecchio; tre cucchiai di pane grattugiato; una scatola di lingua salmistrata; 200 gr. di riso Carnaroli; un uovo; una noce di burro; salsa di pomodoro; olio per friggere.

ESECUZIONE:

Preparare un battuto con sedano, cipolla, carota, mantecarlo nel burro e farlo rosolare, quindi aggiungere i funghi messi precedentemente a mollo nell'acqua e strizzati, aggiungere mezzo cucchiaio di salsa di pomodoro diluita in un bicchiere d'acqua (se possibile utilizzare l'acqua di ammollo dei funghi) e far bollire il tutto lentamente.

A parte preparare l'impasto di carne tritata con la salsiccia, uovo, prezzemolo tritato, parmigiano e pane grattugiato; fare con l'impasto tante piccole polpettine, farle friggere e sgocciolare.

Mettere le polpettine dentro il sughetto dei funghi e lasciare cuocere lentamente.

Prendere lo stampo con buco centrale (savarin), imburrarlo, ricoprirlo con la lingua salmistrata tagliata a fette sottili.

Preparare il risotto normale (tostato nel burro e cotto in brodo di carne o di dado) e quando è pronto (al dente) mettere abbondante parmigiano grattugiato.

Stendere il risotto nello stampo, mettervi una parte delle polpettine con il sughetto di funghi, coprire con il restante risotto: lasciare riposare per cinque minuti, rovesciare lo stampo su un piatto da portata tondo e riempire il foro centrale con le restanti polpettine

6.101) Zuppa di farro della Lea

INGREDIENTI:

-150 gr. di farro perlato; una cipolla; un gambo di sedano; una carota; uno spicchio d'aglio; abbondante rosmarino; tre foglie di salvia; tre cucchiaini d'olio d'oliva extravergine; 250 gr. di fagioli secchi misti (cannellini, borlotti e neri) oppure, in sostituzione una scatola di fagioli lessati; sale ed olio crudo al peperoncino.

ESECUZIONE:

Mettere a bagno per una notte il farro e, a parte i fagioli secchi.

Tritare insieme la cipolla, il sedano, la carota, l'aglio, la salvia e gli aghi di rosmarino e fare soffriggere il trito in una pentola con l'olio.

A parte cuocere il farro con acqua (nella proporzione di cinque parti d'acqua per una di farro) per circa 45 minuti.

Frattanto aggiungere al soffritto i fagioli ammollati e farli rosolare per qualche minuto; aggiungere acqua, salare a cuocere per 45 minuti, mescolando frequentemente.

Al termine unire il farro ai fagioli, mescolare sul fuoco per pochi minuti. Servire la zuppa calda condire con olio al peperoncino e parmigiano grattugiato.

6.102) Gnocchetti sardi con ragù di salsiccia e porcini

INGREDIENTI:

-340 gr. di gnocchetti sardi; 300 gr. di salsiccia o pasta di salame sminuzzate; 150 gr. di passata di pomodoro; 20 gr. di porcini secchi ammollati; una cipolla; una carota; un gambo di sedano; uno spicchio d'aglio; 50 gr. di pecorino sardo; quattro cucchiaini d'olio d'oliva; un bicchiere di vino rosso; sale: salvia e rosmarino

ESECUZIONE:

Tritare la cipolla, il sedano, l'aglio e la carota insieme agli aromi e fare rosolare lentamente per qualche minuto nell'olio.

Aggiungere la salsiccia sminuzzata e lasciare brasare per cinque minuti.

Bagnare con il vino rosso, fare evaporare ed aggiungere la polpa di pomodoro ed i funghi porcini, quindi salare e fare cuocere per quindici minuti.

Cuocere gli gnocchetti sardi in abbondante acqua salata, scolarli al dente e condirli con la salsa preparata.

Servire guarnendo con pecorino a scaglie.

6.103) Passatelli in brodo di carne

INGREDIENTI:

Pangrattato gr. 100; parmigiano gr. 60; uova n. 3; una noce di burro; una grattatina di noce moscata; sale q.b.; brodo di carne lt.1

ESECUZIONE:

In una terrina mettere il pangrattato, il formaggio grattugiato, il burro, una spolverata di noce moscata, un pizzico di sale e, a piacimento, di pepe, le tre uova intere e mescolare fino ad ottenere un impasto compatto ed asciutto. Lasciare riposare a terrina coperta per circa 15 minuti.

Frattanto si sarà posta a bollire la pentola con il brodo di carne; trascorsi i quindici minuti mettere l'impasto nello schiacciapate e premere con forza direttamente sopra la pentola del brodo in ebollizione. Appena i passatelli affiorano spegnere il fuoco e servire la minestra bollente, spolverando, per chi lo voglia, la preparazione con parmigiano grattugiato-

6.104) Cupolette di riso al forno (ricetta di Mirella Cantarelli)

INGREDIENTI:

- otto tazzine da caffè di riso Carnaroli; carne mista macinata gr. 300; Prosciutto cotto a fette gr. 300; un uovo; una cipolla; un gambo di sedano; una carota; due noci di burro; parmigiano grattugiato gr. 50; funghi porcini secchi gr. 30;

ESECUZIONE:

Preparare un ragù con la carne e la metà del trito di aromi rosolati in una noce di burro e, a parte un secondo ragù con i porcini secchi opportunamente ammollati, rosolati nella seconda metà del trito di aromi e del burro.

Cuocere il riso molto al dente, farlo raffreddare rapidamente, quindi mescolarlo in una ciotola con il ragù di carne, il tuorlo d'uovo ed il formaggio.

Imburrare quattro piccole ciotole rotonde, foderarle con le fette di prosciutto cotto e riempirle di riso.

Passarle nel forno a media temperatura per circa 10 minuti, quindi capovolgere ogni ciotola in un piatto e cospargere la cupoletta con il ragù di funghi.

6.105) Lasagne alla mozzarella

INGREDIENTI:

n. 2 spicchi d'aglio; 500 gr. passata di pomodoro; basilico sminuzzato n. 2 cucchiaini; mozzarella di bufala 230 gr.; lasagne secche 150 gr. (n. 12 lasagne); parmigiano grattugiato 80 gr.; burro 15 gr.; sale e pepe q.b.; besciamella 500 gr.

ESECUZIONE:

Dopo avere riscaldato il forno a 200° tritare finemente l'aglio. Unirlo alla passata di pomodoro ed aggiungervi il basilico sminuzzato; salare e pepare, quindi tagliare la mozzarella a fettine sottili.

Scottare le lasagne secche in acqua bollente salata per tre o quattro minuti e stenderle su un canovaccio pulito ad asciugare.

Imburrare una teglia rettangolare, disporre, alternandoli, uno strato di lasagne, una di passata di pomodoro condita, una di fette di mozzarella, qualche fiocco di besciamella ed una spolverata di parmigiano, proseguendo a ripetere gli strati fino ad esaurimento degli ingredienti.

Terminare con uno strato di lasagne su cui sarà versata abbondante besciamella ed abbondante parmigiano.

Infornare per 35 minuti, ma, a metà cottura, coprire le lasagne con carta da forno; sfornare, togliere la carta forno e servire dopo qualche minuto.

6.106) Risotto del fattore

INGREDIENTI:

riso Carnaroli gr. 350; pancetta affumicata gr. 50; fagioli borlotti gr. 150; basilico gr. 5; pomodori freschi gr. 100; salsiccia gr. 100; vino rosso fermo 1 bicchiere; cipolla gr. 20; burro gr. 40; olio extravergine di oliva gr. 20; brodo vegetale litri 1; parmigiano grattugiato gr. 40; Aromi tritati (rosmarino, salvia, alloro, prezzemolo, un gambo di sedano); sale q.b.

ESECUZIONE:

Soffriggere la cipolla con l'olio, aggiungere la pancetta tagliata a dadini, quindi il riso e tostare il tutto per tre o quattro minuti-

Lessare a parte i fagioli in acqua salata, alla quale saranno stati aggiunti gli aromi.

Bagnare con il vino, lasciare ridurre, unire la salsiccia a pezzetti ed il pomodoro tritato, quindi aggiungere il brodo vegetale bollente, poco alla volta, onde consentirne l'assorbimento graduale da parte del riso e, a metà cottura, i fagioli precedentemente cotti

A cottura ultimata e prima di servire, aggiungere il basilico tritato, mantecare con burro e parmigiano.

6.107) Gnocchetti sardi al sugo freddo

INGREDIENTI:

- 320 gr. di gnocchetti sardi (malloredus); 200 gr. di tonno sott'olio; n. 2 acciughe sotto sale; n. 2 uova a temperatura ambiente; sette cucchiaini d'olio d'oliva extravergine; un limone; 10 g. di prezzemolo; otto foglie di basilico; uno spicchio d'aglio; salsa Worcester; un pomodoro; sale.

ESECUZIONE:

Portare ad ebollizione abbondante acqua salata, farvi cuocere gli gnocchetti, quindi sgocciolarli al dente con una schiumarola e lasciarli raffreddare sparpagliandoli su un piano di lavoro.

Nella stessa acqua di cottura della pasta fare cuocere per 9 minuti le uova, farle raffreddare sotto l'acqua corrente, quindi sgusciarle.

Mondare e lavare il prezzemolo ed il basilico, metterlo nel frullatore insieme con un pezzetto di buccia di limone, le uova sode spezzettate, l'aglio, il succo del limone, una spruzzata di Worcester e l'olio e frullare fino ad ottenere una salsa liscia.

Diliscare le acciughe, lavarle e spezzettarle anch'esse.

Versare gli gnocchetti freddi su un piatto da portata fondo e condirli con la salsa, il tonno e le acciughe, decorare con il pomodoro tagliato a spicchi e servire.

6.108) Gramigna con salsiccia

INGREDIENTI:

- 400 gr. di pasta (formato gramigna); n. 2 salsicce freschissime; 250 gr. di polpa di pomodoro a pezzetti; una piccola cipolla; uno spicchio d'aglio; n. 3 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva; Mezzo bicchiere di vino rosso; due foglie d'alloro; sale e pepe q.b.

ESECUZIONE:

Soffriggere nell'olio cipolla ed aglio tagliati sottilmente e, quando iniziano ad appassire, aggiungere la salsiccia sbriciolata e farla rosolare, mescolando, per qualche minuto.

Quando la carne inizia a sbiancare aggiungere il vino rosso e le foglie di alloro, aggiustando di sale e di pepe; fare cuocere a fuoco basso per un quarto d'ora.

Frattanto cuocere al dente la pasta in abbondante acqua salata, scolarla al dente e condirla con il ragù preparato.

A piacere spolverizzare con parmigiano grattugiato.

6.109) Pasta ai friggitelli

INGREDIENTI:

- 400 gr di pasta (spaghetti, mezze penne, caserecce), friggitelli 500 gr.; pomodorini 500 gr.; due spicchi d'aglio; basilico fresco: qualche foglia; olio extravergine d'oliva 4 cucchiaini; sale q.b.

ESECUZIONE:

Lavare ed asciugare i friggitelli, tagliarli a strisce dopo averne eliminati i semi;

In una capace padella farli friggere con l'olio e l'aglio schiacciato; salare e, se piace, pepare; quando sono ben rosolati da tutte le parti levare la padella dal fuoco.

Lavare i pomodorini (ciliegia o datterini) e tagliarli a metà, quindi aggiungerli alla padella e rimetterla sul fuoco per alcuni minuti, aggiungendo il basilico spezzettato due minuti prima di togliere la padella dal fuoco.

Frattanto cuocere la pasta al dente, versarla nella padella, mescolare bene e rimettere la padella sul fuoco, facendo saltare la pasta per due o tre minuti, quindi servire.

110) Bucatini al ragù di pesce spada

INGREDIENTI:

un trancio di pesce spada di 200 gr.; 8 olive verdi; 8 filetti di acciughe sott'olio; 4 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva; 4 spicchi d'aglio schiacciati (che poi verranno tolti); 300 gr. di pomodorini in scatola con il loro succo; sale; origano; 320 gr. di bucatini (o troccoli)

ESECUZIONE:

Sciquare il trancio di pesce spada sotto acqua corrente, togliere la pelle e, se è presente, la lisca, quindi tagliarlo a cubetti di un centimetro di lato.

Snocciolare le olive e spezzettarle grossolanamente.

Scolare le acciughe dall'olio e tamponarle con carta da cucina per togliere il liquido in eccesso.

In una capace padella mettere l'olio, gli spicchi d'aglio spellati e schiacciati e le acciughe e fare soffriggere a fiamma vivace finché l'aglio non si sarà ben dorato.

Unire il pesce spada, mescolare e farlo dorare uniformemente.

Aggiungere le olive e fare cuocere un paio di minuti, mescolando di frequente, quindi unire i pomodorini con il loro succo di conservazione, un pizzico abbondante di sale, un cucchiaino raso di origano, amalgamare bene gli ingredienti, lasciare riprendere il bollore, coprire e cuocere per cinque minuti a fiamma media.

Lessare la pasta in abbondante acqua salata, scolarla e saltarla nella padella del condimento per qualche minuto, girando frequentemente.

Servire immediatamente

111) Arancini di riso siciliani fritti (o al forno)

INGREDIENTI:

Riso Carnaroli 500 gr.; Tuorli d'uovo n. 2; Pecorino grattugiato 70 gr.; Zafferano n. 1 bustina; burro 50 gr.; Acqua e sale q.b.; Olio per friggere; 2 uova e pangrattato per l'impanatura. Per il ripieno: Carne di manzo macinata 100 gr.; Salsiccia o luganega 50 gr.; burro 25 gr.; Piselli granati 100 gr.; Caciocavallo 100 gr.; Passata di pomodoro 2 cucchiaini; olio, sale e vino q.b.

ESECUZIONE:

Lessare il riso (al dente) in acqua leggermente salata. Quando il riso è cotto aggiungere i tuorli d'uovo insieme con lo zafferano, quindi il pecorino ed il burro e stenderlo in un vassoio per facilitarne il raffreddamento. Quando il riso sarà freddo aggiungere l'albume ed amalgamare tutto.

In un tegame a parte cuocere i piselli in due cucchiaini d'olio e due d'acqua.

Quindi preparare il ripieno. Fare un soffritto di cipolla con olio e burro, quindi aggiungere la carne e la luganega, fare rosolare bene e sfumare con due cucchiaini di vino rosso.

Aggiungere il sale, il passato di pomodoro, e cuocere per 30 minuti aggiungendo, se necessario, poca acqua calda.

Mentre cuoce il ripieno tagliare a cubetti il caciocavallo e quando il ragù è pronto unirlo con i piselli al ragù preparato.

Per preparare gli arancini stendere il riso in una mano e mettere al centro il ripieno insieme con un paio di cubetti di caciocavallo e chiudere il tutto dando una forma a pera.

Una volta che tutti gli arancini saranno formati passarli nell'uovo sbattuto quindi nel pangrattato e friggerli in olio bollente.

Per cuocerli al forno stenderli in una teglia con un filo d'olio d'oliva e farli cuocere per circa 20 minuti a 200°.

6.112) Fusilli al sugo di baccalà

INGREDIENTI:

-fusilli gr. 320; baccalà ammollato gr. 300; una scatola di pelati da 400 gr.; cipolla 100 gr.; n. 2 spicchi d'aglio; un gambo di sedano; un peperoncino rosso; prezzemolo; olio extravergine d'oliva; sale.

ESECUZIONE:

Tritare il sedano e la cipolla e farli rosolare in una piccola casseruola con 30 gr. d'olio. Aggiungere al soffritto i pomodori pelati con il loro sugo e tre cucchiaini d'acqua. Salare e cuocere la salsa per 30 minuti.

Raccogliere in un tegame 50 gr. d'olio, gli spicchi d'aglio sbucciati e schiacciati con il peperoncino, il baccalà in grossi pezzi disposti con la pelle verso il fondo, mettere il coperchio e cuocere dolcemente per 20 minuti. Spegnerlo e lasciare intiepidire.

Spellare quindi i pezzi di baccalà, sfaldarli eliminando le spine e riunire la polpa nel tegame con il suo fondo di cottura. Quando il fondo comincerà a sfrigolare aggiungere una cucchiainata di prezzemolo tritato, la salsa di pomodoro e un mestolo d'acqua tiepida.

Cuocere dolcemente il sugo per dieci minuti. Intanto lessare i fusilli, scolarli al dente e condirli con il sugo di baccalà

6.113) Bucatini all'amatriciana

INGREDIENTI:

-bucatini 400 GR.; guanciale magrissimo 100 gr.; polpa di pomodoro 100 gr.; pecorino 50 gr.; una cipolla affettata sottilmente; un peperoncino piccante; tre cucchiaini d'olio; sale q.b.

ESECUZIONE:

Cuocere la pasta. Frattanto rosolare il guanciale tagliato a pezzetti nell'olio; sgocciolarlo e tenerlo in caldo.

Fare soffriggere nel grasso di cottura la cipolla affettata e la polpa di pomodoro tagliata a dadini, salare leggermente e cuocere per qualche minuto, quindi unire il guanciale.

Scolare la pasta e condirla con il pecorino e la salsa preparata.

6.114) Penne alla boscaiola

INGREDIENTI:

-penne rigate 400 gr.; guanciale magro o salsiccia 200 gr.; funghi porcini secchi ammollati 40 gr.; pisellini surgelati o freschi 200 gr.; passato di pomodoro 100 gr.; vino bianco secco mezzo bicchiere; due cucchiaini di panna da cucina; due cucchiaini d'olio d'oliva; parmigiano q.b.; sale e pepe q.b.

ESECUZIONE:

Tritare finemente la cipolla e farla soffriggere in un tegame insieme con due cucchiaini d'olio. Frattanto tagliare a dadini la salsiccia (o il guanciale) e, quando la cipolla sarà ben dorata, unire la carne e sfumare con il vino bianco. Quando il vino sarà evaporato aggiungere i pisellini, la polpa di pomodoro ed i funghi tagliuzzati. Fare cuocere a fuoco dolce per 15 minuti. Mentre si aspetta cuocere la pasta in acqua leggermente salata. Scolare la pasta al dente, versarla nel tegame con il sugo preparato, aggiungere la panna da cucina e amalgamare bene il tutto, cuocendo a fiamma dolce per un paio di minuti. Servire subito, aggiungendo del prezzemolo tritato, parmigiano grattugiato e, facoltativo, un filo d'olio al peperoncino.

6.115) Tagliolini al limone

INGREDIENTI:

tagliatelle all'uovo 400 gr. ; panna da cucina: 200 gr.; burro: 30 gr.; la scorza grattugiata di mezzo limone; (a piacere) un cucchiaino di succo di limone; pepe, prezzemolo, parmigiano e sale q.b.

ESECUZIONE:

Mettere in padella il burro, farlo sciogliere ed unirvi la scorza grattugiata del limone (solo parte gialla) e fare insaporire a fuoco dolce.

Cuocere i tagliolini in acqua salata, togliendoli un paio di minuti prima della completa cottura e, con la pinza per gli spaghetti, trasferirli e farli saltare in padella completandone la cottura. , aggiungere la panna e girarli velocemente.

Unire qualche goccia di limone ed il prezzemolo, pepare leggermente, ed impiattare , cospargendo di parmigiano grattugiato.

