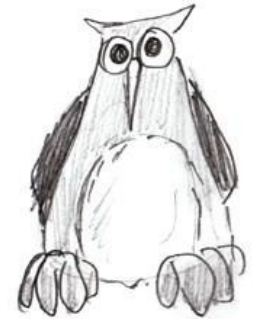


Ricette Civette



Vol. 1

32 Opportunità per fare colpo

Prefazione

Prendete 11 chiassose colleghe di lavoro, mettetele in una cucina di 20 mq, incorporate ingredienti conosciuti ma mai abbinati prima e aggiungete un cuoco creativo ed esigente.

Frullate il tutto per 5 serate e lasciate lievitare.

Facile, no?

Sono tutti altrettanto facili i procedimenti che trovate in *Ricette Civette*, il primo manuale di cucina in cui tutte le ricette sono state personalmente elaborate, sbagliate e mangiate comunque, sotto la supervisione di un paziente chef.

In fin dei conti un corso si fa per imparare.

E siccome di imparare non si finisce mai, abbiamo creato un indirizzo email per raccogliere i vostri suggerimenti e le vostre ricette, che verranno utilizzate per scrivere il Vol. 2.

Naturalmente ci aspettiamo anche di sentirvi raccontare se avete fatto colpo o meno (e se sì, con quale ricetta).

Infine.. grazie! A Fabio e Federica che ci hanno ospitato nel loro ristorante a Zadina. E a Enrico e Svetlana che ci hanno sopportato e supportato nei momenti difficili.

A presto,

Ricette Civette

ricettecivette@gmail.com

Cari Amici,

CasaNepal è una piccola casa protetta sita a Kathmandu, capitale del Nepal, dove ogni anno, noi di **Apeiron Onlus**, ospitiamo circa 40 persone tra donne e bambini.

Le **donne** che arrivano sino a noi sono **vittime di violenze** e discriminazioni ignobili. E sono spesso accompagnate dai figli, testimoni oculari di situazioni che non dovrebbero esistere.

Durante la permanenza a CasaNepal i bambini vanno a scuola, mentre le donne iniziano un **percorso di riabilitazione**, per passare poi alla **formazione professionale** e all'avviamento al lavoro.

L'**obiettivo** è quello di **rendere le donne indipendenti** economicamente e quindi capaci di provvedere a se stesse e ai propri figli. Il sentiero che porta all'emancipazione è lungo e tortuoso, ma la voglia di farcela è tanta ... ed è evidente negli sguardi fieri di queste giovani donne.

Grazie all'acquisto di questo ricettario avete sostenuto CasaNepal e avete dato una mano concreta a Sunita, Goma, Ram Maya, Saraswoti, Sabita, Nirmala, Januka, Ganga, Sushila, Krishna, Kalpana S., Kalpana M., Ritu, Hari Maya, Phulmati, Tej Kumari, Jit Maya, Pabitra, Tulsi, Jasmati, Tika, Junu, Til Kumari, Sannani, Man Kumari e Gopi, ossia le donne che abitano ora a CasaNepal.

Grazie di cuore,
Venite a trovarci sul Tetto del Mondo.

Responsabile Progetti in Nepal
Apeiron Onlus
Barbara Monachesi

www.apeiron-aid.org
apeiron@apeiron-aid.org

Indice

Antipasti

Sfogliatina croccante con funghi e salsa al gorgonzola	p. 7
Roast beef di manzo con verdure croccanti	p. 8
Insalata di petto di pollo e verdure	p. 9
Tortino di riso e fegatini di pollo con verdure	p. 10
Spiedone di orata affumicata e verdure	p. 11
Crema di zucca, ricotta e frutta secca	p. 12
Parmigiana di melanzane	p. 13
Zuppetta di calamari	p. 14

Primi

Strozzapreti con pesto di olive e speck all'aceto balsamico	p. 17
Spaghetti alla chitarra con gamberi rossi e scampi	p. 18
Risotto con salsiccia, squaquerone e riduzione di sangiovese	p. 19
Gnocchi di pane, crema di zucca e ragù di coniglio	p. 20
Tagliolini con limone, veraci e bottarga di tonno	p. 21
Raviolo ripieno di squaquerone e basilico, Coulisse di pomodoro e stracciatella	p. 22
Cappelletti ripieni di ricotta e noci con verdure	p. 23
Zuppa di orzo con verdure	p. 24

Secondi

Faraona farcita alle olive e patate arrosto	p. 27
Spezzato di pollo alle spezie e riso pilaf	p. 28
Stufato di manzo alla guinness e purè di patate al basilico	p. 29
Filetto di maiale in crosta di riso e broccoli saltati	p. 30
Sgombro in vasetto	p. 31
Strudel di verdure con salsa allo zenzero	p. 32
Cosce di pollo ripiene	p. 33
Seppie con lenticchie	p. 34

Dolci

Torta di ricotta e frutta di stagione	p. 37
Sfogliatina alle mele e salsa alla vaniglia	p. 38
Mousse al cioccolato bianco e fragole	p. 39
Torta di riso e cioccolato al rum	p. 40
Semifreddo al basilico	p. 41
Tortino di cioccolato con cuore morbido	p. 42
Tiramisù all'arancio	p. 43
Panna cotta con salsa di cachi	p. 44

Antipasti

Sfogliatina croccante con funghi e salsa al gorgonzola

200 gr farina 00
2 uova
200 gr di funghi a piacere
100 gr di gorgonzola
30 gr di panna fresca
timo
rosmarino

- ★ Impastare la farina con le uova e le erbe aromatiche tritate finemente e far riposare per 10 minuti.
- ★ A parte mondare i funghi (senza lavarli) e spadellarli a fiamma alta per un paio di minuti con un goccio di olio, sale e pepe.
- ★ Per la salsa sciogliere una noce di burro in padella, aggiungere il gorgonzola e mischiare fino al totale scioglimento. Poi incorporare la panna e regolare la densità a piacimento.
- ★ Stendere la pasta sottile, formare dei quadrati di 10 cm per 10 cm, adagiarli su una teglia con carta da forno e cuocere in forno a 200° per circa 5 minuti, finchè diventano dorati.
- ★ Servire alternando su un piatto una sfoglia di pasta, i funghi e la salsa.

Roast beef di manzo con verdure croccanti

100 gr di scamone di manzo o controfiletto
1 zuccina
1 pomodoro
1 carota

- ★ Scottare la carne a fuoco alto su tutti i lati, far riposare e infornare a 200° per 20 minuti.
- ★ Tagliare le verdure a julienne, saltarle velocemente in una padella già con olio già caldo, aggiustare di sale e pepe e adagiarle al centro del piatto.
- ★ Tagliare la carne in fette sottili e adagiarla sulle verdure.
- ★ Condire con un'emulsione di olio, sale e pepe e un goccio di aceto balsamico.
- ★ Servire tiepido.

Insalata di petto di pollo e verdure

200 gr di petto di pollo
50 gr di zucchine
50 gr di carote
25 gr pomodorini
25 gr olive
senape
olio d'oliva

- ★ Aprire il petto di pollo a libro e batterlo.
- ★ Tagliare metà delle zucchine e delle carote a julienne e farcire il pollo, aggiungendo sale e pepe.
- ★ Chiudere il tutto nella carta trasparente facendo dei rotolini e cuocere a vapore per 15 minuti (volendo si può aggiungere un giro di prosciutto crudo intorno al pollo).
- ★ Tagliare le verdure rimaste a quadratini molto piccoli, farle saltare velocemente in padella con olio bollente, sale e pepe e metterle al centro del piatto.
- ★ Appoggiarvi sopra il pollo tagliato a fettine.

Tortino di riso e fegatini di pollo con verdure

100 gr di riso carnaroli
100 gr di fegatini di pollo
50 gr di zucchine
50 gr di melanzane
50 gr di carote
50 gr zucca
1 peperone
brodo vegetale
burro
brandy
panna liquida
alloro

- ★ Per il brodo vegetale: buttare tutti gli scarti delle verdure (ad eccezione delle melanzane e dei peperoni) in una pentola. Aggiungere acqua fredda, salare e fare bollire.
- ★ Tostare il riso in una pentola calda senza niente. Quando sarà ben caldo aggiungere il brodo vegetale (quantità doppia rispetto al riso) e coprire con un coperchio senza mai mescolare. Dopo 5 minuti togliere il coperchio e portare a cottura il riso. Mantecare con burro.
- ★ Pulire i fegatini di pollo e tagliarli a fettine. In una padella calda con burro e rosmarino rosolare i fegatini con qualche foglia di alloro. Aggiustare di sale e pepe, sfumare con il brandy e portare a cottura per circa 40 minuti, bagnando di continuo con il brodo. Frullare il tutto con una noce di burro e un goccio di panna.
- ★ Imburrare e infarinare gli stampini con farina di riso e foderarli con il riso, lasciando all'interno un cuore vuoto. Riempirlo con la mousse di fegatini e infornare per 10 minuti.
- ★ A parte tagliare le verdure a pezzi grossi, condirle con olio, sale e pepe e cuocere in forno a 220° per 10 minuti.
- ★ Servire le verdure a fianco del torino di riso.

Spiedone di orata affumicata e verdure

200 gr di filetto di orata
1 zuccina
1 melanzana
2 cipollotti
alloro
rosmarino

- ★ Tagliare la verdura a cubetti, sbollentarli in acqua bollente salata e spadellarli a fuoco alto con olio, sale e pepe.
- ★ Pulire il pesce, tagliare i filetti di orata, infilarli negli spiedoni (quelli di ferro!) alternati ai pezzi di verdura e le foglie di alloro.
- ★ Preparare una padella con un letto di foglie di alloro e rosmarino e metterla sul fuoco. Appoggiare lo spiedone sul bordo della padella (deve rimanere sospeso). Lasciare cuocere per circa 5 minuti con un coperchio, in modo che il pesce raccolga gli aromi del fumo.
- ★ Servire caldo.

Crema di zucca, ricotta e frutta secca

100 gr di zucca
20 gr di patate
20 gr di burro
30 gr di frutta secca
100 gr di ricotta
brodo vegetale

- ★ Tagliare la zucca e le patate a fettine molto fini, rosolarle in padella a fuoco alto con olio, salare, pepare e bagnare con brodo vegetale.
- ★ Terminare la cottura con il brodo.
- ★ A parte lavorare la ricotta con olio, sale, pepe e formare delle palline, poi passarle nella frutta secca tagliata finemente.
- ★ Frullare la zucca e servire sopra le palline di ricotta.
- ★ Guarnire con mandorle affettate.

Parmigiana di melanzane

3 melanzane tonde
4 pomodori
latte
parmigiano
origano

- ★ Incidere una X sui pomodori, buttarli 10 secondi in acqua bollente e poi immergerli in acqua fredda. Spellarli e tagliarli a fette grosse.
- ★ Sbucciare le melanzane e tagliarle allo stesso modo.
- ★ In acqua bollente, fare bollire le melanzane per 2 minuti e asciugarle.
- ★ Rosolare poi le melanzane in una padella calda con olio, sale, pepe e origano e asciugarle in carta assorbente.
- ★ Fare lo stesso con i pomodori in una padella senza origano.
- ★ In un pentolino a fuoco basso, mescolare il latte con il parmigiano grattugiato e un po' di pepe e lasciarlo sul fuoco fino a che non si addensa un pochino.
- ★ In una pirofila alternare uno strato di melanzana a uno strato di pomodoro per 2 volte, intercalando con una manciata di parmigiano dopo le melanzane, creando così tante piccole parmigianine.
- ★ Infornare a 180° per 10/15 minuti.
- ★ Irrorare con la salsa di parmigiano e servire.

Zuppetta di calamari

400 gr di calamari
4 pomodori
250 gr di pane in cassetta
1 scalogno
basilico
salsa di soya
brandy
zenzero
brodo

- ★ Pulire i calamari e aprirli a libro. Inciderli leggermente all'interno per evitare che si ariccino durante la cottura.
- ★ Incidere una X sui pomodori, buttarli 10 secondi in acqua bollente e poi immergerli in acqua fredda. Spellarli, togliere i semi e tagliarli a fettine.
- ★ Scottare i calamari in una padella con olio bollente, basilico e scalogno tritato. Aggiustare di sale e pepe. Sfumare con una spruzzata di brandy e un goccio di salsa di soya.
- ★ Continuare la cottura con un po' di brodo e aggiungere i pomodori.
- ★ A parte, tagliare il pane a cubetti e aggiungere zenzero grattugiato, sale, pepe e abbondante olio. Saltarli in una padella calda finché non dorano.
- ★ Addensare eventualmente il sugo dei calamari con la farina di riso e servire in piatto caldo con i crostini.

Primi

Strozzapreti con pesto di olive e speck all'aceto balsamico

200 gr di farina 00
100 gr di olive nere denocciolate
3 pomodorini rossi
100 gr di speck
aceto balsamico q.b.
basilico

- ★ Impastare la farina con acqua tiepida fino ad ottenere un impasto liscio ed omogeneo. Far riposare, tagliarla fine e formare gli strozzapreti.
- ★ Tritare molto finemente a mano le olive e lasciarle riposare con un filo d'olio, 2 foglie di basilico, sale e pepe.
- ★ In seguito spadellare le olive tritate con uno spicchio d'aglio e aggiungere fuori dal fuoco i pomodorini molto finemente.
- ★ In una padella a parte far rosolare a fiamma alta lo speck tagliato a bastoncini molto fini e quando saranno ben croccanti sfumarli con aceto balsamico.
- ★ Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, condire con il pesto di olive e guarnire con i bruciatini di speck.

Spaghetti alla chitarra con gamberi rossi e scampi

200 g di farina 00
100 g. di farina di semola
3 uova
gamberi rossi
scampi
prezzemolo
brandy
brodo

- ★ Pulire i gamberi e gli scampi e incidere i gamberi sulla schiena.
- ★ Per il brodo: tostare gli scarti (escluse le interiora e la testa) in una pentola calda e aggiungere acqua fredda. Aggiustare di sale e pepe e portare a ebollizione.
- ★ Sbollentare il prezzemolo per 10 secondi in acqua bollente, immergerlo subito dopo in acqua fredda, scolarlo e asciugarlo.
- ★ Frullare il prezzemolo con un goccio di acqua e pepe.
- ★ Sbucciare le melanzane e tagliarle a julienne sottilissime insieme alle zucchine.
- ★ In una padella con olio ben caldo buttare i gamberi rossi e gli scampi, aggiustare di sale e pepe, sfumare con ½ bicchiere di brandy e continuare la cottura con il brodo.
- ★ Impastare le due farine con le uova, formare un impasto omogeneo e far riposare in una pellicola trasparente. Stendere la pasta e formare gli spaghetti alla chitarra.
- ★ Cuocerli in abbondante acqua salata, scolarli e farli saltare in padella con il pesce, le verdure e la salsa di prezzemolo.

Risotto con salsiccia, squaquerone e riduzione di sangiovese

200 gr riso carnaroli
80 gr di squaquerone
100 gr di sangiovese
rosmarino
1 cipolla
brodo

- ★ Tostare il riso in una pentola calda senza niente, aggiungere una quantità di brodo doppia rispetto al riso e coprire per 5 minuti, senza mai mescolare. Togliere il coperchio e aggiungere la salsiccia a pezzetti, il rosmarino tritato e ultimare la cottura senza mai mescolare.
- ★ A cottura ultimata mantecare il riso con lo squaquerone, mescolando energicamente.
- ★ A parte mettere il sangiovese in una pentola con una noce di burro, 1 cucchiaino di zucchero e la cipolla tagliata a metà. Fare bollire finché il sangiovese si riduce della metà.
- ★ Servire il risotto irrorato da una cucchiata di riduzione di sangiovese.

Gnocchi di pane, crema di zucca e ragù di coniglio

400 gr di coniglio disossato
2 uova
400 gr di pane in cassetta
1 dl di panna
200 gr di zucca
1 patata
1 pomodoro rosso
salsa di soya
rosmarino
brodo

- ★ Sbriciolare il pane, aggiungere la panna tiepida, le uova, sale e pepe e impastare il tutto fino a rendere il composto omogeneo. Formare delle quenelle con 2 cucchiari.
- ★ Tagliare la zucca e le patate a fette sottili. Rosolare in padella con olio bollente, sale e pepe e portare avanti di cottura con brodo vegetale. a cottura ultimata, frullare il tutto.
- ★ Tagliare il coniglio in pezzi piccoli e cuocerlo in una padella antiaderente con un goccio di olio d'oliva. Aggiungere uno spicchio di aglio, rosmarino tritato finemente, salsa di soya. Portare a metà cottura con il brodo e aggiungere il pomodoro a cubetti. Ultimare la cottura con il brodo.
- ★ Cuocere gli gnocchi in abbondante acqua salata, condirli con il ragù di coniglio e servire sopra un letto di crema di zucca.

Tagliolini con limone, veraci e bottarga di tonno

200 gr di farina 00
100 gr di farina di semola
3 uova
200 gr di vongole veraci
1 peperoncino
1 spicchio d'aglio
la scorza di un limone grattugiato
bottarga di tonno grattugiata

- ★ Impastare le due farine con le uova, formare un impasto omogeneo e far riposare in una pellicola trasparente. Stendere la pasta e formare i tagliolini.
- ★ Mettere in una pentola un goccio di olio, un peperoncino e uno spicchio d'aglio. Quando e' caldo aggiungere le vongole, rosolarle a fuoco alto e bagnarle con acqua tiepida. Quando tornera' a bollire spegnere e sgusciare le vongole, poi rimetterle in pentola con il sugo che si era formato.
- ★ Cuocere i tagliolini in abbondante acqua salata e condirli con le vongole, il limone grattugiato e la bottarga di tonno.

Raviolo ripieno di sqaquerone e basilico, coullisse di pomodoro e stracciatella

3 uova
200 gr di farina 00
100 gr di farina di semola
200 gr di sqaquerone
20 gr di basilico
3 pomodori rossi
60 gr di stracciatella

- ★ Impastare le farine con le uova, formare un impasto omogeneo e far riposare in una pellicola trasparente.
- ★ A parte lavorare lo sqaquerone con basilico, sale, pepe e olio.
- ★ Stendere la pasta, tagliare dei quadrati e farcirli con il composto di sqaquerone.
- ★ Incidere una X sui pomodori, buttarli 10 secondi in acqua bollente e poi immergerli in acqua fredda. Spellarli, togliere i semi e frullarli con olio, sale e pepe.
- ★ Stendere la salsa sul fondo del piatto, adagiarvi i ravioli bolliti in abbondante acqua salata e guarnire con fiocchetti di stracciatella e basilico.

Cappelletti ripieni di ricotta e noci con verdure

3 uova
200 gr di farina 00
100 gr di farina di semola
noci
noce moscata
1 peperone
1 zuccina
1 porro
50 gr di pomodori secchi
1 scalogno
capperi sotto sale

- ★ Impastare le farine con le uova, formare un impasto omogeneo e far riposare in una pellicola trasparente.
- ★ Tritare le noci e farle saltare in una padella calda senza niente.
- ★ A parte lavorare la ricotta con noce moscata, olio, sale e pepe. Poi aggiungere le noci tostate e uno scalogno tritato molto finemente.
- ★ Stendere la pasta, tagliare dei quadrati e farcirli con il composto di ricotta e noci.
- ★ Tagliare le verdure a fette e poi a losanghe, adagiarle su una teglia con carta da forno, aggiungere i capperi e condire con olio, sale e pepe. Infornare per 10/15 minuti a 200°.
- ★ Cuocere i cappelletti in abbondante acqua salata e servirli con le verdure.

Zuppa di orzo

300 gr di orzo
1 zuccina
1 peperone
1 porro
spezie: cardamomo, macis (buccia della noce moscata), curry, semi di mostarda, fieno greco, curcuma
50 gr di pomodori secchi
rosmarino
origano

- ★ Per il brodo vegetale: tritare un po' di spezie a scelta fra quelle elencate e metterle in una pentola già calda per qualche istante. Aggiungere gli scarti delle zucchine e del porro, poi acqua fredda e salare, portando a ebollizione.
- ★ Mettere in ammollo l'orzo per 20 minuti e farlo tostare in una padella con olio caldo e scalogno tritato finemente.
- ★ Aggiungere l'origano e il brodo (in quantità doppia rispetto all'orzo) e coprire con un coperchio.
- ★ Dopo 5 minuti aggiungere le zucchine, i peperoni e il porro tagliati a cubetti molto piccoli, coprire di nuovo e lasciare cuocere per 25 minuti circa.
- ★ A fine cottura aggiungere i pomodori secchi e il rosmarino tritati fini.
- ★ Servire con olio crudo.

Secondi

Faraona farcita alle olive e patate arrosto

1 faraona disossata
200 gr di pane in cassetta
100 gr di olive nere
1 uovo
300 gr di patate bianche
rosmarino
burro
brodo

- ★ Per il brodo: mettere tutte le ossa (e gli avanzi delle verdure) in una pentola già calda per qualche istante. Aggiungere acqua fredda e fare bollire, regolando di sale.
- ★ Ammollare il pane tagliato a cubetti con brodo tiepido. Incorporare le olive e il rosmarino tagliati fini e un uovo. Salare, pepare e impastare il tutto fino ad ottenere un impasto omogeneo.
- ★ Farcire la faraona con il composto, avvolgerla nella carta da forno e cuocere in forno preriscaldato a 200° per circa 40 minuti, avendo cura di inumidire ogni tanto l'involucro con un mestolo di brodo.
- ★ Sbucciare le patate, tagliarle a cubi grossi tutti uguali, bollirli a fuoco basso per circa 7/8 minuti in una pentola acqua bollente salata, una noce di burro, un rametto di rosmarino e uno spicchio di aglio.
- ★ Scolare le patate, asciugarle e metterle in una pirofila con burro, sale, pepe e rosmarino e cuocerle fino a rosolatura in forno a 200°.
- ★ Servire insieme a una fetta di faraona.

Spezzato di pollo alle spezie e riso pilaf

300 gr di petto di pollo
1 spicchio d'aglio
brodo vegetale
4 pomodorini
150 gr di riso carnaroli o basmati
spezie: cardamomo, macis (buccia della noce moscata), curry, semi di mostarda, fieno greco, timo, basilico

- ★ Per il brodo vegetale: tritare tutte le spezie secche e metterle in una pentola già calda per qualche istante. Aggiungere acqua fredda, il timo, un po' di basilico e salare, continuando a fare bollire (si possono aggiungere anche i filamenti di scarto e le ossa di pollo).
- ★ Tagliare il pollo a pezzetti di 2 cm per 2 cm, rosolarlo velocemente in padella a fuoco alto.
- ★ Aggiungere i pomodorini tagliati a metà, il basilico e completare la cottura con il brodo aggiunto poco alla volta.
- ★ Cuocere per 30 minuti. Al termine della cottura si può mettere il pollo in un contenitore a parte e addensare il brodo rimasto nella padella di cottura con la farina di riso.
- ★ Tostare il riso in una padella calda senza alcun grasso, aggiungere uno spicchio d'aglio tagliato a metà, coprire con una quantità doppia di brodo rispetto al riso (non mescolare!), riportare a bollire e mettere la padella coperta in forno a 220° per 20 minuti circa.
- ★ Togliere dal forno, formare un medaglione (anche con uno stampo) al centro del piatto e adagiare il pollo sul riso.

Stufato di manzo alla guinness e purè di patate al basilico

300 gr di scamone di manzo
1 lattina di guinness
2 pomodori rossi
brodo di carne
3 patate
1 dl di latte
50 gr di burro
5 foglie di basilico

- ★ Per il brodo: mettere tutte le ossa (e gli avanzi delle verdure) in una pentola già calda per qualche istante. Aggiungere acqua fredda e fare bollire, regolando di sale.
- ★ In una padella già calda senza grassi, rosolare a fuoco alto la carne tagliata a cubi grossi, aggiungere la birra e far cuocere per 40/50 minuti, allungando con il brodo quando necessario.
- ★ Aggiungere i pomodori rossi tagliati a pezzi grossi e continuare la cottura con il brodo per altri 40/50 minuti.
- ★ Per il purè: pelare le patate, tagliarle a pezzi e farle bollire a fuoco molto basso in acqua salata fino a completa cottura. Sciogliere il burro nel latte (senza farlo bollire!) e incorporarlo alle patate passate al passaverdure, mischiando energicamente con una frusta per fare incamerare aria. Alla fine aggiungere il basilico.
- ★ Servire lo stufato accompagnato dal purè.

Filetto di maiale in crosta di riso e broccoli saltati

200 gr di filetto di maiale
50 gr di riso carnaroli
50 gr di pasta fillo
100 gr di broccoli
1 noce di burro
brodo

- ★ Tostare il riso in una pentola calda senza niente. Quando sarà ben caldo aggiungere il brodo (quantità doppia rispetto al riso) e coprire con un coperchio senza mescolare. Dopo 5 minuti togliere il coperchio e portare a cottura il riso. Mantecare con il burro.
- ★ Pulire il filetto dalle parti grasse e dal cordone laterale, poi scottarlo bene su tutti i lati a fuoco alto in una padella senza grassi.
- ★ Ricoprire il filetto con il riso e avvolgerlo nella pasta fillo (3 o 4 strati con una pennellata di acqua fra l'una e l'altra per farla aderire).
- ★ Metterlo in una teglia con carta da forno e cuocerlo in forno a 200° per 25 minuti.
- ★ Pulire e tagliare i broccoli e sbollentarli in acqua salata per 5 minuti. Scolarli e passarli in padella a fuoco alto con olio, sale e pepe per 5 minuti.
- ★ Tagliare l'arrosto a fette, servirlo caldo accompagnato dai broccoli.

Sgombro in vasetto

200 gr di filetto di sgombro
30 gr di zucchine
30 gr di carote
alloro
aglio

- ★ Pulire i filetti dalle lisce, tagliarli in pezzi e metterli in un vasetto per conserve.
- ★ Aggiungere le verdure crude tagliate a cubetti piccoli, alloro, sale, pepe, lo spicchio d'aglio e un goccio di olio d'oliva.
- ★ Chiudere il vasetto e cuocere a vapore per 20 minuti.
- ★ Servire chiuso e caldo.

Strudel di verdure con salsa allo zenzero

100 gr di burro
200 gr di farina
un bicchiere di acqua tiepida
1 uovo
1 zuccina
1 melanzana
1 dl di panna
1 radice di zenzero

- ★ Impastare burro, uovo, farina e per ultimo l'acqua fino a ottenere un impasto omogeneo. Stendere la pasta e ritagliare dei quadrati 10x10 cm.
- ★ A parte tagliare finemente le verdure, adagiarle sulla pasta e formare un piccolo strudel e cuocerlo in forno a 170° per 25 minuti.
- ★ In una pentola a fuoco basso, far ridurre della metà la panna con lo zenzero grattugiato.
- ★ Servire la salsa sotto allo strudel.

Cosce di pollo ripiene

5 cosce di pollo
100 gr di riso
1 salsiccia
1 uovo

- ★ Lessare il riso in abbondante acqua salata.
- ★ Scolarlo, unire la salsiccia a pezzetti e amalgamare 1 uovo.
- ★ Disossare le cosce di pollo e farcirle con il ripieno di riso.
- ★ Infornare per 25 minuti a 180°, avendo cura di bagnarle di tanto in tanto con un mestolo di brodo.
- ★ Servirle calde.

Seppie con lenticchie

600 gr di seppie
300 gr di lenticchie
rosmarino
peperoncino
3 pomodori
brodo

- ★ Tagliare le seppie a pezzi grossi.
- ★ Ammollare le lenticchie in acqua fredda per 20 minuti, scolarle e buttarle in una pentola calda con olio, un rametto di rosmarino e un peperoncino intero. Aggiungere subito le seppie e continuare la cottura con il brodo.
- ★ Incidere una X sui pomodori, buttarli 10 secondi in acqua bollente e poi immergerli in acqua fredda. Spellarli, togliere i semi, tagliarli a fettine e a metà cottura (dopo circa mezz'ora) aggiungerli alle seppie. Terminare la cottura a fuoco basso.
- ★ Servire con olio d'oliva crudo e un rametto di rosmarino.

Dolci

Torta di ricotta e frutta di stagione

100 gr di burro
100 gr di zucchero
3 uova intere
100 gr di farina
100 gr di ricotta
mezzo ananas

- ★ Fare ammorbidire il burro e amalgamarlo con lo zucchero.
- ★ Aggiungere le uova, la ricotta e infine la farina.
- ★ Stendere metà dell'impasto nella tortiera, aggiungere l'ananas tagliato a fettine sottili, ricoprire con l'altra metà dell'impasto e cuocere in forno a 180° per 40 minuti circa.

Sfogliatina alle mele e salsa alla vaniglia

100 gr di pasta fillo
2 mele
500 gr di latte
100 gr di zucchero
100 gr di farina
4 rossi d'uovo
1 stecca di vaniglia
100 gr di panna
burro

- ★ Per la crema: far bollire il latte, a parte sbattere i rossi d'uovo con lo zucchero, aggiungere la farina e aggiungere tutto al latte caldo, sempre mescolando. Portare a bollore e togliere dal fuoco, far raffreddare.
- ★ Stendere la pasta fillo (3 o 4 strati con una pennellata di acqua fra l'una e l'altra per farla aderire), farcirla con una mela sbucciata e tagliata fine e una cucchiata di crema pasticcera. Chiudere a fagottino e cuocere per 12 minuti a 200°.
- ★ In una pentola a fuoco basso far bollire e ritirare la panna con un cucchiaino di zucchero e una stecca di vaniglia.
- ★ Sbucciare l'altra mela, tagliarla a pezzetti e farla caramellare sul fuoco con un po' di zucchero e una noce di burro.
- ★ Servire adagiando il fagottino sulla salsa e insieme alla mela caramellata.

Mousse al cioccolato bianco e fragole

3 rossi d'uovo
200 gr di cioccolato bianco (no galak!)
100 gr di zucchero a velo
300 gr di panna fresca
250 gr di fragole

- ★ Montare i rossi d'uovo con lo zucchero
- ★ Sciogliere il cioccolato a bagnomaria, aggiungerlo al composto di rossi d'uovo e zucchero, far raffreddare e aggiungere la panna montata.
- ★ A parte lavare e frullare le fragole con un cucchiaino di zucchero.
- ★ Mettere un cucchiaino di salsa di fragole sul fondo degli stampini, riempire con un po' di mousse al cioccolato e mettere tutto in frigorifero per un paio di ore.

Torta di riso e cioccolato al rum

250 gr di burro
150 gr di zucchero
3 uova
125 gr di farina 00
125 gr di farina di riso
cacao amaro
rum
fragole
panna

- ★ Impastare il burro ammorbidito con lo zucchero. Aggiungere 2 uova e mescolare energicamente. Infine aggiungere le farine e rendere l'impasto omogeneo.
- ★ A parte bollire il riso in acqua e zucchero. Una volta cotto scolarlo e aggiungere 1 uovo, lo zucchero, il cacao, un goccio di rum e mescolare bene.
- ★ Cuocere uno strato di pasta frolla in forno fino a farlo dorare.
- ★ Stendere il riso sulla base di frolla precotta e rimettere in forno per 20 minuti a 180°.
- ★ Frullare le fragole con un cucchiaino di zucchero e un goccio di panna liquida.
- ★ Servire la torta calda con la salsa di fragole.

Semifreddo al basilico

2 uova
30 gr di basilico
200 gr di zucchero a velo
100 gr di panna montata
per la salsa:
20 gr di panna
10 gr cioccolato fondente

- ★ Montare i rossi d'uovo con la metà' dello zucchero, montare i bianchi con l'altra metà' di zucchero, montare la panna montata. Unire i tre composti.
- ★ A parte pulire il basilico, sbollentarlo in acqua salata per 10 secondi, tritarlo finemente e aggiungerlo al composto, mescolando bene.
- ★ Mettere il tutto in uno stampo e riporre in freezer per 10 ore.
- ★ Per la salsa: sciogliere il cioccolato fondente nella panna.
- ★ Accompagnare la salsa al semifreddo prima di servire.

Tortino di cioccolato con cuore morbido

250 gr di cioccolato fondente
125 gr di cioccolato fondente per il ripieno
4 uova
125 gr di zucchero
100 gr di farina 0
100 gr di burro

- ★ Sciogliere a bagno maria il cioccolato. Amalgamare il cioccolato fuso, il burro ammorbidito e lo zucchero.
- ★ Incorporare la farina.
- ★ Imburrare gli stampini e spolverarli di farina di riso. Riempirli fino a metà con il composto, aggiungere un pezzo di cioccolato fondente e riempire lo stampino con il composto.
- ★ Cuocere in forno a 200° per 12 minuti.
- ★ Servire caldo.

Tiramisu' all'arancio

500 g mascarpone
200 g di zucchero a velo
500 g di panna liquida
la buccia di 3 arance
pandoro

- ★ Mescolare il mascarpone e lo zucchero a velo.
- ★ A parte montare la panna e incorporare la buccia grattugiata delle arance.
- ★ Amalgamare con una frusta la panna e il mascarpone, facendo attenzione a mescolare sempre dal basso verso l'alto.
- ★ Spremere le arance e aggiungere la stessa quantità di acqua.
- ★ Tagliare il pandoro a fette orizzontali e bagnarle con un pennello imbevuto di spremuta.
- ★ Alternare strati di pandoro al mascarpone e decorare con dei cubetti di pandoro e una spolverata di cacao.

Panna cotta con salsa di cachi

1 lt di panna
8 fogli di colla di pesce
120 gr di zucchero
2 cachi maturi
menta

- ★ Scaldare la panna con lo zucchero.
- ★ Ammollare la colla di pesce in acqua fredda, strizzarla e aggiungerla al composto caldo (non bollente!), mescolando bene per farla sciogliere.
- ★ Mettere negli stampini e riporre in frigorifero per 6 ore.
- ★ Frullare i cachi con un goccio d'acqua
- ★ Servire la panna cotta con la salsa di cachi e guarnire con una foglia di menta

Il corso si è tenuto presso:
Ristorante Dal Pescatore
Viale Mosca, 32
47042 Zадina di Cesenatico
0547.75272
339.5817995