

RACCOLTA
FINGER
FOOD
SALATI

PANE E OLIO BLOG (<http://pανεolio.blogspot.it>)
DI LAURA

PASTICCI E PASTICCINI DI MIMMA

Polpettine di pollo speziate

Ingredienti:

- 200 gr. di pollo
 - 100 gr. di mortadella a pezzetti
 - 3 cucchiaini di formaggio grattugiato (io caciocavallo)
 - 1 uovo intero
 - 2 cucchiaini di prezzemolo tritato
 - 1 cucchiaino di menta fresca tritata (facoltativo)
 - 1 cucchiaino di noce moscata
 - 1\2 cucchiaino di pepe nero
 - 1 cucchiaino di zenzero fresco tritato
 - 1\2 cucchiaino di peperoncino tritato
 - 1\2 cucchiaino di aglio in polvere
 - olio di semi di arachidi
- tritare il petto di pollo e la mortadella in un mixer (io il Bimby)
- inserire nel boccale tutti gli altri ingredienti 1 min. vel turbo, spatolando
- con l'impasto ottenuto formare delle polpettine piccole
- friggere in abbondante olio bollente
- servire calde o anche fredde, sono buonissime ugualmente



INTERNATIONAL FOOD

Il percorso dei sapori

Ingredienti per 4:

1 panetto di polenta gialla già pronta facilmente reperibile nei supermercati

100 gr. di sugo di pomodoro ristretto con cipolle abbondanti e peperoncino

50 gr. di marmellata di radicchio (si trova nei negozi specializzati)

50 gr di asiago

peperone giallo

aglio mezzo spicchio

aceto

olio

sale

pepe

Procedimento:

Mettete il peperone al forno solo grill e fate bruciare tutta la pelle. Ponetelo ancora caldo in una busta di plastica; l'umidità rilasciata aiuterà a far staccare meglio la pellicina. Frullate il peperone completamente spellato con mezzo spicchio d'aglio, il sale, un pizzico di pepe ed 1 cucchiaino di aceto.

Tagliate a cubetti tutti uguali la polenta, e passateli velocemente sotto il grill in modo da rendere croccante la superficie.

A questo punto potete sbizzarrirvi con la presentazione, su alcuni ponete la crema di peperoni tiepida, su altri il sugo (ovviamente riscaldato), su altri ancora piccoli cubetti di asiago completati con una puntina di marmellata di radicchio.

Servite immediatamente poichè la polenta tagliata a pezzi piccoli si raffredda velocemente.



INTERNATIONAL FOOD

Calotte di champignon ripiene

Ingredienti per 4 persone:

300 gr di funghi champignon

100 gr. di salsiccia

1 spicchio d'aglio

1 scatola di pelati di pomodori

Prezzemolo fresco

100 gr. di groviera

Sale q.b.

Olio extravergine

Pepe

Procedimento:

Staccate le calotte dai funghi, salatele e mettetele da parte.

Nel frattempo scaldate l'olio con lo spicchio d'aglio, unite solo la carne della salsiccia, cercando, in cottura, di aprirla bene. Unite 1 pelato di pomodoro e fate cucinare finchè il tutto sia ben asciutto. Aggiungete poi il prezzemolo tritato finemente. Prendete le calotte, riempitele con il composto e ponete su ognuna una piccola manciata di groviera grattugiata. Aggiungete un filo d'olio e una macinata fresca di pepe nero. Infornate per circa 15 minuti a 180°, cmq il tempo che il formaggio sia sciolto e croccante.

Sono ottime tapas ma possono andare bene anche come contorno bello rinforzato.



INTERNATIONAL FOOD

Scottadito per caso: “ cotechino di cinghiale”

Ingredienti per 4 persone:

Cotechino di cinghiale 250 gr.

Pomodorini pachino 150 gr.

Funghi champignon 100 gr.

Glassa di aceto balsamico

Rosmarino un mazzetto

Prezzemolo un ciuffo

Vino bianco dolce mezzo bicchiere

Sale q.b.

Aglione 1 spicchio

Olio q.b.

Pulite i funghi, (tutti sanno che non si lavano sotto l'acqua vero :o?) tagliateli a fette sottili e salateli a fiamma viva in una padella in cui avrete precedentemente soffritto l'aglio con l'olio. A metà cottura sfumate i funghi con il vino bianco, abbassate la fiamma e terminate la cottura, ma lasciate i funghi al dente, completare con il prezzemolo fresco tagliato non molto finemente e solo una puntina di sale, il cotechino infatti è molto salato per questo sarà bene lasciare i funghi insipidi in modo da far contrasto. Immergete il cotechino in acqua in ebollizione per 5 minuti, così come indicato sulla confezione. Tagliate a rondelle da circa 2 cm. i pomodori, disponeteli su un piatto da portata, in modo da costituire la base degli scottadito e dedicatevi al cotechino. Una volta cotto lasciatelo raffreddare, ma non troppo, deve risultare tiepido; tagliatelo a fette da circa 3 cm, disponete ogni fetta di cotechino sui pomodori, e condite ogni boccone con un cucchiaino di un composto precedentemente realizzato e posato 10 minuti a base di olio e rosmarino tagliato in pezzi piccolissimi. Sistemate in fine i funghi e guarnite il piatto con la glassa. Servite tiepidopotete prepararli in anticipo e riscaldarli pochi minuti prima di servirli. Consiglio un buon vino rosato oppure osando, per chi ama gusti forti, anche il Chianti sta bene.



CRIS E MAX IN CUCINA

Polpette di mozzarella

Ingredienti:

150 grammi di pane integrale (2 panini medi)
1 mozzarella da 125 grammi
3 uova
60 grammi di parmigiano reggiano grattugiato
40 grammi di pecorino grattugiato
prezzemolo tritato
farina
olio per friggere.

Mettete nel frullatore il pane, io ho fatto a pezzi quello del giorno prima, e frullatelo per un paio di minuti, aggiungete la mozzarella a pezzi, le uova e i formaggi e frullate il tutto per qualche minuto, aggiungete il prezzemolo e azionate ancora per qualche minuto il frullatore.

Non aggiungete sale perchè i formaggi grattugiati sono già saporiti.

Con l'impasto fate delle polpette, io le ho fatte tutte da 20 grammi, passatele nella farina e friggetele in olio caldo fino a quando saranno ben dorate.

Quando fate le polpette bagnatevi le mani altrimenti appiccicano nelle mani.

Mettetele ad asciugare su carta assorbente o su un sacchetto del pane, servire calde, anche se vi dirò che a temperatura ambiente sono ancora buonissime!



LIBERAMENTE IN CUCINA... MA CON LA PANCIA PIENA

Stuzzichino "stuzzicante"

Ingredienti x 5/6 persone:

- * 4 fette di pecorino
- * 1/2 pera
- * 8 o 9 gherigli di noce
- * stuzzicadenti

Tagliate le fette di pecorino a quadratini, adagiate sopra una fettina di pera e mezzo gheriglio di noce e infilate il tutto con uno stuzzicadenti.



2 AMICHE IN CUCINA

Conchiglie Zucchine e Gamberetti

Ingredienti:

Conchiglie Verrigni
Zucchine
Gamberetti
Olio d'Oliva Dante
Sale Gemma di Mare
Peperoncino
Prezzemolo per decorare

Preparazione:

Far soffriggere olio e peperoncino, unire le zucchine tagliate finemente, quando le zucchine sono quasi cotte unire i gamberi, una parte tagliati a pezzetti e una parte lasciati interi (che serviranno per decorare), regolare di sale. Mentre cuociono le zucchine lessate le conchiglie in abbondante acqua salata, scolatele e sistematele su un piatto. Quando le zucchine e i gamberi saranno cotti riempite le conchiglie e decorate con i gamberi lasciati interi e una fogliolina di prezzemolo. Noi li abbiamo serviti su cucchiaini da finger food, ma potete servirli anche in piatti comuni.



2 AMICHE IN CUCINA

Barchette di Merluzzo e Zucchine

Ingredienti per 12 barchette:

Pasta sfoglia già stesa
200 gr di merluzzo
200 gr di zucchine
3 cucchiaini di parmigiano
1 uovo
Olio d'Oliva Dante
Sale Gemma di Mare

Per decorare:

Zucchina
Pomodori
Spiedini

Preparazione:

Versare un cucchiaino d'olio in una padella, unire le zucchine tagliate a pezzettini e far cuocere per 5 minuti, unire il merluzzo, salare e proseguire la cottura per altri 5 minuti. Far freddare ed unire il parmigiano e l'uovo. Con la pasta sfoglia foderare degli stampini ovali, riempire con il mix di merluzzo e zucchine. Cuocere per 10 minuti a 200 gradi. Per fare la vela tagliare la zucchina a fette per il senso della lunghezza, infilarla ad uno spiedino e metterla al centro di ogni barchetta, per la bandierina rossa, ritagliare un triangolino di pomodoro.



2 AMICHE IN CUCINA

Croccante di risotto

Ingredienti:

Risotto Mimosa
Uovo
Farina di mais
Parmigiano grattugiato
Olio per friggere
Insalata

Preparazione:

Fare delle palline grandi come ciliegie, passarle nell'uovo sbattuto e poi nella farina di mais mescolata al parmigiano. Friggere in abbondante olio. Servire su insalatina fresca a piacere.



2 AMICHE IN CUCINA

Gocce di Polenta al Montasio e Speck

Ingredienti:

280 gr di polenta già cotta
30 gr di parmigiano grattugiato
20 gr di burro
Rosmarino
Sale
Pepe
Montasio
Speck
Farina di mais
Olio per friggere

Procedimento:

Far fondere il burro con il rosmarino, versarlo sulla polenta (senza il rosmarino) unire il parmigiano e mescolare bene. Formare delle palline con la polenta, mettere al centro un pezzettino di speck e montasio, rotolare le palline tra le mani cercando di dargli la forma allungata di una goccia. Passare nella farina di mais e friggere in abbondante olio di semi.



KETTI'S KINGDOM...

Rose di melanzane

INGREDIENTI

400gr di farina00
1/2 cubetto di lievito di birra
1 cucchiaino di zucchero
220gr di acqua
sale una presa abbondante.

500 gr di passata di pomodoro già cotta
1 scamorza
2 melanzane
1 mazzetto di basilico
200gr di Grana Padano
sale una presa abbondante per la sfoglia
1 spicchio d'aglio(otterrete una ventina di rose)

Esecuzione

Per primo friggete le melanzane tagliate a fette in olio di semi di arachidi,potete friggerle anche il giorno prima,o un paio di ore prima,in modo che le melanzane perdano l'olio in eccesso.

Sciogliere il lievito in un bicchiere di acqua tiepida,insieme allo zucchero e attendere che si formi la schiuma.versarlo sulla farina e aggiungere l'olio,il sale gradualmente la restante acqua,ma regolate la consistenza,perchè dipende dalla farina che usiamo che potrebbe assorbire diversamente l'acqua.Formate una palla ,coprite con la pellicola e mettete a lievitare per un'ora e mezza.Fino al raddoppio.

Nel frattempo cuocete la passata di pomodoro,con uno spicchio d'aglio e il basilico,portate a cottura e regolate di sale.

Quando l'impasto sarà giunto a lievitazione,delicatamente staccate dei pezzetti e stirateli col mattarello,fino a formare una striscia larghe3/4 dita e lunga 15cm,mettete sopra della passata di pomodoro,il Grana,la melanzana e la scamorza a fette sottili e arrotolatela su se stessa, e inserirla in uno stampo per muffin in silicone o nei monoporzione in silicone.

Infornare a 180°,in forno caldo per circa 30 min,fino a quando saranno dorati!!

Servire tiepidi o a temperatura ambiente con una foglia di basilico(rimangono morbidi anche il giorno dopo..)



RICETTE MON AMOUR

Le pizzette fritte o pettole

Questa ricetta è tipica del periodo natalizio è semplice da fare basta fare l'impasto della pizza e si friggono nell'olio di oliva.

Si mangiano appena sfornate magari aggiungendo all'interno gli affettati con un formaggio filante o mettendoci sopra lo zucchero o il vin cotto



KETTI'S KINGDOM

Cupcakes salati con mousse salmone / prosciutto

INGREDIENTI

(x 12/13muffin)

3uova

200ml di latte a temperatura ambiente

80ml di olio di girasole o mais

50gr di grana grattugiato

200gr di farina che lievita(oppure una bustina di lievito per torte salate)

2 abbondanti pizziche di sale

una spolverata di pepe

un cucchiaino di erba cipollina (per i muffin al salmone)

50 gr di scamorza a pezzettini (per i muffin al prosciutto)

PER LE MOUSSE

Al salmone:

200gr di salmone affumicato

225 gr di Philadelphia(non è pubblicità,ma il prodotto è quello)

2 cucchiari di maionaise

pepe bianco

un pizzico di erba cipollina

Al prosciutto:

3 fette di prosciutto non troppo sottili

2 cucchiari di latte

160 gr di Philadelphia

In una ciotola unite prima gli ingredienti umidi e sbattete con una frusta e poi gli ingredienti asciutti. Dividete l'impasto ,in uno aggiungete l'erba cipollina, nell'altro la scamorza

Infornate in forno caldo a 180° per 30 min circa

Prepariamo le mousse,inserendo tutti gli ingredienti in un robot da cucina e teniamola al fresco per almeno due ore.

Prima di servire inseriamo le mousse in 2 sac à poche e decoriamo a nostro piacere.Vi consiglio di fare questo operazione poco prima ,per evitare di mettere i muffin in frigo,che si compatterebbero troppo!



PASTICCI E PASTICCINI DI MIMMA

Focaccia agli aromi

Ingredienti:

- 250 gr. di farina 00
- 250 gr. farina Manitoba
- 240 gr. acqua tiepida
- 30 gr. olio d'oliva
- 1 bustina di lievito di birra secco
- 1 cucchiaino di zucchero
- 1 cucchiaino di sale

per l'emulsione da spennellare sulla focaccia:

- 1\2 bicchiere di olio d'oliva
- 2 cucchiaini di acqua tiepida
- 1\2 cucchiaino di sale
- 3 cucchiaini di spezie tritate (salvia, rosmarino, peperoncino, origano).

- sciogliere il lievito nell'acqua tiepida con lo zucchero
- aggiungere le farine e l'olio
- impastare per 5 minuti (io nel Bimby a vel. spiga)
- aggiungere il sale e impastare ancora per 2 min.
- lasciare lievitare nel boccale, o in una ciotola coperta e al caldo, sino al raddoppio
- Stendere l'impasto su una teglia foderata di carta forno
- spennellare con l'emulsione di olio, sale e spezie
- lasciare lievitare nuovamente per circa 1\2 ora
- infornare in forno caldo a 200°
- servire



MORENA IN CUCINA

Mini muffins salati alle olive verdi e Parmigiano

Ingredienti (per 40 muffins circa)

150 gr di farina 00

3 uova medie

100 ml di latte (io parzialmente scremato)

100 ml di olio di semi

80 gr di Parmigiano grattugiato

6 cucchiaini di olive verdi denocciolate tagliate a pezzetti

Un pizzico di sale

Una bustina di lievito per torte salate

Procedimento:

Sbattete le uova con la frusta, quando saranno schiumose aggiungete poco alla volta la farina.

Aggiungete l'olio di semi e il latte, continuando a mescolare.

Per ultimo aggiungete il lievito.

Versate nell'impasto semi-liquido il Parmigiano e le olive verdi a pezzettini e mescolate bene.

Versate il composto in uno stampo per mini muffins, rivestito con pirottini di carta.

Infornate a 180 gradi per 20 minuti.



OGGI PANE E SALAME, DOMANI...

Bicchierini di pane

Ingredienti:

qb di salame
150 gr di ceci in scatola
½ scalogno
4 fette di pane per tramezzini
100 ml di brodo vegetale
rosmarino fresco
olio evo
sale

Stendi con il mattarello il pane per tramezzini. Inserisci all'interno di 4 stampini in alluminio un rettangolo di pane appena più alto degli stampini. Con l'eccedenza di pane ricava 4 formine rotonde che utilizzerai come base dei bicchierini, pressali bene con le dita. Cuoci per 10 minuti a 190°C e lascia raffreddare. Nel frattempo sgocciola i ceci, sciacquarli e mettili in una casseruola con lo scalogno a fettine, un ciuffetto di rosmarino, sale e un paio di cucchiaini di brodo. Scalda a fuoco dolce per qualche minuto, elimina il rosmarino, frulla i ceci fino a ridurli in purè, aiutati con 1 o 2 cucchiaini di brodo e tieni al caldo. Taglia il salame a cubetti. Inserisci qualche fogliolina di lattuga all'interno dei bicchierini e distribuisci il purè di ceci alternandolo con i cubetti di salame. Termina con i cubetti di salame e servi tiepidi.



UN'ARBANELLA DI BASILICO

Crepes integrali con zucca e caprino

Ingredienti:

70 g di farina di grano saraceno

60 g di farina 00

2 uova

200 g di polpa di zucca

250 ml di latte

una manciata di mandorle

150 g di caprino

qualche rametto di maggiorana

una manciata di lattughino

olio, sale, pepe

Setacciate le farine in una ciotola, poi unite il latte, mescolando con una frusta per non fare grumi; aggiungete quindi le uova sbattute, 1 cucchiaino d'olio, sale e pepe. Amalgamate bene il tutto poi fate riposare al fresco per una mezz'ora. Tagliate la zucca a fette e passatela al MO finché sarà tenerissima. Passatela al mixer con la maggiorana, il caprino e le mandorle, fino ad ottenere un composto omogeneo. Salate e pepate. Riprendete la pastella e preparate le crêpes; quando si saranno intiepidite, farcitele con il ripieno, arrotolatele e fatele rinfrescare. Al momento di servirle, tagliatele a fette in obliquo e disponetele nei piattini da finger food, con qualche fogliolina di insalata.



SAPORI IN CONCERTO

Cannoncini al formaggio fresco e salmone

Ingredienti (per 9 cannoncini)

1 rotolo di pasta sfoglia

150 gr di salmone affumicato (in busta)

150 gr di formaggio morbido

2 cucchiaini di latte o di panna da cucina (facoltativi)

pepe nero di Tec-Al q.b.

burro q.b.

9 coni per cannoncini (3 di Gp&me)

Esecuzione

Preparate il ripieno,tagliando sottilmente il salmone e mescolandolo con il formaggio e con il pepe. Se il composto dovesse risultare troppo denso,ammorbiditelo con l'aggiunta di latte o panna . Lasciatelo riposare in frigorifero .Nel frattempo preparate i cannoncini.

Stendete la sfoglia e con una rotella ricavare le strisce (foto 1) con le quali andrete a ricoprire il cono per cannoncini leggermente imburrrato. Spennellate il cannoncino con l'uovo sbattuto o con un po' di burro , per rendere la superficie dorata e friabile. Io questa volta ho usato il burro (foto 2) . Infornate a 180° per 20 minuti,o fino a quando la superficie risulterà leggermente dorata (foto 4) . Fate attenzione a non farli scurire troppo! Un attimo di distrazione li farebbe bruciare! Estraeteli dal forno,fateli raffreddare leggermente e toglieteli dal cono. Un volta freddi farciteli con il ripieno preparato precedentemente ,che metterete in una sacca da pasticcere (foto 3) e...buon appetito!



UNA CALABRESE IN CUCINA

Parmigiana di melanzane calabrese

Ingredienti:

8 melanzane grosse del tipo dolce
2 tazze da latte di salsa di pomodoro già cotta
3 etti di provola a fettine sottili
2 fette di mortadella tagliata fine
parmigiano abbondante
pane grattugiato
olio per friggere
sale
pepe

Preparazione:

Togliete il cappello alle melanzane, tagliatele a fette per il lungo e mettetele a strati in un piatto, salandole via via. Copritele con un altro piatto, ponetevi un peso sopra e lasciatele così per qualche ora. Mettete una padella con dell'olio per friggere e, quando questo é ben caldo, strizzate le melanzane e friggetele senza fargli prendere troppo colore. Mettetele da parte e preparate una tortiera da forno alla base della quale metterete un mestolo di salsa di pomodoro, una spolverata di pangrattato ed una di parmigiano. Appoggiatevi sopra il primo strato di melanzane, copritele con un abbondante cucchiaio di salsa, una leggera spruzzata di pangrattato, molto parmigiano, alcune fette di provola e la mortadella spezzettata. Ricoprite con altre fette di melanzane e continuate come prima fino ad esaurimento degli ingredienti. Finite con le melanzane ben ricoperte di salsa, spolverate di pangrattato ed abbondante parmigiano, quindi metteste la parmigiana a gratinare in forno caldo fino a che non avrà preso colore.



I PASTICCI DI BARBY

Patatine fritte rigate

Bè, non ci vogliono molte spiegazioni per preparare queste patatine, ma il risultato è ottimo:-)

Dovrete semplicemente pelare le vostre patate, affettarle con la mandolina usando una lama ondulata e tenerle in ammollo nell'acqua fredda per qualche ora.

L'ultima volta ho deciso di prepararle all'ultimo minuto, quindi le ho lasciate in ammollo solo per un'oretta ma comunque sono venute bene.

Potete friggerle tranquillamente nella friggitrice, ma prima di salarle lasciarle sfreddare un pò.



I PASTICCI DI BARBY

Girelle di sfoglia al tacchino

INGREDIENTI per 1 sfoglia

- 1 rotolo di pasta sfoglia, meglio se rettangolare
- 100 gr di tacchino arrosto, io ho ne ho comprato un pezzetto dal banco salumeria
- 60 gr di burro
- olio di oliva, almeno 5 cucchiari
- origano
- qualche oliva denocciolata, meglio se ripiena al peperone
- 1 uovo sbattuto

PREPARAZIONE

Tagliare il tacchino ed il burro a pezzetti e frullare tutto insieme, mettendoci anche l'origano.

Aggiungere olio di oliva tanto quanto basta a raggiungere una consistenza cremosa.

Srotolare la sfoglia e cospargerla col tacchino, lasciando liberi i bordi.

Tagliare le olive a rondelle e metterle sopra il tacchino.

Arrotolare quindi la pasta sfoglia e intingerla con l'uovo. Lasciar riposare mezz'oretta in frigo, quindi riprendere la sfoglia e tagliarla a fette.

Preriscaldare il forno a 200 gradi e cuocere la sfoglia fino a che non risulti ben dorata. La sfoglia cuoce rapidamente, quindi attenti a non farla bruciare. Nel mio forno bastano 15 minuti.



I PASTICCI DI BARBY

Stuzzichini di pasta sfoglia

INGREDIENTI (per realizzarli tutti):

- 3 fogli di pasta sfoglia (io preferisco quella rettangolare)
- un pacchetto di wurstel (non avevo i grandi, quindi ho usato i classici)
- una scatola di tonno
- capperi
- olive denocciolate
- passata di pomodoro
- origano, olio, sale
- 1 mozzarella di bufala
- 1 uovo

PROCEDIMENTO:

→ Stuzzichini con tonno e capperi: aprire la pasta sfoglia e tagliarla in piccoli rettangoli (circa 12); svuotare il tonno su una ciotola, metterci i capperi (a piacere, in base ai propri gusti) e fare un unico impasto, da versare su ogni rettangolo di sfoglia. Aggiungere metà oliva denocciolata sopra il tonno, chiudere la sfoglia sovrapponendo le estremità del rettangolo sopra il composto del tonno.

Controllare di aver chiuso bene i rettangoli di sfoglia per evitare che si aprano in cottura.



ALICE NELLA CUCINA DELLE MERAVIGLIE

Torri di patate

Ingredienti:

2 patate grandi
100g provolone dolce
sale e olio q.b.

Procedimento:

Tagliare le patate a rondelle a uno spessore di circa 2-3mm e sbollentarle in acqua salata.

Su una teglia ricoperta di carta forno, costruire le torri: tra una fetta di patata e l'altra mettere dei pezzettini molto sottili di provolone dolce, e continuare così fino a raggiungere l'altezza che più vi piace (le torri non dovranno crollare, quindi non bisogna farle esageratamente alte).

Quando le torri di patate saranno finite, versare un goccino d'olio su ognuna.

Infornare in forno statico a 180° (forno preriscaldato) e cuocere per circa 15 minuti.



IN MOU VERITAS

BLOOMING BREAD (il pane che fiorisce)

Ingredienti:

1 pagnotta di pane meglio se non freschissima
1 cipollotto novello
2/3 fette di scamorza affumicata
2 fettine di cotto
2 wurstel
olio extravergine di oliva
basilico, origano
sale

Prendete la vostra pagnotta e incidetela con un coltello da pane facendo svariate linee orizzontali e poi verticali. Otterrete una sorta di griglia e tanti piccoli quadratini di pane. Cercate di andare più a fondo che potete col taglio!

In tutti gli spazi di questi quadratini infilerete una fettina sottilissima di cipollotto, una sottilissima di scamorza, un quadratino sottilissimo di cotto o di wurstel. Mi raccomando il tutto deve essere tagliato molto sottile, altrimenti non riuscirete ad infilare tutte queste cosine.

E' un lavoro meticoloso!

Fate un'emulsione a base di olio, sale ed erbe e con un pennello spennellate tutta la superficie facendo colare il condimento in tutta la griglia.

Infine infornate a 180° per circa 15/20 minuti, quando è bella croccante e il formaggio fuso il blooming bread è pronto!



EIGHTDAYSWEEK

Falafel

Ingredienti: (x 6 crocchette)

250gr di ceci secchi

1 cipolla rossa grande

2 spicchi di aglio

paprika, curcuma, coriandolo, prezzemolo a piacere

Procedimento:

Tenere a mollo i ceci per 12 o 24 ore. Scolarli e metterli in una ciotola con il resto degli ingredienti, frullare o amalgamare il tutto in un composto omogeneo da far riposare in frigo un'oretta.

Ricavare delle palline o delle crocchette, cuocere al forno a 180°C per 20 minuti o friggerle in olio bollente. Servire.



IL CASSETTO DEI SOGNI

Sandwich di patate con prosciutto e formaggio

Ingredienti per le frittelle

400g patate;

400g farina;

4 cucchiaini di pan grattato;

1 uovo;

50g Parmigiano grattugiato;

erbe miste;

sale;

pepe;

olio per friggere.

...e per il ripieno

prosciutto cotto affettato;

formaggio in fette tipo provolone affumicato (non troppo filante).

Iniziate con il bollire le patate con tutta la buccia in abbondante acqua salata, quindi fatele raffreddare e pelatele. In un recipiente (o su un piano da cucina se preferite) schiacciate le patate ed aggiungete meta' parte di farina, il pan grattato, il Parmigiano grattugiato, sale, pepe e le erbe miste. Impastate bene tutti gli ingredienti ed unite l'uovo. Una volta ottenuto un composto omogeneo, aggiungete la restante farina in modo che l'impasto finale non risulti appiccicoso. La quantita' totale di farina potrebbe quindi dipendere se le vostre patate assorbono molto o poco. Fate quindi una palla con l'impasto ottenuto e lasciatelo riposare per una ventina di minuti. Infarinare un piano di cucina o stendete della carta da forno su un ripiano, e stendete l'impasto a base di patate aiutandovi con un mattarello. Cercate di ottenere uno spessore uniforme di circa 1cm/1cm e mezzo. Con una formina per biscotti, iniziate quindi a tagliare le vostre frittelle finche' non avrete esaurito l'impasto a disposizione.

Scaldare l'olio per friggere in una padella ed immergetevi pian piano le frittelle ottenute precedentemente. Ci vorranno circa 8-10 minuti per la cottura: le vostre frittelle dovranno risultare dorate, come mostrato in figura. Estraele dall'olio e ponete su carta assorbente da cucina, in modo da fare asciugare l'olio in eccesso. Lasciatele raffreddare.

Sempre con l'aiuto della vostra formina per biscotti, ritagliate il prosciutto ed il formaggio a fette e iniziate a comporre i vostri sandwich. Su una frittella ponete una fettina di prosciutto, una di formaggio e ricoprite con un'altra frittella. Mettete quindi i mini-sandwich in una teglia per forno ed infornate per circa 10 minuti a 180C. Lasciate raffreddare e servite.



LA CUCINA DI LELINA

Olive in crosta

Ingredienti:

Olive verdi e nere

150 gr farina

90 gr parmigiano

90 gr burro

3 cucchiaini di acqua fredda

Preparazione:

X l'impasto:

mescolare velocemente la farina, il parmigiano, il burro e l'acqua fredda. Formare un impasto liscio e omogeneo.

Sgocciolare con cura le olive e passarle su un asciugamano pulito.

Prendere un pezzo di impasto, grande quasi quanto l'oliva che andrete a ricoprire. Formare una pallina, metterla sul palmo della mano e affondare il vostro dito indice formando un incavo. In questo incavo mettere l'oliva. Con le dita plasmare l'impasto in modo da sigillare completamente l'oliva. Ripetere l'operazione fino a esaurimento di impasto e di olive.

Disporre le olive ricoperte su un vassoio e fare riposare in frigorifero per almeno 2 ore.

Pre riscaldare il forno a 180°C. Disporre le olive, estratte dal frigorifero, su una teglia da forno ricoperta di carta. Le olive dovranno essere ben distanziate tra loro.

Il vassoio sarà messo a metà altezza del forno.

Cuocere x 10 min.

Se, passati 10 minuti, le olive non saranno dorate e croccanti, procedere per ancora qualche minuto.

Buon stuzzichino



PANE AMORE E FANTASIA

Polpette di cotechino

Ingredienti:

avanzi di cotechino

2 uova

pan grattato q.b.

parmigiano grattugiato q.b.

Tagliamo il cotechino avanzato in piccoli pezzetti che andremo a passare nel mixer. Otterremo un macinato di cotechino come si vede dalle foto.

Uniamo le uova sbattute, il parmigiano e il pan grattato e iniziamo a mescolare per bene finché il composto avrà raggiunto una consistenza morbida ma abbastanza corposa.

Prepariamo le polpette e le passiamo nel pan grattato, facciamo riposare in frigo per una mezz'oretta così che si fermino per bene.

Scaldiamo dell'olio in una padella antiaderente (io uso l'olio di semi, più leggero dell'olio evo).

Friggiamo le polpette di cotechino finché non saranno diventate ben dorate.

Poniamo le polpette su carta assorbente e serviamole ben calde.

Consiglio: abbinatele alle lenticchie come faccio io... farete un successone!



LE BISCUIT A SOUPE

Involtni primavera

Ingredienti:

Per la pasta:

2 bicchieri di farina

2 bicchieri di acqua

sale

Per il ripieno:

300g di verdure miste (sedano, carota, verza, germogli di soia)

1 cucchiaino di zucchero

1 cucchiaino di salsa di soia

2 cucchiaini di vino bianco

Per friggere:

olio di semi

Preparazione:

Preparare la pastella con farina, sale e acqua. Deve risultare un composto omogeneo, fluido e privo di grumi, che dovrà riposare per circa un'ora.

Nel frattempo tagliare a fiammifero le verdure. Soffriggerle poi con un filo d'olio per un paio di minuti e unirvi il condimento composto mescolando zucchero, salsa di soia e vino bianco. Cuocere sino all'evaporazione del liquido.

Scaldare una padella antiaderente e cuocere la pastella in modo da formare delle crêpe sottilissime.

Porre al centro di ogni disco di pasta un cucchiaino di ripieno, piegarne i bordi laterali e chiudere l'involtno arrotolandolo su se stesso.

Friggere gli involtni in olio caldissimo, sino a che non saranno dorati e croccanti. Servire caldi.

Inoltre:

Questa che vi ho proposto è una versione vegetariana, ma la ricetta originale usa carne (maiale o pollo) finemente macinata e mescolata a un cucchiaino di maizena. Potete sostituirla a eguale peso di verdure, quindi: 100g carne e 200g verdure miste. Le verdure sono quelle che avevo a casa: nella ricetta sono elencate: sedano, carote, verza, porri, funghi e germogli di soia, ma credo non ci sia limite alla



alessia - le biscuit à soupe

CELIAKEIRA

Muffin salati wurstel e stelvio

Ingredienti: (per 12 muffin)

150 g farina Mix It!
100 g mix per pane Nutri Sì
2 uova
50 g burro
200 ml latte
10 g lievito secco senza glutine (io quello della confezione della farina Pandea)
150 g formaggio Stelvio (o Emmental)
100 g wurstel di pollo senza glutine (io ho usato quelli Aia)
sale

Con le fruste elettriche montare il burro per qualche minuto finché non diventa bianco e spumoso.

In una ciotola sbattere le uova con mezzo cucchiaino di sale. Unire la crema di burro e il latte, e mescolare bene per amalgamare. Unire al composto anche la farina setacciata con il lievito e continuare a mescolare bene.

Tagliare a tocchetti grossolani i wurstel e il formaggio e amalgamare anche questi.

Foderare la teglia da muffin con i pirottini e riempirli per 3/4 (ma anche solo fino a metà) con il composto.

Lasciar riposare per un'oretta, in modo che gonfino leggermente.

Cuocere a forno preriscaldato a 180° per 20-25 minuti.

Far raffreddare e....gnam!!!



IL GIARDINO DI ZENZERO

Barchette di Streghe con Casatella di Castel S.Pietro e verdure al forno

Ingredienti per 1 dose di streghe

500 gr di farina 00
250 gr di acqua
25 gr di lievito di birra
50 gr si strutto
12 gr di sale
Olio extravergine di oliva
Sale per cospargere

Fate la fontana e amalgamate al centro tutti gli ingredienti, fino ad avere un impasto non eccessivamente tenero. Lavoratelo per 8-10 minuti, battendo, poi coprite a cupola con una ciotola e lasciate lievitare 45-50 minuti (io ho lavorato tutti gli ingredienti con l'impastatrice, gancio a spirale).

Staccare un pezzetto di pasta e, senza lavorarla mettetela sul tagliere infarinato, appiattitela con il matterello non troppo sottile, a questo punto l'impasto va tirato in una sfoglia sottile, io ho usato la macchina per la sfoglia fino alla misura massima della penultima tacca.

Disporre questa sfoglia sulla teglia unta di olio di oliva (la ricetta originale prevede l'uso di olio di semi sulla teglia), pennellatela con l'olio extravergine di oliva, cospargetela di sale e tagliatela a losanghe con una rotella dentata. Mettere subito in forno già caldo a 210-220° per 10-12 minuti.

Questa la ricetta originale, dovendo però creare delle piccole barchette io ho proceduto facendo solo ½ dose, dalla quale ho ricavato circa 20 barchette da dei rettangoli 8x5 cm, tagliando la sfoglia senza ungerla ne salarla e disponendo i rettangoli ottenuti su alcuni pirottini capovolti, unti di olio di oliva, nelle foto potete vedere come ottenere delle barchette più o meno grandi a seconda che si lascino i pirottini così come si trovano confezionati oppure che si lavorino un po' con le dita e con l'aiuto di un coppa pasta.

Una volta cotte le barchette di streghe bisogna lasciarle raffreddare ancora appoggiate ai pirottini capovolti per poi estrarle con molta delicatezza.

Per la composizione

1 peperone rosso
10 pomodorini
Sale
Pepe
Olio extra vergine di oliva
Erbe aromatiche a scelta

E qui due paroline sulla fresca, gustosa e stratipica Casatella di Castel S.Pietro vanno spese per forza:

La Casatella è un *“Formaggio tenero, venduto fresco privo di crosta, prodotto con latte vaccino intero pastorizzato, è conosciuto dall’inizio del secolo, la forma tipica è tronco conica La particolare tecnica di stufatura a “freddo” che evita l’eccessivo inacidimento ed indurimento,*

nonché la breve stagionatura (2 giorni circa) determinano il sapore e la consistenza caratteristici.”

Ne deriva così un “formaggio fresco dal sapore leggero ma consistente, che conserva il suo gusto di latte fresco anche dopo alcuni giorni. Magro e facilmente digeribile, deve le sue caratteristiche alla particolare lavorazione di ingredienti naturali di primissima qualità”

E ora a noi....

Arrostite il peperone come già descritto qui

Lavate e tagliate a metà i pomodorini nel senso della lunghezza, disponeteli su una placca da forno ricoperta con un foglio di carta da forno, salateli, e cospargeteli di olio d'oliva e cuoceteli nel forno già caldo a 220° fino a quando non saranno morbidi al centro e abbrustoliti esternamente.

Lasciate riposare le verdure almeno un ora in modo che gli aromi si fondano perfettamente con i sapori delle verdure.

Componete le barchette disponendo al centro un cucchiaino di Casatella e sormontandolo con due metà di pomodorini o una strisciolina di peperone, le varianti possibili di questa composizione sono davvero molte, potete sfogare la creatività.



IL GIARDINO DI ZENZERO

cremoso e piccantissimo

Ingredienti

Peperoncini Bishop Crow o qualsiasi voi riteniate adatti a fare ripieni
Robiola
Formaggio caprino morbido
Feta
Pomodori secchi

Con un coltellino affilato asportate il picciolo dei peperoncini ed i semi contenuti all'interno, lavateli ed asciugateli, dopodichè saltateli in padella a fiamma viva con un poco di olio extravergine di oliva, facendoli saltare senza mescolare con utensili rigidi, soprattutto se utilizzate i peperoncini Bishop che hanno uno strato di polpa piuttosto sottile. Una volta dorati e un poco ammorbiditi toglieteli dal fuoco e metteteli da parte, lavate i pomodori secchi ed immergeteli rapidamente in acqua bollente per ammorbidirli, dev'essere un procedimento molto veloce, tagliateli a listelli sottili ed amalgamateli alla robiola lavorandoli a lungo con un cucchiaio; in una seconda ciotola amalgamate il caprino e la feta spezzettata, sempre con un cucchiaio e sempre lavorandoli a lungo fino ad ottenere un composto cremoso. Farcite i peperoncini alternando gli impasti e servite con un filo d'olio extravergine di oliva e pepe nero macinato al momento.



LA FORCHETTA NEL BRODO

Verdure al vapore con fonduta di parmigiano

INGREDIENTI x 6:

600 g di verdura di stagione cotta al vapore o lessata (cavoli, broccoli, carciofi, asparagi.. insomma vedete voi)

150 g di acqua (di cottura delle verdure se lessate) o anche di brodo vegetale

150 g di latte

20 g di burro

20 g di farina

1 tuorlo

60 g di parmigiano

sale e pepe

ESECUZIONE:

Innanzitutto saltare per qualche minuto le verdure, lessate o cotte al vapore, in padella con un filo di olio e salarla. Mettere da parte. In una casseruola sciogliere burro e farina e far cuocere per 2 minuti. Aggiungere acqua e latte tiepidi e portare a bollore. Aggiustare di sale. Quando la salsa è tiepida, unire 30 g di parmigiano grattugiato ed il tuorlo d'uovo. Disporre la verdura tagliata a pezzetti in 6 piattini tondi o ovali, cospargere di scaglie di parmigiano (i restanti 30 g), coprire con la fonduta e gratinare per qualche minuto in forno.



PINKOPANINO

Bicchierini al salmone

Ingredienti:

50 gr di salmone affumicato
100 gr di patate (una patata grossa)
1 spicchio d'aglio
olio
sale
pane fresa

Ecco un'immagine del pane in questione



Lessare la patata in acqua bollente salata, pelarla e passarla allo schiaccia patate. In una padellina scaldare un cucchiaino d'olio, far colorire l'aglio ed il salmone tagliato a pezzetti. Spegnerlo quando il salmone ha preso colore. Unire al salmone la patata schiacciata e cuocere tutto insieme per un paio di minuti. Frullare con il frullatore ad immersione per amalgamare, se risultasse troppo compatto aggiungere un poco d'olio. In una ciotolina mischiare qualche cucchiaino d'olio con del sale e spennellarlo sul pane, dalla parte ruvida, ed infornarlo sotto il grill. Togliere quando ha preso un leggero colore. Versare la crema nei bicchierini ed aggiungere un pezzetto di pane tostato.



L'ENNESIMO BLOG DI CUCINA

Cupcakes di couscous con crema di zucca al Curry

Ho portato ad ebollizione **150ml di brodo di verdure**, ho spento e ho versato a pioggia **100gr di Couscous** (ho usato Molino Chiavazza).

Ho coperto e ho lasciato che aumentasse di volume assorbendo il brodo. Ho lasciato intiepidire, ho aggiunto **1 uovo** e ho amalgamato bene.

Con il composto ho riempito le pirottine in silicone da muffin, e ho passato in forno 20 minuti, **180°**.



UNA CUCINA TUTTA PER SÉ

Formaggini di Halloween

Ingredienti:

150 g di formaggi misti (es: asiago, taleggio, fontina, parmigiano...)

150 g di ricotta

semi di papavero

olive

semi di sesamo

erba cipollina

curcuma

patatine miste *

Tempo di preparazione:

30 minuti preparazione

Dosi per:

8 persone

questi alimenti sono a rischio e bisogna controllare che siano presenti nel prontuario dell'Associazione Italiana Celiachia

Grattugiare i formaggi e mescolarli alla ricotta.

Mescolare bene fino a formare una massa omogenea e lasciarla indurire in frigorifero per almeno un'ora.

Formare delle palline, ricoprirle con i semi di sesamo, i semi di papavero, la curcuma e l'erba cipollina. Decorarle a piacere per creare dei piccoli mostriciattoli di Halloween!



I DOLCI DI ZIA CHICCA

Crocchette di patate e merluzzo al forno

Ingredienti :

3 patate

300 g di filetto di merluzzo surgelato

2 uova

pangrattato

aglio

prezzemolo

sale

Iniziamo mettendo a bollire le patate in acqua salata; se ho tempo le lascio intere e con la buccia per fare assorbire meno acqua altrimenti le taglio a cubetti e le cuocio.

Il merluzzo possiamo bollirlo a parte seguendo il tempo di cottura sulla confezione oppure nella stessa acqua delle patate, calcolando che le patate hanno bisogno di una cottura maggiore e quindi dovete buttarle giù prima.

Una volta che le patate sono bollite le passiamo allo schiacciapatate e le trasferiamo in una terrina. Il merluzzo invece lo passiamo in una padella per qualche minuto con un po' di olio e di aglio e lo facciamo insaporire mentre lo sgraniamo con la forchetta fino a ridurlo in piccoli pezzi.

Trasferiamo il pesce sminuzzato nella terrina avendo cura di togliere l'aglio, aggiungiamo le uova, il prezzemolo tritato ed eventualmente un pò di pangrattato. Aggiustiamo di sale

Formiamo ora delle crocchette che passeremo prima nell'uovo e poi nel pangrattato.

Distribuiamole sulla placca del forno coperta di carta forno e leggermente unta e cospargiamole con un filo d'olio.

Inforbiamo a 180 per circa 20-30 minuti e a metà cottura le giriamo per farle dorare da tutti i lati.



RECIPES HUNTER

Mini sfogliatine alle cime di rapa

Ingredienti:

- 1 rotolo di pasta sfoglia
- 300 gr di cime di rapa
- 250 gr di ricotta
- 1 uovo
- 50 gr di parmigiano
- noce moscata
- pepe
- sale

Procedimento:

In una terrina amalgamare le cime di rapa insieme alla ricotta, il parmigiano, l'uovo, il sale, il pepe e un pizzico di noce moscata.

Stendere la pasta sfoglia e mettere il ripieno al centro della sfoglia facendo leggermente sbordare la sfoglia.

Infernare le sfogliatine a 180° per 20 minuti.



I DOLCI ESPERIMENTI DI DANY

Pizzette e panzerotti fantasia

Ingredienti per 4 persone (8 panzerotti e 8 pizzette):
una confezione di base per pizza;
passata di pomodoro q.b.
1 mozzarella;
10 olive denocciolate;
5/6 fette di salsiccia;
gorgonzola q.b.;
sale;
origano.

Srotolate la base per pizza che lascerete riposare fuori da frigorifero per una decina di minuti quindi realizzate dei cerchi con un coppapasta o semplicemente con un bicchiere. Vi consiglio di fare quelli per i panzerotti leggermente più grandi perché dovranno contenere il ripieno al loro interno e poi essere ripiegati.

Il procedimento per la preparazione di pizzette e panzerotti è un po' diverso...nel caso delle pizzette dovrete mettere in ogni cerchio un cucchiaino di passata quindi infornare la base per una decina di minuti a 180°C (forno ventilato) in modo che diventi croccante senza seccare troppo. Solo a questo punto potrete aggiungere la mozzarella, farcire le pizzette e finire la cottura con altri 5 minuti di forno. Per quel che riguarda gli ingredienti io ho utilizzato delle olive, della salsiccia e della gorgonzola ma ovviamente potrete mettere quelli che più preferite 😊

Passando ai panzerotti questi, invece, dovranno essere preparati e infornati direttamente quindi mettete un cucchiaino di passata nel cerchio di base pizza, aggiungete qualche dadino di mozzarella e farcite senza esagerare perché poi dovrete chiudere il panzerotto. Per la chiusura fate attenzione che la base pizza sia perfettamente asciutta (perché se il pomodoro dovesse spargersi non riuscirete più a chiuderla!) quindi piegate il cerchio a formare delle mezzelune e premete bene aiutandovi con una forchetta. Fate un buchetto con uno stuzzicadenti per evitare che i panzerotti gonfiandosi troppo si rompano ed infornate per 10/15 minuti rigirando a metà cottura. Servite caldi però non bollenti se no i panzerotti vi ustioneranno!!!



I DOLCI ESPERIMENTI DI DANY

Roselline allo speck

Ingredienti per una ventina di roselline:

1 rotolo di pastafoglia;
1 vaschetta di philadelphia da 250 gr;
100 gr di speck

Stendete la pastafoglia dopo che avrà riposato fuori da frigorifero per qualche minuto, spalmate il philadelphia su tutta la superficie e ricoprite con le fettine di speck.

Arrotolate la sfoglia nel verso più corto aiutandovi con la cartaforno, richiudete il rotolo così formato con della pellicola e fatelo riposare in frigo per 10 minuti.

Prendete il rotolo dal frigo e iniziate a tagliare delle rondelline di circa un centimetro che adagerete su una teglia foderata di cartaforno. Spennelatele con del tuorlo d'uovo e poi infornate per 10 minuti in forno ventilato pre-riscaldato a 220 °C. Una volta dorate impiattate e servite calde.



I DOLCI ESPERIMENTI DI DANY

Fagottini agli spinaci

Ingredienti per 4 persone:

per le crespelle
250 ml di latte;
1 uovo;
120 gr di farina;
30 gr di burro;
sale q.b.
pepe q.b.

per il ripieno
250 gr di spinaci;
30 gr di burro;
50 gr di parmigiano;
50 gr di brie;
sale q.b.;
pepe q.b.

Sbattete le uova con un pizzico di sale e pepe, aggiungete il latte e il burro che avrete precedentemente sciolto al microonde, infine la farina setacciata e amalgamate bene il tutto. Ungete una padella antiaderente con un pò di burro quindi versateci un mestolo del composto e muovendo la padella spargetelo in modo omogeneo. Mi raccomando non esagerate con il composto perchè le crespelle devono rimanere molto sottili! Fate cuocere qualche minuto sino a che la crespella diventerà leggermente dorata poi, aiutandovi con un coperchio, giratela dall'altra e fate cuocere anche l'altro lato.

Una volta preparate le crespelle potrete dedicarvi al ripieno...mettete gli spinaci in una padella con il burro e fateli cuocere sinchè non si saranno ammorbiditi (ovviamente la cottura varierà se utilizzerete spinaci freschi o surgelati) quindi aggiungete sale, pepe e una bella spolverata di parmigiano.

Ora che avete tutti gli ingredienti potete iniziare ad assemblare i fagottini....mettete al centro della crespella una bella cucchiata di spinaci e qualche pezzo di brie poi chiudete la crespella come se fosse una bomboniera e legatela con lo spago da cucina che potrete ricoprire con dei laccetti colorati. Il piatto è praticamente pronto e basterà passare i fagottini in forno qualche minuto giusto il tempo per sciogliere il brie e renderlo bello filante



I dolci esperimenti di Dany

GHIRIBIZZO

Sushi time

Ingredienti:

tre cups (circa 400g) di riso giapponese*
1 bicchiere di aceto di mele
4 cucchiaini di zucchero di canna
4 cucchiaini di sale marino
1 avocado maturo
surimi
un filetto di salmone**
una confezione di nori (fogli di alghe essiccate)
un tubetto di wasabi

Preparazione riso

Lavare il riso in una ciotola con acqua fredda fino a quando l'acqua non risulti limpida. Versare il riso lavato nella cuoceriso (tra le migliori e piu' frequenti in Giappone ci sono le *Zojirushi*, fate un giro in internet per vedere se ne trovate una!), aggiungere la quantita indicata di acqua e lasciar cuocere. Se non si dispone di una cuoceriso, prepararlo in una casseruola aggiungendo per ogni tazza di riso due tazze di acqua, chiudere il coperchio e lasciar cuocere fino a quando l'acqua non e' stata tutta assorbita.

Mentre il riso cuoce preparare la soluzione di aceto: versare un bicchiere di aceto di mele in un pentolino, aggiungere 4 cucchiaini di zucchero di canna e 4 cucchiaini di sale marino; una volta sciolti zucchero e sale togliere dal fuoco e lasciar raffreddare (NB. la soluzione di aceto deve essere fredda quando si versa sul riso).

Una volta terminata la cottura del riso, versarlo ancora caldo nell'*hanghiri* (contenitore circolare di legno di cipresso che serve per far raffreddare il riso) o in un altro recipiente, preferibilmente di legno.

Versare la miscela di aceto sul riso smuovendolo delicatamente con un cucchiaio di legno piatto per farlo raffreddare e per far si' che l'aceto possa evaporare con piu' facilità. Per evitare che il riso sia asciughi troppo ammucciarlo da un lato del contenitore e coprire con un panno umido.

Preparazione del salmone

Se non si e' riusciti a trovare una pescheria in grado di tagliare il pesce procedere in questo modo: lavare il filetto di salmone e metterlo in un piatto coperto di sale fino per circa 30 minuti. Scaduti i 30 minuti, lavare bene il filetto e immergerlo in aceto di mele per qualche ora (NB. Queste operazioni conferiscono una parziale marinatura al pesce, si possono evitare se si vuole assaporare il pesce completamente crudo).

Terminata la marinatura tagliare il filetto in tre rettangoli e ognuno di questi in fettine non troppo sottili.

Preparazione dei nigiri

Bagnare la mano destra con la soluzione di aceto di mele (servira' a non far attaccare il riso alla mano), quindi prelevare una piccola quantita' di riso e modellarla, facendola ruotare nell'incavo della mano, fino ad ottenere una polpetta oblunga. Con l'indice della mano sinistra prendere una piccola quantita' di *wasabi* e spalmarlo sulla fettina di pesce. Premere il riso sul pesce ed esercitare una leggera pressione sulla polpetta senza schiacciarla; compattare quindi il riso comprimendolo con delicatezza fra pollice e indice.

Preparazione dei maki

Adagiate un foglio di alga nori (con la parte lucida rivolta verso il basso) sul bordo inferiore del *makisu* (stuoia di bambu'). Con le dita inumidite nella soluzione di aceto sistemare il riso sull'alga, lasciando libero il bordo superiore, in modo da ottenere uno strato sottile e compatto di riso. Sporcare il riso con un po' di wasabi e sistemare al centro del riso una fettina di avocado e un bastoncino di surimi. Coprire tutta la lunghezza dell'alga. Ripiegare il bordo del maki su se stesso, arrotolandolo con cautela assieme alla stuoia. Continuare ad arrotolare il maki facendo scorrere la stuoia in avanti; esercitare una leggera pressione con le dita per conferire un aspetto squadrato. Trasferire il maki su un tagliere e tagliarlo in 6 pezzi di uguali dimensioni utilizzando un coltello con la lama inumidita.

* se non si dispone di riso giapponese si puo' utilizzare Originario o Arborio; l'importante e' che il chicco sia piccolo e rotondo

**ricordatevi che il pesce deve essere sempre abbattuto, ci sono varie pescherie che procedono sia all'abbattimento che alla preparazione a fettine del pesce, chiedete alla vostra pescheria di fiducia

Note

Se vivete a Roma il posto migliore dove trovare gli ingredienti per una perfetta cenetta giapponese e' di certo Piazza Vittorio e dintorni. In particolar modo io mi trovo bene al Korean Market di via Cavour 84 (<http://utenti.multimania.it/koreanmarket/>). Se invece quello che cercate sono gadgets, capi di vestiario e articoli per la cucina provate alla Giapponeria Sakurashu di via Ceneda 13, oltre agli immancabili mercatini giapponesi che si tengono di tanto in tanto al Circolo degli Artisti (www.circoloartisti.it)



GHIRIBIZZO

Mini Muffin al Formaggio e Semi di Papavero

Ingredienti (per circa 30 mini muffin)

3 uova
100 g di olio di semi
200 g di yogurt naturale
50 g di pecorino
50 g di parmigiano
250 g di farina 00
4 g di lievito per torte salate (e' la baking powder americana che si compra da Castroni)
sale
pepe
noce moscata

Rompere le uova e mescolarle con la frusta unire la farina, lo yogurt, l'olio, i formaggi e il lievito alternando i liquidi alle polveri. Completare con sale, pepe e noce moscata. Distribuire il composto negli stampini per mini muffin (io uso un paio di pirrottini della giusta dimensione sovrapposti) e infornare per 20 minuti a 190.

NB Ricordarsi che per tutti i prodotti lievitati il forno deve essere statico, mai ventilato, e la teglia va posizionata nel ripiano centrale.

Buon appetito!



A SPASSO PER INGREDIENTI

Maki sushi di surimi e verza con salsa agropiccante al miele

Ingredienti per due persone

Per il sushi gohan (riso):

145 g riso per sushi (o riso originario, è necessario che i chicchi di riso siano piccoli e tondi)
200 ml acqua
1/8 bicchiere di aceto di riso (o di mela)
1/2 cucchiaino di zucchero semolato
1/4 cucchiaino di sale

Per i maki:

3 grandi foglie di verza
6 bastoncini di surimi

Per la salsa agropiccante al miele:

3 cucchiaini di olio di riso (o di soia)
2 fettine di peperoncino verde qualità jalapeno
1 cucchiaino di miele
1/2 cucchiaino pasta di acciuga
2 cucchiaini di aceto di riso (o di mele)
1 tazzina da caffè di acqua
1/2 cucchiaino di amido di mais

Per accompagnare:

fettine di zenzero sotto aceto
pasta wasabi

Come si preparano

Sushi.

Sciacquate abbondantemente il riso muovendolo con le mani, fino a quando l'acqua di scolo sarà trasparente (operazione necessaria a togliere l'amido) e lasciate a bagno in acqua fredda per 15 minuti. Scolate il riso e aggiungetelo all'acqua che avrete preparato in una pentola, chiudete con il coperchio e portate ad ebollizione, abbassate la fiamma al minimo e cuocete per 15 minuti. Spegnete e lasciate riposare per 10 minuti, a questo punto, tra il coperchio e la pentola mettete un canovaccio pulito e aspettate ulteriori 10 minuti.

Nel frattempo in una piccola casseruola versate l'aceto, lo zucchero ed il sale, mescolare e scaldate senza che l'aceto raggiunga il bollore. Spegnete e tenete da parte.

Trasferite il riso in un contenitore basso e largo che non sia di metallo, (l'ideale sarebbe utilizzare l'*hangiri*, ossia il tipico recipiente circolare in legno di cipresso, studiato per agevolare l'operazione di raffreddamento e condimento del riso per sushi) e versate la miscela di aceto e zucchero sul riso, facendola prima scorrere sopra un cucchiaio o spatola di legno (se ce l'avete usate lo *shamoji*, la piccola spatola di legno e stondata, immancabile nelle cucine giapponesi). Adesso iniziate a sgranare il riso senza schiacciarlo, accelerando il raffreddamento sventagliandolo con un cartoncino o ventaglio.

Coprite ora il riso con un canovaccio umido per evitare che si asciughi troppo e iniziate a creare i maki.

Maki.

Sbollentate per due minuti le foglie di verza mondiate e lavate, asciugatele e stendetene

una sul *makisu* (l'apposito stuoio per il sushi). Bagnatevi le mani in acqua acidulata (acqua e aceto) e prelevate un po' di riso, stendetelo sulla superficie della foglia di verza cercando di creare per quanto possibile un rettangolo. Prendete ora i bastoncini di surimi e posizionateli al centro del riso: i surimi dovranno coprire tutta la lunghezza per cui, se serve aggiungetene un pezzo. A questo punto prendete l'estremità inferiore del *makisu* e facendo una leggera pressione, portatela verso l'alto arrotolando come per fare un involtino. Modellate il rotolo, scopritelo dal *makisu* e tagliate la verza in eccesso, trasferite il rotolo su un tagliere e proseguite con gli altri ingredienti. Adesso bagnate nell'acqua acidulata un coltello ben affilato e tagliate i rotoli in pezzi da 2.5 / 3 cm.

Salsa agropiccante al miele.

In un bicchiere stretto e alto mettere le fettine di peperoncino, il miele, l'olio e la pasta di acciuga e frullate con il mixer ad immersione, trasferite la miscela in un pentolino, versate l'aceto e scaldate a fiamma dolce. In una tazzina mescolate l'amido di mais con l'acqua e aggiungetela nel pentolino, fate sobbollire tutto per 5 minuti, spegnere e lasciate raffreddare.



COOKING WITH MARICA

DIM SUM finger food

Utensili indispensabili:

ciotoline, cucchiari, bicchieri e vassoi per i Finger Food, wok per friggere, bacchette e pinze per fritto, carta assorbente, coltello di ceramica

100 g gamberetti crudi piccoli

250 g pesce bianco tipo filetto di merluzzo
(alternativa halibut, branzino, persico, nasello,
platessa)

1 cucchiaino di zenzero fresco grattugiato o il
succo

4 rametti di coriandolo fresco

2 cucchiaini di semi di sesamo

1/2 cucchiaino di purea di peperoncini

Per friggere:

un litro d' olio di arachidi o Friol

passare al mixer i gamberetti e il merluzzo, aggiungere tutti gli ingredienti e far riposare in frigo per almeno 1/2 ora, formare delle palline e friggere nella wok in olio abbondante cospargere di semi di sesamo, servire dentro dei mini contenitori con mini stecchino. Alternativa al fritto: mettere in forno 5 minuti a 180 °C.



I PASTICCI DI BARBY

Stuzzichini di San Valentino

INGREDIENTI

- 1 confezione di pane per tramezzini
- 180 gr di prosciutto cotto affumicato
- 80 gr di burro
- 1 cucchiaio di olio di oliva
- 1 rotolo quadrato di pasta sfoglia – capperi
- olive verdi denocciolate e tagliate a rondelle
- 1 uovo
- sale
- paprika

PREPARAZIONE

Iniziate con la crema al prosciutto: basterà semplicemente frullare tutto insieme il prosciutto, il burro e l'olio. Facilissimo

Quindi, procediamo con la preparazione dei tramezzini: dividere a metà il pane dei tramezzini, mettendone in disparte una.

Dividere ulteriormente a metà le fette di pane: cospargete di crema al prosciutto la base ed incidete un cuore, io ho usato una formina per dolci, nella parte superiore. Ecco quindi che quando sovrapponetevi le parti si vedrà un bel cuoricino centrale.

Ma attenzione: non buttate i cuori di pane, ma metteteli a dorare nel tostapane. Una volta colorati, versateci sopra un poco della crema al prosciutto ed una rondella di oliva, posizionandoli sopra lo spazio da dove sono stati intagliati.

Per intenderci meglio:

Con la crema avanzata, preparate gli stuzzicchini di pasta sfoglia: srotolate la base, versate la crema su metà di essa, aggiungeteci sopra una manciata di capperi e ricoprite con la metà della base senza crema.

Premere bene nei bordi di modo che non si aprano durante la cottura.

Con una formina a cuore, creare tanti stuzzicchini: premere leggermente nei bordi, sempre per evitare che si aprano.

Sbattere un uovo con un pizzico di sale ed uno di paprika forte: questo servirà per spennellare la superficie degli stuzzicchini. Cuocere in forno preriscaldato a 180 gradi fino a che saranno ben colorati.



LA CUCINA DI BETTINA

Culurgiones in Sol Levante

Ingredienti

200 g di semola di grano duro rimacinata
1 presa di sale
acqua tiepida q.b.
4 patate medie a pasta gialla
6 cucchiaini di pecorino sardo di media stagionatura
½ spicchio di aglio
2 cucchiaini di olio evo
4 teste di broccolo
200 g di edamame (fagioli di soia)
2 cucchiaini di salsa di soia
2 cucchiaini di mirin
1 cucchiaino di olio di sesamo
½ cucchiaino di zenzero
1 pizzico di peperoncino

Private i broccoli delle parti più esterne, lavateli e metteteli a sbollentare in acqua acidulata con un po' di aceto. In modo che mantengano un colore verde brillante (anche l'occhio vuole la sua parte!).

Cuoceteli brevemente in modo che preservino un gusto fresco. Scolateli e passateli sotto l'acqua fredda. Sbollentate per 5 minuti i fagioli di soia con tutto il baccello. Scolateli e passateli sotto l'acqua fredda.

Mettete nel mixer i fagioli di soia sgranati e i broccoli. Frullateli fino a ottenere una crema consistente. Conditela con un cucchiaino di olio di sesamo, due cucchiaini di salsa di soia, due cucchiaini di mirin, un pizzico di peperoncino e mezzo cucchiaino di zenzero.

Sigillate con la pellicola e tenete in frigo. Preparate i culurgiones.

Per il ripieno lessate le patate in acqua salata.

Passatele al passaverdura fino a ottenere una crema morbida e vellutata: conditela aggiungendo 6 cucchiaini di pecorino sardo, ½ spicchio d'aglio grattugiato e due cucchiaini di olio evo.

Per la sfoglia impastate la semola con l'acqua tiepida e una presa di sale. Dovete ottenere un composto liscio e compatto.

Stendete la sfoglia molto sottile e ricavate dei dischi del diametro di 6 cm.

Adagiate su ogni disco una cucchiainata di ripieno, piegate la sfoglia a creare una mezzaluna e poi provate a chiudere il culurgione creando la cosiddetta "spighitta", la tipica chiusura manuale che imita la spiga di grano. Si fa sovrapponendo alternativamente il bordo della sfoglia superiore con quello della sfoglia inferiore, premendo bene in modo da far fuoriuscire il ripieno in eccesso (sennò si aprono in cottura) e completando con una punta a picciolo.

Fate friggere i culurgiones in abbondante olio per friggere, metteteli a scolare sulla carta assorbente e serviteli bollenti insieme alla crema fredda di broccoli e edamame.



VADO IN CUCINA

Polpette di riso venere con cuore filante di raschera dop

Ingredienti per il risotto

400gr Riso venere

3 zucchine

1 cipolla rossa

In un tegame mettere la cipolla rossa tagliata a pezzetti e le zucchine a cubetti con 3 cucchiaini di olio evo, far rosolare e aggiungere il riso, far leggermente tostare per 2/3' aggiungere il brodo caldo salare e cuocere per 40/50' circa.

Ingredienti per 10 polpette:

4/5 cucchiaini di risotto

1 uovo

2 cucchiaini di pangrattato

50gr di raschera dop un formaggio delicato tendente al piccante a pasta semimorbida
olio di arachidimescolare il risotto con l'uovo, se il composto è denso si può omettere il pangrattato, altrimenti aggiungerlo per addensare, fare delle palline e al centro inserire un cubetto di raschera richiudere bene per impedire che durante la cottura fuoriesca, friggere in olio abbondante bollente per 1/2'.



PROFUMI DI TIMO

Piccoli scrigni di mandorle, prugne e speck

Ingredienti:

1 confezione di prugne disidratate snocciolate da 0,250gr (circa 30 pz)
30 mandorle spellate
speck affumicato
stuzzicadenti

In ciascuna prugna disidratata snocciolata inserite una mandorla spellata.
Avvolgetele poi ogni prugna in una fetta di speck, tagliato sottile, e fermate il tutto con uno stuzzicadenti.

Se utilizzate il forno, coprite il fondo della piastra con la carta da forno, disponetevi sopra gli scrigni e fate stemperare in forno preriscaldato a 180° per 10 minuti.



In alternativa, disponete gli scrigni direttamente in padella antiaderente e lasciate sul fuoco, a fiamma non troppo alta, per almeno 10 minuti.
Servite tiepidi.

GIORNO DOPO GIORNO

Biscotti al formaggio

Ingredienti:

100 g di farina (io ho usato la manitoba) più quella per la spianatoia
50 g di grana padano grattugiato
50 g di provolone grattugiato
100 g di burro
1 uovo
sale qb
a piacere delle mandorle pelate

In una spianatoia disponiamo a fontana la farina salandola non eccessivamente, aggiungiamo i 2 tipi di formaggio grattugiato l'uovo al centro e il burro tagliato a pezzettini.

Lavoriamo molto velocemente l'impasto, lo poniamo nella pellicola trasparente e lo facciamo riposare nella parte bassa del frigorifero per 30 minuti.

Nel mentre mettiamo a scaldare il forno a 180°. Trascorso il tempo riprendiamo l'impasto dal frigorifero. Infariniamo leggermente la spianatoia e con il mattarello stendiamo la pasta fino ad uno spessore di mezzo centimetro.

Prendiamo la leccarda del forno e la rivestiamo con la carta forno.

Tagliamo con le nostre formine i nostri biscotti salati e gli disponiamo nella leccarda abbastanza lontani l'uno dall'altro almeno un paio di centimetri.

Sui nostri biscotti possiamo mettere una mandorla premendola leggermente nell'impasto.

Inforniamo per 15 minuti.

Trascorso il tempo di cottura prendiamo i nostri biscotti e gli lasciamo raffreddare e poi serviamo.



BLUEBERRY MUFFIN BAKERY

Shrimp Dumplings

Per l'impasto:

200 gr farina 00
100 ml acqua calda
1 pizzico sale

Per il ripieno:

100 gr gamberi
2 carote
meno della metà di un cavolo cappuccio
1/2 cipollotto
1 cucchiaio soia
1 cucchiaio olio
1 pizzico sale

Iniziamo a preparare l'impasto mescolando insieme tutti gli ingredienti in una ciotola , poi lasciate riposare per mezz'ora.

Procediamo con il ripieno tagliando il cavolo e le carote a julienne, il cipollotto e i gamberi a pezzetti. Unite tutto in una ciotola e irrorate con la soia, l'olio e aggiungete il sale. Coprite e lasciate riposare in frigorifero per mezz'ora.

Riprendete l'impasto, stendetelo e formate dei dischi (io ho usato un bicchiere), adagiate nel mezzo il ripieno e richiudeteli sigillando bene.

Stendete alcune foglie di cavolo nell'apposito cestino per la cottura a vapore, adagiate i ravioli e cuocete per 15 minuti. Io ho usato il cooking chef e ho riempito la ciotola con 500 ml di acqua, adagiato il cestello e fatto cuocere a 110°, velocità di mescolamento 3, per 15 minuti. Con questa quantità ho realizzato 15 ravioli. Serviteli caldi accompagnati dalla salsa di soia e.. Enjoy your Shrimp Dumplings!



DELIZIANDOVI

Zucchine con crema di zucca

Gli ingredienti per 4 persone:

4 zucchine

1/4 di zucca

150 gr di ricotta vaccina

noce moscata, sale, pepe (a vostro piacimento)

Mondate la zucca privandola della buccia, tagliatela a dadini e fatela lessare.

Nel frattempo lavate le zucchine, tagliatele a metà e con un cucchiaino, molto delicatamente, scavate la parte interna così da formare uno scavino dove porrete il ripieno.

Quando la zucca si è lessata, scolatela e schiacciatela con un cucchiaio in modo da formare una crema (non è necessario sia omogenea). Salatela e aggiungete abbondante noce moscata. Mentre in una ciotola la zucca raffredda, mettete a lessare 5 minuti le zucchine.

Mescolate la crema di zucca con la ricotta e la noce moscata

Accendete il forno a 180° e mentre questo si scalda scolate le zucchine e asciugatele con della carta assorbente. Con un cucchiaino riempite le zucchine con la crema di zucca. Oliate bene una pirofila e disponete le zucchine. Cospargete di formaggio grana e pepe (a piacere) e prima di infornare mettete un fiocchetto di burro su ogni zucchina.

Cuocetele 20 minuti e poi grigliatele fino a doratura.

Servite calde.



UN'ALTRA FETTA DI TORTA!

Pane per mini hot dogs e hamburgers con pasta madre

per 10 panini grandi (100g) o 20 piccoli per mini hot dogs e hamburgers (40-50g)
400g farina 00 per pizze (io Simec)
100g manitoba (io Simec)
80g pm
40g zucchero
1 uovo (55g)
245g latte
15g sale
75g olio (io metà evo e metà semi)
[5g acqua (1 cucchiaino)]

Nel ken ho sciolto un po' di pm nel latte appena stiepidito con 30g di zucchero (il totale meno un cucchiaino raso), ho aggiunto la farina e ho fatto andare un po', ho aggiunto poi l'uovo mescolato con il restante zucchero e subito dopo tutto il sale.

A questo punto ho fatto andare a vel 1-2 per buoni 10 minuti. Dopo di che ho iniziato ad aggiungere l'olio poco alla volta, POCO, significa due cucchiaini alla volta stando attenti a farlo assorbire tutto prima di aggiungerne altro soprattutto per non rischiare di far perdere l'incordatura all'impasto a vel. 2. Finito l'olio ho aumentato la velocità, arrivando a 3-4 per farlo sbattere bene contro la ciotola, ho fatto la prova velo e ho aggiunto quel cucchiaino d'acqua scritto per ultimo tra parentesi tra gli ingredienti, potrebbe infatti non esser necessario, dipende dalla lavorazione e dall'impasto che avete alla fine. A quel punto ho impastato un pochino a mano e ho lasciato lievitare perchè raddoppiasse di volume, era freddino però a casa e gli sono servite 12-13 ore circa.

A raddoppio avvenuto ho arrotolato a serpentone, e ho tagliato a pezzetti di 40-50g l'impasto e ho formato i panini: una parte l'ho schiacciata per il lungo, ho arrotolato rischiacciato e arrotolato di nuovo su se stesso, erano i panini per gli hot dogs; un'altra parte invece dopo il secondo arrotolamento, l'ho schiacciata e ruotata sotto la mano per formare delle palline omogenee, l'ho tornita. Ho lasciato raddoppiare di volume, spennellato con un po' di latte e cosparso di semi di sesamo

cuocere a forno caldo a 170° per 15 minuti, gli ultimi 5 a fessura, devono risultare dorati!

Noi poi li abbiamo farciti con ketchup, hamburgerine (macinato, pochissimo uovo, aromi) o wurstel, insalatina! Consiglio di farcirli almeno un'oretta prima

