Ricettario Settembre 2020

Mediterranea
il tuo gourmet store

Food'n Rock

I POTERI DELLA CUCINA TRA FINZIONE E REALTÀ

Sarà che chi cucina ci appare come possessore di una conoscenza superiore; sarà che vedere semplici ingredienti trasformati in qualcosa di bello e gustoso è un po' come assistere un prodigio; sarà che cucinare, divertirsi con gli ingredienti, assaggiarli, mescolarli, trasformarli, è un po' come tornare bambini; sarà… ma a volte la cucina ha un ché di magico!
"È un mago della cucina!" diciamo di chi sa offrirci, oltre che piatti invitanti, vere e proprie esperienze culinarie che ci rimangono nella mente, nei ricordi, e… nel cuore.
La magia del cibo e della grande cucina è proprio quello di entrare nei cuori, scaldare gli animi, aprirsi a nuove esperienze, nuove culture, nuove comprensioni. La magia del cibo è la magia dell'arte.
E quando magia, arte, e cucina si uniscono in una storia dalle tinte esotiche, quella storia assume un potere speciale. In La maga delle spezie (Chitra Banerjee Divakaruni, 1997), Tilo, una donna indiana dall'età indefinibile, intreccia la sua incredibile storia con i sapori esotici delle spezie, dei semi, delle bacche che sa usare con maestria. Da bambina, Tilo veniva in un piccolo villaggio dell'India, ma all'età di dieci anni viene rapita dai Pirati. Quando la nave su cui è tenuta prigioniera, però, affonda, Tilo si ritrova su unisola. Qui vive l'Antica, colei che insegnerà a lei e alle altre bambine i segreti dei semi di lino, il seme insapore dalle proprietà benefiche, lo zenzero stimolante e tonico, le bacche di goji dall'albero della giovinezza, come sfiorarli, unirli, mescolarli per creare rimedi che Tilo utilizzerà, proprio come un mago della cucina moderno, per aiutare gli altri, sollevarli dalle loro afflizioni e dispiaceri.

Il cuoco, però, non è solo un mago. È anche un artista. Proprio come l'artista, sa mescolare ingredienti e emozioni. Lo sa bene la piccola protagonista de L'inconfondibile tristezza della torta al limone (Aimee

Bender, 2010). In questa storia, ancora una volta, la cucina si mescola alla magia. A nove anni, la timida Rose scopre di avere un dono: quando assaggia un cibo, può sentire il sapore delle emozioni che provava colui o colei che lo ha preparato nel momento in cui lo ha preparato. I dolci che compra in pasticceria sanno di rabbia le salse della mensa scolastica sanno di noia, e talvolta anche le torte preparate dalla mamma hanno un retrogusto d'angoscia. Sono sicuramente in pochi i lettori ad invidiare la piccola Rose. Al contrario, ci viene da ringraziare il cielo che magie tali facciano solo parte delle storie che leggiamo. Ma è davvero così? Quante volte sbagliamo i piatti perché cuciniamo arrabbiati? E quante altre volte, invece, un piatto ha il sapore di tutto l'amore, la cura, la passione con cui è stato preparto? Come un'opera d'arte, la cucina parla, la cucina sa di emozioni.

Il pranzo di Babette (Karen Blixen, 1950) è ambientato in un piccolo villaggio della Norvegia. Babette vi approda dopo essere fuggita da Parigi in quanto accusata di essere una rivoluzionaria. Quando, dopo anni, Babette riceve una grossa vincita di denaro, tutti credono che la utilizzerà per tornare in Francia; lei, cuoca e artista, invece, spenderà quel denaro per preparare un pranzo indimenticabile per tutta la comunità. I formaggi prelibati, i vini, e i liquori, fermeranno il tempo di quel giorno speciale.

Queste sono tre storie di finzione per ricordarci ciò che la cucina è in realtà: una magia, un'opera d'arte, la straordinaria normalità di un giorno speciale.

Crema Parmantier con Crostini di Pane alla Fabada Asturiana

A volte c'è bisogno di una coccola o di un piatto che ci faccia da "comfort-food".
Il problema è che di solito il comfort food coincide con il cibo spazzatura.
Ma non oggi. Oggi andremo a preparare un piatto che vi scalderà il cuore e che vi farà tornare il sorriso senza dover mangiare qualcosa di poco sano.
Utilizzeremo la Fabada Asturiana per dei crostini formidabili. Una crema spalmabile di fagioli che darà profondità a sapori già sorprendentemente complessi, nella loro semplcità

INGREDIENTI:

- 500 gr. di patate
- 1 l di latte
- 200 gr di Parmigiano Reggiano 13 mesi Az. Agricola Bonat
- 200 ml olio extravergine di oliva Bel Tocco alle erbe aromatiche Galantino
- 1 filone di pane (500 gr)
- 1 vasetto di Fabada Asturiana Rosara IGP
- Origano
- 1 Cipolla

Procediamo a comporre questa ricetta:

Per prima cosa, peliamo e tagliamo grossolanamente le patate, e prepariamo un soffritto di cipolla leggero in una casseruola.
Lasciamo soffriggere finché non sarà appassita e dopodiché aggiungiamo le patate.
Copriamo con il latte e lasciamo cuocere a fiamma dolce, mescolando di tanto in tanto per non fare appiccicare le patate al tegame.
Saranno pronte quando inizieranno a sfaldarsi e saranno pronte per essere frullate.
Affettiamo il pane per fare i nostri crostini, circa mezzo centimetro di spessore, e adagiamo su una teglia. Spruzziamo con olio d'oliva e aggiungiamo il sale e origano abbondante, poi mettiamo in forno a 180° finché i nostri crostini non saranno dorati.
Dividiamo il latte dalle patate, senza buttarlo, e iniziamo a frullare queste ultime con un frullatore a immersione, aggiungete un po' di latte alla volta se la crema è ancora troppo densa.
Dovrà avere la consistenza di un impasto da pancake, ovvero non essere troppo densa, ma abbastanza da scrivere ancora. Aggiungete il Parmigiano a poco a poco, per evitare grumi, mescolando sempre.
Prendete un colino, e passate la vostra crema. Aggiungete sale e pepe (non avete paura col sale, ce ne vorrà un po' più di quanto pensiate, ma assaggiate sempre), e l'olio alle erbe aromatiche, non preoccupatevi se sembra non unirsi, dopo un paio di mescolate l'olio verrà assorbito.
Condiamo i nostri crostini con la Fabada Asturiana, e consumiamo la crema calda o fredda, bagnandoci dentro i nostri crostini.

Risotto Magno Al Radicchio Brasato e Fonduta di Parmigiano 36 Mesi

Il risotto di oggi è un classico, che oggi andremo ad arricchire, addolcendo il radicchio trevigiano brasandolo nel vino, per poi dare sapidità e profondità al nostro risotto servendolo con una fonduta leggera al parmigiano stagionato 36 mesi.

INGREDIENTI:

- 200 gr. di riso Magno Carnaroli
- 2 Radicchi Trevigiani (circa 400 gr.)
- ½ Litro di vno Piemonte Grignolino "Costanza" Montariolo
- 200 cc. di vino bianco
- Mezza cipolla
- 300 gr. di Parmigiano Reggiano 36 mesi Az. Agricola Bonat
- 100 gr. di panna fresca
- Prezzemolo tritato o erba cipollina
- 500 ml. di Brodo Vegetale (Sedano, Carota, Cipolla, e se si vuole anche 1 patata)
- Olio Extra-Vergine di Oliva Signorolio Lanterna

Procediamo in questo ordine:

Mettiamo su il nostro brodo di verdure, e aspettiamo che arrivi a bollore (se lo dovete fare da zero, lasciatelo cuocere per venti minuti).

Prendiamo il radicchio e selezioniamo solo la parte rossa, il bianco potrà essere mangiato in insalata.

Successivamente tagliamolo a chiffonade, ovvero a listarelle molto molto sottili, e versiamo in un padellino con un po' d'olio d'oliva e soffriggiamo un minuto o due.

Aggiungiamo tutto il vino rosso, e versiamo dentro anche due cucchiai di zucchero e un pizzico di sale.

Lasciamo cuocere e ridurre il vino fin quando il nostro radicchio sarà di un bel colore rubino e il vino si sarà addensato.

Ci vorranno circa 20 minuti.

Mettiamo sul fuoco un pentolino con la panna, e prima che inizi a bollire, aggiungiamo il parmigiano, mescoliamo finché non si sarà sciolto, poi, frulliamo con un frullatore a immersione per avere una consistenza liscia. Aggiungiamo un pizzico di sale se serve, e lasciamo raffreddare. Aggiungiamo della panna se la fonduta si addensa troppo.

Versiamo due cucchiai d'olio in una casseruola larga e bassa, nella quale metteremo anche il riso e la mezza cipolla tritata, il tutto a freddo.

Diamo fiamma dolce, mescoliamo e tostiamo il riso; preso con le mani, dovrà essere molto caldo.

A questo punto sfumiamo con il vino bianco, e aspettiamo che evapori completamente, per poi aggiungere brodo fino a coprire il riso, e lasciamo cuocere aggiungendo di tanto in tanto il brodo.

A 7 minuti circa dall'inizio della cottura versiamo il nostro radicchio nel riso che sta cuocendo, si colorerà e acquisirà sapore.

Quando il riso sarà pronto, togliamo dal fuoco e mettiamo dentro una noce di burro e un pugno di parmigiano, mantechiamo e correggiamo di sale. Prima di servire spolverate con il prezzemolo o l'erba cipollina. Versate la fonduta sul riso tracciando delle righe con un cucchiaio.

Buon appetito!

Gamberoni in Pancetta di Cinta Senese su Vellutata di Zucca Violina

Questo semplice piatto racchiude due ingredienti chiave. I gamberoni e la zucca Violina.
I gamberoni arrotolati nella pancetta sono un incontro perfetto tra la dolcezza e la delicatezza del crostaceo e la sapidità della pancetta.
L'ulteriore dolcezza della zucca rinforzerà il sapido, ma equilibrerà e renderà armoniosi i sapori.

INGREDIENTI:

- 6 Gamberoni Grandi
- 1 Zucca Violina di generosa pezzatura
- 12 fettine sottili di Pancetta di Cinta Senese DOP Norcineria Toscana
- Olio Extravergine d'Oliva Reticchio Lanterna
- 1 Mazzetto di erbe aromatiche (Timo e Rosmarino)
- 1 Cipolla Bianca

Procediamo:

Priviamo i gamberoni del carapace lasciando solo la coda, conserviamo una sola testa per porzione, che andrà svuotata e lavata.
Sbucciamo la zucca e tagliamola a cubettoni.
Peliamo la cipolla e tagliamola a fette sottili, poi prendiamo un tegame e iniziamo a soffriggerla.
Quando la cipolla sarà appassita possiamo mettere dentro la zucca e versiamo anche un po' d'acqua.
Se avete un colino inseritelo nella pentola e aggiungete le erbe, in modo da poterle recuperare e scartare a cottura ultimata e lasciamo cuocere per 25 minuti.
Frulliamo la zucca molto accuratamente e se serve aggiungete acqua e condiamo con olio, sale e poco pepe.
Prendiamo i gamberoni e avvolgiamoli nella pancetta, due fettine ognuno di essi.
Poggiamo su una teglia e cuociamo in forno a 170° fino a quando la pancetta non sarà croccante.
Sbollentate la testa del gamberone e potrete utilizzarla come decorazione.
Quindi versate la vellutata in un piatto fondo, disponete i gamberoni con la coda verso l'esterno del piatto e al centro poggiamo la testa. Condiamo con un filo d'olio e serviamo.
Possiamo accompagnare con crostini di pane e decorare anche con erba cipollina.

Tagliolini Artigianali al Gambero Rosso di Mazara e Lime

Oggi andremo ad utilizzare degli ingredienti d'eccellenza per creare un primo piatto estivo e fresco ma deciso e appagante, strutturandolo con sapori poco sfruttati.
Faremo in modo da far esaltare la dolcezza del Gambero Rosso di Mazara alla spiccata acidità del lime, che a sua volta rinforzerà la dolcezza complessiva del piatto al palato.

INGREDIENTI:

- 200 gr. di Tagliolini Artigianali Al Vino Glera
- 250 gr. Di Gamberi Rossi di Mazara interi (con la buccia e la testa)
- Un quarto di Cipolla rossa di Tropea
- 2 Lime
- Olio extra-vergine di oliva Reticchio Lanterna
- Mezza costa di sedano
- 40 gr. di pomodorini (o mezzo cucchiaio di doppio concentrato di pomodoro)
- 100 ml. di vino bianco (io ho usato "Il Preliminare" - Cantine del Notaio)
- 1 Carota

Ora iniziamo a prepararla:

Iniziamo dal pulire i nostri Gamberi Rossi; teste e tutti i carapaci andranno conservati. Dopodichè tagliamo grossolanamente sedano, carota e cipolla.

Versiamo un po' d'olio in un tegame abbastanza capiente, a freddo aggiungiamo tutti i carapaci e le teste dei gamberi rossi le verdure tagliate e un po di sale grosso, infine accendiamo e lasciamo cuocere a fuoco molto lento per qualche minuto, poi alziamo la fiamma e rosoliamo molto bene il tutto. Sfumiamo col vino bianco e versiamo nella pentola acqua per circa 750 ml. Poi Aggiungiamo il pomodoro, e lasciamo bollire per 25 minuti questo nostro brodo che alla fine lasceremo raffreddare e filtreremo per tenere solo il liquido.
Abbiamo appena preparato una Bisque di Gambero Rosso, che dovrebbe avere un colore rosso ed essere ben saporita.
Grattuggiamo la buccia di un lime, l'altro andrà pelato.
In un padellino versiamo un altro po' del nostro olio, aggiungiamo la nostra scorza di lime e accendiamo. Teniamo a fuoco basso finchè non l'olio non inizia a sfrigolare, dopodichè spegniamo e togliamo dal fornello per far raffreddare.
Cuociamo i tagliolini tirandoli fuori al dente, scoliamoli in una padella con la bisque di Gambero rosso, versiamo dentro un cucchiaino di succo di lime, il lime grattuggiato e un pizzico di pepe. Per ultimo gettiamo in padella i gamberi che non dovranno stracuocersi, ma solo scottarsi. Cuociamo finchè il sughetto non si addensa e aggiungiamo acqua di cottura se serve ma teniamo d'occhio il sale. Servire con prezzemolo o altro lime grattuggiato e una spolverata di pepe nero.

Jambalaya di Pollo, Chorizo e Spezie

Il Jambalaya è un piatto a base di riso di origini creole molto in voga in america.
In questa particolare variante semplificheremo la ricetta ma la insaporiremo bene utilizzando il chorizo, un tipo di salsiccia passita di origine messicana, dal sapore forte e deciso e un riso diverso dal solito: il riso Ermes, un riso integrale che compenserà la pazienza necessaria alla sua cottura con dei sapori spettacolari.

INGREDIENTI:

- 200 gr. di Riso Magno Ermes
- 100 gr. Fagioli Neri
- 200 gr. di Pollo (petto)
- 1 Peperone Rosso
- 1 Zucchina
- 100 gr. di Pomodorini
- 100 gr. di Chorizo Iberico Cular Bellota
- 1 Cipollotto grande o due piccoli
- Erba Cipollina
- Foglie di Coriandolo
- Prezzemolo
- Curcuma
- Zenzero
- Brodo Vegetale

Iniziamo a preparare:

La prima cosa da fare qui è bollire in acqua salata il nostro riso: Il riso Ermes ha bisogno di 30 minuti di cottura.
A 15 minuti dalla fine della cottura aggiungiamo i fagioli al riso e portiamo a termine la cottura. Ricordiamoci di assaggiare, il riso ci serve molto al dente in quanto finiremo dopo di cuocerlo.
Scoliamo, raffreddiamo con acqua fredda e mettiamo da parte.
Tagliamo a cubetti il Chorizo e il peperone con la zucchina, tagliamo a spicchi i pomodorini e i cipollotti a tocchetti di mezzo centimetro tagliandoli in diagonale, poi sfogliamoli in modo da scomporre gli strati e ottenere tanti anellini.
Saltiamo tutto in una padella a fuoco molto forte fino a fare iniziare a prendere colore al tutto, poi mettiamo da parte.
Tritiamo zenzero, erba cipollina e foglie di coriandolo.
Scaldiamo il forno a 220°, prendiamo una teglia da forno e mettiamoci dentro il riso con i fagioli, il chorizo, il peperone e la zucchina, i pomodorini e il cipollotto e il pollo tagliato a straccetti.
Mescoliamo tutto, aggiungiamo sale e pepe, peperoncino, un po' d'olio d'oliva e bagniamo con del brodo al quale aggiungeremo la curcuma.
Mettiamo in forno e lasciamo cuocere fino a quando sopra il riso non inizia a fare la crosticina e a bruciare, circa 10 minuti. Mescoliamo e tiriamo fuori. Serviamo spolverando con le erbe tritate in precedenza.
Si potrebbe usare il riso parboiled, ma il riso Ermes ha un sapore molto migliore e differente, che dona sapore e completezza al piatto.

Mediterranea
il tuo gourmet store

Medaglioni di Cinghiale Bardato al Lardo di Cinta Senese con Riduzione di Barbera

A volte certi Chef propongono ai loro clienti una versione raffinata di un cibo che viene usualmente servito a casa.
Questa rielaborazione se fatta con maestria permette di cambiare radicalmente la faccia e la complessità di sapori di una pietanza, di fatto trasformandola in qualcosa per cui la gente pagherebbe ben volentieri.
Oggi trasformeremo una carne già di per sé meravigliosa, il cinghiale, in una pietanza da ristorante stellato.

INGREDIENTI:

- 400 gr. di Lombo di Cinghiale Norcineria Toscana
- 200 gr. di Lardo Razza Cinta Senese Norcineria Toscana
- 1 bottiglia di Barbera d'Asti Superiore "Nuda" Montalbera
- 1 Zucchina e 1 Melanzana
- 10 Pomodorini
- 60 gr. Rosette di Broccoli
- Termometro da Cucina
- Spago per Carne
- 1 Cipolla Rossa
- Aceto Rosso

Procediamo a preparare il tutto:

Iniziamo dal pelare la cipolla, poi tagliamola a meta per il lungo e dividiamo gli strati.
Mettiamo la cipolla a bagno nell'aceto rosso per 20 minuti.
In un pentolino mettiamo tutto il vino rosso, che faremo ridurre a fuoco dolce finché non si sarà ridotto di due terzi.
Dovrà diventare denso abbastanza da essere servito come salsa.
Tagliamo la zucchina e la melanzana per lungo e mettiamole di lato, i pomodori li tagliamo solo a metà; li griglieremo dopo.
Affettiamo in modo sottile il lardo di Cinta Senese, e iniziamo ad avvolgere il nostro lombo di cinghiale dopo averlo unto con olio d'oliva e aggiunto sale e pepe.
Quando avrete finito ci servirà lo spago per la carne:
Stendiamo un pezzo di spago lungo come il lombo stesso in orizzontale sul tavolo, poggiamoci sopra il lombo e iniziamo a dare filo ed arrotolare il lombo a mo' di salame, annodando in modo da poter mantenere tutto unito durante la cottura.
Mettiamo in forno a 180° e dopo 15 minuti apriamo il forno e inseriamo il termometro nella carne:
Quando segnerà i 72° sarà pronto.
Durante la cottura della carne prendete una padella e ungetela con olio d'oliva, grigliate le melanzane, le zucchine e i pomodori.
Successivamente saltate in padella i broccoli ma fate in modo che restino croccanti, non cuocendoli troppo. Condite a piacimento.
Quando la carne sarà pronta affettatela in fette spesse 1 centimetro e distribuite sul piatto, poggiate nel piatto anche le verdure e versate due cucchiaio di riduzione di barbera sulla carne. Poi decorate con la cipolla precedentemente marinata nell'aceto.

Paccheri alla Sorrentina,

un primo piatto gustoso e sfizioso

Facili da preparare e perfetti come primo portata della domenica, i paccheri alla Sorrentina sono un piatto sfizioso e semplice che esprime al meglio tutti i sapori del Mediterraneo. Questa ricetta, infatti, prevede l'uso di pochi ingredienti e richiede davvero poco tempo per la preparazione; ma il risultato è davvero eccezionale.

Vediamo, quindi, come preparare questa ricett della cucina tradizionale campana.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- 350 gr. di paccheri rigati Pasta Secca Trafilata al Bronzo
- 800 gr. di pomodori San Marzano
- 200 gr. di provola fresca
- 200 gr. di mozzarella
- 1 cipolla
- Un rametto di basilico
- Sale e olio E.V.O. q.b.

Ricetta Paccheri alla Sorrentina: preparazione

Dopo aver lavato i pomodori San Marzano ed averli cotti in acqua bollente per alcuni secondi, lasciateli raffreddare e procedete a pelarli e a eliminare i semini. Sminuzzate la polpa dei pomodori e nel frattempo fate soffriggere la cipolla, tagliata finemente, con l'olio extra-vergine di oliva. Quando la cipolla è pronta, aggiungete la polpa di pomodoro e condite il tutto con sale e basilico tritato.
Lasciate cuocere per circa 15 minuti con il coperchio; la salsa sarà pronta quando apparirà ristretta a sufficienza.

Mentre il sugo è in cottura, tagliate la mozzarella a dadini, grattugiate la provola fresca e fate cuocere i paccheri rigati in abbondante acqua salata sino a quando non saranno ben al dente.

Quando la pasta è pronta, scolatela e mettetela in una pirofila da forno, precedentemente unta con l'olio di oliva, per poi aggiungere il sugo di pomodoro. Mescolate bene il tutto, versate nella pirofila la mozzarella tagliata a cubetti e continuate a mescolare. Completate il piatto cospargendo la pasta con la provola grattugiata e mettete in forno pre-riscaldato a 200° per circa 20 minuti.
Prima di servire, lasciate riposare i paccheri alla Sorrentina per qualche minuto.

Come visto la preparazione dei paccheri alla Sorrentina è davvero molto semplice e richiede poco tempo. In più, potete conservarli in frigo per uno o due giorni ben coperti con pellicola trasparente e semplicemente riscaldarli in forno prima di portarli in tavola.

E' possibile anche realizzare delle piccole varianti di questa ricetta magari sostituendo ai pomodori San Marzano la passata o i pelati oppure utilizzando al posto della provola fresca il provolone, se amate i sapori più intensi e decisi. Per i vegetariani e i vegani, infine, si può optare per una versione vegan della ricetta che prevede al posto della mozzarella e della provola "classiche" dei formaggi con caglio vegetale.

Che ne dite di provare i paccheri alla Sorrentina? Buon appetito!

RICETTA #1 - TIPOLOGIA: PIATTO UNICO

FAJITAS DI POLLO

ABBINAMENTO CON: BIRRA CHINASCHI "SICILIAN WHITE IPA"
DISCO: CANDELA - BUENA VISTA SOCIAL CLUB

- Preparazione ~30 min
- Cottura ~10 min
- Ingredienti per 4 persone
- Costo: Basso
- Difficoltà: Bassa

e Fajitas di pollo sono sostanzialmente delle piadine, ripiene di carne di manzo o pollo (o entrambi) tagliati a listarelle e marinati, abbinati a peperoni, cipolla, peperoncino, cumino e lime.
Molto diffuse in centro e sud America, fanno parte della tradizione culinaria Tex Mex, oggi divenute famose in tutto il mondo come gustosissimo cibo di strada.
Le Fajitas sono un classico esempio di melting pot, nascono infatti in Texas negli anni '30, dove migliaia di messicani lavoravano la terra a basso costo ma con vitto e alloggio compresi, per questa motivazione i proprietari terrieri cercando di risparmiare il più possibile sul cibo, decisero di utilizzarne uno "di scarto" per poterli rendere sazi e forti senza dover spendere una fortuna.
La storia narra che un giorno, uno di questi proprietari terrieri, mentre osservava un macellaio che divideva la carne destinata alla vendita da quella considerata "scarto" ebbe un'idea: utilizzare la striscia di carne corrispondente alla "faja" (ovvero il cordone situato tra cuore e polmoni e costituito maggiormente da tendini, molto duro e riservato appunto a divenire mangime per i cani dei ranch vicini) per preparare piatti nutrienti e poco costosi per i braccianti. Decise così di acquistarla a e cucinarla, ma solo dopo svariati tentativi riuscì a renderla morbida: la marinatura con lime, alcool e spezie furono essenziali, nonché l'abbinamento con le tortilla e qualche verdura al fine di rendere il tutto più appetibile.
Al giorno d'oggi i tagli di carne usati non sono più di scarto e le fajitas le possiamo trovare sia al ristorante che ai chioschi dello street food, hanno un sapore gustosissimo, piccante e si adattano al palato di tutti!

INGREDIENTI:

Per le tortilla:

- 250g farina 00
- 125g acqua tiepida
- 30g olio extra vergine d'oliva
- 10g sale fino

Per la farcitura:

- 400g pollo
- 3 peperoni (gialli e rossi)
- 1 cipolla bianca
- peperoncino fresco
- qb sale
- qb paprika
- qb cumino
- qb salsa Worchesterschire
- 1 lime
- qb peperoncino secco
- qb olio extra vergine di oliva
- 1 litro birra Chinaschi "Sicilian White Ipa"

Procedimento

1. Tagliate il pollo a listarelle e in una bowl abbastanza capiente mettetelo a marinare con birra, succo di lime, coriandolo, cumino, sale e peperoncino. La marinatura dovrà durare dalle 6 alle 8 ore.

2. ***Per fare le tortilla***

Procedimento:

• Impastate tutti gli ingredienti assieme sino a formare un panetto morbido e liscio, • avvolgetelo con della pellicola e lasciatelo riposare almeno mezz'ora,
• Dividete il panetto in quattro parti, formate delle palline e lasciatele riposare per almeno un'altra mezz'ora,
• A questo punto ponete una pallina sulla spianatoia, schiacciatela con il palmo della mano e iniziate ad allargarla, sino a che non avrà raggiunto la grandezza classica della tortilla e uno spessore di 1-2mm
• Adesso non vi resta che cuocerla in padella, non appena un lato sarà ben dorato, giratela dall'altro e finalizzate la cottura.

3. Tagliate a listarelle i peperoni e la cipolla bianca ed una volta che il pollo avrà raggiunto le giuste ore di marinatura procedete alla cottura del tutto.

4. Mettete una padella sul fuoco con aglio, olio ed un chilly fresco tagliato grossolanamente, iniziate a saltare i peperoni e la cipolla, dopo poco unite anche il pollo, alzate la fiamma per farlo rosolare bene, sfumate con salsa Wochestershire, aggiungete metà del succo della marinatura e portate a fine cottura facendo ridurre la parte liquida, sino a farla diventare una salsa densa.
5. A questo punto non vi resta che assemblare il tutto: fate prendere alle tortilla un pò di calore, riscaldandole semplicemente in padella (se le avete appena fatte non è necessario), farcitele ben bene con peperoni, cipolla, pollo e da ultimo la salsa.

Volete dare un tocco più rock? Potete aggiungere a vostro piacimento ulteriori ingredienti come del formaggio Cheddar, del pico de gallo, dei fagioli neri e/o della salsa guacamole.

RICETTA #2
TIPOLOGIA:
ANTIPASTO

FLAN AL PECORINO E SALSA AL GINEPRO

ABBINAMENTO CON:
PECORINO TOSCANO DOP
DISCO:
STAIRWAY TO HEAVEN - LED ZEPPELIN

- Preparazione ~15 min
- Cottura ~40 min
- Ingredienti per 4 persone
- Costo: Basso
- Difficoltà: Bassa

Il flan è una preparazione di origine francese, il cui significato è crostata dolce o salata; in italiano si va ad indicare invece uno sformato o timballo, dolce o salato, con una consistenza piuttosto solida e compatta; in genere è base di verdure, uova e panna fresca, può tuttavia contenere anche altri ingredienti. Di norma i flan si cuociono in forno con degli appositi stampi o pirottini; la cottura classica è a bagnomaria e prevede il forno in modalità ventilato.
Quali sono le differenze tra flan e soufflè?
Il soufflè si presenta molto più gonfio ed arieggiato proprio perchè la sua ricetta prevede l'obbligo di incorporare gli albumi montati a neve all'interno del composto in modo da farne raddioppiare il volume; inoltre i pirottini non devono essere riempiti del tutto, si consiglia infatti di non superare la metà, in modo tale che durante la cottura non fuoriesca l'impasto.
Il soufflè va cucinato e subito dopo servito caldo e rigorosamente all'interno del suo stampo in quanto diversamente si rischia di perdere il gonfiore che lo contraddistingue, sia esteticamente che a livello di consistenza. Mentre il flan può essere anche essere servito freddo o riscaldato successivamente prestandosi inoltre a varianti creative, può essere presentato capovolto, fuori o ancora all'interno dello stampo.
Noi abbiamo tolto le verdure e usato solo del pecorino toscano dop, voi potete sostituirlo con qualsiasi altro ingrediente: siate rock e creativi!

INGREDIENTI

- 100g Pecorino Toscano DOP macinato
- 250g panna fresca
- 2 uova medie bio
- 8g amido di mais
- qb noce moscata
- qb sale e pepe

Per la crema di ginepro:

- 125g di panna fresca
- 50g di pecorino
- 12 bacche di ginepro
- qb sale

Procedimento

1. Iniziamo la preparazione del **flan al pecorino** mettendo sul fuoco una pentola con dell'acqua calda che ci servirà per il bagnomaria. Nel frattempo mettete in un pentolino la panna fredda e l'amido di mais, mescolando in modo da scioglierlo completamente.

2. Aggiungete il resto degli ingredienti e mixate con le fruste per amalgamare bene il tutto.

A questo punto potete procedere con la cottura a bagnomaria: mettete il pentolino sulla pentola più grande che sta sul fuoco con l'acqua calda in ebollizione. Attenzione: il pentolino non deve essere immerso del tutto nell'acqua sottostante.

Mescolate fino a sciogliere il pecorino e ottenere un composto leggermente addensato.

3. Ora versate il composto in 4 stampi precedentemente imburrati. Cuocete in forno statico preriscaldato a 150° per 40 minuti circa a bagnomaria versando nella teglia dove sono posizionati gli stampi dell'acqua bollente che dovrà arrivare a metà altezza degli stampi stessi.

4. E' il momento adesso di prepare la crema di ginepro di accompagnamento: versate la panna in un pentolino assieme alle bacche di ginepro tagliuzzate, portate a bollore la panna. Filtrate e fate sciogliere il pecorino. Infine aggiustate di sale.

5. I flan sono cotti, la crema è pronta: potete impiattare e servire ai vostri ospiti.

Volete dare un tocco più rock? Aggiungete degli spinacini saltati all'italiana.

RICETTA #3 – TIPOLOGIA: PRIMI

RISOTTO ALLA PESCATORA

ABBINAMENTO CON: RISO MAGNO ARBORIO
DISCO: DECERVELLAMENTO - VINICIO CAPOSSELA

- Preparazione ~60 min
- Cottura ~20 min
- Ingredienti per 4 persone
- Costo: Medio
- Difficoltà: Media

Il **risotto alla pescatora** è un primo piatto di pesce tipico della cucina italiana e mediterranea, diffuso in molte regioni d'Italia (seppur presenti, spostandosi da regione a regione, piccole varianti).
Se realizzato a regola d'arte il **risotto alla pescatora** regala la vera e propria **essenza del mare,** boccone dopo boccone infatti riesce a riportare alla memoria quella cena in riva al mare e quella vacanza trascorsa tra acqua cristallina e pesce appena pescato.

Ma quali sono i segreti per una zperfetta realizzazione?

I pesci presenti nella ricetta classica sono: **vongole, cozze, calamari, ma anche scampi e gamberoni.**

Meglio fare un **fumetto di pesce** piuttosto che utilizzare il brodo per cuocere il riso, in questo modo manterrete intatta tutta l'essenza del pesce.

Meglio ***non*** mantecare e/o utilizzare grassi animali come il burro ma olio extra vergine di oliva.

Sfumate sempre con del **vino bianco**, esalta il sapore del pesce.

INGREDIENTI:

Per il fumetto di pesce:

- 1 carota
- 1 cipolla bianca
- 2 coste di sedano
- scarti di pesce (teste e lische di pesce)

Per il risotto:

- 280g di riso Magno arborio
- un cucchiaio di concentrato di pomodoro
- 1 bicchiere di vino bianco
- 1 sacchetto di cozze
- 1 sacchetto di vongole
- 4 gamberi rosa
- 2 calamari
- 1 cefalo
- 1 gallinella
- 1 scalogno
- 2 spicchi di aglio
- qb sale e pepe

Procedimento

1. Lavate e pulite tutto il pesce, ricordatevi che lische e teste vi serviranno per il fumetto di pesce.

2. Per il fumetto di pesce:

- Tostare in forno gli scarti di pesce (La temperatura deve essere di 200-220 gradi, teneteli in forno fino a quando non vedete che saranno ben tostati)
- Tagliare a mirepoix le verdure e farle rosolare in una casseruola con un filo di olio
- Aggiungere a questo punto gli scarti di pesce tosati nella casseruola contenente le verdure e far cuocere tutto insieme per 2-3 minuti
- Sfumare con del vino bianco
- Aggiungere acqua fredda o ghiaccio a coprire
- Infine lasciare andare la casseruola sul fuoco per un'ora circa (se necessario aggiungere acqua)
- Filtrare il tutto

3. Tritate finemente lo scalogno e l'aglio e metteteli all'interno di una casseruola dove aggiungerete olio extra vergine di oliva e del peperoncino secco.
A questo punto fate rosolare il tutto sino a farlo imbiondire ben bene.

4. Iniziate ad aggiungere i pesci seguendo questa sequenza: calamari, cefalo (a tranci), crostacei, vongole e cozze

5. Nel frattempo in un'altra casseruola tostate ben bene il riso, sfumatelo con il vino bianco ed allungatelo con il fumetto di pesce che avete precedentemente fatto.

6. Aggiungete adesso il concentrato di pomodoro e man mano che il risotto avanza di cottura aggiungetevi i pesci.

7. Terminate la cottura del riso, mantecate con olio extra vergine di oliva e aggiungete prezzemolo a guarnire a piacimento.

Volete dare un tocco più rock? Una volta che avrete impiattato aggiungete dei gamberi fritti in tempura a guarnire.

RICETTA #4 – TIPOLOGIA: PRIMI

RAVIOLI CON CREMA DI CARBONARA

ABBINAMENTO CON: Guanciale del Buttero – Gota
DISCO: Born to Be Alive - Patrick Hernandez

- Preparazione ~30 min
- Cottura ~3 min
- Ingredienti per 4 persone
- Costo: Medio
- Difficoltà: Media

6 Aprile:"Carbonara day". Per celebrare la giornata mondiale di questo famosissimo primo piatto, abbiamo pensato di rivisitare la ricetta classica! Ovviamente gli ingredienti sono sempre gli stessi, abbiamo modificato però il modo in cui vengono utilizzati ed assemblati insieme, preparando inoltre della pasta fresca.

Seguite i nostri passaggi per una carbonara super gustosa e diversa dal solito.

! Se cuocete qualche minuto in più la pasta la salsa all'interno diventerà completamente cotta, per questo adatta anche alle donne in dolce attesa o a chi non ama particolarmente l'uovo non del tutto cotto.

INGREDIENTI:

Per la pasta fresca:

- 100g farina 00
- 100g semola
- 2uova

Per il ripieno:

- 4 tuorli
- 100g pecorino romano
- pepe nero abbondante

Per la crema al pecorino:

- 80g pecorino romano
- qb pepe
- acqua di cottura
- 1 noce di burro salato

Per la guarnizione:

- 2 fette di guanciale del Buttero (spessore 3-4mm)

Procedimento

1. Come primo passaggio occorre fare la pasta: in una bowl unite bene la farina e la semola e su di una spianatoia create la classica fontana, sbattete le uova e posizionatele al centro, fate in modo che le uova e la farina si mescolino piano piano, di solito basta utilizzare una forchetta.

Lavorate bene l'impasto creando un panetto liscio ed omogeneo, dopodichè lasciate riposare per una mezz'ora circa.

2. Nel frattempo che la pasta riposa dedicatevi al resto:
• ***Per il ripieno***: Ponete una casseruola con dell'acqua sul fuoco e poggiatevi
sopra una bowl, creando così il bagnomaria, sbattete i tuorli all'interno di essa aggiungendo il pecorino ed il pepe. Lasciate da parte.
• ***Per la guarnizione***: Stendete le fette di guanciale su della carta da forno ed infornate in forno statico a 180 gradi, attendete sino a che non si saranno ben essiccate.
• ***Per la crema al pecorino***: In una padella fate sciogliere una noce di burro, aggiungete un mestolo colmo di acqua calda ed iniziate a far sciogliere il pecorino grattugiato poco alla volta.

3. Adesso è il momento di fare la pasta: prendete il vostro panetto e ricavatene delle strisce lunghe e sottili, con un coppapasta dal diametro di 6cm formate dei dischi (tenete conto che ve ne servono due per ogni raviolo) ed andate a posizionare sulla metà dei dischi che avete creato il ripieno al centro di esso, l'altra metà vi occorrerà per chiuderli, quindi posizionateli sopra e procedete alla chiusura. Noi abbiamo optato per la chiusura a pinza, eliminando bene l'aria all'interno (se siete poco pratici potete chiuderli nella maniera classica).

4. Togliete dal forno le fette di guanciale croccante e tagliatele tanto finemente al fine di ridurle quasi in polvere, lasciate da parte per guarnire.

5. Adesso è venuto il momento di cuocere la pasta: cuocetela in acqua salata per 2 minuti massimo, non appena i ravioli vengono a galla scolateli e trasferiteli nella padella contenente il pecorino, aggiungete un cucchiaio di acqua di cottura e mantecate per un minuto circa.
Ponete attenzione al momento della cottura in quanto è un momento davvero delicato, il ripieno infatti deve mantenere la consistenza di una crema e tenendoli troppo in cottura rischiate che esso si cuocia del tutto.

6. Impiattate e guarnite con la polvere di guanciale.

Volete dare un tocco più rock? Mettete a bollire un uovo sino a che non diventa sodo, successivamente grattugiate il tuorlo sopra la vostra pasta una volta che avrete impiattato.

RICETTA #5 – TIPOLOGIA: SECONDI

BRASATO AL BAROLO E CREMA DI TOPINAMBUR

ABBINAMENTO CON: Barolo DOCG Affinato in Legno "Levoluzione" Montalbera
DISCO: Don't Let Me Down - The Beatles

- Preparazione ~30 min
- Cottura ~120 min
- Ingredienti per 4 persone
- Costo: Elevato
- Difficoltà: Media

Il ***brasato al Barolo*** è un secondo piatto di carne morbido e succulento accompagnato da una salsa ricca di sapore e di aromi: queste sono le caratteristiche che contraddistinguono un piatto tipico invernale della ***cucina piemontese***.

E' indubbiamente un piatto cult della tradizione culinaria italiana, nato per abbinare in cottura la carne piemontese ad un vino altrettanto tipico di quelle zone: il Barolo, fatto con uve Nebbiolo. La particolarità di questo piatto è la ***tenerezza della carne,*** la quale deve essere sigillata tramite la tecnica della ***rosolatura***, in modo che i suoi succhi rimangano all'interno prima di essere sottoposta ad una lunga cottura ed immersa nella marinatura fatta di vino, verdure e aromi.

Provate la nostra ricetta, dove abbiamo pensato di accompagnare il tutto con una ***Crema di Topinambur***. Il risultato sarà un piatto ricco di sapori e gustosissimo, ovviamente da degustare con un eccellente bottiglia di Barolo.

Come taglio di carne utilizzare la guanciolo di manzo o oppure il cappello del prete. Attenzione servono almeno 12 ore di marinatura della carne.

INGREDIENTI:

- 1kg di guanciolo di manzo
- 1 bottiglia di Barolo DOCG affinato in legni "Levoluzione" Montalbera
- 2 carote
- 2 coste di sedano
- 1 cipolle dorata grande
- 1 spicchio d'aglio
- 1 rametto rosmarino
- 2 foglie di alloro
- Pepe nero in grani
- Ginepro in grani
- Burro
- Olio extravergine d'oliva
- Sale e pepe

Per la crema di topinambur:

- 3-4 topinambur
- 1 cucchiaio di aceto di riso
- olio extravergine d'oliva
- sale e pepe

Procedimento

1. Per ***preparare il brasato al Barolo***, iniziamo dalla ***marinatura*** della carne.
Ricordate che occorre metterla a marinare almeno 12 ore prima. Lavate e mondate sedano, carota e cipolla, tagliatele a mirepoix.
In una bowl adagiate la carne, inserite la mirepoix, gli aromi e il vino. Coprite con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigo.

2. Trascorso il tempo scolate il tutto senza buttare via il fondo. Mettete una padella sul fuoco con olio e burro. Ora prendete la carne, asciugatela con della carta assorbente ed adagiatela nella padella quando il fondo di burro e olio sarà ben caldo. Iniziate a rosolare e proseguite su tutti i lati fino a che non si sarà formata una bella crosticina.

3. Trasferite il tutto in una teglia: prima la carne e poi il fondo di verdure e vino fino a coprire per 3/4 la carne. Infornate in forno statico a 160° per circa un'ora. Girate e proseguite per un'altra ora.
Quando la carne sarà pronta, inizierà a sfaldarsi. Scolatela dal fondo.

4. Frullate il fondo di cottura, eliminando gli aromi. Potete scegliere di filtrarlo con un setaccio oppure di lasciarlo così com'è ottenendo una consistenza più simile a quella di una purea. Fatelo ridurre sul fuoco per qualche minuto.

5. Mentre la carne continua la cottura in forno, preparate il contorno: la crema di topinambur.

6. Lavate e sbucciate i topinambur, poi tagliateli grossolanamente ed immergeteli in una pentola con acqua bollente, sale e aceto di riso. Cuoceteli per 15-20 minuti circa finché il topinambur non sarà molto morbido. Frullate con un frullatore ad immersione e a vostro piacimento aggiungete olio extra vergine di oliva. Concludete aggiustando di sale e pepe.

7. Tagliate la carne a fette ed adagiatela in un piatto da portata ricoprendola con il suo fondo. Ora non vi resta che impiattare aggiungendo la ***crema di topinambur.***

Volete dare un tocco più rock? Create delle ***chips di Topinambur*** ed utilizzatele per la guarnizione.

RICETTA #6 - TIPOLOGIA: SECONDI

SEPPIE IN ZIMINO

ABBINAMENTO CON: Salsa di Pomodoro Bio Pralina
DISCO: Seven Nation Army - The White Stripes

- Preparazione ~30 min
- Cottura ~5 min
- Ingredienti per 4 persone
- Costo: Basso
- Difficoltà: Bassa

Altro giro ***on the road*** lungo la penisola, oggi si va a nord ovest, nella costa ligure per scoprire un'altra delle ***ricette regionali tradizionali*** della cucina italiana: le ***seppie in zimino***, un ***secondo piatto di pesce***.

Con il termine in zimino oppure all'inzimino s'intende un modo gustoso di cuocere le ***seppie*** o il ***baccalà*** ovvero con ***bietole*** o ***spinaci***. La parola sembra derivare dall'arabo samin, che vuol dire "salsa densa", infatti la consistenza a fine cottura di questo piatto è molto densa.

Abbiamo deciso di rivisitare la ricetta delle ***seppie in zimino***: useremo gli stessi ingredienti ma divideremo le biete ed il pomodoro in due salse ben distinte ed invece di una lunga cottura andremo a saltare velocemente le seppie in padella.

INGREDIENTI:

- 4 seppie medie
- 1 mazzo di bietola o spinaci
- 250g Salsa di Pomodoro Bio Pralina
- 2 spicchi d'aglio
- 1 scalogno
- 1 foglia alloro
- qb olio extravergine d'oliva
- qb peperoncino secco tritato
- qb sale e pepe

Procedimento

1. Iniziamo la preparazione delle seppie in zimino. Pulite e lavate le seppie, preparatele già tagliate a pezzettoni piuttosto grossi, (potete anche cucinarle intere e tagliarle dopo).

2. Procediamo con la preparazione della salsa di bietole: mettete sul fuoco una pentola di acqua e sale, se volete aggiungete un goccio di aceto bianco o di riso. Lavate molto bene le bietole, sbollentatele e scolatele, (tenendo da parte l'acqua di cottura), e raffreddatele in acqua e ghiaccio. Strizzate le bietole ben bene, successivamente tritatele grossolanamente a coltello. Mettetele in un mixer, aggiungete olio, aglio, sale e pepe, quindi frullate.

Intiepidite sul fuoco la salsa al pomodoro Bio Pralina.

Rock tips*: Aggiungete acqua di cottura per rendere la salsa più liscia.*

3. Non resta che arrostire le seppie in padella. Mettete sul fuoco una padella antiaderente con abbondante olio, scaldatela molto bene e a fuoco alto saltate velocemente le seppie. Salate e se volete aggiungete una grattuggiata di zest di limone.

4. Impiattate a piacimento e servite ai vostri ospiti! That's rock!

Volete dare un tocco più rock? Aggiungete della polvere di bietola o spinaci a decorare il piatto.

RICETTA #7 – TIPOLOGIA DOLCI

BANANA BREAD

ABBINAMENTO CON: GOCCE DI CIOCCOLATO REPUBBLICA DOMINICANA 65-160G DISCO: MISUNDERSTOOD - BANANA BREAD

- Preparazione ~20 min
- Cottura ~60 min
- Ingredienti per 6 persone
- Costo: Basso
- Difficoltà: Bassa

Sapevate che il ***Banana Bread*** è apparso per la prima volta in America nel 1870 ma è divenuto popolare soltanto cinquant'anni dopo? C'è chi dice sia divenuto famoso durante il periodo della Depressione proprio perché le casalinghe, in un momento così economicamente difficile, non volevano gettar via le banane ormai troppo mature e così crearono una ricetta ad hoc per "riciclarle". Fonti differenti invece sostengono che è proprio grazie alla commercializzazione della Baking Soda che il Banana Bread sia divenuto popolare.

In ogni caso, dagli anni '40 il Banana Bread ha cominciato ad aumentare sempre di più la sua fama, proprio perché è un dolce gustoso ma semplice da realizzare, non prevede l'utilizzo di alcuno strumento elettrico, è poco costoso ed è perfetto così com'è o arricchito con burro e marmellata per una colazione super!

INGREDIENTI:

- 3 banane mature
- 120g di burro
- 250g di farina 00
- 120g di zucchero
- 2uova
- 6g lievito per dolci
- 3g bicarbonato di sodio
- un pizzico di sale
- 10g miele
- qb cannella in polvere
- 40g di sciroppo d'acero
- 40g noci sgusciate
- 100g gocce di cioccolato repubblica dominicana 65

Procedimento

1. Per iniziare il banana bread occorre innanzitutto sbucciare le banane:
    - tagliate 2 banane a rondelle in maniera grossolana e versatele in una bowl,

poi schiacciatele con una forchetta per ridurle in purea e tenete da parte.
    - sbriciolate grossolanamente le noci ed unitele alle gocce di cioccolato, lasciatele da parte.

2. Sciogliete il burro e lasciatelo raffreddare leggermente, nel frattempo unite le uova, meglio se una alla volta per incorporarle meglio alla purea di banane, il miele, lo sciroppo d'acero, il burro, lo zucchero e amalgamate bene con la frusta.

3. Proseguite unendo la farina, il lievito ed il bicarbonato setacciati, il sale e la cannella aiutandovi con una marisa. Per ultimo le noci e le gocce di cioccolato.

4. Versate l'impasto nello stampo da plumcake precedentemente imburrato e livellatelo.

A questo punto prendete una banana e tagliate una striscia sottile da cima a fondo, percorrendo quindi tutta la superficie del frutto, fate lo stesso con la parte posteriore e irrorate le strisce di banana con del succo di limone, e massaggiatele con della marmellata di albicocche, posizionatele sopra il composto per formare la guarnizione.

5. Cuocete in forno statico a 180° per circa 60 minuti.Una volta controllata la cottura con la prova dello stecchino, lasciatelo raffreddare prima di sformarlo.

Volete dare un tocco più rock? Guarnite con del semplice zucchero a velo e cannella in polvere.

! Servitelo a colazione o come snack pomeridiano con una bevanda calda, spalmate del burro salato sulla fetta per renderla ancora più golosa.