

CARNE E PESCE

Arrosto al latte

Rosolate in 5 cucchiai d'olio 800 gr di noce legata con refe da cucina, unite una carota, una costola di sedano, una cipolla tritati e fate insaporire. Bagnate con un litro di latte, aggiungete 2 foglie di salvia, sale, pepe e cuocete a fiamma moderata a recipiente coperto per un'ora circa. Slegate la carne, affettatela e disponetela su un piatto da portata. Versate il fondo di cottura sulle fette e servite. Per rendere il sugo più omogeneo e cremoso è bene passarlo al frullatore.

Filetto al pepe verde

Per 6 persone. 1,5 kg di filetto di manzo o di vitello (legato ben stretto), 1 bicchiere di vino bianco secco, 1 busta di panna, 2 cucchiai di pepe verde in grani, 50/70 g di burro, olio e sale.

In una pentola a bordi alti e larga, in modo tale da porvi il filetto senza piegarlo, rosolate, in 1,5/2 dl di olio e il burro sciolto, il filetto girandolo spesso in modo da non farlo dorare troppo; successivamente aggiungete il vino, facendolo evaporare, e 1 bicchiere di acqua calda.

Cuocete tutto per circa un'ora a fuoco lento, e, a metà cottura, aggiungete il sale, il pepe e la panna, mescolando in modo che non formi grumi. Se il sugo tende a restringersi troppo, aggiungete, di volta in volta, un mestolino di acqua calda. Servite il filetto tagliato a fette e coperto dal sugo di cottura.

Con un sugo più abbondante, potete condire delle tagliatelle all'uovo, spolverizzate con parmigiano grattugiato.

Genovese

500 gr. di spezzatino, 1 kg. di cipolle, 1 carota e 1 sedano (molto tritati), 150 gr. d'olio, sale, 1 bicchiere di vino, 1 bicchiere d'acqua, basilico. Oltre due ore di cottura

Maiiale al latte

1 kg di lonza di maiale, 2 mestoli di brodo, 2 foglie di salvia, sale, pepe

Legate la lonza, mettetela in una pentola con 4 cucchiai d'acqua e fatela evaporare a fuoco vivo, poi rosolate la carne nel grasso che avrà emesso. Bagnate con il brodo, unite la salvia, salate, pepate, cuocete per 1 ora e 45 min., lasciando addensare il fondo di cottura.

Paella

Sfriggere dolcemente aglio e cipolla. Mettere gamberi, calamari e seppioline tagliate a pezzetti a fuoco vivo e fare evaporare l'acqua girando. Aggiungere una scatola di pomodori, sale, pepe, zafferano, paprika, (una puntina). Far cuocere, se c'è pesce di minore cottura. A parte fare riscaldare il riso in padella con olio e poi metterlo nella paelliera e accomodarlo bene sul pesce, poi versare il brodo (una volta e mezza della quantità del riso). Accomodare di nuovo. Mettere cozze, peperoni arrostiti (a listelli lunghi e sistemati a raggiera) e piselli. Non girare, muovere solo un poco da sotto. Far cuocere circa 8 minuti e poi infornare per altri 5 minuti. Far riposare 5 minuti e servire.

Paella all'andalusa

Per 6 persone. 250 gr. di petto di pollo, 200 gr. di lombo di maiale, 250 gr. di riso che non scuoce, 500 gr. di brodo, 200 gr. di pomodori pelati, 100 gr. di salsiccia a nastro, una grossa cipolla, vino bianco secco, 2 spicchi d'aglio, olio, una quindicina d'olive verdi snocciolate, 20 pistilli di zafferano, farina, sale, pepe. Tempo un'ora e venti minuti.

Mondate e tritate finemente cipolla e aglio, poi fate appassire il trito (nell'apposita padella per paella oppure in un altro recipiente adatto) con 4 cucchiaini d'olio. Fate ben attenzione che non frigga e le verdure non anneriscano.

Intanto tagliate a dadini il lombo di maiale e il petto di pollo, uniteli al soffritto e fateli colorire a fuoco basso per qualche minuto, mescolando spesso con un cucchiaino di legno in modo che si dorino uniformemente.

Spolverizzateli con un cucchiaino di farina e spruzzateli con mezzo bicchiere abbondante di vino bianco che farete sfumare.

Mettete nel tegame pomodori trituriati, salsiccia spellata e tagliata a rondelline e olive a metà.

Salate, pepate e fate cuocere piano per circa un quarto d'ora.

Intanto mettete i pistilli di zafferano in tazza, bagnateli con 5 cucchiaini di brodo e lasciateli riposare.

Trascorso il tempo indicato per la cottura della carne, spargetevi sopra il riso, poi il brodo con lo zafferano filtrato e bagnato con tutto il restante brodo caldo.

Fate prendere il bollore poi coprite il recipiente e passatelo in forno caldo a 180° per circa 15-18 minuti, in modo che il brodo si asciughi e il riso cuocia a puntino. Ultimata la cottura, smuovete gli ingredienti con due forchette o una paletta, poi servite la paella ben calda.

Paella alla valenciana

Per 8 persone. Un pollo di circa un kg., 300 gr. di riso che non scuoce, 200 gr. di prosciutto cotto in una sola fetta, 200 gr. di salsiccia secca piccante, 250 gr. di piselli sgusciati, 350 gr. di pomodori pelati, 16 gamberoni, 750 gr. di vongole, vino bianco, 20 pistilli di zafferano, un ciuffo di prezzemolo, un grosso peperone rosso, brodo, limone, una cipolla, aglio, olio, sale, pepe. 1,5 ore.

Sventrate, fiammeggiate e lavate il pollo, tagliatelo a piccoli pezzi, eliminando più ossa è possibile.

Mettete nella padella dove intendete cuocere la paella 3 cucchiaini d'olio e, non appena sarà caldo, fatevi rosolare i pezzi di pollo, a fuoco moderato, in modo che si colorino uniformemente.

Nel frattempo mondate e tritate finemente la cipolla, uno spicchio d'aglio e il prezzemolo e fateli soffriggere piano, in un'altra padella, con due cucchiaini d'olio. Dopodiché unite i pomodori pelati tritati, e fate cuocere 10 minuti.

Tagliate a dadini il prosciutto, a rondelle la salsiccia e uniteli al pomodoro, insieme con i piselli e i gamberoni, prima mondati e lavati. Salate e fate cuocere piano per una decina di minuti.

Ora rovesciate tutti questi ingredienti nella padella del pollo e amalgamateli delicatamente con questo. Continuate la cottura per altri 10 minuti.

A parte in una casseruola larga e bassa, fate aprire le vongole a fuoco vivo (dopo averle ben lavate), unendo un bicchiere di vino bianco. Poi eliminate i molluschi rimasti chiusi e unite gli altri ingredienti che stanno cuocendo.

Aggiungete ora il peperone lavato, asciugato, mondato e tagliato a listarelle, poi su tutto distribuite il riso, regolate di sale e pepate.

Mettete i pistilli di zafferano in mestolo di brodo. Spremete il limone e filtrate il succo.

Versate sugli ingredienti il brodo con lo zafferano (filtrato) e il succo di limone, poi bagnate con altri 4 mestoli di brodo caldo. Fate prendere l'ebollizione sul fornello, coprite il recipiente e passatelo in forno caldo a 180° lasciandovelo per circa 18 minuti.

A fine cottura smuovere gli ingredienti con una paletta e servire la paella ben bollente.

Pollo alle mandorle

Per 4 persone. 500 gr. di petto di pollo, 4 cucchiaini rasi di fecola di patate, 1 bicchiere di vino bianco, 150 gr. di mandorle sgusciate, 1 spicchio grande d'aglio, sale e pepe quanto basta, olio d'oliva per friggere.

Lavare e tagliare a tocchetti piccoli il petto di pollo in un recipiente. Aggiungere i 4 cucchiaini di fecola, il bicchiere di vino bianco, lo spicchio d'aglio tagliato in due, il sale e poco pepe. Lasciare marinare per circa due ore rigirando spesso. Nel frattempo tagliare le mandorle in piccoli pezzi. Infine in una padella far dorare con olio le mandorle tagliate a fuoco basso rigirando continuamente. Appena dorate, togliete l'aglio e versate il tutto nella medesima padella e rigirare fino a cottura ultimata (10 minuti circa).

Spigola al sale

1 Kg di spigola; 2 Kg di sale fino; erbe aromatiche: rosmarino, salvia, timo.

Pulite il pesce, lavatelo e asciugatelo. Mettete nell'apertura ventrale un rametto di rosmarino, qualche foglia di salvia e un ciuffo di timo.

Prendete una pesciera o una pentola adeguata e foderatela con un foglio di alluminio per evitare che il sale vi si incrosti. Formate un primo strato di sale, appoggiatevi sopra il pesce e versate il rimanente sale.

Infornate ad elevata temperatura per 1/2 ora. A cottura ultimata rimuovere l'involucro di sale solidificato.

