

## INDICE RICETTE REGIONALI

Gnocchi di patate con Fonduta .....	1
Bistecche alla Valdostana .....	1
Zuppa di cipolle gratinata .....	2
MINISTRA DI PASTA E PATATE .....	2
SOUPE A L'OIGNON (Zuppa di cipolle francese).....	3
FONDUTA SVIZZERA DI FORMAGGIO .....	3
Fonduta .....	4
Fonduta di formaggio misto.....	5
TORTA DI MANDORLE .....	5
Risotto alla Valdostana .....	6
Risotto alla Milanese .....	6
Risi e bisi .....	6
Bucatini all'Amatriciana.....	7
Orecchiette con broccoli .....	7
Zuppa d'orzo e piselli.....	7
Pizza (ricetta base).....	7
FONDUTA AL CIOCCOLATO .....	8
PASTA E PATATE AL FORNO (Calabria).....	8
Sagne e fagioli (Ciociaria).....	9
Ciambellone Ciociaro (Ciociaria).....	9
Pasta e patate della ciociaria (Ciociaria).....	9
RISI E PATATE .....	9
Gnocchi alla "Romana" .....	10

### **Gnocchi di patate con Fonduta**

Ingredienti: 1.200 g di patate, 300 g di farina di grano, 4 rossi d'uovo, noce moscata, 1 lattina di Fonduta.

Fare bollire le patate in acqua salata (consigliate le patate dalla buccia rossa, perchè più asciutte delle altre).

Scolarle e lasciarle raffreddare un po' prima di pelarle e passarle al passaverdura. Impastare le patate con 300 g di farina di grano, 4 rossi d'uovo, una grattata di noce moscata e preparare gli gnocchi, che metteremo a bollire in acqua salata. A cottura ultimata schiumare gli gnocchi, scolarli e disporli in piatti fondi ben caldi sui quali verserete la Fonduta che avrete precedentemente scaldato a parte.

### **Bistecche alla Valdostana**

Ingredienti: 400 g di fettine di sottiletto di manzo, 50 g di farina bianca, 2 uova, 50 g di prosciutto cotto, fette di Fontina (200-250 g), pangrattato, olio, sale.

Prendere delle fette di sottiletto. Passarle nella farina bianca, poi nelle uova sbattute e nel pangrattato. Farle friggere con olio e burro, salarle. Collocarle in una teglia imburrata, coprire con delle fettine di prosciutto ed infine ancora con abbondante Fontina (2-3 fette). Infocchettare con burro e mettere in forno caldo per 5 minuti. Servire caldo con patate o altri legumi cotti.

Quando la carne è tenera si può anche non impanare la bistecca mettendo però la Fontina dentro e chiudendo con 2 stuzzicadenti.

### **Zuppa di cipolle gratinata**

#### **Ingredienti per 4 persone:**

800 g di cipolle bianche o ramate; 1,5 l di brodo leggero [di carne o anche di dado]; 30 g di burro; 1 cucchiaio d'olio extravergine d'oliva; 2 bicchieri di vino bianco secco; 1 cucchiaio raso di farina; 100 g di pane di tipo francese [baguette]; 100 g di Gruyère; 1 foglia d'alloro; sale e pepe.

Spellate le cipolle, dividetele in due per il lungo e affettatele sottilissime. Fate scaldare il burro con l'olio in una casseruola, unitevi le cipolle e, a fuoco moderato, fatele appassire per circa tre quarti d'ora mescolandole spesso. Insaporitele con sale e pepe e, quando cominciano a imbiondire, spolveratele con la farina e mescolate continuamente fino a che il composto comincia a colorirsi e ad attaccare. Bagnate con il vino fatelo sfumare un poco quindi aggiungete il brodo caldo e la foglia d'alloro e alzate la fiamma. Quando riprende l'ebollizione, abbassate nuovamente la fiamma, incoperchiate e proseguite la cottura per circa un'ora. Tagliate il pane a fettine sottilissime e tostatelo. Grattugiate il formaggio. Scartate la foglia d'alloro e distribuite la zuppa fra sei zuppierine individuali [o mettetela in un'unica zuppiera che possa andare in forno], disponetevi sopra le fettine di pane tostate e copritele con il Gruyère grattugiato. Mettete le zuppierine nel sotto il grill [o nel forno scaldato a 220°], fino a che in superficie si sarà formata una crosticina dorata. Servite la zuppa caldissima. Comunemente viene erroneamente chiamato "gruviera" il formaggio Emmenthal [quello con i buchi] mentre il Gruyère, anche questo di origine svizzera, ha una pasta compatta, simile a quella della Fontina, e un sapore molto deciso e leggermente piccante. E' quindi più adatto per questo tipo di preparazione, nella quale si può usare anche lo Sbrinz o il nostro Parmigiano.

### **MINISTRA DI PASTA E PATATE**

**Ingredienti per 6 persone:** 1 kg di patate a pasta bianca; 5-6 pomodorini da salsa molto maturi; 60 g di prosciutto crudo in un'unica fetta [oppure di pancetta]; 250 g di pasta mista [oppure cannolicchi, ditalini o penne]; 3 cucchiai colmi di parmigiano grattugiato; 3 cucchiai d'olio extravergine d'oliva; 1 cipolla; 1 carota; 2 coste di sedano; 1/2 bicchiere di vino bianco; prezzemolo; sale e pepe.

Mondate cipolla, sedano e carota e tritateli. Tagliate il prosciutto a dadini. Sbucciate le patate, tagliatele a tocchetti piccoli e regolari e sciacquatele. Scaldate l'olio in una casseruola e fatevi rosolare dolcemente il trito preparato insieme ai dadini di prosciutto. Quando le verdure cominciano a prendere colore, bagnate con il vino e lasciatelo sfumare. Mettete quindi nella casseruola le patate e lasciatele insaporire per qualche minuto mescolandole continuamente. Copritele con circa un litro e mezzo di acqua calda, salate e lasciate cuocere, a fuoco moderato, per circa mezz'ora con il coperchio. Quando le patate saranno tenere, unitevi i pomodorini mondati dai semi e tagliati a pezzetti, un cucchiaio di prezzemolo tritato e la pasta, mescolate e proseguite la cottura per un altro quarto d'ora. Fuori dal fuoco

completate la minestra con una macinata di pepe e servitela ben calda con il formaggio grattugiato.

### **SOUPE A L'OIGNON (Zuppa di cipolle francese)**

**Ingredienti per 4 persone:** 500 g di cipolle bianche o ramate; 80 g di burro; 1,2 l di brodo di carne; 1 cucchiaio di farina; 100 g di formaggio Emmenthal o Gruyère; 12 fettine di pane francese [baguette]; sale e pepe. Pelate le cipolle, dividetele in due in verticale e affettatele sottilissime. Scaldate il burro in una casseruola, versatevi le cipolle e fatele appassire dolcemente per circa mezz'ora, mescolando spesso e facendo attenzione che non prendano colore. A questo punto, insaporitele con sale e pepe, spolveratele con la farina e, mescolando continuamente, proseguite la cottura per un paio di minuti. Quando la farina comincia ad attaccare, aggiungete il brodo caldo, incoperchiate e lasciate cuocere, con la fiamma al minimo, per circa quaranta minuti. Tostate le fettine di pane e distribuitele fra quattro ciotole che possano andare in forno, Zuppa di cipolle gratinata [copritela con il formaggio grattugiato e infine versate delicatamente la zuppa calda. Mettete le ciotole nel forno con il grill acceso, lasciandovele per pochi minuti, fino a quando si sarà formata una crosticina dorata sulla superficie. Servite la zuppa caldissima.

### **FONDUTA**

Ingredienti: per 4 persone

400 gr. di fontina della Valle d'Aosta, uno spicchetto d'aglio, latte, fette di pane casereccio, una noce di burro, 4 tuorli d'uovo, fettine di pane tostato

Togliete la crosta alla fontina, tagliatela a liste e poi a quadratini sottilissimi. Mettetela in una scodella con lo spicchio d'aglio, leggermente schiacciato, e copritela col latte freddo. Lasciatela riposare per un paio d'ore al fresco, non in frigorifero. Scolate la fontina dal latte e mettetela col burro in un casseruolino, con il burro possibilmente smussato. Cuocete a fuoco bassissimo: non deve bollire (meglio cuocerla a bagnomaria). Rimescolate in continuazione con un cucchiaio di legno. Appena la fontina comincerà a filare, aggiungete un tuorlo per volta, rimescolando velocemente. Quando il tutto sarà amalgamato e cremoso, versate la fonduta in quattro ciotole calde. Accompagnatela con fettine di pane tostato. In stagione si può servire con tartufi affettati sottilissimi.

### **FONDUTA SVIZZERA DI FORMAGGIO**

**Ingredienti per 4 persone:**

300 g di formaggio Gruyère; 400 cc di vino bianco secco; 1 spicchio d'aglio; 1 bicchierino di Kirsch; 1/3 di cucchiaino da caffè di maizena; 1 pizzico di bicarbonato; noce moscata; pepe. Grattugiate il formaggio e mettetelo in un recipiente di terracotta precedentemente strofinato con lo spicchio d'aglio diviso a metà. Coprite il formaggio con il vino e mettetelo sul fuoco dolcissimo, mescolando continuamente con un cucchiaio di legno.

Appena il formaggio comincia a filare, aggiungete la maizena e una grattatina di noce moscata, entrambe diluite nel bicchierino di Kirsch. Mescolate bene e, al momento di togliere la fonduta dal fuoco insaporitela con una generosa macinata di pepe e amalgamatevi una puntina di bicarbonato per dare leggerezza al composto. Mettete il recipiente con la fonduta in tavola su un fornello e mantenete la fiammella piuttosto bassa in modo che la fonduta sobbolla leggermente. Servite a parte del pane a crosta spessa tagliato a grossi dadi che verranno immersi nella fonduta con una forchetta, mescolando.

### **Fonduta d'Alba**

Disporre di un formaggio grasso del tipo Fontina. Il procedimento da seguire è estremamente semplice; porre in una casseruola: FORMAGGIO FONTINA tagliato a pezzetti g 400 LATTE cc 50 TUORLI d'uovo n 3 SALE, quanto basta in rapporto alla salatura della Fontina usata. Rimestare il tutto e porre senz'altro sul fuoco lento, mescolando senza interruzione. Lentamente la fontina comincerà a sciogliersi ed il suo aspetto di crema non granulosa suggerirà il giusto momento per toglierla e consumarla. Le quantità espresse in questa ricetta sono sufficienti per tre – quattro porzioni. La fonduta si serviva in tegliette o in piatti fondi, coprendo con essa dei crostini, ossia delle fettine di pane abbrustolite, oggi sostituite dai cubettini di pane indorati nel burro. Successivamente s'aggiunse il pizzico di Pepe e il Tartufo Bianco di Alba.

### **Fonduta**

Che cosa occorre: 3 hg di fontina; 3 cucchiari di burro; 4 tuorli d'uovo; latte; sale e pepe;

Prepariamola insieme: Tagliamo la fontina a dadini e mettiamola in una pirofila; versiamoci sopra il latte fino a coprire il formaggio e lasciamo riposare per molte ore (meglio se per una notte intera). Mettiamo poi il burro, il latte e la fontina in una pirofila e facciamo scaldare, a bagnomaria, mescolando con cura finchè la fontina non sia completamente sciolta. Togliamo dal fuoco, versiamo uno per volta i tuorli d'uovo e aggiungiamo sale e pepe. Rimettiamo a bagnomaria, mescolando e facendo attenzione di non far bollire. Quando il composto sarà divenuto una crema omogenea, togliete dal fuoco e servite, accompagnando con crostini di pane tostati.

### **Fonduta piemontese**

Dosi 6 persone: Fontina piemontese g. 600 - latte - burro g. 120 - tuorli d'uovo, 12 - pepe bianco - tartufo bianco.

Ritagliate la fontina in dadini e ponetela in un recipiente possibilmente più alto che largo, coprendola di latte giusto a raso.

Lasciate stare così per qualche ora, ricordando che una prolungata immersione nel latte renderà la preparazione migliore.

Si può lasciare in bagno la fontina per 6/7 ore e più. C'è chi la mette in bagno la sera per il giorno dopo.

Mettete in una casseruola 100 g. di burro e i tuorli d'uovo, aggiungete la fontina con tutto il latte e mettete la casseruola in un altro recipiente

contenente acqua bollente, lavorando energicamente con una frusta. La fontina prima si scioglierà facendo dei fili, diverrà sempre più sciolta per poi tendere ad addensarsi di nuovo. Quando la fontina sarà diventata come una crema densa, toglietela dal bagnomaria e ultimatala con un pizzico di pepe bianco e qualche altro pezzetto di burro.

### **Fonduta di formaggio misto**

Ingredienti per 6 persone

- 400 gr. di emmental
- 400 gr. di fontina
- 200 gr. di parmigiano
- uno spicchio d'aglio
- 1/4 di vino bianco secco
- un bicchiere di kirsch
- pane casereccio
- 1 tuorlo d'uovo
- pepe

In una casseruola o nello speciale pentolino da fonduta portate a bollore il vino, aggiungete i formaggi grattugiati con lo spicchio d'aglio intero. Mescolate continuamente, unite un bicchierino di kirsch, il tuorlo d'uovo e pepate. Togliete lo spicchio d'aglio e servite in tavola nella stessa casseruola con crostini di pane passati al forno. Il pane va intinto un pezzo alla volta, convivialmente.

### **TORTA DI MANDORLE**

**Ingredienti per 2 torte diametro circa 25 cm:**

**Per la pasta frolla:** 500 g farina; 250 g di burro; 200 g di zucchero semolato; 2 uova intere; 1 pizzico di sale; aromi (vaniglia o scorza limone e/o arancia grattugiata); la punta di un cucchiaino di lievito per dolci ( se si aumenta la quantità di lievito la frolla diventa più morbida ma perde le caratteristiche di friabilità).

**Per la farcia e copertura per due torte:** 400 g di mandorle non pelate; 30-40 g di mandorle amare; 350-400 g di zucchero semolato; 4 albumi d'uovo; 1/2 cucchiaio di rum.

Per la pasta frolla mescolare farina, zucchero e lievito, unire il burro morbido e tagliato a cubetti e impastare rapidamente in modo da creare un composto "sabbioso". Unire le uova e amalgamare l'impasto senza scaldarlo con le mani. Avvolgere la pasta con la pellicola e farla riposare in frigo per qualche ora prima di stenderla a uno spessore di circa mezzo cm. Foderare con la pasta due stampi da crostata imburrati e infarinati. Tritare con moulinex o altro 1 etto di mandorle e 1,5, unendo le mandorle amare e 2 etti di zucchero semolato così da ridurre a farina, unire 2 chiare e il rum, la farcia non deve essere troppo liquida ma un pò collosa, riempire gli stampi, tritare col coltello 1 etto di mandorle in modo grossolano cospargere sopra alla farcia battendole leggermente con un cucchiaio in modo da farle penetrare nella farcia, chiudere arricciando la frolla intorno al bordo creando un rotolino di pasta e comprimere leggermente col dito per creare un motivo a

cappette. Infornare forno a 200° C. per circa 1/2 ora, le mandorle non devono annerire ma la farcia non deve rimanere liquida.

Tempi di cottura:

Torta di mandorle 1 ora; esclusa la pasta frolla 30 minuti.

Consigli:

La pasta frolla andrebbe preparata prima e lasciata riposare in frigo o in luogo freddo per qualche ora, lavorarla su un piano freddo. Si può cospargere la torta, una volta raffreddata, con zucchero a velo.

### **Risotto alla Valdostana**

Che cosa occorre: 150 gr di fontina; latte; 30 gr di burro; 2 tuorli; 300 gr di riso; sale.

Prepariamola insieme: Si tratta di una ricetta che ha alla base l'uso della fonduta. In questo caso però la preparazione è più rapida. Infatti la fontina tagliata a cubetti va tenuta nel latte per sole 2 ore. Poi si procede nello stesso modo: mettiamo il burro, il latte e la fontina in una pirofila e facciamo scaldare, a bagnomaria, mescolando con cura fino ad ottenere una crema omogenea; togliamo dal fuoco e aggiungiamo i 2 tuorli. Dopo aver lessato il riso e scolato al dente lo rovesciamo in una zuppiera e lo condiamo con la fonduta. Amalgamiamo il tutto e serviamo ben caldo.

### **Risotto alla Milanese**

Che cosa occorre: 4 hg di riso; zafferano (una busta); 60 gr di midollo di bue; 1 cipolla; burro; parmigiano grattugiato; sale.

Prepariamolo insieme: Prima di tutto prepariamo un soffritto con la cipolla, un po' di burro e il midollo di bue tritato. Quando la cipolla imbiondisce versiamo il riso e facciamo insaporire mescolando con cura. Aggiungiamo il brodo caldo poco alla volta continuando a rimestare. Quando si arriva a 3/4 della cottura versiamo lo zafferano sciolto in poco brodo. Quando il riso è al dente aggiungiamo un altro po' di burro e spolveriamo abbondantemente di parmigiano. Prima di servirlo lasciamolo riposare. Secondo la tradizione gastronomica milanese questo riso non è soltanto un primo ma può essere un eccellente accompagnamento per un altro celebre piatto ambrosiano: l'ossobuco.

### **Risi e bisi**

Che cosa occorre: 1/2 kg di riso; 1/2 kg di piselli; 1 cipolla; 1/2 hg di prosciutto cotto tagliato in un'unica fetta; brodo; burro; prezzemolo; parmigiano grattugiato; sale e pepe.

Prepariamolo insieme: Facciamo soffriggere in una pirofila grande il prosciutto tagliato a cubetti, una noce di burro e la cipolla tritata. Quando la cipolla imbiondisce aggiungiamo i piselli e rosoliamo, a fuoco medio, per 10 minuti. Aggiungiamo quindi un litro e mezzo di brodo, sale e pepe. Appena il brodo inizia a bollire uniamo il riso e portiamolo a cottura. Togliamo dal fuoco, spolveriamo con prezzemolo tritato, e aggiungiamo una noce di burro e del parmigiano; amalgamiamo il tutto e facciamo riposare qualche minuto prima di servire.

### **Bucatini all'Amatriciana**

Che cosa occorre: 150 gr di pancetta, tagliata a dadini; 3 cucchiari da minestra di olio d'oliva; 1 peperoncino; 2 spicchi d'aglio; 2 cipolle; un bicchiere di vino bianco secco; 1/2 kg di pomodori pelati; sale e pepe; 1/2 kg di bucatini; 4 cucchiari parmigiano grattugiato; 2 cucchiari di pecorino grattugiato.

Prepariamola insieme: Mentre i bucatini cuociono, rosoliamo aglio e peperoncino in padella. Dopo aver tolto l'aglio mettiamo le cipolle e lasciamole dorare, dopodiché aggiungiamo la pancetta. Trascorsi un paio di minuti uniamo il vino e aspettiamo che evapori e poi aggiungiamo i pomodori. Cuociamo a fiamma viva per circa 5 minuti. Quando la pasta è al dente, scoliamola e mescoliamola assieme al sugo ed ai formaggi. Prima di servire guarnire con altro formaggio.

### **Orecchiette con broccoli**

Che cosa occorre: 1/2 tazza di olio d'oliva; circa 8 hg di broccoli; 40 gr di pancetta; 1 cipollina bianca; filetti d'acciuga sott'olio; aglio; sale e pepe; 2 hg di orecchiette.

Prepariamole insieme: Prendiamo i broccoli, a cui tagliamo i gambi che triteremo a parte, e li scottiamo. Tritiamo finemente la pancetta, la cipolla e l'aglio e facciamo cuocere nell'olio, a fuoco basso, finché la cipolla imbiondisce. Poi uniamo i broccoli e cuociamo per circa due minuti, mescolando. Quindi aggiungiamo un bicchiere d'acqua e sale, e cuociamo, a tegame coperto e fuoco basso, per una trentina di minuti. Spegliamo il fuoco e uniamo le acciughe che, nel frattempo, avremo sminuzzato e schiacciato, pepiamo quanto basta. Cuociamo le orecchiette e quando saranno al dente le versiamo sui broccoli e poi serviamo all'istante.

### **Zuppa d'orzo e piselli**

Ingredienti per 4 persone:

200 g di orzo perlato, 250 g di piselli surgelati, 50 g di pancetta affumicata, 40 g di olio extra-vergine di oliva, un cipollotto, 60 g di Grana Padano, 20 g di burro, 800 g circa di brodo di carne, prezzemolo tritato.

Mondate l'orzo, fatelo passare sotto l'acqua corrente e mettetelo in una ciotola a bagno con acqua fredda per circa 2 ore. Tagliate la pancetta a dadini e fatela rosolare per pochi minuti, in una casseruola, con poco olio; quando sarà ben tostata aggiungete il cipollotto affettato. Mescolate, quindi aggiungete i piselli e lasciate insaporire per pochi minuti continuando a mescolare. Scolate l'orzo, versatelo nella casseruola; mescolate e aggiungete un po' di brodo. Proseguite la cottura per circa 40 minuti aggiungendo, poco per volta, il brodo mescolando di tanto in tanto. A fine cottura l'orzo dovrà risultare all'onda come fosse un risotto. Insaporite con il burro, il Grana Padano e il prezzemolo. Servite subito.

### **Pizza (ricetta base)**

Dosi per 4 persone: 300 gr. di farina - sale - olio o sugna - 20 gr. di lievito di birra.

Disponete la farina a fontana in una terrina o sulla spianatoia, sbriciolatevi nel mezzo il lievito, versatevi sopra una tazzina di acqua tiepida nella quale avrete fatto sciogliere un cucchiaino di sale e cominciate ad impastare, aggiungendo, se necessario, altra acqua fino ad ottenere una pasta liscia e consistente. Fatene un panetto e lasciatelo lievitare in una terrina, coperto da un tovagliolo, per almeno 3 ore.

Passato questo tempo, lavorate ancora qualche minuto la pasta e poi stendetela in una sfoglia delle dimensioni necessarie a ricoprire uno stampo per 4 persone o la placca del forno unta d'olio o di sugna; fatevi aderire bene la pasta e punzecchiatela con la punta delle dita.

Ricopritela quindi con gli ingredienti relativi alla ricetta che avrete scelto e mettete la pizza in forno caldo, lasciandola cuocere per circa mezz'ora. Ricordate che la pizza va sempre servita ben calda, cioè appena sfornata.

### **FONDUTA AL CIOCCOLATO**

Ingredienti per 4-6 persone:

150 g cioccolato fondente amaro, 1/2 litro di latte, 80 g di zucchero, 1 tuorlo, 1 cucchiaino di farina, frutta mista a piacere tagliata a tocchetti non troppo piccoli, cocco e mandorle grattugiati.

Preparazione:

in una casseruola da fonduta mescolate la farina con lo zucchero e il tuorlo, stemperateli con il latte caldo e unite il cioccolato ridotto a tocchetti, trasferite tutto sul fuoco e cuocete finché la crema sarà omogenea e velerà il cucchiaino. Portatela a tavola con il fornello acceso, servite accompagnato dalla frutta, disponendo sul tavolo piattini con il cocco e le mandorle separati, perché ogni commensale, dopo avere intinto la sua frutta nel cioccolato, possa rivestirla di cocco o di mandorle.

### **PASTA E PATATE AL FORNO (Calabria)**

#### **INGREDIENTI PER 4 PERSONE**

400 gr. di penne

400 gr. di patate

origano

un pugno di parmigiano

uno spicchio di aglio

pepe nero

basilico

sale quanto basta

sugo (preparato a parte)

#### **PREPARAZIONE:**

Tagliare le patate a fettine fine e rotonde e di queste, la metà metterle sul fondo di una teglia. Mettere le penne crude sulle patate e ricoprire il tutto con la altre patate che avanzano (precisamente la metà). Mettere sulla pasta con le patate, che sono nella teglia, quattro cucchiaini di sugo o un pò di più se si desidera più condimento. Infine mettere il parmigiano, l'origano, il pepe nero, il basilico e il sale quanto basta. Poi aggiungere acqua fino a ricoprire il tutto e infilare nel forno a 250° e togliere dopo un ora e comunque, dopo che le patate appaiono ben rosolate alla vista.

## **Sagne e fagioli (Ciociaria)**

### **Ingredienti:**

Farina gr. 600, fagioli secchi (cannellini di Atina) 300 gr., olio, cipolla, aglio, peperoncino, sedano, sale.

### **Esecuzione:**

Impastare la farina (anche integrale se si vuole) con tanta acqua quanto è necessaria per ottenere una pasta durissima. Lavorare energicamente incorporando, se necessario, altra farina e stenderla poi con il matterello fino ad ottenere una sfoglia rotonda non finissima. Lasciare asciugare la sfoglia, poi infarinarla e arrotolarla. Con un coltello affilato tagliare con tagli trasversali per ottenere i cosiddetti "maltagliati". Finita l'operazione farli saltellare tra le mani in modo che si aprano. Cuocere in abbondante acqua salata e togliere la pasta dal fuoco quando, dopo aver ripreso il bollore, sarà venuta a galla. Scolarla ma non troppo. Insaporire i fagioli (cannellini di Atina), che avrete precedentemente lessato, con un buon sugo fatto con soffritto di cipolle, aglio, sedano e salsa di pomodoro e reso piccante con il peperoncino. Unire il tutto alla pasta e servire in una zuppiera di terracotta.

## **Ciambellone Ciociaro (Ciociaria)**

### **Ingredienti:**

500 g. di farina, quattro uova, 200 g. di zucchero, la raschiatura di una buccia di limone, un bicchiere di latte, una bustina di lievito, un bicchiere d'olio.

### **Esecuzione:**

in una bacinella lavorare le uova con lo zucchero, aggiungere il latte, l'olio, la raschiatura di limone, la farina e il lievito. Amalgamare bene e versare il composto in uno stampo imburrato. Infornare a 180° per 40 minuti.

## **Pasta e patate della ciociaria (Ciociaria)**

### **Ingredienti:**

400 g. di cannolicchi, 300 g. di patate, una carota, un pomodoro maturo, mezza cipolla e una costola di sedano tritate, un litro di acqua e due dadi per brodo, 20 g. di pecorino, olio.

### **Esecuzione:**

portare a bollore l'acqua con i dadi. Pelare le patate, lavarle e tagliarle a cubetti. In una casseruola soffriggere il trito di carota, cipolla e sedano, aggiungere le patate e il pomodoro, versare il brodo bollente, coprire e cuocere a fuoco lento per circa 45 minuti. Alzare il bollore e aggiungere la pasta. A cottura ultimata lasciar riposare la minestra per qualche minuto prima di servire.

## **RISI E PATATE**

Tritare finemente 1 cipolla ed uno spicchio d'aglio facendoli imbiondire con 30 grammi di burro, 4 cucchiaini d'olio e 50 grammi di midollo fresco di bue tagliato a dadini. Aggiungere 400 grammi di patate affettate con il mandolino e tagliate a listerelle, facendole rosolare finché non si siano arrossate. Aggiungere poi 400 grammi di riso, mescolare ed irrorare con 1 bicchiere di vino bianco. Aggiungere di tanto in tanto 1 litro scarso di brodo bollente. Verso fine cottura aggiungere un trito di prezzemolo. Servire caldo

cospargendovi formaggio parmigiano grattugiato. Questo piatto tipico della cucina veneta si può gustare accompagnato da un buon vino rosso, in particolar modo un Cabernet.

### **Gnocchi alla "Romana"**

#### **Ecco gli ingredienti per 4 persone:**

250 gr. di semolino

3/4 di litro di latte

1/4 di acqua

25 gr. di burro

1 uovo

4 cucchiaini da cucina di parmigiano o grana (facoltativo)

sale

#### **Preparazione:**

Metti in una casseruola il semolino, il latte, l'acqua, il burro, l'uovo sgusciato, 2 cucchiaini di parmigiano o di grana e un pò di sale. Fai cuocere il composto a fiamma media e mescola sempre, con un cucchiaino di legno, per eliminare ogni possibile grumo fino a quando il composto non si addensa.

Disponi il composto in un grande piatto piano oppure su un grande tagliere di legno. Spianalo e fallo freddare.

Con il composto spianato, forma con un bicchiere dei dischetti di semolino e riponili uno per volta in una pirofila leggermente imburrata (o con della carta da forno).

Su ogni dischetto distribuisci dei fiocchi di burro e spargi poi un velo di grana grattugiato (o parmigiano).

Metti i dischetti in forno già caldo a 200 C° per 30/40 minuti circa (finché non si forma una crosticina dorata). Servili caldi.

**Difficoltà:** \*

**Costo:** L. 8.000 circa.

**Tempo:** per il composto 10 minuti + il tempo del raffreddamento

**Conservazione:** non si può congelare