

SPECIALITA' REGIONALI



Fusilli cremosi con carciofi (35' Difficoltà: Facile) (per 4 persone)

40 g di pancetta fresca
2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
1 dado da brodo
aglio – sale – limone – pepe nero
1 cipolla
40 g di burro
30 g di prezzemolo
1 uovo
80 ml di panna liquida
4 carciofi
40 ml di vino bianco secco
Parmigiano Reggiano
400 g di fusilli

Pulite i carciofi, tagliandone il gambo, le foglie più esterne e le punte; divideteli a metà, privateli della peluria interna e, mano a mano che sono pronti, immergeteli in una ciotola con acqua e mezzo limone spremuto. Tritate finemente una cipolla, una manciata di prezzemolo e un grosso spicchio d'aglio. Fate appassire il tutto, a fuoco basso, in una padella con 2 cucchiaini di olio e 20 grammi di burro. Aggiungete la pancetta tagliata a dadini piccolissimi e i carciofi ben sgocciolati e tagliati in quattro parti. Alzate la fiamma, mescolate bene e fate insaporire per qualche minuto, quindi aggiungete il vino bianco e lasciatelo evaporare. Aggiungete del brodo, ottenuto sciogliendo un quarto di dado in mezzo bicchiere di acqua, abbassate la fiamma, aggiungete una spolverata di pepe, coprite e fate cuocere per 25 minuti, aggiungendo, se necessario, dell'altro brodo. Cuocete la pasta in abbondante acqua salata, quindi scolatela al dente. Fate intanto fondere il restante burro e, fuori dal fuoco, incorporatevi il tuorlo d'uovo sbattuto. Mescolate, diluite con la panna, riportate sul fuoco continuando a mescolare fino ad avere una crema di latte ben calda. Condite la pasta con questa crema, aggiungendo successivamente i carciofi. Mescolate con cura aggiungendo una spruzzata abbondante di prezzemolo e di Parmigiano Reggiano.

Pasta per pizza (15' Difficoltà: Facile) (per 4 persone)

0.5 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
500 g di farina
5 g di sale
7.5 lievito di birra

Sciogliere mezzo cubetto di lievito in una tazza da latte con un pò di acqua tiepida. Disporre la farina a fontana sul tavolo da lavoro e mettere al centro il lievito sciolto e mezzo cucchiaino di olio. Con movimenti regolari inglobare alla farina il lievito sciolto e aggiungere, poco alla volta, altra acqua tiepida. Il risultato dovrà essere una pasta liscia ed elastica, pertanto la quantità d'acqua da aggiungere dipenderà dal tipo di farina. Lavorare l'impasto con molta cura. Incidere a croce la parte superiore e disporla in una ciotola coperta da uno strofinaccio. Attendere che raddoppi di volume (circa 2 ore) e poi stenderla nella forma voluta.



Tagliatelle con frutti di mare (60' Difficoltà: Facile) (per 4 persone)

7 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
aglio
sale
peperoncino in polvere

500 g di cozze con guscio
400 g di calamari
basilico
350 g di pomodori San Marzano
350 g di tagliatelle
500 g di lupini di mare con guscio

Pulire i calamaretti e ridurli a pezzetti. Pulire i frutti di mare, aprirli separatamente in padella con un po' di olio, a fuoco vivace, e sgusciarli tenendo da parte il liquido di cottura filtrato. In una padella capace di contenere anche le tagliatelle, soffriggere in abbondante olio extravergine d'oliva, uno spicchio d'aglio e tre foglie di basilico tritate, da togliere appena colorati. Aggiungere la dadolata di pomodori San Marzano spellati dopo averli immersi in acqua bollente per 40 secondi. Far sfumare a fuoco vivace per 4 minuti, poi aggiungere il liquido di cottura dei frutti di mare e i pezzettini di calamari. Condire con un po' di peperoncino e far cuocere per 30 minuti. Unire i frutti di mare e cuocere per due minuti in modo che i sapori si sposino. Cuocere le tagliatelle, scolarle al dente, passarle nella padella e arricchirle con il basilico sminuzzato. Servire subito.



Pasta e patate con provola affumicata (60' Difficoltà: Facile) (per 4 persone)

200 g di provola affumicata
4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
0.5 dado da brodo
sale e rosmarino
65 ml di vino bianco
800 g di patate
200 ml di panna fresca da montare
1 scalogno – basilico - pepe nero
320 g di penne

Tagliare le patate, a pasta bianca, a tocchetti piccoli. In una capace pentola soffriggere lo scalogno, tritato fine, nell'olio di oliva caldo. Immergere le patate e far cuocere a fuoco vivace aggiungendo, di tanto in tanto, un filo di vino bianco secco e un pò di brodo. A parte, preparare una fonduta sciogliendo la provola affumicata, tagliata a dadini, profumata con un ciuffo di basilico sminuzzato ed un rametto di rosmarino, con la panna fresca. Filtrare al colino fine e tenere in caldo. Cuocere la pasta mischiata (la producono le migliori ditte produttrici di pasta) in abbondante acqua salata e scolarla molto al dente. Mischiarla alle patate e irrorarla con la mousse di provola affumicata. Spolverizzare di pepe macinato al momento e servire bollente in piatti caldi.



Frittelle con i gamberi (60' Difficoltà: Media) (per 4 persone)

350 g di farina
1 cipolla
20 g di basilico
300 g di gamberetti

Mescolare la farina setacciata con i gamberetti puliti e senza guscio, il basilico e la cipolla tritati fini. Diluire con 300 ml di acqua fredda in modo da ottenere una pastella. Versare la pastella a cucchiaiate nell'olio caldo, e friggere ottenendo delle cialde molto croccanti.

Pizzelle di salvia (30' Difficoltà: Facile) (per 4 persone)

10 foglie di salvia
250 g di farina

sale
4 uova
100 g di burro
pepe nero

Far bollire 300 ml di acqua e farvi fondere il burro. Tuffarvi la farina setacciata in una sola volta, badando che non si formino grumi. Mescolare finché l'impasto non sarà cotto, cioè quando comincerà a staccarsi dalle pareti della pentola. Fare intiepidire e poi inserirvi, una per volta, le uova e le foglie di salvia, salare e pepare. In una padella per la frittura mettere abbondante olio d'oliva e, quando sarà caldo, immergervi il composto a cucchiaiate. Dorare da tutti i lati e servire bollenti.

Montanara (pizzette fritte) (120' Difficoltà: Media) ((per 4 persone)

3.5 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
500 g di farina
aglio
sale
25 g di pecorino
lievito di birra
400 g di pomodori San Marzano

Per la pasta: Sciogliere mezzo lievito di birra in una tazza da latte con un poco di acqua tiepida. Disporre la farina a fontana sul tavolo da lavoro e mettervi al centro il lievito sciolto e 1/2 cucchiaino di olio di oliva. Con movimenti regolari inglobare alla farina il lievito sciolto e aggiungere poco alla volta l'acqua tiepida. Il risultato dovrà essere una pasta liscia ed elastica pertanto la quantità di acqua da aggiungere dipenderà dal tipo di farina scelto. Lavorare l'impasto con molta cura (più si lavorerà migliore sarà il risultato finale). Incidere a croce la parte superiore della pasta e disporla in una ciotola coperta da uno strofinaccio. Attendere che raddoppi il volume. Intanto preparare la salsa: se si usano i pomodori san Marzano incidere la sommità a croce e immergerli per qualche minuto in acqua bollente. Scolarli, pelarli e ridurli a tocchetti. Soffriggere in un tegame l'olio e imbiondirvi l'aglio. Togliere l'aglio e mettere nell'olio caldo qualche foglia di basilico. Togliere il basilico e aggiungere i pomodori ridotti a pezzetti o la scatola di pelati.



Patate con la mozzarella (40' Difficoltà: Facile) (per 4 persone)

40 ml di aceto balsamico
sale
100 ml di latte
350 g di mozzarella di bufala
300 g di patate
4 tuorli d'uovo
pepe nero
mentuccia fresca

Lavare le patate e lessarle con la buccia. Nel frattempo, mescolare in una ciotola la mozzarella tagliata a dadini piccolissimi, i tuorli d'uovo, il sale e il pepe. Aggiungere il latte e l'aceto, mescolando con cura. Cuocere a fuoco lento mescolando continuamente fino ad ottenere un composto cremoso, ci vorranno circa 10 minuti. Sbucciare le patate caldissime, tagliarle a metà, disporle nei piatti e servirle irrorate con la salsa alla mozzarella e decorate con un ciuffetto di mentuccia fresca.



Fagiolini con pomodoro (30' Difficoltà: Facile) (per 4 persone)

4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
aglio
sale
400 g di pomodori pelati
cumino
1 Kg di fagiolini

Lessare al dente i fagiolini in abbondante acqua salata dopo averli spuntati e lavati. In una padella soffriggere l'olio e due spicchi d'aglio. Aggiungere i pomodori maturi pelati e tagliati a cubetti e cuocere per 10 minuti a fuoco medio. Aggiungere i fagiolini, condire con un cucchiaino di semi di cumino, aggiustare di sale, amalgamare bene e servire.



Minestra di farro e fagioli (90' Difficoltà: Facile) (per 4 persone)

4 foglie di salvia
1 cucchiaini di concentrato di pomodoro
5 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
sale
1 sedano
1 carota
2 cipolle
150 g di farro
200 g di fagioli secchi
pepe nero

Mettere i fagioli bianchi secchi a mollo nell'acqua fredda salata, almeno 12 ore prima e, successivamente, cuocerli nella stessa acqua, aggiungendo una cipolla e le foglie di salvia. Quando i fagioli saranno cotti, dopo circa un quarto d'ora, dividerli in due parti, una delle quali dovrà essere tritata fino ad ottenerne una purea. Riunire tutti i fagioli nel brodo di cottura. In un tegame, preferibilmente di coccio, fare rosolare con l'olio una cipolla, il sedano e la carota, tritati, e aggiungere poi il concentrato di pomodoro. Dopo 15 minuti di cottura aggiungere i fagioli con il loro brodo. Far cuocere per altri 10 minuti e inserire il farro, salare, pepare e lasciare cuocere ancora per 1 ora. Portare in tavola la minestra ben calda.



Gnocchi agli spinaci e prosciutto (40' Difficoltà: Media) (per 4 persone)

noce moscata
3 foglie di salvia
farina
sale
80 g di burro
600 g di patate
1 uovo
40 ml di panna liquida
300 g di spinaci
100 g di prosciutto cotto
1 tuorlo d'uovo
50 g di ricotta di mucca
30 g di Parmigiano Reggiano

Fate lessare le patate, pelatele e passatele allo schiacciapatate. Lessate a parte gli spinaci, strizzateli per bene e passateli al passaverdura. Frullate con il mixer il prosciutto cotto. In una terrina, mescolate il tutto con la ricotta, un uovo intero e un tuorlo, noce moscata e un pizzico di

sale, quindi aggiungete la farina, tanta quanto ne richiedono le patate, fino ad ottenere un composto omogeneo e compatto. Ricavate dal composto degli gnocchetti, formando prima dei budellini dal diametro di 1 centimetro o poco più e, poi tagliandoli alla lunghezza di 1,5 centimetri circa. Cuocete in abbondante acqua salata bollente, una volta che gli gnocchi saliranno in superficie, scolateli, posateli a strati in una pirofila da forno e conditeli con il burro fuso, qualche fogliolina di salvia, la panna e il formaggio grattugiato. Ponete la pirofila in forno già caldo a 180 gradi, per circa 15 minuti, quindi servite molto caldo.



Lasagne ai carciofi (50' Difficoltà: Media) (per 4 persone)

250 g di lasagne secche
noce moscata
3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
20 g di farina
sale
200 ml di latte
60 g di burro
6 carciofi
80 g di Parmigiano Reggiano

Pulite i carciofi, lavateli, tagliateli a spicchi sottili in una padella con 2 cucchiaini di olio e salate. Coprite e stufate per 10 minuti a fuoco basso, poi frullateli con il mixer per ottenere una crema. Cuocete le lasagne in acqua bollente salata. Levatele dalla pentola con un mestolo forato, immergetele per qualche istante in acqua fredda e fatele asciugare su di un canovaccio pulito. Nel frattempo fate sciogliere 60 g di burro in una casseruola, unite la crema di carciofi e fate insaporire 10 minuti, mescolando spesso con un cucchiaino di legno. Aggiungete la farina setacciata, il latte freddo, facendolo scendere a filo e mescolando sempre. Insaporite con una grattatina di noce moscata e proseguite la cottura per altri 10 minuti. Imburrate una teglia, sistemate sul fondo uno strato di lasagne, ricopritele con un quarto della crema e spolverizzate con un po' di Parmigiano Reggiano grattugiato. Ripetete altri strati, terminando con la crema di carciofi ed il formaggio. Mettete in forno già caldo a 200 gradi, per 15 minuti, fino a quando si formi una crosticina leggera. Lasciate riposare qualche minuto e servite.

Risotto con radicchio e gorgonzola (35' Difficoltà: Media) (per 4 persone)

200 g di radicchio rosso
60 g di mascarpone
120 g di Gorgonzola
1 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
dado da brodo
sale
100 ml di latte
20 g di burro
Brandy
300 g di riso
pepe nero
Grana Padano

Preparate il brodo, sciogliendo un quarto di dado in un bicchiere di acqua calda, e portate ad ebollizione. Pulite il radicchio, lavatelo, scolatelo e tagliatelo a listarelle. Scaldate in un tegame l'olio ed una noce di burro, aggiungete il radicchio e fatelo rosolare per qualche minuto.

Insaporite con il sale, il pepe ed una spruzzata di brandy. Aggiungete il riso e fatelo tostare per alcuni istanti, mescolando con un cucchiaino di legno. Versate il brodo, poco per volta, continuando la cottura per circa 18 minuti e facendo attenzione che non si attacchi sul fondo. Dopo 10 minuti di cottura incorporate il gorgonzola tagliato a dadini, il mascarpone ed il latte. Continuate a mescolare con cura. A cottura ultimata, togliete dal fuoco, aggiungete a piacere del grana grattugiato e servite caldo.

Risotto alla pancetta (35' Difficoltà: Facile) (per 4 persone)

100 g di pancetta fresca
1 cucchiaino di olio extravergine d'oliva
0.5 dado da brodo
1 cipolla
20 g di burro
300 g di riso
20 g di Grana Padano
100 ml di panna da cucina

Affettate finemente la cipolla e tagliate a dadini la pancetta. Preparate il brodo, sciogliendo mezzo dado in 500 ml di acqua bollente. Scaldate in una casseruola il burro con l'olio, aggiungete la cipolla e fatela rosolare leggermente. Unite la pancetta e, qualche istante dopo, il riso. Fatelo tostare, mescolando per qualche minuto con un cucchiaino di legno. Versate poi il brodo, poco alla volta, continuando la cottura per 18 minuti circa. Incorporate la panna un minuto prima della fine della cottura, mescolando accuratamente. Togliete la casseruola dal fuoco, condite con il grana grattugiato e lasciate riposare 2 minuti prima di servire.

Fonduta (20' Difficoltà: Facile) (per 4 persone)

sale
200 ml di latte
10 g di burro
300 g di Fontina
500 g di patate
3 tuorli d'uovo

Lessare le patate in abbondante acqua salata, poi una volta tiepide, sbucciarle e farle a fette. Tagliare la fontina a dadini, metterla in un recipiente con mezzo bicchiere abbondante di latte e cuocere a bagnomaria, mescolando fino a quando il formaggio non si sarà sciolto. Battere i tuorli d'uovo, in una terrina, con quel che resta del latte. Versare il latte nel recipiente della fonduta molto lentamente, continuare a mescolare la fontina fusa e aggiungere una noce di burro. Versare la fonduta molto calda sulle fette di patate lesse.