



LEMANINPASTA

Laboratori di cucina Nicoli-Calvino

CUCINA DELL'ORTO E REGIONI

PIZZA ORTOMIO

(Calvinicoli School)

PASTA

1 kg di farina
2 bustine (o cubetti) di lievito di birra
2 cucchiaini di sale
1 cucchiaino di zucchero
acqua tiepida q. b.

Versare la farina in un ampio contenitore. Formare un buco al centro e versarvi il lievito, il sale, lo zucchero. Con un po' d'acqua sbattere con una forchetta e cominciare a far sciogliere il lievito. Aggiungere l'acqua a poco a poco e con le mani impastare fino a raccogliere tutta la farina.

Trasferire l'impasto su un piano di lavoro e impastare a lungo. Stendere la pasta e trasferirla sulla teglia coperta di carta da forno. Lasciar riposare almeno un'ora, in un posto riparato, coperta da un panno.

A questo punto condire a piacimento e infornare in forno già molto caldo. Occorreranno 20-25 minuti a seconda della potenza del vostro forno....

POSSIBILI CONDIMENTI CON PRODOTTI DELL'ORTO

- Spinaci , stracchino, parmigiano
- Costine , mozzarella e parmigiano o stracchino, mozzarella e parmigiano
- Pomodorini e/o pomodori freschi, mozzarella , origano , basilico
- Patate o patatine del burro bollite , mozzarella

CROSTATA DI COSTE E EMMENTHAL

Dosi per 4

Per la pasta:

farina 150 g

burro 70 g

sale un pizzico

Per il ripieno

coste 800 g

burro 30 g

latte 1 dl

panna 1 dl

emmenthal 100 g

uova 2

sale e pepe q.b.

Setacciate la farina e ponetela a fontana su una spianatoia. Ponetevi al centro il burro reso morbido e tagliato a pezzetti, 2 cucchiaini d'acqua e il pizzico di sale. Impastate leggermente senza lavorarla troppo, avvolgete l'impasto in un foglio di pellicola trasparente e fate riposare per circa 30 minuti al fresco.

Pulite le coste, separando la parte bianca dalle foglie verdi. Lavate le foglie e tagliatele a listarelle. Private le parti bianche da eventuali filamenti, lavatele tagliatele a dadini.

Mettete in un tegame i dadini di coste con il burro, copriteli a filo con acqua e fateli cuocere per circa 15-20 minuti, finché il liquido non si sarà asciugato.

Aggiungete le foglie a listarelle, salate e pepate a gusto e fate cuocere per altri 2 minuti, o finché il composto non sarà asciutto.

Togliete la pasta dalla pellicola trasparente, stendetela in una sfoglia di circa 3 mm, foderate una tortiera, dopo averla imburrata e infarinata, quindi bucherellate il fondo con le punte di una forchetta. Distribuitevi sul fondo il composto di coste, formando uno strato, su cui disporrete l'emmenthal tagliato a lamelle sottili.

Mettete in una ciotola le uova, il latte e la panna, salate e battete leggermente con una forchetta, versate uniformemente sulle coste e emmenthal, quindi passate in forno preriscaldato a 180° per circa 30-40 minuti.

Servite calda o tiepida.

MUFFIN ALLO YOGURT CON SALSA ALLA VALERIANA

120 grammi farina 00
3 fettine di prosciutto
3 uova
yogurt intero 60 gr
mezza bustina lievito in polvere
semi di finocchio
pepe
olio due cucchiaini
sale

Mascarpone, capperi, sale e foglioline di valeriana per la crema.

Impasta lo yogurt con le uova, aggiungi la farina e il lievito, l'olio e un pizzico di sale. Aggiungi una manciata abbondante di semi di finocchio e due macinate generose di pepe. Mescola fino a raggiungere la consistenza di una crema.

Imburra la placca da sei muffin, riempi ogni stampo per due terzi e inforna a 180 gradi per 12 minuti. Sforna i muffin, lasciali raffreddare per qualche minuto e poi rovesciali su un piatto.

Prepara la crema per farcirli: mescola tre cucchiaini di mascarpone con un pizzico di sale e una manciata di capperi. Poco prima di portare in tavola, apri i muffin tagliando la parte superiore, metti una fogliolina di valeriana, una fettina di prosciutto e con la siringa da pasticciere farcisci con la crema al mascarpone, poi richiudi la parte superiore senza premere troppo

TORTA DI ZUCCA DELLA NONNA

Questa ricetta della torta di zucca “della nonna” è caratterizzata da un sapore rustico e genuino ed è semplice da preparare.

1 kg di zucca gialla, 1 cucchiaio abbondante di cacao amaro; 3 cucchiari di zucchero; 1/2 bicchiere di latte; 2 uova sbattute; 1 bustina di lievito in polvere; zucchero a velo; sale; e burro e pangrattato per la tortiera.

La prima operazione da fare é quella di sbucciare la zucca e di eliminare i semi e i filamenti. La tagliamo a pezzi e la facciamo lessare in una pentola con acqua salata. Passiamo la zucca in un passaverdura raccogliendo la purea in una ciotola nella quale uniremo le uova, il cacao, il latte e lo zucchero. Sbattiamo energicamente gli ingredienti e con cura incorporiamo il lievito. Il composto ottenuto deve risultare compatto ma morbido.

Imburrate con cura la tortiera e passate il pangrattato uniformemente e riempitela con l'impasto. Infornate nel forno già caldo per 45 minuti o comunque finchè infilando uno stecchino, questo risulterà asciutto. Fatela raffreddare e cospargetela di zucchero a velo.

TORTA DI ZUCCA

Pumpkin pie

2 tazze grandi di polpa di zucca ben cotta

1 ½ tazza di panna per dolci (oppure meglio panna e latte)

¼ tazza di zucchero di canna

½ tazza di zucchero bianco (oppure a scelta più zucchero di canna che bianco)

1 cucchiaino di cannella - anche abbondante!

½ cucchiaino di zenzero

¼ cucchiaino di noce moscata

qualche chiodo di garofano

2 uova leggermente sbattute

Mischiare bene tutti gli ingredienti

Riempire con il composto una teglia foderata con pasta frolla per crostate

Mettere nel forno e cuocere 15 minuti a 220°-230°, quindi ridurre il calore a 180° e cuocere per 45 minuti circa.

Servire con panna montata o - meglio- con gelato fior di latte

CROSTATA DI ZUCCA 1

Per confezionare questa crostata si possono usare i vari tipi di zucca carnosì, gialli o arancione, che sono disponibili in inverno.

Dosi per una teglia di ca. cm 22-24 di diametro.

Pasta frolla per dolci

2 tazze di zucca cotta, 2 uova sbattute, 1 tazza di zucchero di canna (brown sugar), 1/2 tazza di panna, 1 tazza e 1/2 di latte, 1 cucchiaio di brandy, 1 cucchiaino di vanillina,

1 cucchiaino di cannella in polvere, 1 cucchiaino di ginger macinato, 1/2 cucchiaino di noce moscata, 1 tazza di panna montata.

Scaldare il forno a 190°. Mescolare insieme zucca e uova, aggiungere lo zucchero, il latte, la panna, il brandy, le varie spezie e lavorare bene tutto insieme. Con l'impasto per la crosta fare un cerchio con cui foderare il fondo e la parete della teglia premendo delicatamente. Stendere l'impasto di zucca a cucchiaiate dentro la crosta di pasta e infornare. Dopo 15 minuti diminuire la temperatura del forno a 160° e cuocere ancora per 20-25 minuti fino a quando la sottile lama di un coltello non uscirà asciutta. Lasciar raffreddare temperatura ambiente. Cospargere la crostata di panna montata prima di servire.

CROSTATA DI ZUCCA 2

500g pasta frolla
1 Kg zucca gialla
2 cucchiariate burro
1 cucchiaino cannella in polvere
2 uova
1 bicchiere miele
½ bicchiere latte
1 l panna
50g zucchero
sale

Sbucciate la zucca e cuocetela, a pezzi, in forno; dopo di che passatela al setaccio e insaporitela con la cannella ed un pizzico di sale. Sbattete le uova con il miele e aggiungetevi il latte. Montate a neve la panna e amalgamatela alle uova. Sciogliete la metà del burro in una casseruolina, mescolatelo al passato di zucca e aggiungete, pian piano, la crema di uova e miele. Stendete la pasta e foderate con questa la tortiera, punzecchiatela sul fondo, versatevi dentro il composto, ripiegate i bordi della pasta verso l'interno e cuocete in forno caldo (180') per 40 minuti.

Mettete il rimanente burro e lo zucchero in una casseruolina e fate bollire per 5 minuti. A cottura ultimata versate la salsetta sulla torta e rimettetela in forno caldissimo per un momento. Sformatela delicatamente su una gratella da pasticceria e lasciatela raffreddare prima di servirla.

SFORMATO DI ZUCCA

600 g di polpa di zucca
12 tuorli d'uovo
un bicchiere di latte o di panna
150 g di parmigiano reggiano
pangrattato q.b.
burro
sale
noce moscata

Procuratevi un bel pezzo di zucca. Sbucciatela, pulitela e ricavatene circa 600 grammi di polpa.

Tagliatela a pezzi piuttosto grossi e metteteli in una teglia da forno, coprendoli con la carta argentata. Infornate a 180° e cuocete per un'oretta fino a quando la polpa si sarà ammorbidita.

Schiacciate la zucca e unite un bicchiere di latte (o di panna), i tuorli d'uovo, il parmigiano, un pizzico di sale e un pizzico di noce moscata. Frullate il tutto fino ad ottenere un composto uniforme.

Imburrate gli stampini da forno e spolverizzateli con il pangrattato . Riempiteli con la crema di zucca e sistemateli su una teglia da forno.

Cuocete gli sformati per circa mezz'ora a 180°.

Si possono servire anche con una fonduta di formaggio, con una salsa di radicchi o di funghi o, ancora, con dello speck fritto.

FRITTELLE DI ZUCCA

Mezzo chilo di polpa di zucca
2 uova
3-4 cucchiaini di farina di frumento
4 cucchiaini di formaggio pecorino grattugiato
un ciuffetto di prezzemolo
sale
olio di oliva

Lessate la polpa di zucca in poca acqua salata.
In una ciotola sbattete le uova, unendo poi la farina, il prezzemolo tagliuzzato finemente, il pecorino. Amalgamate il tutto ottenendo una pastella fluida e cremosa. Scolate la zucca e schiacciatela con la forchetta fino ad ottenere un purè. Unite la zucca alla pastella.
Scaldate abbondante olio e friggetevi a cucchiaiate il composto. Scolate le frittelle, asciugatele su carta assorbente e servite.

Con la zucca si possono cucinare anche frittelle dolci che, per esempio, a Venezia sono di antica tradizione. Si preparano con polpa di zucca lessata, uvetta sultanina, buccia grattugiata di limone, farina, zucchero, lievito e un pizzico di sale. Si formano palline della grandezza di una noce che si friggono e si spolverizzano con zucchero a velo o semolato.



PESCHE RIPIENE

<u>Amaretti</u> sbriciolati 80 g	<u>Burro</u> 30 g	<u>Cacao in polvere</u> amaro 10 g
<u>Cioccolato</u> fondente 70 g	6 <u>Pesche</u> gialle medie mature e sode	<u>Rum</u> 1-2 cucchiari (facoltativo)
<u>Uova</u> 2 tuorli	<u>Zucchero</u> 60 g	

Le pesche ripiene al forno, da mangiare al cucchiaio sia calde che fredde, sono un dessert tipico Piemontese.

Per questa ricetta è preferibile utilizzare delle pesche gialle, mature ma ancora sode da dividere a metà (eliminando il nocciolo) e riempire con un composto di amaretti e cioccolato.

La cottura al forno ammorbidirà le pesche e darà vita ad un dessert molto particolare. Da provare!

Lavate le pesche sotto un getto di acqua fredda, asciugatele e dividetele a metà, quindi, con un coltellino, estraete il nocciolo.

Con l'aiuto di un cucchiaino, scavate leggermente le pesche tutto intorno all'incavo del nocciolo, ponendo la polpa ricavata in una ciotolina. Spappolate la polpa delle pesche pestandola con i rebbi di una forchetta o utilizzando un mixer. Sbriciolate gli amaretti pestandoli in un mortaio o con l'aiuto delle lame di un robot.

Montate i tuorli d'uovo con lo zucchero; versate il composto ottenuto in una ciotola e mescolando, aggiungete la polvere di amaretti, il cacao amaro, il cioccolato tritato, la polpa di pesca schiacciata e il rum (facoltativo).

Con il composto ottenuto riempite l'incavo delle mezze pesche e adagiatele, una vicina all'altra, in una pirofila imburrata, possibilmente senza lasciare spazi tra una e l'altra. Cospargete le pesche con fiocchetti di burro e infornatele in forno già caldo a 180° per circa 40-45 minuti. Trascorso il tempo necessario, estraete le pesche ripiene dal forno e servitele ancora calde.

CONSIGLIO: accompagnate le pesche ripiene con una pallina di gelato alla crema o della panna semimontata.

PANZEROTTI MOZZARELLA E POMODORO

(Puglia)

600 g di farina, lievito di birra

una grossa patata lessa passata a setaccio (facoltativa)

250 g di acqua tiepida

500 g di pomodori pelati

300 g di mozzarella

pepe, sale

Preparare l'impasto con la farina, il lievito, il sale (volendo si può aggiungere la patata) e l'acqua. Far lievitare per circa 2 ore. Nel frattempo aprire i pelati, strizzarli e metterli a sgocciolare in un colapasta. Tagliare a piccoli dadini le mozzarelle (meglio se stagionate).

Quando i pomodori pelati saranno ben sgocciolati, unirli alle mozzarelle e condirli con sale e pepe. Formare con la pasta dei dischi del diametro di circa 20 cm e dello spessore di 3-4 mm. Riempire ogni disco con abbondante mozzarella e pomodoro, piegarli a mezzaluna e chiuderli con la rotella dentellata o ripiegando i bordi.

Friggerli in abbondante olio d'oliva rigirandoli perché non si coloriscano troppo.

PIZZA MOZZARELLA VERZA E PATATE

E' vero, la verza non piace a tutti...ma se si cuoce abbinandola ai giusti ingredienti può risultare buona!

INGREDIENTI:

una confezione di pasta base per pizza

2 patate grosse

6 foglie di verza

250 gr di mozzarella (o scamorza affumicata se preferite)

formaggio grana grattugiato

olio

PREPARAZIONE:

Preriscaldate il forno a 220°.

Lesate le patate in abbondante acqua salata, scolatele, quindi pelatele e tagliatele a pezzetti.

Tagliate la mozzarella a fettine.

lavate le foglie di verza, sbollentatele in acqua salata, sgocciolatele e rompetele grossolanamente.

Scaldate un filo d'olio in una padella e fatevi appassire la verza per 3/4 minuti.

Disponete la pasta per pizza in una pirofila rotonda. Ungete la pasta con un po' d'olio e disponetevi la verza mescolata alle patate e alla mozzarella. Condite il tutto ancora con un filo d'olio. Concludete con una bella manciata di grana grattugiato e chiudete i bordi con la pasta rimanente.

Fate cuocere in forno per 20 minuti circa, finchè non risulterà ben dorata.

Sfornate e lasciatela raffreddare.

Servite tiepida.

BARCLETTE DI PANE, CAVOLO E PISTACCHI

INGREDIENTI

4 fette di pane
cavolo (foglie esterne verza, gambi broccolo, foglie cavolfiore)
50g di formaggio morbido (tipo crescenza)
1 pugno di pistacchi
olio extravergine
1 scalogno
sale e pepe

PREPARAZIONE

Tenete da parte le parti di scarto di verza, cavolfiore, broccoli, cavolo cappuccio come gambi, foglie e torsoli. Lavatele, asciugatele e tagliatele a listarelle.

Sbucciate e affettate sottilmente lo scalogno. In una padella fate sciogliere un cucchiaio di burro e uno di olio, fate appassire lo scalogno, quindi aggiungete il cavolo. Salate e pepate e fate saltare per qualche minuto. Spegnete il fuoco e lasciate intiepidire.

Frullate il cavolo, tritate grossolanamente i pistacchi sguosciati e pelati e uniteli al composto di cavolo, tenendone da parte qualcuno da usare come decorazione.

Accendete il forno a 180°. Disponete le fette di pane su un tagliere e appiattitele con un matterello. Emulsionate un cucchiaio di olio e uno di acqua e spennellateci le fette di pane. Disponete il pane all'interno di stampini rotondi e ben unti.

All'interno di ogni barchetta mettete un cucchiaino di formaggio e uno del pesto di cavolo, completate con qualche pistacchio.

Infornate a 180° e cuocete per 20 minuti. Lasciate intiepidire, sformate e servite.

Consigli

Questa ricetta è ideale per utilizzare tutte le parti di scarto dei cavoli. Le loro proprietà nutritive e doti protettive dovrebbero essere una valida ragione per utilizzarli al 100% e azzerare gli sprechi.

Pizzoccheri della Valtellina (Sondrio)

Ingredienti per 4 persone

320g di pizzoccheri

160g di patate

125g di burro

125g di verza, coste o spinaci

160g di formaggio semigrasso o stracchino

100g di parmigiano

2 spicchi d'aglio

Sale

1. In una pentola porta ad ebollizione abbondante acqua salata.
2. Versa le patate tagliate a dadini e le verdure tagliate a piccoli pezzi.
3. Dopo cinque minuti aggiungi i pizzoccheri.
4. Fai bollire per 12-15 minuti.
5. Scola il tutto e mettilo in una teglia.
6. Cospargi con parmigiano grattugiato e fettine sottili di formaggio
7. Prosegui alternando pizzoccheri e formaggio.
8. Soffriggi il burro con l'aglio.
9. Versa il burro fuso (senza l'aglio) sopra i pizzoccheri.
10. Pepa a piacere e servi caldo.

I pizzoccheri sono il piatto tipico più conosciuto della cucina valtellinese. Sono ricavati dalla farina del grano saraceno. Sono una sorta di tagliatelle piuttosto spesse e corte.

Il grano saraceno, originario dell'Asia (Manciuria o Siberia), fu introdotto in Europa, attraverso la Russia, nel Medioevo. Oggi è ancora diffuso in Russia, mentre in Europa si limita ad alcune zone della Francia e della Germania. In Italia è presente nelle province di Bolzano e Sondrio.

A causa delle sue caratteristiche nutrizionali e dell'impiego alimentare, questo vegetale viene spesso collocato tra i [cereali](#), nonostante tale classificazione sia scientificamente impropria, non appartenendo il grano saraceno alla famiglia delle [Graminacee](#).

Il grano saraceno è ricco di sali minerali, in particolare [ferro](#), [zinco](#) e [selenio](#).

E' una fonte preziosa di proteine vegetali e ha un alto contenuto in fibre.



Il dizionario definisce **meliga** una pianta erbacea perenne avente piccoli fiori gialli in pannocchie, frutti a cariosside, coltivata per alimentazione o come materiale per scope, ramazze; detta anche saggina o sorgo.

Ma **meliga** è anche una definizione piemontese con la quale si indica la pianta del mais o granturco.

Con i chicchi di meliga si possono preparare farine che diventano la base di tantissime ricette gustose e prelibate.

Paste di Meliga

RICETTA 1

200 g di zucchero	400 g di farina bianca
100 g di farina gialla	200 g di burro
2 uova intere	2 limoni grattugiati
1 bustina di lievito	un pizzico di sale

In un padellino mettere il burro a liquefare e versarlo caldo sullo zucchero messo in una terrina e girarlo.

Aggiungere tutti gli altri ingredienti ed impastare.

Riempire la siringa per dolci e metterli sulla piastra del forno con la carta forno.

Cuocere a 200 gradi finchè le paste di meliga non prenderanno un colore dorato

NEPITELLE

(Calabria)

400 g di farina	150 g di strutto
150 g di zucchero	quattro uova
300 g di fichi secchi	150 g di mandorle
150 g di noci sgusciate	100 g di uva sultanina
200 g di marmellata d'arancia	tre arance
chiodi di garofano	un cucchiaino di cannella
sale	

Disporre a "fontana" la farina sulla spianatoia ed incorporarvi le uova, lo strutto appena fuso, lo zucchero ed un pizzico di sale. Lavorare fino a quando l'impasto diverrà omogeneo e poi lasciare riposare per una mezz'ora in luogo fresco. Fare tostare le mandorle e poi, senza sbucciarle, tritarle insieme alle noci; tritare anche i fichi, dopo averli sbollentati per qualche minuto, ed impastarli insieme alle noci, alle mandorle, alla cannella e al garofano pestati in mortaio, all'uva sultanina, alla buccia d'arancia grattugiata, ed alla marmellata. Mescolare energicamente.

Riprendere l'impasto e tirarne una sfoglia dello spessore di un centimetro circa e ricavarne, con l'aiuto di un bicchiere o di un coperchio di latta, dei dischi del diametro di circa dieci centimetri. Deposare il composto di fichi sui dischi di pasta, bagnare il bordo dei dischi con un po' d'acqua (o albume di uovo) e richiuderli formando delle mezze lune. Sigillare con una forchetta i bordi e praticare sulla parte superiore di ogni mezza luna due o tre tagli; porre le "nepitelle" su di una teglia unta di strutto, dorare la superficie con un po' d'uovo sbattuto e mettere in forno a 180° per una mezz'ora.

FICHI AL CIOCCOLATO

(Calabria)

Due chili di fichi secchi,

400 g di mandorle,

30 g di chiodi di garofano,

150 g di cedro candito,

cannella,

500 g di cioccolato fondente grattugiato,

150 g di zucchero

Prendere i fichi seccati al sole, aprirli e porvi nel mezzo le mandorle leggermente tostate in forno, un poco di chiodi di garofano pestati e qualche pezzettino di cedro candito. richiuderli bene con le dita e infornarli su una piastra. Appena cominciano a indorare, toglierli dal forno e, ancora caldi, rotolarli in un miscuglio di cioccolato fondente grattugiato e zucchero. Si può, secondo un metodo più corrente, immergere i fichi, appena tolti dal forno, in una casseruola nella quale si sarà fatto sciogliere il cioccolato con poca acqua e un pizzico di cannella. I fichi al cioccolato si conservano in cassette di legno o anche di latta, foderata di carta oleata.

GUEFFUS

(Sardegna)

400 g. di mandorle spellate
200 g. di zucchero semolato
Un limone
½ bicchiere d'acqua
½ bicchiere di sambuca

Per guarnire:

Zucchero semolato q.b.

Pestare nel mortaio le mandorle e ridurle in farina non troppo fine.

Versare in un tegame l'acqua con il liquore e portarlo sul fuoco; appena giunge a bollore aggiungere lo zucchero e, non appena sarà sciolto, unirvi la farina di mandorle, la scorza precedentemente grattugiata del limone; tenere sul fuoco moderato per un paio di minuti, sempre mescolando, e versare quindi il tutto su un piano di marmo pulitissimo o su un largo piatto di porcellana per fare intiepidire.

Con le mani inumidite, formare allora delle palline della dimensione di una noce e passarle nello zucchero rivestendole accuratamente.

Una volta raffreddate del tutto, incartarle una per una come delle caramelle, utilizzando prima della carta stagnola e poi della carta velina di vario colore da sfrangiare alle estremità.

N.B.: Si conservano in una scatola di latta.

CROSTATA DI RICOTTA ROMANA

Per la pasta

300 g farina

150 g zucchero

150 g burro

un uovo intero + due tuorli

buccia di un limone grattugiata, sale

Per il ripieno

400 g ricotta

½ cucchiaio di farina

3 uova

80 g zucchero

2 cucchiaini di uvetta e 2 di pinoli
2

cucchiaini di canditi e/o pezzetti di
cioccolata

cannella, buccia grattugiata di
arancia o limone, sale

Per completare: un uovo e zucchero a velo

Per la pasta frolla: disponete la farina a fontana, aggiungete lo zucchero, la buccia di limone grattugiata, al centro unite l'uovo e i due tuorli, distribuite a fiocchetti il burro ammorbidito e impastate il tutto velocemente, poi lasciate riposare per 30 minuti.

Nel frattempo preparate il ripieno: in una terrina unite alla ricotta i tuorli (tenete da parte gli albumi) e gli altri ingredienti. In ultimo aggiungete con delicatezza i bianchi montati a neve.

Dalla pasta frolla ricavate due dischi, uno leggermente più piccolo dell'altro. Foderate uno stampo (26 cm di diametro) con la carta da forno, adagiatevi il disco di pasta frolla più grande facendola risalire anche sul bordo e sopra distribuite il ripieno di ricotta. Dall'altro disco, tagliandole con la rotella dentellata, ricavate delle strisce, disponetele incrociate sulla superficie della ricotta.

Spennellate la pasta con l'uovo leggermente sbattuto. Cuocete in forno caldo a 190°C per circa 50 minuti.

Lasciate raffreddare la crostata a temperatura ambiente, trasferitela sul piatto da portata, infine cospargete con lo zucchero a velo.

PASTIERA NAPOLETANA

Per la pasta frolla:

500 g farina
200 g strutto
200 g zucchero
3 uova

Per il ripieno:

400 g grano cotto
½ litro di latte
½ cucchiaio di burro
1 scorza di limone
500 g ricotta
300 g di zucchero
10 tuorli d'uovo
cedro a cubetti
acqua di fiori d'arancio.

- Preparare la pasta frolla e farla riposare in frigorifero
- Mettere il grano in una pentola con il latte, il burro e la scorza di limone; far cuocere fino a quando il latte si è consumato tutto.
- Mentre il grano si raffredda, mettere in una terrina la ricotta e lo zucchero e amalgamare bene.
- Aggiungere i tuorli, uno per volta, il cedro a cubetti, l'acqua di fiori d'arancio e infine il grano freddo senza la scorza di limone
- Imburrare la tortiera, mettere uno strato di pasta frolla lasciandola debordare.
- Versare il ripieno preparato, fare delle strisce di pasta e mettere sulla pastiera, incrociandole.
- Infornare a fuoco lento (160° circa); una tortiera grande dovrà cuocere circa due ore.
- Si può preparare, come abbiamo fatto noi, in stampini più piccoli; in questo caso la cottura sarà più veloce.

BIANCUMANCIARI

(Crema di latte)

(Sicilia)

1 litro di latte
100 g di amido per dolci
250 g di zucchero
Cannella in polvere q.b.

Sciogliete lo zucchero nel latte a fuoco basso e aggiungete l'amido a piccole dosi, facendolo passare attraverso un colino. Rimescolate continuamente in modo da non formare grumi fino ad ottenere una crema omogenea.

Versatela in apposite formelle o coppette, spolverizzate con cannella e servite fredda.

Variante: aggiungete sulla crema pezzetti di cioccolato fondente.

CASTAGNOLI

(Sicilia)

400 g di mandorle e nocciole
350 g di zucchero
50 g di cacao amaro
15 g di cannella in polvere
5 bustine di vanillina
caffè q.b.
liquore q.b.

Fate abbrustolire le mandorle e le nocciole e spellatele ancora calde. Tritatele finemente e mettetele in una scodella insieme a tutti gli altri ingredienti, aggiungendo caffè amaro e del liquore bianco, affinché possiate fare delle palline consistenti che passerete nello zucchero. Disponete su un piatto di portata e servite.

CROCCANTE ALLE MANDORLE

Il croccante è un tipico dolce natalizio, di semplice realizzazione e grande gusto ma di origini discusse: è preparato in moltissime regioni d'Italia, specialmente al centro-sud, e tutte vantano una tradizione al riguardo.

Ci sono diverse ipotesi circa la sua origine, come anche per il torrone. Si hanno testimonianze scritte di questo dolce su di un testo spagnolo del 1475, il che fa presumere la provenienza iberica, ma altri avanzano l'ipotesi che il croccante sia nato nel meridione d'Italia intorno al '200, come derivazione di un tipico dolce arabo, fatto a base di mandorle, miele, zucchero e spezie.

In diverse province italiane, si svolgono manifestazioni dove il protagonista è il croccante, con il quale grandi artigiani si sfidano in una gara di fantasia e abilità per formare delle bellissime sculture, come a Sestola (Mo) o a San Marco dei Cavoti (BN).

Acqua 2 cucchiari
Limoni 1 cucchiaino di succo
Mandorle 300 g
Zucchero 350 g

Sbollentate le mandorle buttandole nell'acqua bollente e lasciandovele per un paio di minuti, dopodichè pelatele, tamponatele con della carta assorbente e disponetele su una placca da forno e infornatele, a 180° per 5 minuti appena affinché si tostino senza però scurirsi.

Intanto versate in una casseruola lo zucchero insieme all'acqua e al succo di limone, e fate sciogliere a fuoco lento, girandolo ogni tanto con un cucchiaino di legno .

Lo zucchero dovrà sciogliersi completamente fino a diventare di un bel colore biondo: fate attenzione a che non diventi mai scuro. Intanto tritate

grossolanamente una parte delle mandorle, lasciando intera invece un'altra metà .

Quando lo zucchero sarà pronto, spegnete il fuoco, e versate nella casseruola le mandorle e continuate a girare per amalgamare bene il tutto .Versate immediatamente il composto su un piano di marmo unto d'olio, o su di un foglio di carta oleata (o carta forno) posto in un teglia .

Livellate bene il composto per dargli lo spessore desiderato aiutandovi con una spatola unta o con la lama di un coltello o ancora, pressandolo con un limone che sprigionerà così tutto il suo aroma . Lasciate raffreddare qualche minuto e prima che si solidifichi del tutto tagliatelo a losanghe o a barrette con un grosso coltello infine lasciate indurire il vostro croccante.

■ Consiglio

Solo quando il croccante sarà ben freddo si potrà conservare avvolgendolo nella carta stagnola e riporlo in scatole di latta o in vasi di vetro con il coperchi. E poi fate attenzione! Con il caldo lo zucchero caramellato tende a sciogliersi, per cui tenete il croccante in un posto molto fresco e asciutto.

■ Curiosità

Molte persone, prima di tagliare il croccante ci strofinano sopra un limone o un arancia interi, sia per livellarlo meglio, sia perchè la buccia degli agrumi rilasci un gradevole aroma sul dolce.

AMOR POLENTA

(Veneto)

Per uno stampo:

- 75 g farina bianca
- 75 g farina gialla finissima (fioretto)
- ½ bustina di lievito
- 50 g mandorle
- 150 g burro
- 4 uova
- 130 g zucchero (zucchero a velo se si preferisce meno dolce)
- ½ bicchierino di brandy
- latte q. b.
- un pizzico di sale

Fate ammorbidire il burro.

Imburrate e infarinate abbondantemente uno stampo da “amor polenta” (o da plum-cake).

Tostate le mandorle in forno fino a che saranno imbiandite, poi pestatele per ridurle in polvere, con il mixer o con il frullatore.

Lavorate il burro a crema in una terrina e incorporate lo zucchero. Unite due uova e due tuorli. Lavorate ancora l’impasto, incorporate la farina bianca, poi la gialla passandola attraverso un colino, infine il lievito. Unite un pizzico di sale, le mandorle in polvere e il brandy.

Mescolate con cura, poi allentate il composto con un po’ di latte.

Versate nello stampo imburrate e battetelo, perché il composto si assesti tutto alla stessa altezza.

Fate cuocere a 190° per circa 40 minuti, verificando la cottura con un coltello o con uno stecchino.

Sfornate, sformate e fate raffreddare prima di consumarlo.

PLUMCAKE BIANCO/NERO

(Ricetta senza glutine)

- 250 G FARINA MIX C SHAR
- 250 G ZUCCHERO
- 200 G BURRO
- 5 UOVA
- ½ BUSTINA LIEVITO PER DOLCI consentito
- 30 G CACAO IN POLVERE consentito

- ZUCCHERO A VELO q.b. consentito

Mescolare insieme burro e zucchero.

Aggiungere le uova e mescolare fino ad ottenere una crema liscia ed omogenea Unire farina e lievito ed amalgamare

Dividere l'impasto in due parti uguali e a una di queste aggiungere il cacao amalgamandolo per bene.

Imburrare stampo per plum cake e infarinarlo (con farina consentita) e alternare i due impasti.

Cuocere in forni a 180 gradi per circa 40 minuti e buon appetito!

TORTINE DELLA NONNA

(Ricetta senza glutine)

- 200 g di farina gialla consentita
 - 4 uova
 - 1 bustina di lievito consentita
 - 100 g di burro
 - 150 g di zucchero
 - sale

 - buccia grattugiata di arancia e limone
- Lavorare i tuorli con lo zucchero in una terrina per ottenere una crema liscia.
- Unirvi il burro ammorbidito, quindi versare a pioggia la farina gialla ed incorporarla al composto, aggiungere sale e la buccia grattugiata.
- Unire il lievito sciolto in poco latte tiepido, se l'impasto risultasse duro aggiungere più latte e per ultimo incorporare le chiare montate a neve.
- Preparare 10 tortine e metterle in recipienti di stagnola per crostatine, in forno moderato per 25-30 minuti.
- E' possibile preparare con questa ricetta anche una torta (In forno moderato per un'ora circa)

Autore: Nonna Concetta

TORTA DI CIOCCOLATO

- 300 g. di zucchero
- 150 g. di burro
- 300 g. di fecola di patate consentita
- 3 uova intere
- 100 g. di cioccolato fondente consentita
- 1 bustina di lievito per dolci consentito
- pizzico di sale
- latte (circa 1 bicchiere scarso)

Sciogliere a bagno-maria il burro e il cioccolato.

Sbattere con le fruste elettriche lo zucchero e le uova intere, aggiungere la fecola di patate, il burro e il cioccolato sciolto, il pizzico di sale, la bustina di lievito e aggiungere il latte fino a rendere l'impasto morbido.

Mettere la carta da forno sul fondo di una tortiera con diametro di circa 24 cm. con bordo alto e imburrare il bordo.

Cuocere a forno già caldo a 140° per circa 1 ora (dipende dal forno), comunque passato un'ora inserire lo stuzzicadenti per vedere se è cotta all'interno.

Se si vuole quando non è più calda si può mettere sopra lo zucchero a velo oppure far sciogliere del cioccolato fondente e ricoprirla.

CUC

SENZA GLUTINE

AMOR POLENTA

GLUTEN FREE

Burro 125 g

Zucchero 135 g

Farina MIX C – Schar 75 g

Farina di mais consentita
100 g

Mandorle sbucciate 75 g

Uova 2 + 3 tuorli

Lievito per i dolci consentito 1 cucchiaino

Liquore Strega 1 bicchierino (a piacere)

Vanillina 1 bustina

Fate sciogliere il burro in una casseruola e lasciatelo intiepidire. Pelate le mandorle e tritatele finemente.

Setacciate assieme le due farine, il lievito e la vanillina.

Versate in una ciotola il burro e lo zucchero a velo. Mescolate delicatamente con un cucchiaino finché il composto sarà gonfio e morbido. Aggiungete le uova e i tuorli, uno alla volta, e incorporateli alla perfezione.

Versate il liquore, il composto di farina e il trito di mandorle, poi mescolate accuratamente.

Prendete uno stampo a cassetta, imburratelo e infarinatelo. Versate il composto nello stampo e livellatene la superficie.

Portate il forno a temperatura di 170°, infornate il dolce e fatelo cuocere per 50 minuti.

Togliete il dolce dal forno, lasciatelo raffreddare e sformatelo. Cospargete la superficie con lo zucchero a velo e portate in tavola.

Torta dolce di fagioli alle nocciole

Ingredienti per 6 persone:

- 400 gr. fagioli borlotti;
- 150gr. zucchero semolato;
- 50 gr. nocciole sgusciate;
- 1 limone non trattato;
- 3 uova;
- 20 gr. zucchero a velo;
- 20 gr. burro per la teglia;
- 1 pizzico di bicarbonato;
- sale fino qb;

Purea di fagioli da fare il giorno prima (risulterà più densa)

Mettete i fagioli in ammollo in acqua fredda per 12 ore, cuocerli nella pentola a pressione coperti d'acqua 20 min. dal sibilo, scolateli. Passateli nel passaverdura, facendo cadere in una ciotola, mescolate. Coprire con la pellicola e lasciate riposare 8 ore in frigorifero.

Preparare l'impasto:

Lavate bene il limone, grattugiate la scorza (dovete ricavarne circa 1 cucchiaino). Tagliate il limone a metà, spremetene il succo e filtratelo.

Tostate le nocciole in un padellino antiaderente, senza grassi, 2 minuti, poi tritatele grossolanamente nel mixer.

Separate i tuorli dagli albumi in due ciotole diverse. Sbattete i tuorli e lo zucchero semolato con una frustra fino a renderli gonfi e spumosi quindi incorporarli alla purea di fagioli, unite le nocciole tritate, il succo di limone e metà della scorza grattugiata.

Aggiungete al composto un pizzico di sale e di bicarbonato, fate amalgamare il tutto per ottenere un impasto liscio e omogeneo.

Scaldate il forno a 190° C.

Trasferite l'impasto in una tortiera imburrata di 26 cm di diametro, livellatelo e infornate per 30 minuti circa quindi togliete dal forno e lasciate intiepidire. Quando la torta è tiepida sformatela e fatela raffreddare.

Appena fredda spolveratela con lo zucchero a velo mediante un colino quindi trasferitela su un piatto da portata e servite.

Variante:

Al posto di spolverizzare la torta di zucchero a velo, potete ricoprirla con della marmellata, ad esempio di albicocca.

Provate a fare indovinare l'ingrediente principale, nessuno se ne accorgerà ...

Biscotti di farina di ceci all'arancia

Ingredienti:

275 g di farina di ceci
140 g di olio di semi di girasole
100 g di acqua
20 g di farina di cocco
20 g di nocciole
150 g di zucchero integrale
1 g di cannella (2-3 cm di stecca)
la buccia di 1/2 arancia

Procedimento:

Scaldare il forno a 180°.

Versare la farina di ceci in una padella e tostarla a fuoco lento muovendola costantemente; sono necessari 10-15 minuti, deve risultare dorata (più dorata, visto che la farina di ceci lo è già) e con il caratteristico profumo di farina tostata.

Nel frattempo frullare a parte lo zucchero con le nocciole, la cannella e la buccia d'arancia. Quando la farina è pronta, mescolarla accuratamente alla farina di cocco e alla miscela di zucchero, nocciole, arancia e cannella.

Emulsionare acqua ed olio ed unirli al resto degli ingredienti.

Stendere l'impasto a 1/2 centimetro di spessore e ricavarne dei biscotti con una formina; non dovrebbe essere necessario infarinare l'impasto, perché è sufficientemente unto da staccarsi bene dal piano, l'unico accorgimento è quella di maneggiarlo con molta delicatezza. Infornare e cuocere per circa 15 minuti, quando si estraggono devono essere ancora morbidi o si rischia di ritrovarsi con dei bellissimi, profumatissimi, durissimi mattoncini.

PASTE DI MELIGA

125 gr. farina mais fumetto
125 gr. fecola
50 gr. farina riso
latte
100 gr. zucchero
100 gr. burro
1 uovo intero
1 albume
1/2 bustina lievito per dolci

Far assorbire il burro alla miscela di farine (con il lievito) e aggiungere lo zucchero. Aggiungere l'uovo e l'albume ed un cucchiaino di latte.

L'impasto deve risultare *denso* ma tale da poter essere versato in una tasca o siringa da dolci con montata la bocchetta a stella più larga.

Su una placca da forno foderata con carta forno disporre, con la siringa, dei cerchi di impasto abbastanza distanziati. Cuocere in forno a 180° - 200° per circa 15 minuti ricordando di girarli a metà cottura con una paletta.

PIZZOCCHERI GRATINATI

Ingredienti per 4 persone:

Pizzoccheri secchi 250 grammi, 4 patate, 1 cavolo cappuccio piccolo, 1 mazzo piccolo di bietole, 2 cipolle, 4 spicchi di aglio, salvia, 100 grammi di grana padano, salvia fresca o secca abbondante, 1 peperoncino, 1 etto di bitto o altro formaggio molle, 50 grammi di burro, 2 cucchiaini di olio.

Preparazione:

I pizzoccheri sono una sorta di tagliatelle di farina e grano saraceno, piuttosto spesse e corte, specialità della Valtellina, che si cuociono insieme alle verdure (patate, bietole, cavoli, fagiolini) e si condiscono con burro, panna, cipolle, aglio, salvia e formaggi tipici della zona. Naturalmente esistono numerose varianti di questo piatto. Quella proposta è una versione gratinata.

Portare ad ebollizione l'acqua in una pentola grande. Sbucciare le patate, tagliarle a medaglioni e metterle a cuocere. Lavare le bietole, tagliarle a pezzetti e unirle alle patate, insieme al cavolo, strappando le foglie con le mani. Aspettare che l'acqua riprenda il bollore e mettere a cuocere anche i pizzoccheri.

Nel frattempo preparare il condimento: sbucciare le cipolle e l'aglio, tritarli finemente e metterli a rosolare in una padella con l'olio, il burro, la salvia e il peperoncino a fiamma moderata. Scolare i pizzoccheri dopo circa 15 minuti cottura.

Imburrare una pirofila e versare uno strato di pizzoccheri con le verdure, aggiungere qualche cucchiainata di condimento, una manciata di formaggio grattugiato, il formaggio tagliato a cubetti e continuare così fino ad esaurimento degli ingredienti.

Sull'ultimo disporre abbondante condimento di cipolle, salvia e burro (eliminando il peperoncino), grana grattugiato, bitto a cubetti e fiocchi di burro.

Mettere in forno caldo a gratinare per circa 15/20 minuti.

CUCINA EUROPEA

KROVRIZKA

(Russia)

La cucina tradizionale è una parte importante della cultura nazionale russa. In passato il grano, il frumento, la segale, l'avena ed il miglio erano tra i principali alimenti in Russia e di conseguenza anche i prodotti da essi derivanti come il pane. In una tavola imbandita per un'occasione importante non possono mancare le torte e altri prodotti della pasticceria. Le torte erano preparate con cereali cotti così come anche qualsiasi tipo di frittella o budino.

Anche l'allevamento di bestiame e la caccia erano attività molto praticate in Russia, da qui deriva anche un'ampia varietà di piatti di carne, non solo d'allevamento ma anche di cacciagione.

Le ampie aree boschive soprattutto nel nord della Russia erano ricche di bacche e funghi e questo era considerato come un "dono della foresta" portato sulle tavole russe. Non ci si deve scordare, però, dei piatti di pesce. La cucina russa è rinomata per le varie prelibatezze, specialmente per i rinfreschi, a base di pesce.

I fiumi, i laghi e i mari russi sono ricchi di questo alimento.

I secoli passarono e la crescita dei contatti con l'occidente portò ad una inevitabile contaminazione nella cucina russa. Ai tempi di Pietro il Grande la cucina del tempo si diffuse per tutta la Russia e con essa anche le pentole, le pentole da frittura, le schiumarole e altri utensili indispensabili vennero introdotti.

All'inizio del 19^o secolo i cuochi russi crearono diverse salse e condimenti prendendo spunto dalle salse per cui la Francia era famosa. Queste innovazioni divennero importanti e si accostarono all'uso delle spezie tradizionali russe, come la mostarda e il rafano.

dosi per 4 persone:

500 g farina

200 g zucchero

150 g miele

1 uovo

70 g noci sgusciate

Un pizzico di cannella

1/2 cucchiaino di bicarbonato

chiodi di garofano in polvere

marmellata

In un recipiente sbattete un uovo con 125 g di zucchero; aggiungete poi 100 g di miele, un pizzico di cannella e uno di chiodi di garofano in polvere, mezzo cucchiaino di bicarbonato e amalgamate il tutto. Versate quindi lentamente la farina mescolando l'impasto con un frustino per 5-10 minuti. In un tegamino ponete il rimanente zucchero e cuocetelo a fuoco lento finché diventerà di color bruno; scioglietelo poi in due cucchiai di acqua e aggiungete gli altri 50 g di miele e mescolando portate all'ebollizione. Unite poi questa salsina all'impasto di farina e amalgamate bene il tutto. Spalmate con il burro la piastra da forno, cospargetela di farina e disponetevi l'impasto livellandolo. Sgusciate le noci e dopo averle finemente pestate nel mortaio, spargetele sull'impasto. Mettete poi la kovrizka nel forno caldo e cuocetela per 15-20 minuti a fuoco moderato. A cottura ultimata sfornatela e lasciatela raffreddare. Con un coltello tagliate la kovrizka a metà orizzontalmente e spalmate la parte tagliata con una marmellata di frutta a vostro piacere; ricongiungete poi le due metà e servitela affettata.

FONDUTA DOLCE

(Russia)

Dosi per 6 persone: 250 g cioccolato fondente, 100 g panna liquida, rum, 1/2 stecca vaniglia, 20 g burro, poco latte, un pizzico di sale, frutta secca mista (albicocche, prugne, datteri, noci), mele, banane

Nel tipico tegamino per la fonduta porre il cioccolato a pezzetti con la panna e fonderlo a bagnomaria. Unire il burro, la vaniglia aperta e 1 pizzico di sale. Diluire con poco latte e rum e mettere il tegamino sul suo fornello al centro della tavola. Utilizzare una ciotola diversa per ogni tipo di frutta e tagliare a pezzetti quella fresca. Servire la fonduta con gli spiedini, immergendo la frutta nel cioccolato caldo.

KASHA DI GURIEV

(Russia)

Un litro di latte, 200g. di semolino, 500g. di zucchero, 50g. di uvetta, 50g. di noce, 2 uova, 50g. di pinoli, 250g. di mirtillo, cannella.

Far bollire il latte e aggiungervi il semolino a pioggia, lasciando cuocere per dieci minuti. Versare metà dello zucchero, l'uvetta ammorbidita, le noci e i pinoli, quindi togliere dal fuoco e incorporatevi le due uova. Stendere il tutto in una teglia da forno e far cuocere per 30 minuti a 180°.

Raffreddare, tagliare in quadrati di media dimensione e servire con salsa di mirtilli. Per preparare la suddetta salsa: bollire per qualche minuto i mirtilli con 250 g. di latte, 250 g. di zucchero, e una stecca di cannella.-

SIRNIKI

(Russia)

ricotta 500 g

3 cucchiaini di zucchero

un uovo

due cucchiaini di farina

vanillina, un pizzico di sale, una manciata di uvetta, olio

I Sirniki (in lingua originale Серники) sono maggiormente preparati con la ricotta. Prendi una ciotola abbastanza capiente e versane dentro la ricotta con 3 cucchiaini di zucchero, mescola bene tutto insieme fino ad ottenere una crema, aggiungi 1 uovo intero, 1 pizzico di sale e una bustina di vanillina; aggiungi 2 cucchiaini di farina e qualche manciata di uva secca. Ora il composto è pronto: se risulta troppo morbido aggiunge un po' di farina, viceversa un po' di latte. Prendi una padella alta per friggere e fai scaldare l'olio (se non vuoi che si senta in casa troppo l'odore di fritto, aggiungi uno spicchio di mela nella padella). Quando l'olio sarà caldo prendi un po' del composto preparato con un cucchiaino in modo da formare una pallina e fallo friggere prima da un lato e poi dall'altro premendolo con una forchetta; continua così fino a quando non avrai finito il composto.

Disponi i Sirniki su carta assorbente.

Prendi un piatto rotondo e disponi i Sirniki al centro ai lati del piatto, lascia un po' di spazio permettere la panna da cucina e il miele; infatti questi dolci si mangiano ancora caldi passandoli prima sul miele e poi sulla panna. Se ti piacciono i frutti di bosco si possono mangiare anche con panna e frutti di bosco.

KRAPFEN

(Germania)

Per la pasta:

farina 300 g

latte 1/2 bicchiere

lievito di birra 20 g

la scorza grattugiata di un limone

un grosso pizzico di sale

strutto (o burro) 60 g

uova 2

vanillina 1 bustina

zucchero 50 g

Sciogliete il lievito di birra nel latte intiepidito contenente un cucchiaino di zucchero, e lasciate che si formi della schiuma in superficie.

Intanto su di una spianatoia, o in un recipiente, setacciate la farina ed unite il sale, le uova, lo strutto (o il burro ammorbidito a temperatura ambiente e tagliato a pezzetti), lo zucchero, la scorza di limone grattata, la vanillina e per ultimo il lievito disciolto nel latte.

Lavorate bene tutti gli ingredienti fino a che avrete ottenuto un impasto omogeneo, liscio e compatto, adagiate la pasta in un recipiente coperto con un canovaccio, e lasciatela lievitare per almeno due ore (il volume dell'impasto deve raddoppiare).

Quando l'impasto sarà lievitato lavoratelo di nuovo e stendetelo con un matterello fino ad ottenere una sfoglia di circa 1/2 cm, dalla quale, con uno stampino (bicchiere o tazza) ricaverete dei dischi del diametro di circa 6 cm. Ponete al centro dei dischi un cucchiaino di marmellata, poi spennellate il bordo con poca acqua, e ricoprite con un altro disco di pasta premendo bene i bordi. Lasciate riposare per almeno un'ora, e poi, trascorso il tempo necessario, scaldate in un tegame lo strutto (o dell'olio extravergine d'oliva), e friggetevi a fuoco moderato i krapfen (pochi alla volta), rigirandoli affinché diventino dorati su tutti e due i lati. Toglieteli dall'olio con una schiumarola, fateli sgocciolare bene, adagiateli su della carta assorbente e poi cospargeteli di zucchero a velo.

STRUDEL

(Austria)

Lo strudel è un dolce tipico del Trentino Alto Adige, ma le sue origini sono Turche. I Turchi, che dominarono intorno al XVII secolo l'Ungheria, preparavano un dolce di mele simile che si chiamava baklava. Questa ricetta fu variata e trasformata dagli ungheresi nell'attuale strudel che presto prese piede in Austria, che, a sua volta, dominando per un certo periodo alcuni territori dell'Italia del Nord, fece conoscere loro questo delizioso dolce. Il Trentino Alto Adige è ormai il depositario di questa preparazione, che qui ha avuto notevole successo anche grazie alle numerose coltivazioni di mele presenti sul suo territorio, che sono l'ingrediente fondamentale del ripieno di questo rotolo di pasta, assieme a uvetta, pinoli e cannella.

Per 2 strudel della lunghezza di circa cm 30

PASTA:

Acqua tiepida 100 ml
Farina 250 g
Olio extravergine oliva 2 cucchiai
Sale 1 pizzico
Uova 1

RIPIENO:

Burro 100 g (per tostare il pangrattato)
Burro liquefatto 100 g (per ungere la sfoglia)
Cannella in polvere 2 cucchiaini
Limoni la buccia grattugiata di 1
Mele Golden 1,5 kg
Pangrattato 150 g
Pinoli 50 g
Rum 4 cucchiai
Uvetta sultanina 100 g
Zucchero 120 g
Zucchero al velo q.b. (per il tocco finale)

■ **Consiglio**

Se volete rendere più ricca la presentazione dello strudel, servitelo sempre tiepido o caldo, accompagnato con della panna semimontata spolverizzata di cannella.

■ **Curiosita'**

Lo strudel, a seconda del luogo, viene preparato anche con pasta sfoglia o pasta frolla; può essere fatto anche con altri tipi di frutta come pere, ciliegie, albicocche, oppure addirittura con verdure o crauti in versione salata.

Versate la farina su di una spianatoia o in una ciotola come preferite e metteteci al centro l'uovo, il sale e l'olio. Cominciate ad impastare energicamente e aggiungete lentamente l'acqua, tanta quanto basti per rendere la pasta consistente, liscia ed elastica. Quando avrete finito, formate una palla, ungetela con dell'olio, copritela con della pellicola trasparente e lasciatela riposare per mezz'ora al fresco.

Intanto mettete a bagno l'uvetta nel rum o se preferite in acqua tiepida; tostate il pangrattato nel burro.

Sbucciate le mele, togliendo loro il torsolo, e tagliandole in quattro spicchi e poi a fettine sottili. Versate le mele in una ciotola capiente e aggiungete l'uvetta strizzata.

Continuate unendo la cannella in polvere, lo zucchero, i pinoli (10) e la buccia grattugiata del limone. Mescolate delicatamente gli ingredienti e lasciate riposare.

Accendete il forno a 200°. Nel frattempo prendete la pasta, dividetela in due parti uguali e stendetela per il lungo con il matterello su di un canovaccio infarinato, fino a che la sfoglia non diventi sottile il più possibile.

Ungete una sfoglia con metà del burro liquefatto, lasciando tutto intorno un bordo di 2-3 cm, cospargetela con metà del pangrattato tostato precedentemente nel burro.

Adagiate sopra di esso metà del composto di mele; arrotolate lo strudel dalla parte più lunga, facendo attenzione a non rompere la pasta, aiutandovi con il canovaccio sul quale è posizionato; sigillatelo bene anche sui lati, affinché il contenuto non esca durante la cottura.

Poi ponete lo strudel su di una teglia imburrata (o sopra della carta forno) con la chiusura rivolta verso il basso e, prima di infornarlo a 200° per circa 40 minuti, irroratelo con il burro fuso. Ripete la stessa procedura per il secondo strudel. A cottura ultimata, cospargere gli strudel di zucchero al velo e serviteli tiepidi e tagliati a fette.

VANILLEKIPFERL
(CORNETTI ALLA VANIGLIA)
(Austria)

Il nome non vi tragga in inganno: non parliamo del classico cornetto che troviamo al bar, ma di biscottini a forma di mezza luna; la ricetta è tipica di Vienna, sono dei biscotti che si mangiano prevalentemente nel periodo natalizio, ma vista la loro bontà sono buoni tutto l'anno.

100 g di mandorle
280 g di farina
90 g di zucchero a velo
1 presa di sale
vaniglia
150 g di burro morbido
2 tuorli
150 g di zucchero
Zucchero a velo per decorare

Mescolare farina, mandorle, zucchero a velo e burro fino a farlo divenire delle briciole, aggiungere le uova, sale e quando l'impasto è formato porlo in frigo per qualche ora.

Formare 2 sfoglie con l'impasto, tagliarlo a strisce regolarli e formare poi dei rotoli da ogni striscia. Tagliarlo a pezzi regolari e poi incuneare le punte per formare dei cornetti.

Infornare in forno caldo a 190° per 12 minuti, una volta freddi spolverizzate di abbondante zucchero a velo.

TORTA SACHER

Ingredienti

250 g cioccolato fondente

200 g zucchero

200 g burro

220 g farina

5 uova

un pizzico di sale

Ingredienti per la farcitura

150 g cioccolato fondente

50 g zucchero

marmellata di albicocche

Spezzettare il **cioccolato** fondente e farlo sciogliere a bagnomaria. Tagliare a pezzetti il **burro** a temperatura ambiente, aggiungere la metà dello **zucchero** e lavorare con una frusta fino ad ottenere una crema.

Aggiungere il cioccolato alla crema e, sempre mescolando con la frusta, aggiungere i **tuorli** (rosso) uno alla volta. In un altro recipiente, montare a neve gli **albumi** (bianchi) con un pizzico di **sale** e aggiungere l'altra metà dello zucchero.

Unire la crema al cioccolato agli albumi e aggiungere poco alla volta la **farina** mescolando con la frusta. Il composto dovrà essere uniforme e privo di grumi e non troppo liquido (aggiungere altra farina se dovesse esserlo).

Mettere il composto in una teglia tonda precedentemente imburrata a dovere e far cuocere per **45-50 minuti** nel forno pre-riscaldato a 180° (forno statico)

Una volta cotto, tagliare a metà il dolce e farcirlo con la marmellata diluita con mezzo bicchiere d'acqua. Chiudere il dolce e mettere la marmellata anche sulla superficie superiore. Per la farcitura sciogliere il cioccolato a bagnomaria e aggiungere 1/2 bicchiere di acqua con lo zucchero all'interno.

Spalmare tutta la superficie del dolce in maniera uniforme con la glassa al cioccolato e lasciar raffreddare prima di servire. Può essere accompagnata da deliziosa panna montata.

PLACINTA CU BRINZA

(dolce con ricotta)

(Romania)

Per la pasta:

un uovo

4 cucchiaini di latte

4 cucchiaini di olio

1/2 cucchiaino di bicarbonato sciolto in un po' succo di limone

farina q.b. (Dana ha guidato i compagni in una pasta frolla piuttosto consistente)

Per il ripieno:

1/2 kg di ricotta

4 cucchiaini di zucchero

una bustina di vanillina

buccia di limone grattugiata

un po' di semolino

Sbatti l'uovo con lo sbattitore elettrico e aggiungi via via il latte, l'olio il bicarbonato sciolto in un po' di succo di limone. Incorpora la farina mescolando con un cucchiaino fin quando puoi lavorarla con le mani su un piano infarinato. Dividi la pasta in due e tira due sfoglie rettangolari col matterello.

Prepara il ripieno con la ricotta, che avrai lasciato scolare per qualche minuto su un colino, lo zucchero e la buccia di limone. Se vuoi puoi unire l'uvetta ammorbidita nel latte e poi strizzata. Infine aggiungi al ripieno un cucchiaino di semolino e mescola.

Stendi una sfoglia su una teglia coperta da carta da forno e distribuisci sopra il ripieno in modo uniforme. Copri con la seconda sfoglia e chiudi i bordi schiacciando leggermente.

Bucherella la sfoglia con una forchetta. Spolvera la superficie con un po' di zucchero.

Inforna in forno caldo a 180°C/200°C per venti minuti o poco più fin tanto che la superficie non sarà dorata.

Fai raffreddare il dolce e quindi taglia in piccole porzioni.

CORNULETE

(Romania)

125 burro

125 g panna

1 uovo

1 cucchiaino di zucchero

1 bustina di lievito per dolci

Vaniglia

Buccia di limone

Farina q.b. per un impasto adatto (Giovanni ha guidato i compagni in una pasta frolla piuttosto consistente).

Si mischia il burro e la panna, si unisce lo zucchero e la vaniglia finemente tagliata; si mette l'uovo intero, il lievito diluito con scorza di limone e panna.

Quando tutto è ben amalgamato, si aggiunge la farina gradualmente, finché l'impasto non diventa duro.

Si tira una sfoglia spessa 6-8 mm, che viene poi tagliata in quadrati grandi 4-5 cm.

Si mette al centro di ogni quadrato un po' di marmellata, poi si arrotola, formando dei piccoli cannoli. Si arrotola partendo dall'angolo in alto a sinistra.

Si cuociono su una teglia imburrata, a forno medio, fino a doratura omogenea.

Si cospargono di zucchero a velo. Servirle tiepide.

PEPERKOEK

(Olanda)

Per due stampi da plum cake:

500 g farina 00
500 g zucchero di canna
500 ml latte molto caldo
1 bustina lievito per dolci
1 pizzico di sale
1 cucchiaino di chiodi di garofano macinati
1 cucchiaino di noce moscata macinata
1 cucchiaino e 1/2 di cannella macinata.
2 cucchiai di granella di mandorle.

Imburrare e infarinare gli stampi da plum cake.
Mescolare bene tutti gli ingredienti secchi.
Aggiungere il latte caldo.
Mescolare bene il tutto.
Versare negli stampi.
Completare con le mandorle.
Informare per 1 ora e 10 minuti a 170°C.
Togliere dagli stampi e far raffreddare su una gratella.
Fatto!
Perfetto anche da regalare!

PASTINE BICOLORI

(Spagna)

dosi per 8 persone:

120 g farina

150 g zucchero

50 g amido di mais

40 g burro fuso

15 g cacao amaro

3 uova

una bustina di vanillina

un pizzico di sale

zucchero a velo

Montate le uova intere con lo zucchero semolato, la vanillina e un pizzico di sale, sino ad ottenere un composto soffice e gonfio. Incorporatevi allora 100 g di farina e la maizena, e il burro fuso e fatto raffreddare, mescolando delicatamente con un cucchiaino di legno.

Imburrate e infarinate una teglia di 26 x 18 centimetri poi in essa versate metà del composto fatto; al restante unite il cacao setacciato, mescolando con cura, poi versatelo sul composto giallo; battete un momento il recipiente sul piano del tavolo, sopra un canovaccio piegato, indi mettetelo in forno già caldo a 180 gradi.

Dopo circa 30 minuti infilate nella pasta uno stecchino di legno e se uscirà asciutto sformatela su una gratella e lasciatela raffreddare.

Poco prima di servire tagliatela a grossi cubi, spolverizzateli con zucchero a velo e disponeteli in un piatto.

DOLCE SPAGNOLO

500 g di patate a pasta gialla

200 g di zucchero
3 uova
un limone (scorza)
frutta secca mista
zucchero a velo

Far bollire le patate. Quando sono cotte, passarle nello schiacciapatate e lasciarle intiepidire. In una ciotola montare lo zucchero con i tuorli delle uova e la buccia di limone grattugiata. Aggiungere le patate schiacciate, mescolare bene, unire delicatamente gli albumi montati a neve ben ferma e colare il tutto in uno stampo da torte ben imburrato. Infornare a 180 gradi. Dopo un quarto d'ora, spargere sulla superficie la frutta secca spezzettata (a piacere: noci, mandorle e un po' di pinoli) e continuare la cottura fino a quando il classico stecchino esce asciutto. Lasciar raffreddare, cospargere di zucchero a velo.

DOLCE DI RICOTTA (Spagna)

dosi per 6 persone: 250 g ricotta, 80 g mandorle finemente pestate, 100 g zucchero, 5 uova, rum, un pizzico di sale

Mescolare la ricotta con le mandorle, aggiungere lo zucchero, le uova, un pizzico di sale e lavorare a lungo, il rum. Versare il composto amalgamato bene in uno stampo imburrato. Cuocere a bagnomaria, per 40 minuti, lasciarlo raffreddare e servire.

FRITTELLE SPAGNOLE

500 g di albicocche sciroppate
100 g di farina
2 uova
1 limone

Zucchero
Brandy
1 bicchiere di latte
Zucchero a velo
1 presa di sale
Abbondante di olio d'oliva
N.B. al posto delle albicocche
puoi usare le pesche, l'ananas
sciroppati o anche, come noi a
scuola, fette di arancia.

Scolare le albicocche e disporle in un piatto.
Spolverizzarle con lo zucchero, bagnarle col brandy e farle riposare 1 ora.

Sbattere i tuorli con il latte, la farina, 1 cucchiaino di olio, la scorza
grattugiata del limone e una presa di sale.
Unire alla pastella 1 albume montato a neve soda.

Sgocciolare le albicocche e passarle nella pastella.

Friggerle in abbondante olio bollente per circa 5 minuti e servirle calde e
spolverizzate con lo zucchero a velo.

DOLCETTI AL CIOCCOLATO

(Portogallo)

dosi per 4 persone: 4 uova, 200 g zucchero, 190 g burro, 40 g cacao amaro, 190 g farina, 120 g gocce di cioccolato, cioccolato bianco.

Per gli stampini: burro

Mescolare le uova con lo zucchero, aggiungere 190 g di burro ammorbidito, il cacao, la farina e le gocce di cioccolato. Suddividere il composto in stampini da muffin imburrati e cuocere in forno caldo a 190 gradi per circa 15 minuti.

Far raffreddare e decorare con il cioccolato bianco fuso messo in un piccolo cono di carta oleata.

TORTA ARANCIONE

(Portogallo)

dosi per 4 persone: 250 g carote, 150 g mandorle tritate, 150 g noci tritate, 250 g zucchero, 2 uova, un'arancia (succo), un'arancia (scorza), un cucchiaino di zucchero per il caramello, 2 cucchiai di farina, una bustina di lievito.

Olio di oliva

Preparazione

Pulite e tritare le carote, montate a neve gli albumi, sbattete i tuorli con lo zucchero. Amalgamate tutti gli ingredienti in una terrina, aggiungendo il succo d'arancia a poco a poco. Versate in una teglia unta e cuocete in forno già caldo a 180 gradi per un'ora. Intanto caramellate la scorza d'arancia tagliata a listarelle sottili con un cucchiaino di zucchero e poca acqua. Decorate la torta con l'arancia caramellata e servite tiepido.

TORTA BERNESE AL CIOCCOLATO

INGREDIENTI

150 g di cioccolato
50 g cacao amaro
150 g burro morbido
250 g zucchero a velo
100 g farina
6 tuorli
6 albumi a neve
1 bustina vanillina
lievito

PER FARCIRE

una glassa preparata con 200 g di cioccolato fondente fuso mischiato con 100 ml di panna fresca e un cucchiaino di rum.

PER DECORARE:

Zucchero a velo o panna montata

PROCEDIMENTO:

Fondere il cioccolato a bagnomaria. Intanto montare burro e zucchero con la vanillina, unire i tuorli uno alla volta, poi la farina, il cacao amaro e il cioccolato fuso e tiepido, per ultimo gli albumi a neve ferma e il lievito.

Infornare a 150° per 40 minuti.

Una volta freddo tagliare in due farciture con la glassa di panna e cioccolato, rifilare bene i bordi e ricoprire di zucchero a velo oppure di panna montata.

TORTA FINITA!!!!!!BUONA MERENDA!!!!!!

biscotti norvegesi

Ingredienti

300 g di farina

1. 3/4 di cucchiaino di lievito in polvere
2. 250 g di burro
3. 1 uovo
4. 1/2 cucchiaino di essenza di vaniglia
5. 200 g di zucchero
6. 50 g di mandorle

1. Come prima cosa accendi il forno a 170 ° e lascia che si scaldi. Copri un paio di piastre con della carta da forno. Mescola la farina il lievito e un pizzico di sale. Adesso incorpora il burro ammorbidito e lavora il tutto fino ad ottenere un composto granuloso piuttosto fine.

2. Lavora la vaniglia con il tuorlo. Tieni da parte un cucchiaino di albume, e monta l'albume restante a neve con lo zucchero utilizzando il frullatore elettrico ad alta velocità. Unisci l'albume alla pasta preparata in precedenza.

3. Dividi la pasta in palline grandi come noci e disponile sulla piastra a una distanza di circa 2-3 centimetri. Batti brevemente l'albume tenuto da parte e usalo per spennellare i biscotti. Ora guarnisci i biscotti con le mandorle precedentemente spezzettate. Fai cuocere per 10- 15 minuti finchè i biscotti si saranno dorati. Lasciali raffreddare su una griglia.

GALETTE BRETONNE

(ricetta base)

La galette è un piatto che in Bretagna, nelle famiglie, si mangia tutte le settimane. Le vendono anche già pronte nei supermercati.

Il problema della galette è che, essendo di grano saraceno, tende a rompersi in cottura (il grano saraceno infatti è privo di glutine e quindi non lega).

Questa ricetta non ha questo inconveniente perchè la farina di grano saraceno viene addizionata con la farina bianca.

Per la pastella:

150 g di farina di grano saraceno

150 g di farina bianca

500 ml di acqua

2 uova intere

mezzo cucchiaino di sale

1 cucchiaio olio oliva (altrimenti la galette si incolla alla padella)

Miscelate le due farine e il sale, unite le uova e il cucchiaio d'olio, stemperate il tutto con l'acqua.

Lasciate riposare l'impasto per un'ora, il tempo è necessario per rendere la galette più elastica.

Prelevate un mestolino di pastella e distribuitelo in una padella antiaderente (e possibilmente senza graffi) dove avrete fatto sciogliere un pezzettino di burro (serve solo per la prima galette). La pastella deve "velare" la padella. Quando si è rappresa, giratela con l'aiuto di una palettina, rigiratela ancora fino a farle prendere un po' di colore.

OPPURE LE CREPES...

Francia

La crepe, è un' antichissima preparazione di origine francese, che, secondo la leggenda, pare risalire addirittura al V secolo , quando Papa Gelasio, molto caritatevolmente, volle sfamare dei pellegrini francesi stanchi ed affamati, giunti a Roma per la festa della Candelora, e perciò ordinò che dalle cucine vaticane si portassero ingenti quantitativi di uova e farina, con i quali sarebbero state create le prime rudimentali crepes, che divennero poi di uso molto comune in Francia. Preparate fondamentalmente con pochi e semplici ingredienti, come uova, farina, latte e burro, le crepes sono una pietanza alquanto versatile, poiché, partendo dalla preparazione base, possono essere trasformate e farcite in mille modi e impiegate in una miriade di preparazioni, dolci o salate, rustiche o raffinate.

Due parole sulle farciture:

Con cosa si farcisce una galette? Con tutto quello che volete! Il

procedimento è più o meno lo stesso di una piadina, si riempie e si mette a scaldare. Ovviamente ci sono delle farciture classiche, ne elenco qualcuna:

Jambon blanc et fromage: prosciutto cotto ed emmenthal francese (o Leerdammer)

Complète: come sopra più un uovo al tegamino

Crème de bleu et coupeaux de noix: usate tranquillamente uno zola e mascarpone più gherigli di noci spezzettate

Champignons: funghetti trifolati ed emmenthal francese

Chèvre chaud et salade: farcite le galettes con fettine di formaggio di capra e mettetele di nuovo in padella, chiudetele a triangolo e adagiatele su un'insalata mista, condita con vinaigrette

Provençale: ratatouille e formaggio

Dauphinoise: patate e cipolle padellate con pancetta affumicata ed emmenthal

Le galettes si possono anche farcire a freddo con salmone affumicato, formaggio alle erbe fini, verdure grigliate ecc...

Per crepes dolci
Burro 40 g
Cannella 1 pizzico (facoltativo)
Cognac o Rhum 1 bicchierino (facoltativo)
Farina 250 g
Latte 1/2 litro
Sale 1 pizzico
Uova 3
Vanillina 1 bustina
Zucchero 60 g

Ponete in una ciotola dai bordi alti la farina preventivamente setacciata, (lo zucchero, e la vanillina se preparerete delle crepes dolci), 1 pizzico di sale e 1/2 litro di latte. Lavorate il composto (potete usare anche uno sbattitore o il mixer) fino a che sarà liscio, vellutato e senza alcun grumo.

In una terrina a parte sbattete con una forchetta le uova affinché si amalgamino, poi aggiungetele alla pastella e continuate a mescolare. Coprite la pastella e lasciatela riposare per almeno mezz'ora.

Sciogliete in un pentolino il burro, e poi unitelo (insieme al bicchierino di cognac o rhum, se preparate delle crepes dolci) alla pastella, mescolando ancora per amalgamare il tutto.

Ponete a scaldare sul fuoco una padella antiaderente per crepes, e quando sarà ben calda, versatevi una quantità di pastella necessaria a coprire il fondo così facendo: ponete la pastella al centro della padella e poi inclinandola e ruotandola, cercate di distribuirla su tutta la superficie; in alternativa potete spalmare la pastella con un cucchiaio (questa operazione deve essere fatta abbastanza velocemente, poiché la pastella, posta sulla padella calda, tenderà a solidificarsi rapidamente impedendovi di spargerla uniformemente sul fondo.)

Lasciate cuocere per un minuto scuotendo la padella di tanto in tanto per fare staccare la crepe dal fondo: non appena sarà dorata, giratela dall'altra parte e attendete che a sua volta assuma lo stesso colore.

Appena pronta, toglietela dalla padella facendola scivolare su di un piatto, e continuate così anche per le restanti crepe, adagiandole una sull'altra a mano a mano che saranno pronte.

■ Consiglio

Se le crepes che preparate non verranno servite subito, tenetele al caldo senza farcirle, per poi essere utilizzate al momento opportuno con una nappatura di marmellate, gelatine, creme, gelati o preparazioni salate.

■ Curiosità

La parola francese crepe, deriva dal latino crispus, che significa “arricciato”, termine associato originariamente alle crespelle, una sorta di piccole, sottili e leggere frittate che durante la cottura si raggrinzano tutte.

MUFFIN con gocce di cioccolato (Inghilterra)

Per 12 muffins

Bicarbonato 1/2 cucchiaino

Burro 190 g

Cioccolato fondente gocce 80 g

Farina 380 g Latte 250 ml

Lievito chimico in polvere 1 bustina

Sale 1 pizzico

Uova 2 intere + 1 tuorlo

Vanillina 1 bustina Zucchero 200 g

Accendete il forno a 180°.

Fate ammorbidire il burro a temperatura ambiente e poi sbattetelo (magari con l'aiuto di un robot da cucina) energicamente assieme allo zucchero per qualche minuto, fino a che il composto risulti cremoso.

Rompete le uova in una ciotola e sbattetele con una forchetta assieme al latte; unite il composto (poco alla volta e sempre sbattendo) alla crema di burro e zucchero e continuate fino a quando la consistenza risulterà ben liscia, gonfia e omogenea. Mischiate e setacciate in una ciotola la farina, il lievito, il bicarbonato, la vanillina e il sale, e uniteli poco alla volta al composto, fino a che il tutto risulterà cremoso e senza grumi; per ultimo aggiungete le gocce di cioccolato, avendo cura di tenerne qualcuna da parte per decorare la superficie.

Mettete l'impasto a cucchiaiate negli stampi da muffin (o nelle pirottine di carta) preventivamente imburrati e infarinati fino a riempirli per $\frac{3}{4}$, poi distribuite le gocce di cioccolato tenute da parte, sulla superficie e poneteli in forno per circa 20-25 minuti.

A cottura avvenuta dei muffin, che dovranno risultare dorati, spegnete il forno e lasciateli riposare lì dentro per 5 minuti a sportello aperto, poi potrete estrarli e lasciarli raffreddare completamente.

PLUM – CAKE

270 g farina
200 g zucchero
270 burro
250 g uva sultanina
100 g frutta candita assortita a cubetti
7 uova
Una bustina di lievito per dolci
La scorza grattugiata di un limone
4 cucchiaini di Rum

Fate ammorbidire l'uva sultanina in una ciotola con il Rum per circa 20 minuti

In una terrina lavorate 250 g di burro, ammorbidito a temperatura ambiente, fino a renderlo spumoso, quindi incorporatevi lo zucchero. Aggiungete una alla volta le uova, 250 g di farina con il lievito e la vanillina, l'uva sultanina sgocciolata, asciugata e infarinata leggermente, la frutta candita, la scorza di limone grattugiata e amalgamate gli ingredienti. Imburrate e infarinate uno stampo da plum-cake; versatevi il composto preparato riempiendolo per 2/3 quindi fate cuocere il dolce nel forno già caldo a 180°C per 45 minuti circa.

Togliete lo stampo dal forno, sformate il plum-cake e portatelo in tavola tiepido, tagliato a fette.

SCONES

(Inghilterra)

Per 8-10 scones

300 g di farina 00
50 g di zucchero
1 bustina di lievito (meglio 3/4)
1/8 cucchiaino di sale
75 g di burro
1 uovo piccolo
100 ml di latte
1 manciata di uvette ammollate e strizzate

Mescolare farina e burro come per una frolla, sabbiando il burro freddo a piccoli pezzetti e la farina con le dita, fino a formare delle bricioline. Aggiungere il sale, lo zucchero e il lievito. Poi l'uovo e quando è incorporato il latte, versandolo fino a quando l'impasto non diventa della stessa consistenza di una frolla, o poco più morbido. (potrebbe volerci meno latte).

Stendere a 3/4 cm di altezza e tagliare (8 dischi o, meglio, rettangoli). Sistemarli sulla carta da forno e cuocere a 190°/200° per 15/20 minuti (regolarsi, appena si bruniscono già sono buoni).

... prima d'infornarli bisognerebbe spennellarli con del latte e fare attenzione che il latte non coli giù perchè altrimenti la lievitazione sballa, cioè non si alzano uniformemente. Una volta usciti dal forno bisogna avvolgerli in uno strofinaccio/canovaccio così ritengono il vapore e rimangono morbidi dentro.

Gli scones vanno serviti per l'afternoon tea, cioè alle 4 pm e non a colazione!

Poi tagliati a metà con la clotted cream e marmellata di lamponi.

SCONES DI MARGARET

Per 16-18 scones

2 tazze di farina

1 bustina di lievito
quasi 1 tazza di latte
2 cucchiainate di burro
limone

Dopo aver messo qualche goccia di limone nel latte, mescolare tutti gli ingredienti velocemente, lavorandoli con la lama di un coltello.

Tirare la pasta a due centimetri di spessore; poi tagliare gli scones con l'apposito tagliabiscotti o con un bicchiere, bagnando il bordo in acqua.

Imburrare e cospargere di farina una placca da forno, poi disporre gli scones.

Far cuocere in forno già caldo a 250 gradi per dieci minuti. Gli scones devono gonfiare: essenziali, perciò

- La goccia di limone nel latte
- La temperatura molto alta del forno
- La farina con cui cospargere la placca.

Vengono poi tagliati a metà e cosparsi di burro e marmellata senza chiuderli...

Apple Pie

Ingredienti:

1 kg di mele
il succo di ½ limone
250 g di zucchero
cannella qb

2 rotoli di pasta brisè
biscotti secchi qb
burro qb
zucchero a velo qb

Procedimento:

1. Sbucciare e tagliare a pezzetti le mele.
2. Bagnarle con il succo di limone, la cannella e 220 g di zucchero.
3. Stendere uno strato di pasta brisè in una teglia rotonda.
4. Sbriciolare i biscotti all'interno della torta e versare anche le mele.
5. Aggiungere anche qualche tocchetto di burro e lo zucchero rimanente.
6. Richiudere con un altro strato di pasta.
7. Infornare a 180 gradi e cuocere per circa 30 minuti.
8. Completare con zucchero a velo

KABUNI CON LE UVETTE

(Kabuni me rrush te thate)
(Albania)

Ingredienti per 4 persone: (Per kater persona)
150 gr. di zucchero; 50 gr. di burro; 200 gr. di riso; 20 gr. di cannella in polvere; 500 gr. di marmellata di ciliege; 200 gr di uvette.

Preparazione (Pergatitja)

Far sciogliere il burro in una padella, aggiungere 100 gr. di zucchero e il riso. Far cuocere fino a far sciogliere lo zucchero che assume un colore rossiccio. Aggiungere acqua bollente, le uvette e 10 gr. di cannella in polvere. Far cuocere per 15 minuti fino ad ottenere la consistenza del risotto. Far freddare il riso in una teglia e aggiungere il resto dello zucchero e della cannella. Una volta freddato, mettere in uno stampo. Togliere dallo stampo e ricoprire con la marmellata di ciliege. Servire freddo.

KABUNI

DOLCE AL RISO CON UVA PASSA

500 g di riso
1,2 l di acqua
200 g di zucchero
250 g di uva passa
cannella (a piacere) 1 stecca

Caramellare lo zucchero (si può anche aggiungere burro) in una pentola, aggiungere l'acqua e la cannella e portare a ebollizione; aggiungere il riso. A metà cottura, aggiungere l'uva passa e lasciare che l'acqua si assorba. Servire tiepido oppure freddo.

Romania

Papanasi

Ingredienti

250g di ricotta

1 uova

150g di farina

4 cucchiaini di zucchero

mezzo cucchiaino di bicarbonato

una bustina di vanillina

buccia grattugiata di limone

olio

zucchero a velo

Preparazione

- Frulla l'uovo con lo zucchero e la ricotta.
- Aggiungi il bicarbonato sciolto in poco succo di limone, la buccia grattugiata del limone e la vanillina.
- Quando l'impasto è omogeneo unisci la farina. L'impasto risulta un po' molle.
- Friggi in olio ben caldo versando con attenzione un po' di impasto preso con un cucchiaino.
- Quando i papanasi sono dorati, togliili dall'olio e falli scolare sulla carta.

Puoi servire i papanasi caldi, spolverizzati con lo zucchero a velo o anche con sopra della marmellata o con la panna acida da cucina leggermente zuccherata o ancora con topping per dolci (cioccolato, caramello, frutti di bosco, ecc.)

Grecia

Kulurakia

Ingredienti:

- 1/2 tazza di burro morbido (o margarina)
- 1 tazza di zucchero
- 1 uovo
- 2 cucchiaini di latte
- 1 cucchiaino di vaniglia
- farina (quanto basta)
- una bustina di lievito (o 1 cucchiaino e 1/4 di bicarbonato di sodio)
- 1/4 di cucchiaino di sale
- 1 tuorlo mescolato con un cucchiaino di latte per la glassa

Preparazione:

Scalda il forno a 190 gradi. Sbatti il burro e lo zucchero. Aggiungi l'uovo, il latte e la vaniglia e mescolare bene. Unisci la farina, il lievito e il sale, amalgamando ogni ingrediente gradualmente fino ad ottenere un impasto da poter lavorare su un piano da lavoro.

Lavora la pasta a mano per ammorbidirla e, con il palmo, formare delle cordicelle lunghe 15 centimetri, con le quali formare delle trecce.

Disponi i dolci su un foglio di carta da forno imburrito e spennella la superficie con un uovo sbattuto.

Fai dorare in forno già caldo per una decina di minuti.

CUCINA ETNICA

CLASSI TERZI

ARROZ CON LECHE 1

(Perù)

1 tazza di riso a grano lungo
una mezza tazza d'acqua
220 g (1 confezione) di latte condensato dolcificato
½ tazza di succo d'arancia
2 bastoncini di cannella
cannella da spolverizzare
fette o spicchi d'arancia per le decorazioni

Portate il riso, l'acqua, il latte condensato, il succo d'arancia e i bastoncini di cannella ad ebollizione. Riducete quindi il fuoco, coprite la pentola e lasciate sobbollire per 14-17 minuti.

Rimuovete dal fuoco e lasciate raffreddare.

Prima di servire rimuovete i bastoncini di cannella e spolverizzate con la cannella e le fette d'arancia

ARROZ CON LECHE 2

(Perù)

2 tazze di riso
una grossa scatola di latte condensato
una grossa scatola di latte in polvere
2 tazze di latte
1 tazza di zucchero,
un piccolo pezzo di cannella
qualche pezzo di odori (chiodi di garofano)
una scatola di uvetta (facoltativo)
½ panetto di margarina

Lavare gli ingredienti (quelli che possono essere lavati). Mettere il riso a riposo per 1 ora in acqua con la cannella e gli odori.

Dopo aver fatto riposare il riso, aggiungere le 2 tazze di latte e iniziare a cuocere per ½ ora, non lasciare che il riso si asciughi (se succedesse aggiungere altro latte o dell'acqua) e mescolare bene ogni due o tre minuti così che non s'incolli.

Aggiungere lo zucchero, mescolare ancora e cuocere per circa altri 10 minuti.

Aggiungere il latte condensato e quello evaporato e mescolare (assaggiare per vedere quanto è dolce ... qualora fosse necessario aggiungere dello zucchero o del latte se fosse troppo dolce).

Continuare a cuocere per circa 15 minuti mescolando sempre ogni 2/3 minuti.

Dopo più di 15 minuti di cottura, rimuovere dal fuoco, lasciar riposare l'arroz con leche per circa 5/10 minuti.

CHICHA E MAZAMORRA MORADA

(Bolivia e Perù)

La **chicha morada** è una bevanda tipica di Bolivia e Perù, dove è consumata moltissimo. È elaborata a partire da una varietà di mais di colore viola scuro ("maiz morado" in spagnolo) che si coltiva intensamente nella Cordigliera delle Ande dei paesi citati. La sua storia e il suo consumo risalgono all'epoca degli Inca.

Si trova anche in forma semi-preparata, in bustine con il "mais morado" in polvere.

Con l'aggiunta di un agglutinante si può ottenere una mazamorra che i peruviani chiamano "mazamora morada", alla quale aggiungono frutta secca o fresca come fragole e uva passa. Il consumo della "mazamora morada" è molto diffuso nelle feste, soprattutto di bambini, insieme alla chicha morada.

½ chilo di mais viola, 1 litro e 1/2 di acqua, buccia di un ananas, 1 bastone di cannella, 6 chiodi di garofano,
300 g zucchero, 2 mele cotogne, una tazza di ananas tagliato a dadini, 50 g di ciliegie, 50 g di albicocche secche o
di pesche, 50 g di frutta secca, 50 g di prugne secche, 100 g di fecola o di maizena, cannella in polvere, succo di limone.

In una grande pentola mettere l'acqua e le pannocchie ben lavate, aggiungere la buccia di ananas, le mele cotogne, i chiodi di garofano e la cannella e far bollire finché i chicchi di mais si aprono. Lasciar raffreddare e filtrare.

Al momento di servire aggiungere il succo di limone e lo zucchero a piacere. Se si desidera si può servire con mela o ananas tagliato a cubetti. Se si desidera preparare la **mazamorra** rimettere la pentola sul fuoco e aggiungere la frutta secca e fresca tagliata a dadini. Sciogliete in poca acqua l'amido e mettetelo nella pentola. Lasciate che il preparato si addensi e poi togliete dal fuoco. Servite in coppette con una spolverata di cannella in superficie.

CUCINA DEL SENEGAL

Frittelle akara con sughetto

Ingredienti :

300 g di farina che lievita

200g di farina di ceci

1 bicchiere di latte

2 bicchieri di acqua

zenzero

sale e pepe q.b

2 uova

olio di semi per friggere

per la salsa:

500g di carote

2 peperoni

3 cipolle di media grandezza, meglio se di Tropea

500g di pomodori freschi, meglio se datterini

Procedimento:

1. amalgama tutti gli ingredienti in una grossa ciotola
2. aggiungi l'albume delle uova montato a semineve
3. friggi in abbondante olio di semi versando l'impasto a cucchiaiate

Gli akara sono ottimi se accompagnati da sugo agrodolce a base di peperoni, cipolle e pomodori.

Bevanda: tamarindo

Thacrie

Dessert Senegalese

- yogurt bianco 1 kg
- uvetta secca 100 gr
- burro 30 gr
- zucchero 100 gr
- 2 banane
- una noce moscata (con relativa grattugia)
- farina di miglio
- cocco grattugiato

Preparazione:

- Versare in una terrina 1 kg di yogurt e allungarlo con un goccio d'acqua
- Aggiungere lo zucchero
- Aggiungere la noce moscata, precedentemente grattugiata
- Aggiungere 100 g di cocco grattugiato
- Tagliare le banane a pezzettini e aggiungerle
- Mescolare il tutto e lasciare riposare in frigorifero

- Mescolare la farina di miglio con acqua e farla cuocere a vapore per circa 10 minuti
- Versarla in una terrina a parte
- Aggiungere l'uvetta e un goccio d'acqua, mescolando bene
- Far cuocere di nuovo a vapore per circa 10 minuti
- Rimetterla nella terrina a parte, aggiungendo i 30 g di burro, mescolando e amalgamando bene

- Unire il tutto e mescolare. Il piatto è pronto

Succo di Karkade'

Ingredienti:

- 60 g di Karkade'
- 50 g di menta (una manciata)
- 250 g di zucchero
- 2 lt di acqua

Preparazione:

Mettere sul fuoco 2 lt di acqua. Spegnerlo poco prima dell'ebollizione.

Mettere in un recipiente la menta e il karkadé e versarci l'acqua bollente.

Aggiungere lo zucchero fino a raggiungere il grado di dolcezza desiderato.

Lasciare raffreddare in frigorifero.

Proprietà del Karkade'

Il **karkadé** (o **carcadé**) è il fiore dell'ibisco da cui si può ricavare per infusione una bibita dissetante dal sapore gradevole e dal colore rosso intenso.

Si usa come decotto, è un ottimo diuretico e antisettico urinario. Il suo infuso dà una bevanda dal sapore acidulo rinfrescante e dissetante, dal colore leggermente rosso. È digestiva e regolarizza la funzionalità epatica. È una bevanda anti infiammatoria, lenitiva, vitaminizzante, utile anche nel combattere stipsi cronica e la presenza degli antociani la rendono una pianta angioprotettiva.

In forma di infuso è leggermente lassativa. Per uso esterno, per la presenza dei polifenoli e delle mucillagini, ha una azione lenitiva per le pelli infiammate.

Un tempo il suo consumo era notevole in Italia, dove era annoverato fra i *prodotti coloniali* provenienti dall'Eritrea che era allora colonia italiana. Il suo consumo è particolarmente forte in Egitto, dove viene consumato caldo (dal vago sapore agre) o freddo, per le forti capacità astringenti che aiutano a combattere la disidratazione e la sete. Si afferma anche che abbia spiccate capacità regolatrici della pressione sanguigna.

DOLCETTI ALLA MARMELLATA

Ingredienti:

170 g margarina
65 g zucchero
1 bustina di vanillina
7 uova
una bustina di lievito per i dolci
250g farina
150 g mandorle tritate
marmellata alla fragola

Procedimento:

- 1. Unire lo zucchero alla margarina (fusa o semplicemente ammorbidita perché lasciata fuori dal frigo per un'ora).**
- 2. Aggiungere la vanillina, le uova una alla volta, il lievito.**
- 3. Incorporare poco per volta la farina fino ad ottenere un impasto che si possa lavorare con le mani.**
- 4. In un piattino o in una ciotola versare le mandorle tritate grossolanamente.**
- 5. Prendere una piccola porzione di pasta della grandezza di una polpetta e intingerla, solo da una parte, nelle mandorle tritate.**
- 6. Disporre il dolcetto sulla teglia (coperta da un foglio di carta da forno) in modo da lasciare verso l'alto la parte coperta di mandorle. Schiacciare leggermente la polpetta per darle una forma più piatta.**
- 7. Con un oggetto cilindrico formare un avvallamento al centro di ciascun biscotto.**
- 8. Infornare in forno a 200°C. Dopo 5 minuti sfornare per rimodellare l'avvallamento centrale. Infornare nuovamente fino a quando i dolci assumono un colore dorato.**
- 9. Una volta raffreddati, disporre in centro un po' di marmellata di fragole.**

antipasto : **MAAQUDA** (polpette di patate)

- 500 g di patate lesse
- una cipolla media
- due rametti di prezzemolo
- pangrattato
- 2 uova
- alcune spezie (paprika dolce, curcuma)
- sale, pepe
- olio per friggere

si prepara così :

schacciare le patate lesse e aggiungervi la cipolla grattugiata, il prezzemolo tritato, le uova, il pangrattato e le spezie. Mescolare il tutto e formare un impasto compatto. Fare delle polpette un po' schiacciate e friggerle in olio.

dolce : **GHRIBAT BTATA** (dolce di patate)

- 500 g di patate lesse
- 2 uova
- un bicchiere medio di latte (250 ml)
- un bicchiere piccolo di olio di semi (150 ml)
- 2 cucchiaini di acqua di fior d'arancio -2 bicchieri medi di zucchero a velo (250 g)
- una bustina di lievito per dolci
- farina quanto basta (300 g)

Si prepara così :

mettere l'olio, il latte, lo zucchero a velo, le patate, l'acqua di rose nel frullatore e frullare il tutto fino ad ottenere un liquido denso ma omogeneo. Versare in un recipiente e aggiungere al composto la farina e il lievito fino ad ottenere un impasto denso. Metterlo nel sac à poche e formare dei cerchi sulla carta da forno sistemata sulle teglie da forno. Cuocere in forno a temperatura 170°.

strumenti necessari per il dolce :

- frullatore
- carta da forno
- teglie piatte da forno
- sac a poche

tè

tè cinese in granuli rotondi, menta e zucchero

Si prepara così :

far bollire l'acqua . Mettere un po' di granuli sul fondo della teiera poi aggiungervi l'acqua bollente e per 3 volte sciacquarla e buttar via l'acqua. La terza volta riempire la teiera con acqua bollente e aggiungere lo zucchero; lasciare cuocere per 5 minuti a fuoco basso; dopo aver spento il fuoco aggiungere la menta fresca.

QUINOA AL FORMAGGIO E PATATE

La quinoa è una pianta erbacea annuale della famiglia delle Chenopodiaceae, come gli spinaci o la barbabietola. Pur non essendo un cereale, la quinoa può essere utilizzata in modo simile a questi, ed è perciò considerata uno pseudocereale. La quinoa è un alimento particolarmente dotato di proprietà nutritive. Contiene fibre e minerali, come fosforo, magnesio, ferro e zinco. È anche un'ottima fonte di proteine vegetali. Contiene inoltre grassi in prevalenza insaturi. La quinoa, non contenendo glutine, può essere consumata dai celiaci.



Ingredienti :

½ kg. di quinoa	2 o 3 patate	Olio di oliva
1 cipolla	1 spicchio d'aglio	3 cucchiaini di salsa di pomodoro
Parmigiano	Sale	

Procedimento:

1. Lavare la quinoa diverse volte.
2. Scolare la quinoa utilizzando un colino fino.
3. Bollire dell'acqua e aggiungere la quinoa. Far cuocere per circa 12 minuti fino a quando diventi morbido. Se si asciuga, aggiungere un po' d'acqua.
4. Cuocere a parte le patate in acqua salata. Fare raffreddare.
5. Sbucciare le patate e tagliare a cubetti.
6. In una padella versare l'olio di oliva, aggiungere l'aglio e la cipolla tagliata a pezzetti. Fare cuocere fino a quando siano dorati e morbidi. Aggiungere la salsa di pomodoro, girare e mescolare bene.
7. Scolare la quinoa e incorporare il soffritto e le patate.
8. Aggiungere parmigiano grattugiato a piacere e servire caldo.

America latina

Pranzo primo marzo

Risotto con fagioli conditi con cipolle e un po' di peperoncino piccante

ingredienti per 20 persone:

- un kg e mezzo di riso
- due kg di fagioli in scatola
- 5 pomodori

Banane fritte

- 10 banane da prendere dagli africani
- 2 cipolle

Huacamole (avocado, uovo sode, cipolla e limone)

Ingredienti per 26 persone:

7 uova sode

6 avocado mature pronti per mangiare

5 limoni

2 cipolle

Valeadas, uno spuntino tradizionale dell'Honduras (piadina piegata, farcita di fagioli tritati conditi con spezie).

2 kg di fagioli in scatola, cipolle, peperoncino, pomodori

30 piadine piccole (5-7 centimetri di diametro)

POLPETTE DI VERDURE CHAPATI, IL PANE INDIANO

Ingredienti :

per le polpette:

- 1chilo di patate
- 1/2 chilo di carote
- 1/2 chilo di fagiolini
- 1/2 chilo di pane grattugiato
- 1litro di olio di arachidi
- Sale

per il chapati:

Farina

Procedimento:

Polpette di verdure:

1. fai bollire le verdure separatamente
2. una volta fredde, tagliale in piccole parti
3. mescola insieme carote, patate e fagiolini con il pane grattugiato
4. fai delle polpettine
5. friggi il olio già caldo finchè non prendono colore

Chapati

1. impasta la farina con l'acqua come per il pane
2. stendi una pallina di pasta in una sfoglia sottile
3. ripiega la pasta su se stessa e stendila di nuovo
4. cuoci su una piastra calda o friggi in padella

TE' AL LATTE

te'

- 1/2 kilo di zucchero
- 1litro di latte fresco (meglio) o a lunga conservazione

Coconut Ladoo (Dolce)

Ingredienti - cocco grattugiato - 1,5 kilo
zucchero - 500 g
latte condensato - 400 g
cardamomo in polvere - 30 g

Miscelare cocco grattugiato con latte condensato, scaldare per 3-4 minuti su fuoco basso o mettere nel microonde. Aggiungete zucchero e cardamomo in polvere. Mettete a raffreddare la miscela per 10 minuti. Prendete la miscela e fate delle palline piccole - medie. Sopra aggiungete cocco grattugiato ed è pronto da servire.
(quasi 30 - 40 coconut ladoo)

LASSI AL MANGO

Ingredienti:

ricetta-2 bicchieri (150 g)
150 g yogurt
100 latte
50 polpa di mango
2 cucchiaini di zucchero

Fai una miscela dei prodotti indicati sopra e frulla nel frullatore..



CORNULETE (Romania)



PEPERKOEK (Olanda)



SCONES (Inghilterra)



AMOR POLENTA



TORTA DI ZUCCA



NEPITELLE

www.giallozafferano.it