

Menu di primavera 14

TROFIE CON FAGIOLINI E PATATE AL PESTO

Ingredienti per 6 persone:

500 g di farina bianca,
100 g di farina di castagne.

Per condire:

200 g di patate,
200 g di fagiolini,
1 mazzo di basilico,
2 spicchi di aglio,
2 cucchiaini di pecorino grattugiato,
2 cucchiaini di parmigiano grattugiato,
1 cucchiaio di pinoli,
1 dl e 1/2 di olio di oliva,
sale grosso.

Preparate le trofie: mescolate insieme i due tipi di farina, aggiungete un pizzico di sale e 3 dl di acqua tiepida e impastate il tutto fino quando otterrete una pasta abbastanza morbida.

Fate una palla, avvolgetela in un telo pulito e lasciatela riposare per trenta minuti.

Preparate il pesto: mettete nel mortaio il basilico, l'aglio e un pizzico di sale grosso e pestate il tutto.

Unite i pinoli, il pecorino e il parmigiano e continuate a pestare con un movimento rotatorio.

Versate l'olio a filo, mescolando con un cucchiaio di legno, fino a quando otterrete una crema piuttosto densa.

Trascorso il tempo di riposo della pasta, staccatene un pezzetto grande come una nocciola (tenete il resto della pasta coperta) e schiacciatelo per formare una specie di orecchietta concava.

Con un dito, strisciate l'orecchietta sul piano di lavoro, avanti e indietro, premendo in modo da ottenere una trofia lunga circa 3 cm.

Procedete nello stesso modo con il resto della pasta.

Infarinate il piano di lavoro.

Quando tutte le trofie sono state preparate, allargatele sul piano di lavoro e lasciatele riposare per altri quindici minuti.

Nel frattempo lavate le patate, pelatele e tagliatele a fettine di 1/2 cm di spessore.

Spuntate i fagiolini, lavateli e spezzettateli.

Mettete le fettine di patata in una pentola, copritele di acqua, salate e portate a ebollizione.

Dopo pochi minuti, aggiungete i fagiolini e le trofie e proseguite la cottura per un paio di minuti, mescolando di tanto in tanto.

Versate la metà del pesto in una zuppiera calda.

Scolate le trofie e le verdure e trasferitele nella zuppiera.

Versatevi sopra il resto del pesto e mescolate.

Servite con altro pecorino.

VITELLO ALLA PIEMONTESE

Ingredienti per 10 persone:

1 kg di girello di vitello in un unico pezzo,
2,5 dl di olio di oliva,

20 capperi sotto sale,
40 g di burro,
1 carota,
1 cipolla,
1 costa di sedano,
1 rametto di rosmarino,
1 bicchiere di brodo di carne,
sale,
pepe.

Per la salsa tonnata:

300 g di tonno sottolio,
150 g di maionese,
16 capperi sotto sale,
2 acciughe sotto sale,
2 cucchiaini di aceto di vino bianco.

Scaldate il forno a 180°.

Legate la carne con filo da cucina.

In una casseruola fate scaldare 1 dl di olio con il burro e rosolatevi uniformemente la carne.

Salate, pepate e togliete la carne dalla casseruola.

Mondate e tagliate a pezzettini la cipolla, la carota e il sedano.

Tritate gli aghi di rosmarino.

Nella stessa casseruola di cottura della carne fate soffriggere la cipolla, la carota, il sedano e il rosmarino.

Rimettete la carne nella casseruola con il soffritto e irrorate con il brodo.

Infornate e lasciate cuocere per venti minuti.

La carne deve rimanere rosata all'interno.

Togliete dal forno ed estraete il vitello.

Eliminate il filo e fatelo raffreddare.

Preparate la salsa tonnata: passate le acciughe e i capperi sotto l'acqua fredda corrente per eliminare il sale in eccesso; asciugate entrambi con carta assorbente e sfilettate le acciughe.

Sgocciolate accuratamente il tonno e frullatelo insieme ai filetti di acciuga, ai capperi e l'aceto.

Unite la maionese, assaggiatela e, se necessario, regolate di sale.

Passate sotto l'acqua fredda corrente i venti capperi, asciugateli e passateli al mixer con l'olio rimasto.

Quando la carne di vitello è fredda, affettatela finemente.

Disponete le fette di carne in dieci piatti individuali e distribuite al centro di ciascuno la salsa tonnata.

Irrorate con la salsa di capperi e olio e portate in tavola.

INSALATA MISTA

Ingredienti per 4 persone:

100 g di lattuga,
50 g di songino,
1 cetriolo,
100 g di pomodorini ciliegia,
50 g di emmental,
150 g di mais in scatola,
50 g di ravanelli,
4 cucchiaini di olio di oliva,
pepe,
sale fino.

Eliminate il torsolo e le foglie sciupate alla lattuga.
Tenete solo quelle più tenere.
Pulite il songino e lavatelo, insieme alla lattuga, in abbondante acqua fredda.
Scolate le insalate e asciugatele.
Eliminate la crosta del formaggio, se presente.
Riducetelo a dadini di 1/2 cm.
Sgocciolate il mais dal liquido di conservazione, mettetelo in un colapasta e sciacquatelo sotto l'acqua corrente fredda.
Lavate i pomodorini, asciugateli e divideteli in spicchi.
Private i ravanelli delle foglie e della radice; lavateli, asciugateli e affettateli.
Spuntate il cetriolo, lavatelo, asciugatelo e tagliatelo a rondelle di 2 mm di spessore.
Versate l'olio in una ciotolina, unite il sale ed emulsionate con una forchetta.
Il sale deve sciogliersi completamente.
Insaporite con il pepe.
Aggiungete 1 cucchiaino di acqua tiepida, sbattete ancora 1 minuto con la forchetta.
Dovete ottenere una salsina gonfia.
Disponete le verdure e il formaggio su un piatto da portata, mescolate.
Servite con la salsina in una ciotolina a parte.

TORCOLO DI SAN COSTANZO

Ingredienti per 6 persone:

500 g di farina,
130 g di zucchero,
100 g di uvetta sultanina,
80 g di frutta candita mista,
50 g di pinoli,
30 g di lievito di birra,
1 dl di olio di oliva,
1 cucchiaino di semi di anice,
4 cucchiaini di latte,
1 tuorlo,
sale.

Fate sciogliere il lievito di birra e un cucchiaino di zucchero in due cucchiaini di latte tiepido.
Versate la farina sulla spianatoia e fate la fontana.
Mettete al centro il lievito, lo zucchero rimanente, l'olio, 2,5 dl di acqua minerale frizzante e un pizzico di sale e impastate fino a quando otterrete una pasta liscia.
Fate una palla e praticate un'incisione a croce sulla superficie.
Lasciatela lievitare per due ore in un luogo asciutto.
Trascorso il tempo di lievitazione indicato, aggiungete i canditi, l'uvetta, i pinoli e i semi di anice e impastate di nuovo per amalgamare il tutto.
Ungete uno stampo da ciambelle con un filo di olio e stendete all'interno l'impasto.
Fate riposare la pasta per altre due ore.
Scaldare il forno a 180°.
Mettete il tuorlo in una ciotola, aggiungete il latte rimanente e sbattetelo energicamente con una forchetta.
Spennellate la superficie del dolce con la miscela di tuorlo e latte sbattuti e infornate.
Lasciate cuocere per quaranta minuti.