

## Menu autunnale 14

### MINI CANEDERLI ALLO SPECK

Ingredienti per 4 persone:

180 g di speck a dadini,  
mezza cipolla,  
150 g di pane raffermo,  
20 g di burro,  
40 g di farina 00,  
un dl di latte,  
2 uova,  
brodo di carne,  
un ciuffo di erba cipollina,  
sale,  
pepe.

Tritate la cipolla e rosolatela nel burro, unitevi il pane tagliato a dadini e fatelo insaporire per 2 minuti. Levate dal fuoco.

Mescolate la farina con lo speck; a parte sbattete le uova con il latte, salate e pepate. Amalgamate in una ciotola tutti gli ingredienti preparati e insaporite con un po' di erba cipollina tagliuzzata.

Lasciate riposare il composto per 15 minuti, mescolando di tanto in tanto.

Confezionate canederli grandi come albicocche e cuoceteli nel brodo a fuoco basso per 10 minuti.

Serviteli con il brodo e ultimate con l'erba cipollina rimasta sminuzzata.

### BOLLITO MISTO ALL'ITALIANA

Ingredienti per 8 persone:

una gallina,  
un cotechino da 600 g,  
700 g di petto di vitello,  
700 g di biancostato di manzo,  
700 g di polpa di vitellone,  
una lingua salmistrata di vitellone,  
2 cipolle,  
2 carote,  
8 chiodi di garofano,  
2 costole di sedano,  
alloro,  
sale,  
pepe nero in grani.

Per il bagnet verd:

2 spicchi di aglio,  
1 ciuffo di prezzemolo,  
2 acciughe,  
mezza tazza di mollica di pane,  
aceto,  
vino,  
olio,  
sale.

Bucherellate il cotechino e lasciatelo in acqua per un'ora.

Sistematelo in un tegame, copritelo d'acqua fredda e cuocetelo per 3 ore.

Lessate a parte la lingua per 2 ore.

Mettete la gallina in una pentola, copritela d'acqua e aggiungete sale, 5 grani di pepe nero, una cipolla steccata con 4

chiodi di garofano, una carota, una costola di sedano e una foglia d'alloro; portate a bollore e cuocete per 3 ore. Riunite le carni rimaste in una sola pentola e ripetete l'operazione. Disponete il bollito su un piatto di portata e servitelo con bagnet verd e senape rustica. Bagnet verd: frullate l'aglio, il prezzemolo, le acciughe e la mollica di pane ammorbidita in aceto e vino, versando l'olio a filo. Regolate di sale.

## STUFATO DI CAVOLO ROSSO E MELE

Ingredienti per 4 persone:

un cavolo cappuccio rosso sodo di un kg circa,  
4 cucchiaini d'olio, extravergine d'oliva,  
2 cucchiaini d'aceto di vino bianco,  
un cucchiaino di zucchero,  
un'arancia piccola, non trattata,  
2 mele renette,  
noce moscata,  
cannella in polvere,  
sale,  
pepe.

Lavate e asciugate il cavolo cappuccio e tagliatelo a listarelle sottili con un coltello affilato. Lavate le mele, asciugatele e privatele del torsolo con l'apposito attrezzo. Tagliatele in 8 spicchi, senza sbucciarle e tenetele da parte. Lavate con cura l'arancia, asciugatela e sbucciatela con un coltellino affilato per ricavare scorzette sottili che non abbiano parti bianche. Scaldate l'olio in un tegame piuttosto ampio e sistematevi le listarelle di cavolo cappuccio, gli spicchi di mela e le scorzette d'arancia; insaporite con lo zucchero e l'aceto e cuocete per 10 minuti aggiungendo, se necessario, piccole quantità d'acqua. Salate, pepate e profumate con un pizzico di cannella e una grattugiata di noce moscata; coprite il tegame e cuocete per altri 10 minuti. Servite caldo o tiepido.

## SEMI FREDDO AL MIELE E ARANCIA

Ingredienti per 4 persone:

5 tuorli,  
150 g di miele di fiori d'arancio,  
2 arance non trattate,  
5 dl di panna da montare,  
20 g di granella di mandorle.

Lavate con cura le arance e asciugatele. Grattugiate la scorza di un frutto e mettetela da parte coperta. Con la frusta montate i tuorli con il miele fino a ottenere un composto omogeneo e spumoso e profumatelo con la scorza d'arancia grattugiata, mescolando con cura. Montate la panna in un'altra ciotola con la frusta elettrica e incorporatela delicatamente al composto preparato con movimenti leggeri dal basso verso l'alto. Versate il composto in uno stampo e trasferite a rassodare in frigo per almeno 3 ore. Intanto tagliate l'arancia rimasta a fette sottili e dividetele a metà. Sformate il semifreddo su un piatto di portata e decoratelo con le lunette d'arancia. Ricavate dalle fette rimaste delle scorzette, guarnitevi la superficie e spolverizzate con la granella di mandorle leggermente tostata.