

## Menu estivo 21

### INSALATA DI PASTE

Ingredienti per 4 persone:

65 g di farfalle,  
65 g di ruote,  
65 g di mezze maniche,  
65 g di conchiglie,  
200 g di mais dolce in scatola,  
200 g di cuore di palma,  
200 g di pomodorini ciliegia,  
200 g di pisellini surgelati,  
150 g di emmental in una fetta,  
prezzemolo tritato,  
erba cipollina tritata,  
5 cucchiaini di oli di oliva,  
sale,  
pepe.

Mettete i pisellini ancora surgelati in una casseruola, copriteli con acqua fredda e portate a ebollizione. Lessateli al dente e poi scolateli con un mestolo forato. In una pentola, portate a ebollizione abbondante acqua e quando bolle, salatela. Tuffatevi le mezze maniche e lessatele per due minuti, aggiungete le farfalle e le conchiglie e proseguite la cottura per altri sette minuti. Unite poi le ruote e portate le paste a cottura per altri cinque minuti. Scolatele e passatele sotto l'acqua fredda corrente per fermare la cottura; scolatele di nuovo. Sgocciolate il mais e tagliate il cuore di palma a rondelle. Tagliate i pomodorini a spicchi e metteteli in una terrina. Unite il mais, le rondelle di cuore di palma, i pisellini freddi, le quattro paste, il prezzemolo, l'erba cipollina e l'olio. Regolate di sale e di pepe e mescolate. Tagliate l'emmental a dadini e uniteli all'insalata di pasta. Mescolate di nuovo e servite.

### POLPETTONE FREDDO

Ingredienti per 4 persone:

600 g di polpa di vitello macinata,  
300 g di prosciutto cotto,  
5 cucchiaini di parmigiano grattugiato,  
1 uovo + 1 albume,  
1 cipolla,  
1 limone,  
prezzemolo tritato,  
1 cucchiaio di brodo,  
burro,  
4 cucchiaini di olio di oliva,  
sale,  
pepe.

Mondate e tritate la cipolla. Scaldare in una padella un cucchiaio di olio e un cucchiaio di brodo e fatevi cuocere per cinque minuti la cipolla. Accendete il forno a 200°. Tritate grossolanamente il prosciutto. In una terrina, riunite la carne macinata, il prosciutto tritato, il parmigiano, la cipolla e un pizzico di prezzemolo e mescolate; legate il tutto con l'uovo intero e l'albume. Salate e pepate. Date al composto la classica forma di polpettone.

Spennellatelo di olio e avvolgetelo in un foglio di carta da forno.

Trasferitelo in una pirofila e infornatelo; lasciatelo cuocere per venti minuti, poi abbassate la temperatura del forno e proseguite la cottura per altri trenta minuti.

Trascorso il tempo di cottura indicato, togliete il polpettone dal forno e lasciatelo riposare per alcuni minuti.

Aprirete quindi la carta solo da un lato e fate fuoriuscire il sugo di cottura, inclinando leggermente la pirofila.

Raccogliete il sugo in un padellino e fatelo ridurre su fuoco basso diluendolo con qualche cucchiaino di acqua.

Incorporatevi un cucchiaino di burro, il prezzemolo e il succo di limone e sbattete con una forchetta.

Fate raffreddare il polpettone, eliminate la carta e tagliatelo a fette spesse; disponetele su un piatto da portata accavallandole leggermente e portatele in tavola con il sugo in una salsiera.

## CAROTE FRITTE IN SALSA DI ZAFFERANO

Ingredienti per 4 persone:

400 g di carote,  
1 dl di panna,  
80 g di farina,  
30 g di burro,  
1 g di zafferano,  
1 rametto di rosmarino,  
1 pomodoro,  
olio per friggere,  
sale,  
pepe.

Per la pastella:

2,5 dl di acqua gassata,  
150 g di farina,  
2 cucchiaini di olio di oliva,  
sale.

Per la pastella: mescolate in una ciotola la farina con un pizzico di sale; unite a filo l'acqua, mescolando con una forchetta fino a ottenere una pastella densa e omogenea.

Aggiungete l'olio, mescolate ancora, coprite e fate riposare la pastella per trenta minuti in frigorifero.

Raschiate le carote, lavatele e scottatele in acqua bollente salata; scolatele, fatele raffreddare e poi tagliatele a tocchetti.

Passatele nella pastella e friggetele, poche per volta, in una padella con abbondante olio bollente.

In una casseruola mescolate la panna con il burro e lo zafferano e fate cuocere a fuoco basso fino a formare una salsa densa; toglietela dal fuoco e incorporatevi il rosmarino tritato.

Scolate le carote con un mestolo forato, sgocciolatele su una carta assorbente, salatele e pepatele.

Distribuite un mestolino di salsa allo zafferano nei piatti, disponetevi sopra le carote fritte e decorate con rametti di rosmarino e qualche fettina di pomodoro.

## BICCHIERINI DI CIOCCOLATO CON MOUSSE ALLA VANIGLIA

Ingredienti per 18 persone:

100 g di albumi,  
100 g di zucchero a velo,  
100 g di burro ammorbidito,  
80 g di farina,  
80 g di cioccolato fondente grattugiato.

Per la mousse:

250 g di latte,  
100 g di panna montata,  
80 g di zucchero,  
20 g di farina,  
1 baccello di vaniglia,

4 tuorli,  
cacao in polvere per servire.

Preparate i bicchierini di cioccolato: scaldate il forno a 180°; in una ciotola, lavorate la farina, il cioccolato, gli albumi, il burro e lo zucchero a velo.  
Foderate una placca con carta da forno.  
Disponete a cucchiariate, sulla placca, il composto ottenuto e infornatelo per cinque minuti, fino a quando il composto si allarga formando un disco sottile.  
Sfornatelo e disponetelo ancora caldo in tanti stampini.  
Lasciatelo raffreddare e poi sformatelo.  
Sbattete i tuorli con lo zucchero e la farina.  
In una casseruola, fate scaldare il latte con la vaniglia che poi eliminerete.  
Versate nel latte tiepido il composto di uova e lasciate cuocere, su fiamma dolce, per dieci minuti circa, mescolando spesso.  
Togliete la casseruola dal fuoco e fate raffreddare la preparazione.  
Quando è fredda, incorporatevi la panna montata.  
Distribuite la mousse all'interno dei bicchierini di cioccolato; sistemateli su un piatto, spolverizzateli con poco cacao in polvere e serviteli.