SPICCHI DI MELANZANE CON CIPOLLA DI TROPEA

“UN MESE, UN PIATTO, UNA STORIA…”

AGOSTO

SPICCHI DI MELANZANE CON CIPOLLA DI TROPEA

Diversi anni fa, quando già cucinavo parecchio, ho incontrato in tv una cuoca londinese molto particolare, Nigella Lawson. Di lei mi piace tutto, come si veste, le misure non proprio slim e il suo modo poco consono di leccarsi le dita quando mangia pietanze con le mani.

Nigella Lawson è una cuoca che non si sofferma troppo su pesi e procedure, che va molto a naso, che non disdegna accoppiamenti inusuali, e che ama moltissimo l’Italia e le sue ricette tradizionali.

Uno per volta ho comprato tutti i suoi libri, e ho sperimentato moltissime delle sue meravigliose e succulenti ricette.

Ultimamente mi mancava l’ispirazione, mi sentivo ripetitiva, e sono andata a riprendere i suoi libri di ricette pieni di foto bellissime, li ho sfogliati e ho trovato il piatto che vi propongo qui per le vostre cene d’estate.

INGREDIENTI per 4 pers:

3 melanzane scure medie

2 cipolle di Tropea

olio, sale, aceto di vino, pepe, aglio, origano fresco.

PROCEDIMENTO:

Lavate le melanzane e tagliatele a spicchi. Appoggiatele sulla placca del forno, intaccatele con un coltello e conditele con sale, pepe, olio extravergine e origano.

Infornate a 200° avendo cura di rigirarle una volta.

Mentre le melanzane cuociono, affettate sottilmente le cipolle a rondelle, apritele con le mani, mettetele in un contenitore basso e largo, e conditele con aceto e sale. Ogni tanto giratele, diventeranno, pian piano, di un bel fucsia brillante.

Quando le melanzane saranno cotte, morbide e leggermente rosolate, appoggiatele da calde su un vassoio da portata.

Scolate le cipolle dalla marinatura, conditele con uno spicchio d’aglio tritato e dell’olio ev; dopodichè con le mani distribuitele sulle melanzane ancora bollenti, cospargetele di origano fresco, o mentuccia, o basilico, e aspettate che si freddino prima di servirle.

Le melanzane così preparate, sono ottime anche il giorno dopo, abbiate però cura di conservarle in frigorifero.

Una ricetta molto semplice che sicuramente vi verrà richiesta,

e richiesta ancora.

RISO VENERE CON GAMBERI E ZUCCHINE

“UN MESE, UN PIATTO, UNA STORIA…”

LUGLIO

RISO VENERE CON GAMBERI E ZUCCHINE

La ricetta che vi propongo, per questo primo mese d’estate, l’ho realizzata una sera in cui mi era stato chiesto di cucinare dei piatti che potessero descrivere una persona.

La sfida è stata da me raccolta con entusiasmo e questo primo piatto racchiude molte delle caratteristiche peculiari dell’ospite che mi aveva fatto la richiesta.

Quest’amico è una persona che mangia pochissima carne, quasi niente direi, da qui l’utilizzo dei gamberi, dovuto anche al fatto che ama molto i crostacei.

Lui non ama i carboidrati, per cui possibilmente primi piatti con riso e preferibilmente venere: questa varietà oggi molto in voga, oltre ad avere un buonissimo profumo, risulta meno lavorata degli altri suoi simili.

Le zucchine infine sono uno degli ortaggi che preferisce, sono di stagione e il loro bel verde crea delle particolari variegature al piatto.

Al contrario di ciò che si potrebbe pensare, è una ricetta molto semplice da realizzare, ma di grande effetto al gusto e alla vista.

INGREDIENTI per 2 persone:

140 gr. di riso venere

2 zucchine romanesche

6 gamberi

limone, aglio, olio evo, sale, pepe, tabasco e prezzemolo.

PROCEDIMENTO:

Lessare il riso in acqua salata, ci vorranno circa 20 minuti.

Nel frattempo togliere testa e carapace ai gamberi, inciderli con la punta di un coltello ed eliminare il filo nero dell'intestino. Sciacquarli, metterli in una ciotola e condirli con un pizzico di sale, la scorza grattugiata del limone, un po' di pepe, qualche goccia di tabasco e olio evo. Tenere da parte.

Grattugiare le zucchine con una grattugia a fori grandi, e saltarle in padella con olio, aglio, sale e pepe; non devono spappolarsi, ci vorranno pochi minuti.

Cuocere velocemente i gamberi sfumando con il succo del limone; spegnete appena si arricciano.

Scolare il riso e unirlo alle zucchine mescolando bene.

Con un coppapasta impiattare il riso premendo bene, ultimare appoggiandovi sopra i gamberi con molta delicatezza.

Irrorare con il sughetto e decorare con una foglia di prezzemolo.

Il risultato è garantito.

PANNA COTTA ALLA MENTA CON FRAGOLE

PANNA COTTA ALLA MENTA CON FRAGOLE

“UN MESE, UN PIATTO, UNA STORIA….”

AGOSTO

Questa di agosto è la storia di quattro amiche, non di quelle che si conoscono fin da bambine, e neanche di quelle che hanno

frequentato la stessa scuola. Questa di agosto è la storia di quattro donne che si sono conosciute da poco tempo, si sono guardate, si sono scambiate qualche parola e, fin da subito, si sono piaciute tanto. Le quattro amiche hanno età diverse e diverse sono le esperienze che hanno segnato le loro vite, ma si amalgamano alla perfezione come gli ingredienti di una ricetta.

Nel mese più caldo dell'estate vi propongo una delicata ma freschissima panna cotta alla menta con fragole, una vera delizia per il palato anche per coloro che non amano tanto i dolci.

Molti di voi già sapranno quale è l'ingrediente che "tiene" la panna cotta, ma sicuramente non sanno quale sia il "collante" che tiene insieme le nostre quattro amiche: loro sono unite da una irrefrenabile passione per la lettura.

Dedico questa ricetta a Stefania, Lorena, Claudia e anche a me stessa.

INGREDIENTI per 6 coppette:

500 ml di panna liquida fresca

150 ml di latte fresco

100 gr. di zucchero

una stecca di vaniglia

1-2 tazzine di sciroppo alla menta

qualche fogliolina di menta

6 gr. di colla di pesce

250 gr. di fragole

2 cucchiai di zucchero

il succo di mezzo limone

PROCEDIMENTO:

Mettete a bagno la colla di pesce. Scaldate bene la panna con il latte, lo zucchero, la bacca di vaniglia (che poi leverete) e lo sciroppo di menta; spegnete e aggiungete la colla di pesce ben strizzata e fatela sciogliere. Dopo che il tutto si è stiepidito, riempite le coppette filtrando con un colino per eliminare i semi di vaniglia, e mettete in frigo per almeno 6 ore.

Tagliate poi le fragole a pezzi grossolani e cuocetele in un padellino con lo zucchero e il limone per circa 15 minuti. Quando si sono raffreddate, conservatele in frigo.

Servite la panna cotta ultimando con le fragole e qualche fogliolina di menta.

Ingredienti completamente diversi, con il giusto “collante” danno vita ad un dolce speciale, speciale come l’amicizia che lega le nostre appassionate lettrici.

LA PASTA ‘NCASCIATA

“UN MESE, UN PIATTO, UNA STORIA…”

GIUGNO

LA PASTA ‘NCASCIATA

Chi di noi non ha visto almeno una puntata della serie Montalbano, ispirata ai romanzi del celebre Camilleri? Se per un caso alquanto strano, così fosse, dovete sapere che, a cena, il famoso commissario godeva delle prelibatezze che gli preparava la sua donna delle pulizie Adelina. Un vero tripudio di sapori: dagli arancini, alle sarde, alla rinomata Pasta ‘ncasciata.

La sera, tornato dal lavoro, Montalbano non vedeva l’ora di aprire il forno o il frigorifero per scoprire il tesoro che gli aveva lasciato Adelina; dopodichè si apparecchiava in terrazza, si versava un bicchiere di vino e si accingeva a dar fondo al piatto con la speranza, a volte vana, che non squillasse il maledetto telefono.

Per questo nostro primo mese d’estate, vi propongo la ricetta, da me sperimentata più volte, della Pasta ‘ncasciata, un ricco e gustoso primo piatto che ricorda i sapori della nostra Trinacria. Le varianti del piatto sono molte, questa vi assicuro, è molto buona.

INGREDIENTI per 8 persone:

per il ragù:

500 gr. di carne macinata

700 gr. di salsa di pomodoro

olio evo, sedano, carota cipolla, sale e pepe

vino bianco.

per la pasta:

600 gr. di rigatoni

! melanzana grande nera

200 gr. caciocavallo stagionato

100 gr. di parmigiano grattugiato

olio per friggere

PROCEDIMENTO:

Preparate il ragù nel modo che più vi piace. Io faccio un soffritto con sedano, carota e cipolla; quando gli odori sono stufati, aggiungo il macinato, faccio rosolare, sfumo con vino bianco e, quando quest’ultimo è evaporato, aggiungo la salsa di pomodoro. Poi faccio cuocere lentamente per almeno 40 minuti, condisco con sale e un po’ di pepe, finendo con un giro di olio a crudo. Potete preparare il sugo anche il giorno

prima.

Tagliate la melanzana a dadini e friggetela in abbondante olio di arachide, ponetela poi su della carta assorbente. Lessate i rigatoni lasciandoli molto al dente, e scolateli. Condite la pasta con il ragù. Mettete in una pirofila uno strato di pasta, aggiungete qualche fetta di caciocavallo e un po’ di melanzana. Poi fate un altro strato di pasta, con altro caciocavallo e i rimanenti tocchetti di melanzana. Ultimate spolverizzando con il parmigiano grattato. Infornate a 200° finchè si formi una crosticina dorata.

Questo è un piatto tipicamente estivo in quanto le melanzane d’inverno, proprio non si dovrebbero comperare.

Una volta cotta, la Pasta ‘ncasciata può essere conservata in frigorifero per un paio di giorni.



