



Cucina

5 Terre





ESPERIMENTI DI CUCINA 5 TERRE



-
- *Bruschetta 'lardosa'*
 - *Fantasia di antipasti di mare*
 - *Ravioli bicolore di branzino con frutti di mare*
 - *Gamberi in crosta con sformatino di peperoni*
 - *Polpo grigliato su cremosa di bufala*
 - *Treccia di branzino su crema di melanzane*
 - *Cantucci 'home made' e Vin Santo*

RAVIOLI BICOLORE DI BRANZINO CON FRUTTI DI MARE



Ingredienti per 4 persone:

gr. 200 + 200 di farina biologica
2 uova per la pasta nera
3 uova per la pasta bianca
gr. 6-8 nero di seppia

Per il ripieno:

gr.600 di filetto di branzino
4 cucchiaini di maggiorana (o timo) tritati
gr.200 di mascarpone
una noce di burro
2 albumi leggermente montati
2 spicchi d'aglio
olio extravergine di oliva q.b.
sale e pepe nero q.b.

Per il sugo:

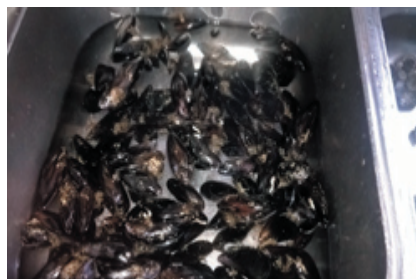
gr.500 cozze, gr.500 vongole,
gr.500 fasolari
2 calamari grandi (o totani)
e una seppia grande
gr.500 gamberi, gr.250 gamberi
rosa e 4 scampi,
un porro, prezzemolo
e peperoncino q.b.
vino bianco e olio extravergine
di oliva q.b.
sale e pepe nero q.b.

Il ripieno:

1. Tagliare il pesce a dadini e farli sfrigolare in padella con olio e aglio in camicia
2. Mettere tutto in una ciotola, togliendo l'aglio
3. Unire la maggiorana (o il timo), il mascarpone e gli albumi leggermente montati
4. Mescolare e fare riposare e raffreddare

I ravioli:

1. Fare i due impasti separati (bianco e nero)
2. Quello nero si ottiene aggiungendo il nero di seppia
3. Fare la sfoglia e tirarla sottile (penultima tacca della sfogliatrice)
4. Sui rettangoli di sfoglia mettere cucchiaini d'impasto distanziati
5. Coprire con altri rettangoli, comprimere a mano per eliminare eventuali bolle d'aria
6. Ritagliare i ravioli con l'apposita 'rotella'
7. Metterli su canovacci cosparsi di farina di semola
8. Cuocerli in abbondante acqua salata, con un filo d'olio, perché non si attacchino
9. Lasciarli cuocere per poco tempo (toglierli appena emersi).



Il sugo:

1. Con aglio, olio, peperoncino e mezzo bicchiere di vino bianco cuocere separatamente le cozze, le vongole, i fasolari e salvare e filtrare i liquidi di cottura (è anche possibile utilizzare, secondo i gusti, tartufi di mare, cannolicchi, datteri di mare, ecc.)
2. Tagliare i calamari a listarelle e cuocere in olio e porro tritato e sfumare con il vino bianco
3. Unire i liquidi delle conchiglie e cuocere per 15 minuti a fuoco basso (se serve, aggiungere brodo caldo di pesce o vegetale)
4. Unire i gamberi, i gamberetti e gli scampi puliti e cuocere 5 minuti per lato
5. Eliminare molti gusci dei bivalvi e mettere i molluschi in padella (puliti e con il guscio)

Infine:

Mettere i ravioli al dente con il pesce e spadellare vigorosamente, terminando con un filo d'olio a crudo, una macinata di pepe e una manciata di prezzemolo tritato.



POLPO GRIGLIATO SU CREMOSA DI BUFALA

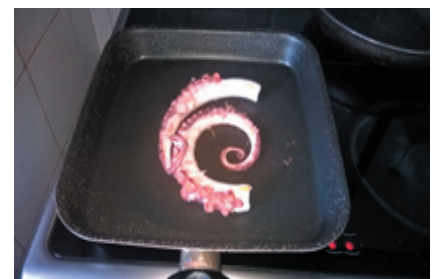


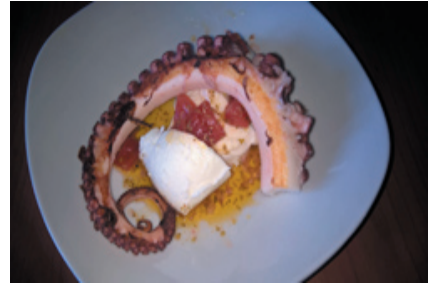
Ingredienti per 4 persone:

1 polpo da 1 kg.
pomodorini q.b.
4 mozzarelle medie di bufala
olio extravergine di oliva q.b.
sale, pepe nero e origano q.b.
glassa di aceto balsamico
(facoltativa)

per il brodo: 2 litri d'acqua
1 o 2 foglie di alloro e mezza
cipolla sbucciata, non affettata
4 o 5 grani di pepe nero
1 rametto di prezzemolo
sale grosso q.b.

1. Fare bollire l'acqua in una pentola grande
2. Immergere per 3 volte il polpo per fare arricciare i tentacoli
3. Lasciare che l'acqua riprenda a bollire e aggiungere gli ingredienti previsti per il brodo (alloro, cipolla, pepe nero in grani, prezzemolo e sale grosso)
4. Rimettere il polpo in pentola, coprire e fare cuocere a fuoco lento fino a quando non sarà così tenero da essere facilmente infilzato con la punta di una forchetta (può richiedere da trenta minuti a tre ore, in relazione alle dimensioni del polpo e della sua durezza. Per un chilo dovrebbero bastare 40 minuti)
5. Appena cotto immergere il polpo in acqua e ghiaccio per fermare la cottura, quindi estrarlo e farlo asciugare
6. Nel frattempo fare una dadolata con i pomodorini e condirli con olio, origano, sale e pepe
7. Scolare le mozzarelle dal liquido di conservazione, tamponarle leggermente con carta da cucina e tagliare ciascuna in 3 fette
8. Disporre le fette nei piatti e cospargerle di pepe e sale e sovrapporre un po' di dadolata con il suo condimento
9. Tagliare dal polpo i tentacoli e grigliarli per pochi minuti su una piastra
10. Disporre uno in ciascun piatto e, volendo, decorarne il bordo con alcune gocce di glassa.





CANTUCCI E VIN SANTO



Ingredienti per 4 persone:

gr.300 farina
gr.150 zucchero
gr.150 mandorle con buccia
gr.50 burro
2 uova + 1 tuorlo
1 pizzico di sale
1/2 bustina di lievito per dolci
semi di una bacca di vaniglia



1. Tostare alcuni minuti le mandorle
2. Sciogliere il burro dolcemente e fare intiepidire
3. Sbattere 2 uova con lo zucchero e il pizzico di sale
4. Unire prima il burro fuso e il lievito
5. Aggiungere la farina e i semi di vaniglia
6. Incorporare le mandorle e formare 2 filoncini (30 cm x 4)
7. Porli su carta da forno, pennellarli con il tuorlo d'uovo e infornarli a 190° per 20 minuti
8. Sfornarli, farli riposare alcuni minuti e tagliarli in diagonale
9. Rimettere in forno per altri 10 minuti a 170°
10. Lasciarli raffreddare su grate metalliche e servirli con vin santo.



NB. I cantucci si possono conservare in scatole metalliche a chiusura ermetica (patiscono l'umido).