



Cocina

Cinese





# ESPERIMENTI DI CUCINA CINESE



- 
- Dolcetti alle mandorle*
  - Fiocchetti dolci*
  - Gamberi in cartoccio*
  - Involtini primavera*
  - Pasticcini al sesamo*
  - Pollo agli anacardi*
  - Riso alla cantonese*
  - Salsa agrodolce*
  - Salsa piccante*
  - Wonton al vapore e/o fritti*
  - Wonton dolci*



# DOLCETTI ALLE MANDORLE

## Ingredienti

gr. 250 di farina  
gr. 125 di burro  
gr. 200 di zucchero  
gr. 50 di mandorle tritate  
finissime o di farina di  
mandorle o 1 cucchiaio e 1/2  
di estratto di mandorle  
3 uova  
1/4 di cucchiaino da tè di sale  
1/2 cucchiaino da tè di lievito  
per dolci  
1 cucchiaio d'acqua  
mandorle intere sbollentate q.b.



1. In un pentolino fare bollire dell'acqua, togliere il recipiente dal fuoco e immergervi per 1 minuto le mandorle
2. Scolarle, asciugarle con carta da cucina, togliere la pellicina e asciugarle ancora con carta da cucina
3. In una ciotola mescolare la farina, il lievito, il sale e le mandorle tritate
4. In una terrina, sbattere il burro ammorbidito con lo zucchero, fino a renderlo cremoso
5. Aggiungere 2 uova e mescolare bene
6. Incorporare la crema nel composto di farina e lavorare il tutto a lungo e accuratamente fino ad ottenere una pasta liscia ed omogenea
7. Ricavare dall'impasto delle palline
8. Appiattirle leggermente con il palmo della mano e inserire al centro una mandorla
9. Disporre i dolcetti su una teglia da forno rivestita di carta forno e distanziarli per evitare che in cottura si attacchino
10. In una ciotola mettere il terzo uovo ed un cucchiaio d'acqua e sbatterlo leggermente
11. Utilizzare un pennello per alimenti per cospargere il composto d'uovo sui dolcetti
12. Infornare a 180 gradi per 10-15 minuti
13. Sfnare e fare raffreddare su gratelle
14. Conservare in scatole di metallo.





# FIOCCHETTI DOLCI



## Ingredienti

### Per la pasta:

gr. 300 di farina

2 uova

2 cucchiai acqua

amido di mais

zucchero a velo e cannella  
mescolati q.b.

olio di semi di arachidi per  
friggere

gr. 50 di mandorle tritate  
finissime o di farina di  
mandorle o 1 cucchiaio e 1/2 di  
estratto di mandorle

1. Mescolare in una terrina la farina, le uova e l'acqua per ottenere una pasta dura
2. Lavorarla per almeno 10 minuti sull'asse leggermente infarinato
3. Coprirla con uno strofinaccio bagnato e farla riposare per 20 minuti
4. Dividere la pasta in 3 pezzi e stenderla con la macchina fino alla penultima tacca
5. Creare dei rettangoli di pasta di cm. 8 x 4,5
6. Incidere ciascuno con un taglio di cm. 2 e infilare nel taglio un lembo e tirare formando un fiocco
7. Cuocere in olio non troppo caldo (180°) 4-5 fiocchetti di pasta e rigirarli dopo pochi secondi
8. Fare asciugare su carta da cucina
9. Dopo averli fritti tutti e fatti raffreddare, cospargerli con la miscela di zucchero e cannella
10. Si conservano per 3-4 giorni in un contenitore a chiusura ermetica.







# GAMBERI IN CARTOCCIO



## Ingredienti per 4 persone:

12 gamberi medi

1 confezione di pasta fillo

olio di semi per friggere q.b.

1. Privare i gamberi del carapace e della testa, lasciando la codina
2. Eliminare il budellino nero aiutandosi con uno stecchino
3. Sciacquarli e lasciarli asciugare
4. Tagliare la pasta fillo in strisce e avvolgere i gamberi lasciando fuori la codina oppure tagliare la pasta fillo in rettangoli, avvolgere i gamberi dando la forma di una caramella
5. Tenerli in frigo fino al momento di cuocerli
6. Friggerli in olio caldo, sgocciolarli su carta da cucina e servirli con una ciotola di salsa piccante.





# INVOLTINI PRIMAVERA



## Ingredienti per 4 persone:

- 1 confezione di pasta fillo gr.150 di maiale
- gr.100 di germogli di soia
- 1 costa di sedano
- 1 carota
- 2 cipollotti freschi
- gr.90 di verza
- 2 cucchiaini di salsa di soia
- 1 cucchiaino di olio di semi di arachidi

1. Tagliare a listarelle le verdure e a dadini il maiale
2. Mettere in un wok l'olio, unire il maiale e fare saltare per circa 5 minuti
3. Aggiungere le carote, il sedano, i cipollotti e la salsa di soia
4. Fare cuocere per 5-7 minuti e al termine unire i germogli di soia e la verza e fare ancora cuocere per 5 minuti
5. Fare intiepidire il ripieno e poi montare gli involtini, sigillando la pasta con un poco di acqua e farina
6. Fare cuocere nel wok tenendo sotto controllo la temperatura dell'olio per evitare che si scuriscano
7. Servire con la salsa agrodolce.





# POLLO AGLI ANACARDI



## Ingredienti per 4 persone:

gr. 600-700 di petto di pollo  
gr. 100 di anacardi al naturale  
gr. 100 di porro (la parte bianca e verde-chiaro) oppure cipollotti  
uno spicchio d'aglio  
3 cm. di zenzero fresco o un cucchiaino di zenzero in polvere  
gr. 20 di salsa di soia e gr. 20 di olio extravergine d'oliva  
gr. 80 di farina di riso (o farina 00)  
sale q.b., gr. 30 d'acqua, peperoncino (facoltativo)

1. Tostare gli anacardi a fuoco vivo per pochi minuti
2. Pulire il porro, affettarlo finemente e tenerlo da parte
3. Tagliare a cubetti di circa 2 cm. il petto di pollo, metterli in un colapasta e cospargerli con la farina di riso
4. Scuotere per eliminare l'eccesso di farina e tenere da parte
5. Scaldare a fuoco basso il wok con l'olio d'oliva, l'aglio spremuto e lo zenzero
6. Unire i cubetti di pollo infarinati e rosolarli accuratamente a fuoco medio per qualche minuto
7. Irrorare con la salsa di soia e unire il porro affettato
8. Sfumare con l'acqua e proseguire la cottura per 10 minuti e fare restringere il sugo
9. Unire gli anacardi tostati, salare a piacere e, volendo, unire peperoncino in polvere per ottenere un sapore più deciso
10. Servire con riso Basmati.







# RISO ALLA CANTONESE



## Ingredienti per 4 persone:

gr. 250 di riso Basmati  
gr. 500 di acqua  
1 cucchiaino di sale grosso  
gr. 250 di pisellini  
3 uova  
gr. 125 di prosciutto cotto in fetta unica  
gr. 100 di cipollotto fresco  
1 carota tagliata finemente  
1 peperone giallo piccolo tagliato a dadini  
6 cucchiari di olio di semi  
3 cucchiari di salsa di soia  
sale fine q.b.

1. Lavare ripetutamente il riso per togliere l'amido
2. Metterlo in una pentola e coprirlo con l'acqua
3. Farlo cuocere su fiamma media per 10 minuti con coperchio, fino a quando avrà assorbito tutto il liquido
4. Farlo raffreddare allargato su un vassoio
5. Pulire, lavare e affettare in diagonale a rondelle sottili il cipollotto
6. Pulire la carota e farne dei piccoli dadi
7. Pulire il peperone e tagliarlo a dadi
8. Fare a cubetti il prosciutto
9. Sbattere le uova in una terrina
10. Mettere nel wok 3 cucchiari di olio e fare scaldare a fiamma alta
11. Unire il cipollotto e soffriggerlo per 2 minuti
12. Unire la carota tagliata finemente e soffriggere per altri due minuti
13. Unire il peperone e soffriggere per altri 2 minuti
14. Unire il prosciutto e fare saltare per altri 2 minuti
15. Unire i piselli e la salsa di soia e continuare a rimescolare
16. Unire il riso e farlo tostare a fiamma alta con gli altri ingredienti e in ultimo unire le uova dopo averle strapazzate in una padella e ridotte a brandelli piuttosto piccoli (Volendo si può fare una frittatina sottile e poi tagliarla a listarelle sottili)
17. Mescolare e, se necessario, salare
18. Servire caldo o tiepido.







# SALSA AGRODOLCE



## Ingredienti

- 100 ml di acqua
- 50 ml di vino bianco o aceto di riso
- gr.40 di zucchero
- 2 cucchiaini di concentrato di pomodoro
- 1 cucchiaino di Maizena
- poco sale



1. Sciogliere la maizena nell'acqua e metterla in un pentolino
2. Unire il vino o l'aceto, lo zucchero, il concentrato e un pizzico di sale
3. Mescolare a fuoco dolce e portare ad ebollizione sempre mescolando
4. Quando la salsa diventa un po' densa, toglierla dal fuoco
5. Fare raffreddare sempre mescolando ogni tanto.





# SALSA PICCANTE



## Ingredienti

1 carota da circa 50 gr.  
zenzero fresco oppure  
abbondante zenzero in polvere  
gr. 200 di zucchero  
1/2 cucchiaio di conserva di  
pomodoro  
200 gr. di aceto bianco (di vino,  
di riso o di mele a scelta)  
1 cucchiaio di fecola di patate  
1 cucchiaino di salsa chili o  
tabasco  
150 ml. di acqua

1. Pelare e tagliare la carota fine a julienne o grattugiarla
2. Fare altrettanto con un pezzetto di zenzero fresco (circa 2 cm.)  
oppure calcolare 1 cucchiaio abbondante di zenzero in polvere
3. In una padella a fuoco vivace mettere 100 gr. di acqua con lo  
zucchero, la conserva di pomodoro, le carote e lo zenzero
4. Mescolare ed aggiungere l'aceto
5. In una tazza amalgamare la fecola di patate con ml. 50 di acqua
6. Quando il composto sul fuoco è bollente aggiungere il chili  
o il tabasco e la fecola sciolta nell'acqua
7. Mescolare energicamente perchè non si formino grumi
8. La salsa pronta si conserva diversi giorni in frigorifero in un  
recipiente ermetico.



# WONTON AL VAPORE E/O FRITTI



## Ingredienti per 4 persone:

gr. 200 di farina  
100 ml. di acqua  
1 pizzico di sale  
gr. 200 di carne di maiale macinata  
1 carota  
1/2 porro  
gr. 100 di verza  
2 cucchiaini di salsa di soia  
zenzero fresco grattugiato o in polvere  
olio di arachidi q.b.



1. Lavorare farina, acqua e sale fino a formare un panetto omogeneo ed elastico
2. Avvolgerlo in pellicola trasparente e farlo riposare per 1 ora
3. Affettare carota, verza e porro e tritarli finemente nel mixer
4. Mettere in una ciotola la carne di maiale macinata, le verdure triturate, lo zenzero e la salsa di soia
5. Amalgamare accuratamente
6. Stendere piuttosto fine la pasta, fare dei cerchi di cm. 10 con il coppapasta e, aiutandosi con un raviolatore, fare i ravioli, con dentro un'abbondante noce di ripieno

### Per i wonton a vapore:

7. Mettere sul fondo della vaporiera o nel cestello di bambù delle foglie di verza e adagiarvi sopra i wonton
8. Cuocere coperti per 15 minuti
9. I ravioli sono cotti quando la superficie è leggermente trasparente
10. Servire con salsa di soia.





Per i wonton fritti:

7. Mettere in un wok abbondante olio di arachidi
8. Quando l'olio è caldo immergere, pochi per volta, i wonton e farli dorare
9. Metterli su carta da cucina per far perdere l'eventuale unto in eccesso
10. Servire con la salsa agrodolce.



# WONTON DOLCI



## Ingredienti

- 1/2 tazza di cocco rapé o farina di cocco (= gr.100),
  - 1/2 tazza di arachidi salate tritate grossolanamente (= gr.100)
  - 1/2 tazza di ciliegie candite o altra frutta candita tritata (gr.100)
  - gr. 50 zucchero scuro di canna
  - gr. 50 zucchero bianco raffinato
  - 1 uovo intero o 1 albume sbattuto leggermente
- per la pasta wonton:
- gr. 300 di farina, 3 uova acqua e maizena q.b.
  - 3 tazze d'olio di arachidi per friggere.

1. Mescolare in una terrina, il cocco rapé o la farina di cocco, le arachidi, le ciliegie e i due tipi di zucchero e, se necessario, un poco di acqua per favorire l'amalgama
2. Impastare per almeno 10 minuti la farina, le uova e l'acqua necessaria fino ad ottenere un impasto sodo
3. Ricoprire con un asciugamano umido e fare riposare per 20 minuti
4. Tirare le sfoglie fino alla penultima tacca della sfogliatrice, ricavare dei quadrati o dei cerchi e spolverizzarli con un poco di maizena per evitare che si attacchino
5. Sbattere leggermente l'uovo in un'altra ciotola
6. Mettere al centro del cerchio o del quadrato 2 cucchiaini di composto e sigillare bene con l'uovo sbattuto
7. Ripiegare a mezzaluna, assicurandosi che il ripieno sia ben sigillato
8. Mettere nel wok olio di arachidi e cuocere i wonton pochi per volta
9. Quando i bordi diventano bianchi rigirarli per una cottura complessiva di 30 secondi circa
10. Mettere su carta da cucina per asciugare l'eventuale eccesso di unto.

