



SCUOLE DELL'INFANZIA STATALI GIROTONDO E GIRAMONDO



RICETTE DAL MONDO



SCUOLE DELL'INFANZIA STATALI GIROTONDO E GIRAMONDO

COSA BOLLE IN PENTOLA?!

RICETTE DAL MONDO

Hanno contribuito alla realizzazione del ricettario:



STAMPA SERVICE Meldola (FC) – www.stampaservice.net

Attanasi Miriam
Ceredi Marilena
Del Greco Maria
Fabbri Cristina
Fiori Maria Paola
Fragale Ilaria
Foschi Rita
Gardini Susanna
Giamboni Ornella
Maioli Aureliana
Maggiori Silvia
Manucci Elisa
Maraldi Elisa
Nucci Alice
Panzavolta Valentina
Rossi Chiara
Sassi Caterina (Kitty)
Valeck Astrid
Vignali Marusca
Zaccarelli Anna Maria
Zuccherelli Simona

I disegni sono di Emi Foschi

PREMESSA

Ogni volta che un progetto giunge al termine, significa che ognuno, per quanto gli compete, ha svolto un buon lavoro all'interno dell'organizzazione in cui opera.

Siamo riusciti a promuovere questo progetto, grazie al supporto del comitato dei genitori e dell'I.S.S. "D. Drudi".

Complimenti perciò alle due scuole dell'infanzia Giramondo e Girotondo e a quanti hanno collaborato per la realizzazione del ricettario, che definirei documento di importanza storica locale e ambientale.

Rivolgo quindi un plauso alle insegnanti che hanno seguito in tutto il percorso la realizzazione del ricettario e in ugual modo i genitori che hanno collaborato affinché l'iniziativa andasse a buon fine.

Certamente i bambini sono i principali attori di tale progetto, per i quali, la Scuola e le Istituzioni si muovono congiuntamente ai genitori per renderli partecipi attivi della vita presente, nella quotidianità, affinché apprezzino attraverso le cose semplici, anche sotto forma di gioco, come si raggiunge un obiettivo concreto.

Attraverso la manipolazione, l'osservazione e il gusto si ha modo di scoprire l'importanza di ciò che ci circonda, il valore delle piante, dei frutti e di ciò che proviene dalla terra come risorsa, un progetto educativo a tutto tondo che ci riporta al passato attraverso il presente, il presente che si rinnova e si arricchisce attraverso la partecipazione di ognuno.

Come Sindaco mi congratulo per la realizzazione del progetto e ci tengo a sottolineare che la collaborazione fra i vari soggetti: assessorato alla Pubblica Istruzione, Istituto Comprensivo e Istituzione "D. Drudi" e genitori, ha favorito l'ottima riuscita dell'iniziativa, portando alla realizzazione dei due laboratori di cucina presso le due scuole dell'Infanzia Girotondo e Giramondo.

*Il Sindaco
Gian Luca Zattini*

IL CIBO: UN'IDEA PER IMPARARE

Sono particolarmente felice della riuscita di questo progetto curato con amore e determinazione dalle insegnanti della Scuola dell'Infanzia Statale in collaborazione con i genitori e la Direzione Didattica.

L'alimentazione è fondamentale per tutti noi ed è la base per vivere bene. È importantissimo, quindi, fornire ai bambini fin da piccoli la "cultura" del cibo: come e cosa mangiare rappresenta uno snodo significativo per la crescita dei nostri figli.

Per questo ritengo che "che cosa bolle in pentola" sia una idea, non solo originale, ma stupenda sia per imparare allegramente in compagnia di altri adulti e bambini, sia per conoscere o riscoprire quella che è la tradizione culinaria delle famiglie del nostro paese.

Il cibo non è solo fonte di nutrimento, di vita, ma è un mezzo per apprendere, scoprire e indagare il mondo circostante e le tante persone con cui condividiamo il nostro quotidiano.

L'idea del laboratorio di cucina è poi oltremodo geniale perché permette di passare dal piano teorico a quello pratico, fondamentale per l'apprendimento e di "usufruire" del sapere delle conoscenze culinarie di nonni e genitori.

Insomma anche questa iniziativa va verso una unica direzione: imparare; e quando poi si riesce a fare, come in questo caso, divertendo e divertendosi è ancora maggiore la soddisfazione per tutti noi.

Buona lettura e buon appetito a tutti.

*L'assessore alla Pubblica Istruzione
Ermano Giunchi*

ODORI E SAPORI
Tradizione locale e multiculturalità

*“La storia è fatta anche di questo: di odori e di sapori.
I cibi rappresentano la grammatica: le catene di pensieri e
le emozioni da loro ispirati rappresentano la sintassi”
[C.Lévi-Strauss, Il pensiero selvaggio]*

“Cosa bolle in pentola?!” non è solo il titolo del progetto educativo-didattico delle scuole dell’infanzia dell’Istituto Comprensivo di Meldola.

È un modo di vivere la scuola e di avvicinarsi agli apprendimenti con curiosità, lasciandosi guidare dai cinque sensi, per esplorare, conoscere, comunicare.

Lo sfondo integratore, utilizzato dalle insegnanti per progettare le attività con i bambini, è la famosa fiaba dei fratelli Grimm: Hansel e Gretel. Molteplici sono stati i percorsi individuati per fare interagire la cultura locale con la multiculturalità:

- ñ uscite sul territorio alla ricerca di sapori e antichi saperi della Romagna,
- ñ narrazione autobiografica da parte dei genitori e dei bambini,
- ñ laboratori di cucina nella scuola con la partecipazione di nonne e mamme.

Ha accomunato tutto ciò il cibo, quale elemento più semplice da cui partire per favorire l’incontro e la comunicazione fra culture diverse. Davanti ad un piatto è possibile attivare un rapporto, stabilire un contatto. È anche un modo semplice per capirsi meglio, per rivelarsi a se stessi e agli altri. Nell’incontro fra culture diverse è più facile che resti una traccia se si parte da un piatto di tagliatelle o di cuscus, che da una fredda teoria.

Il gusto è un “senso sociale”, l’unico di cui possiamo godere in compagnia.

Il profumo che accompagna ogni preparazione agisce sulla memoria, rammentando i riti e i momenti speciali della nostra vita. A tavola si festeggiamo i matrimoni, i compleanni, si celebrano ricorrenze. Il gesto del preparare da mangiare è un atto d’amore che si rinnova ogni volta che cuciniamo per chi amiamo. Questo dobbiamo averlo bene in mente quando apriremo questo ricettario e porteremo in tavola, per i nostri cari, una delle preparazioni suggerite in queste pagine. Un dono: da un genitore ad un’altra famiglia.

Sapore e sapere hanno la medesima radice etimologica. La parola latina *sapere* indica sia il *conoscere* sia *aver sapore di*: lasciarsi coinvolgere nella vita e nel vivere, usando gli alimenti quali strumenti di conoscenza.

Il cibo come strumento della nostra capacità di *assaporare* la vita con tutto il suo sapore.

Ci è sembrato importante impegnarci affinché in entrambe le scuole vi fosse un laboratorio di cucina, perché esso può diventare un luogo privilegiato di relazione e di apprendimento. La sua peculiarità consiste nel permettere molteplici esperienze: manipolazione, assaggio di nuovi sapori attraverso gli ingredienti utilizzati (anche di ciò che non si conosce), indagine scientifica sulla trasformazione dei cibi, percorsi interculturali, narrazione, estetica nella presentazione, ecc...educando TATTO, OLFATTO, GUSTO, VISTA e SOCIALITÀ.

Un luogo di incontro e di scambio dove far provare ai bambini la magia delle trasformazioni e il potere evocativo e ancestrale del fuoco che trasforma il crudo in cotto.

Nulla si realizza da soli, le cose importanti sono possibili solo con la partecipazione di tante persone. Come questo ricettario che è stampato grazie alla collaborazione di FAM Batterie, C.L.S. trasporti internazionali, AISC basket, Stampa service e al diretto interessamento dell’Ass. alla Pubblica Istruzione del Comune di Meldola, dott. Ermano Giunchi. I laboratori di cucina creati ed allestiti sia nella scuola Girotondo sia nella scuola Giramondo grazie alla collaborazione tra l’I.C. Meldola, l’Amministrazione locale, l’Istituzione D.Drudi e i Comitati dei genitori delle due scuole. A tutti loro va il nostro più sentito ringraziamento.

Proff.ssa Rosanna Monti
Dirigente Scolastica I.C.Meldola

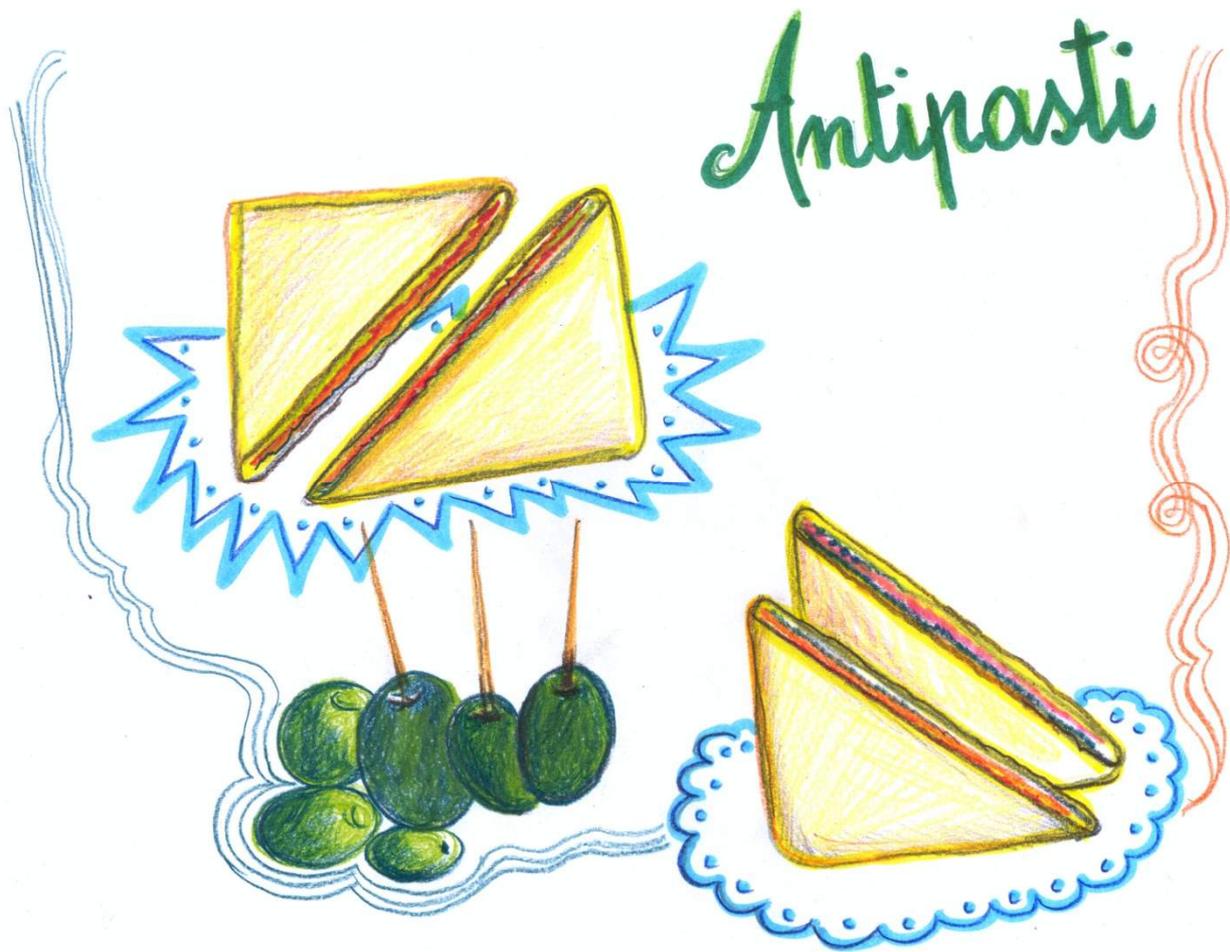
le ricette qui raccolte fanno parte della migliore tradizione culinaria di ogni famiglia dei bimbi che frequentano la nostra scuola pertanto, ringraziamo di cuore per la partecipazione, i genitori di:

ABDELLI MARIEM
AFRIT EYA
AGIRELLI RICCARDO
AIDELOJE OLHJE SARAH
ALDINI GIULIA
AMZA ARMEN
ANDREOLA FILIPPO
ARCANGELONI JACOPO D.
ASLAOUI YASMIN
AVRAM ALIN NICOLAE
BACALU VANNI
BACCHI ANGELICA
BALBO FRANCESCO
BERISHA AMIR
BERISHA LEONIT
BERTACCINI ELISA
BIBBÒ FRANCESCO
BIANCHI RACHELE
BISERNI NINFA
BIVONA GIOVANNI
BOMBARDI SOFIA
BOSCHI DENNIS
BRICCOLANI GIULIA
BRASCHI MARTINA
BUA PIERSANTO
CAFUERI ANDREA
CAMPORESI AMALIA
CANDELA AURORA
CANGINI ALESSANDRO
CAPACCI DANIEL
CASADEI MAYA
CATANI MARCO
CAVALLUCCI ALEX
CHAHBOUNI AWATIF
CHAHBOUNI AMIN
CHAHBOUNI YOUNES
CHIRIAC ALESSANDRO MARIA
CHITI CRISTIAN
CIANI DIEGO
CIGNI ALESSANDRO
CINELLI MICHELA
COLA SERENA
COLANGELO MARTINO
COKU GABRIELLA
COPPOLA NICOLE
COROAMA ANDREI A.
COSTANTINI ALICE
COVERI LINDA
DALL'ARA ANDREA
D'AMATO DENNIS
DAMICIS FRANCESCO
DEACU CEZAR IOAN
DE CRESCENZO JACOPO
DEDA ALDA
DELL'ANNA NICOLÒ

DEMA ALESSIA
DRIOLI FRANCESCO
DI SALVO CRISTIANO SALVATORE
EDDAHRAOUI ALI
EDDAHRAOUI DOUHA
EL HAFYANI YOUNOUS
ERCOLANI VITTORIA
ERRICHETTI ELIA
ET TOUSSI MOUNIR
FA AWA
FABBRI EMMA
FABBRI LORENZO
FALASCONI GIULIA
FALL SERIGNE FALLOU
FANTI SOFIA
FANTUZZI SARA
FARCI LUSSYANA
FAVALI AMANDA
FLAMIGNI FRANCESCO
FRANCISCONI CRISTIAN
GACHA OUSEMA
GAFFORELLI MICHELE
GALLI GIULIA
GARDINI GIACOMO
GAROIA ELISABETTA
GESSI ANDREA
GIAMBRONE VIOLA
GIRELLI PIETRO
GJINI GJORGJA
GJOCA AMBRA
GNINGUE AJWADNA
GRASSO VERONICA
GRAZIADIO ASIAH
GRAZIANI SOFIA
GUERRE VALENTINO
GUZA REI
HERGELEGIU ALEXANDRU
HOUKMI AIMAN
JASTRZEBOWSKI MAKSYMILIAN PSKAR
KAMDEM OHOSSIE SERENA
KANOUNE SARA
KAZHRI MOAMENE
KOKAJ DENNIS
LAMBERTI ALICE
LAMDAKER ANOUAR
LAMDAKER BADAR
LECHTAF NADINE
LIKA MELISSA
LIPPI ELISA
LO AMINTA
LO COCO ANDREA
LOLLI GIULIA
LOMBARDI MATTEO
LOMBARDI SOFIA
LOMBINI ANDREA

LOMBINI VIOLA
LONG CONOR FINN
LONG TADG SEAN
MACCOLINI MELISSA
MAMOR AIMAN
MAMOR SELMA
MARCHIORI JACOPO DANTE
MATTEUCCI MARTA
MAZZINI ANTONY
MBAYE THIANE
MEDICI ALESSANDRA
MEMISHI OMER
MENGOZZI ALESSIA
MEZZOGORI MATTIA
MISEROCCHI CATERINA
MOFFA FEDERICO
MOFFA MARTINA
MOFFA SAMUELE
MONTI CATERINA
MONTI FEDERICO
MORLI SALSABIL
MOUNIR ADAM
NADI SOHAIB
NADI ZACCARIA
NALDINI DANIEL
NDIAYE BINTA
NDIAYE MOUHAMET
NEDYALKOV BOZHI DAR
NECHIFIRIUC CARLO
NERI CARLOTTA
NERI SOFIA
NERVEGNA RICCARDO
NIANG MAIMOUNA
NGUISSI EMILE
NIKOLLI ALESSIA
NUNZIATINI LUDOVICA
OKEH OBINNA
OSTAPENKO ANASTASIYA
OUENNAS FADWA
PAGANELLI DAVID
PANCATICHCHI CHIARA
PANCATICHCHI MATTEO
PAOLINI GRETA
PAPARONI MATTEO
PAPINI ASIA
PARTISANI LUCIA
PARTISANI NICOLÒ
PERUGINI AGNESE
PEZZI NICOLÒ
PIANI LORENZO
PJETRI CHIARA
POLIZIANI DIEGO

PONI FEDERICA
PRIMAVERA GIORGIA
PUPA ALESIO
PUPA KEJVIN
PUPA SAMANTA
PRUNI ALICE
RACCI GIULIA
RAFFAELI CATERINA
RAGGI LORENZO
RANIERI FRANCESCA
RAVAIOLI ELENA
RECCHIA CAROLA
RICCI FILIPPO
RICCI RICCARDO
ROSSI LETIZIA
ROSSI NICOLÒ
SAMB MAME DIARA
SANTOLINI MATTIA
SANTOPUOLI ANNA
SASSANO GIULIA
SARTI PIERLUIGI
SBARAGLI ULISSE
SCARANO MANUEL
SEGONI ELISA
SEGONI FRANCESCO
SELVI CAROLINA
SEYE SEYNABOU
SEMPREBONI PENELOPE
SIDDI ALESSANDRA
SIMPSON NICOLE
SINGH SIMONA
SOPRANI SILVIA
SOUHIR TAHA
SPADOLA CRISTINA
SPADOLA LUCA
SPADOLA MARCO
STRADA MORGANA
TONIONI MARCO
TORELLI RAUL
TROCI MELISA
TUMINI MARTINA
UKEGBU PRECIOUS OGECHI
VALENTINO ANTONIO
VALLI SIMONE
VARONE SAMUELE
VASILACHI ANDREI DAVIDE
VITALI DIEGO
XAKA JAIDON
YORDANOV YORDAN GEORGIEV
ZANIBONI ELENA
ZANUCCOLI ANDREA
ZOLI NICOLA



FIORI DI ACACIA FRITTI

Ingredienti:

farina
uovo (facoltativo)
acqua gassata
sale
fiori di acacia (rubino)

Fare una pastella con gli ingredienti, immergere i fiori nella pastella e friggere in olio di arachidi bollente.

INSALATA DI MELANZANE (Romania)

Ingredienti:

melanzane
cipolle
sale
maionese

Mettere le melanzane in forno caldo fino a quando non saranno diventate morbide. Tritare molto fine la cipolla e regolare con il sale. Levare le melanzane dal forno, sbucciarle e tritarle fino a quando saranno ridotte in crema, quindi mescolarle alla cipolla e piano piano aggiungerla maionese. Ottimo come antipasto.

IL PANE DI "ALICE"

Ingredienti:

250 gr di farina di farro
250 gr farina di Kamut
400 gr di acqua tiepida
1 bustina di lievito
3 cucchiaini di amido
2 cucchiaini di sale
3 cucchiaini di olio

Mescolare le due farine con l'amido e il lievito, aggiungere il sale all'acqua. Versare metà quantitativo d'acqua nella macchina per pane. Versare la farina e l'acqua rimasta aggiungere l'olio. Cottura 3 ore e trenta minuti.

LAMSAMEN (Marocco)

Ingredienti:

farina di grano duro e farina tipo "00"
sale e lievito di birra
acqua tiepida

Mischiare tutti gli ingredienti, lavorare per circa da 10 a 15 minuti. Fare delle piccole palline, stendere con olio piegare a due poi a quattro, lasciare riposare poi stendere e cuocere nella padella pesante e scaldata con gocce d'olio di girasole.

PANELLE

Ingredienti:

½ kg di farina di ceci
1 lt e ½ di acqua
sale q.b.
pepe q.b.
prezzemolo

Mettere l'acqua in una pentola sul fuoco e versare tutta la farina a fuoco lento. Lavorare la farina con le mani cercando di scioglierla e di evitare grumi. Quando il composto si riscalda mescolare sempre con un cucchiaio di legno. Aggiunger sale, pepe e prezzemolo continuare fino a che l'impasto non si stacca dalla pentola. Versare il composto in un recipiente rettangolare e far raffreddare a temperatura ambiente. Quando si raffredda sformare e tagliare a fette. Friggere in olio abbondante a fiamma viva.

TOAST DELLE DOMENICHE SERA INVERNALI

Ingredienti:

Pane da toast
prosciutto cotto
sottilette
mozzarella
salsa di pomodoro
1 dvd a noleggio di vostro gusto

Preparare i toast in due varianti: prosciutto cotto e sottiletta/pomodoro e mozzarella. Cuocerli quanto basta nel tostapane e mangiarli ancora caldi a sedere sul tappeto (cosa di solito vietata), guardando il dvd noleggiato durante una serata invernale, ma solo la domenica, questa ricetta rende tutti contenti!!

PIADINA NELLA LASTRA

Ingredienti:

1 kg di farina tipo "0"
2 cucchiaini di strutto
1 manciata di sale
2 buste di dose per salato
latte e acqua alternati per impastare
1 uovo

Mettere nel tagliere la farina facendo un buco al centro. Mettere nel buco lo strutto, il sale, l'uovo e il lievito buttarlo attorno al buco. Impastare con acqua e latte alternato. Fare poi tante palline, infarinarle, stenderle con un mattarello e cuocere sulla lastra o nel camino o sul fornello. Ottima con affettato, formaggio, ricotta e miele o ricotta e fichi.

PIADINA INTEGRALE

Ingredienti:

800 gr di farina integrale
un pizzico di sale
2 cubetti di lievito di birra
un po' di birra
acqua calda e un cucchiaino di zucchero
olio extra vergine di oliva

Scaldare l'acqua senza che scotti, aggiungere il lievito di birra e lo zucchero. Mettere la farina con il sale sulla spianatoia e impastare con l'acqua preparata e la birra. Lavorare bene e lasciare lievitare. Quando l'impasto è lievitato preparare delle piccole piadine e friggerle nell'olio d'oliva. Con lo stesso impasto un po' più duro si può cuocere la piadina sulla teglia.

PIADINA ROMAGNOLA

Ingredienti:

1 kg di farina
1 bustina di lievito
2 cucchiaini di strutto
1 cucchiaio di sale
latte tiepido per impastare

Impastare la farina con il sale, la bustina di lievito, lo strutto, e tanto latte tiepido quanto ne occorre per avere un impasto di giusta consistenza.

Lavorare un poco e poi lasciare lievitare per mezz'ora. Stendere una sfoglia dello spessore di circa 2 mm. Fare dei dischi delle dimensioni di un piattino da dolce. Mettere i dischi sopra il "testo" o sulla padella di ferro che era stata messa a scaldare sul fornello. Appena la piadina è cotta da entrambi i lati, levarla dal fuoco e guarnire con: prosciutto crudo, formaggio, salame, salsicce ecc..... piegarla in due e divorarla calda.

PIZZA-1

Ingredienti:

1 kg di farina tipo "0"
½ cubetto di lievito di birra
½ lt di acqua tiepida
4 cucchiaini di olio di oliva
sale, zucchero
per farcire
mozzarella, pomodoro, olive, wurstel

Sciogliere il lievito nell'acqua tiepida, aggiungere l'olio, il sale, lo zucchero e la farina. Impastare e lasciare lievitare per due ore. Stendere l'impasto con il mattarello e farcire con pomodoro, mozzarella, olive e wurstel. Cuocere circa 5 minuti nel forno per pizza.

PIZZA-2

Ingredienti:

lievito di birra
farina
olio
sale
zucchero
acqua
latte
mozzarella
pomodoro
wurstel
salsiccia
olive
funghi
prosciutto cotto

Mescolare insieme acqua, latte, lievito, olio, zucchero e sciogliere bene. Aggiungere il sale e la farina. Lievitare per 1 ora coperto con un canovaccio. Quindi condire con il pomodoro, la mozzarella, il prosciutto cotto, i wurstel, la salsiccia, le olive e i funghi. Cuocere in forno a 200° per 15 minuti.

PIZZA-3

Ingredienti:

2 kg farina
60 gr sale
15 gr lievito di birra
75 gr olio extra vergine di oliva
75 gr olio di girasole
1 litro circa acqua

Disporre tutta la farina a fontana, sciogliere al centro il lievito con un po' di acqua tiepida. Aggiungere i 2 tipi di olio e iniziare ad amalgamare la farina e per ultimo aggiungere il sale. Incorporare piano piano tutta l'acqua fino ad ottenere un impasto morbido ed elastico.

Coprire l'impasto con un canovaccio e lasciare riposare in luogo non freddo per un'ora. Dopodichè riprendere l'impasto ,suddividerlo in panetti da 300/400 gr (a seconda della grandezza delle teglie) e stendere nelle teglie con uno spessore di 5 cm. Lasciare riposare in un luogo caldo fino a quando avrà raddoppiato lo spessore. Farcire a piacere e cuocere in forno preriscaldato a 250° fino a quando sarà dorata.

PIZZA-4

Ingredienti:

1 kg Farina “ 0”
1 cubetto di lievito di birra
2 cucchiaini di zucchero
2 cucchiaini colmi di sale
5 cucchiaini di olio di oliva
acqua tiepida q. b.

Sciogliere il lievito con lo zucchero nell'acqua tiepida e impastare con la farina, aggiungere l'olio e il sale. Formare un impasto molto soffice regolando con l'acqua. Stendere su teglie aggiungere il pomodoro e lasciare lievitare per due ore. Cuocere a 180° per 15 minuti.

PIZZA MARGHERITA-1

Ingredienti:

1 kg di farina
50 gr di lievito
sale q. b.
2 cucchiaini di olio
1 birra da 33 cl
acqua q. b.
pomodoro
mozzarella

Impastare tutti gli ingredienti, aggiungere acqua per rendere morbido l'impasto.
Cuocere in forno a 230° per 15 minuti.

PIZZA MARGHERITA-2

Ingredienti:

500 gr di farina
1 cubetto di lievito
4 cucchiaini di olio di oliva
1 bicchiere di acqua
1 pizzico di sale

Impastare tutti gli ingredienti e lasciare lievitare per circa un'ora. Stendere l'impasto in una teglia aggiungendo salsa e mozzarella, cuocere a 180° circa.

TRAMEZZINI

Ingredienti:

pane per tramezzini
prosciutto cotto a fette sottili
philadelphia light

Assottigliare il pane per tramezzini con il mattarello, spalmare il philadelphia light sul pane, stendere le fette di prosciutto cotto, arrotolare il pane, avvolgerlo nella carta-alluminio e mettere in frigo per 30 minuti. Togliere dal frigo e tagliare a fettine.

STRUDEL DI SALUMI

Ingredienti:

500 gr di farina

1 uovo

100 gr di burro

lievito di birra

salumi a scelta

sale q.b.

Latte

1 scatola di tonno

salsa pomodoro

origano

Preparare il sughetto con il tonno e la salsa facendolo bollire per 5 minuti. Aggiustare di sale, spolverare con origano e lasciare intiepidire. Preparare l'impasto con la farina, l'uovo, il burro, il lievito, il sale e impastare con il latte caldo (ma non bollente). Non occorre far lievitare, stendere tipo una sfoglia su carta da forno. Coprire con i salumi e poi con il sugo di tonno. Arrotolare il tutto aiutandosi con la carta da forno. Infornare a 220° per 40 minuti al centro del forno. Tagliarlo a fette come uno strudel.

SPIANATA SQUACQUERONE E PROSCIUTTO

Ingredienti:

1 pizzico di zucchero

300 gr di acqua

10 gr di sale

1 cubetto di lievito di birra

600 gr di farina

20 gr di olio di oliva

Fare una montagna con la farina, poi mettere sale e zucchero, formare un buco nella farina dove si mette l'acqua, l'olio, e il cubetto di lievito sbriciolato. Poi si impasta il tutto. L'impasto si stende nella teglia del forno e si fa lievitare una mezz'oretta, cospargere sopra con olio, sale, rosmarino. Cottura 180/200° per 15 minuti circa.

TORTA SALATA

Ingredienti:

500 gr di spinaci

300 gr di ricotta

2 uova

sale

pepe

2 salsicce tagliate a tocchetti

2 rotoli pasta sfoglia

noce moscata

Cuocere gli spinaci, scolarli e tritarli. unirli alla ricotta, alle uova, alle salsicce, al sale, pepe e noce moscata. foderare una teglia con la sfoglia, unire il composto e coprire con altra sfoglia. In forno a 180° per 40 minuti.

TORTA SALATA CON LE BIETOLE

Ingredienti:

pasta brisée già pronta (o pasta sfoglia)
5 uova
300/400 gr di bietole
3 cipollotti
pancetta affumicata
sale, pepe q.b.

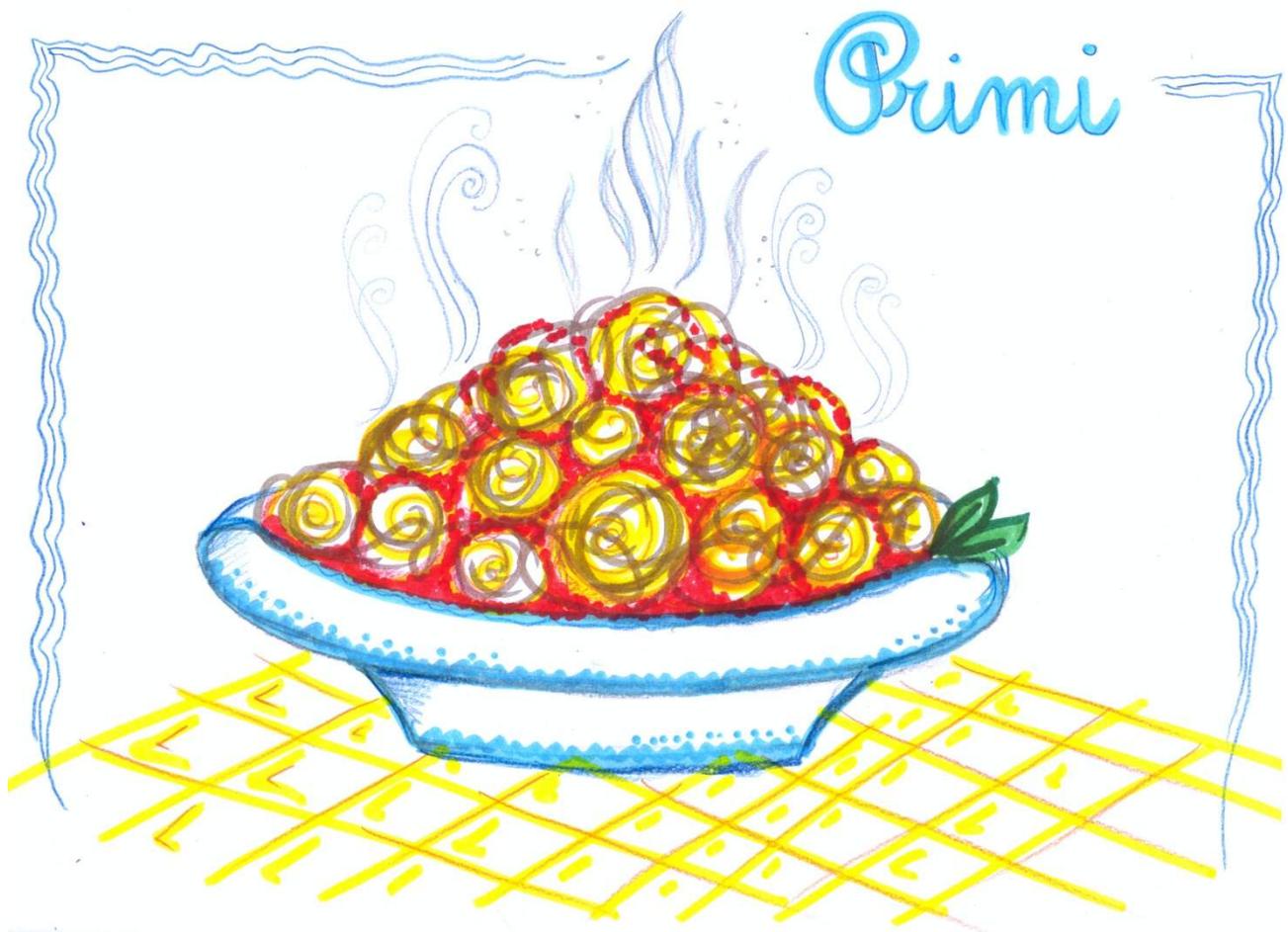
Stendere la pasta brisée, cuocere le bietole, saltare i cipollotti con la pancetta affumicata e poi aggiungervi le bietole e le uova precedentemente salate e leggermente sbattute. Stendere il composto sulla pasta brisée, arrotolarlo e cuocerlo in forno caldo a 180° per circa 30 minuti.

TRECCIA DI PAN BRIOCHE RIPIENA

Ingredienti:

per l'impasto
250 gr di latte
1 cubetto di lievito di birra
1 cucchiaio di zucchero
1 uovo
550 gr di farina
50 gr di olio d'oliva
10 gr di sale fino
1 tuorlo per spennellare
per il ripieno
100 gr di prosciutto cotto
200 gr di mozzarella per pizza

Scaldare il latte e sciogliervi il lievito con 1 cucchiaio di zucchero. Aggiungere farina, uovo, olio, sale e impastare fino a che sia ben liscio. Far lievitare almeno 1 ora. Stendere l'impasto e formare 3 rettangoli. Riempirli con il prosciutto cotto e la mozzarella. Chiudere i tre rettangoli formando 3 cilindri e formare una treccia, lasciarla lievitare 30 minuti. Infine spennellarla con il tuorlo e cuocere a 200° per 30 minuti.



CAPPELLETTI ROMAGNOLI

Ingredienti:

farina
uova
ricotta
casatella
mortadella
forma
noce moscata

Impastare la farina con le uova poi stenderla con il matterello e fare la sfoglia sottile e tagliarla a quadretti, intanto in una ciotola mettere la casatella, la ricotta, l'uovo, la noce moscata, con la mortadella tagliata e appena finito di mescolare tutto prendere un po' di compenso e riempire tutti i quadretti e chiuderli su sé stessi e unire i due lembi.

COUS COUS alla Tunisi (Tunisia)

Igredienti:

100 gr di cous cous
verdure

Far cuocere le verdure con la carne, poi in un altro recipiente mettere il cous cous e lasciar bollire. Mescolarlo per tre volte a distanza di 15 minuti l'una dall'altra. Quando il cous cous è cotto stenderlo in mezzo alla carne e porvi sopra le verdure.

COUS COUS-1 ***(Marocco)***

Ingredienti:

cous cous
carne
pomodoro
cipolla
carote
zucchini verdi e gialli
piselli
sale
pepe
zafferano
prezzemolo
olio
acqua

Prendere una pentola a vapore e mettere carne, olio, sale, pepe, zafferano, cipolla e pomodoro a pezzettini, poi aggiungere tutta la verdura restante tagliata anch'essa a pezzetti e l'acqua. Cucinare il cous cous a vapore. Mettere le verdure e la carne sopra al cous cous e inumidire con il brodo.

COUS COUS-2 ***(Marocco)***

Ingredienti:

1 kg. di carne di mucca
3 cipolle tagliate a pezzettini piccoli
250 gr di polpa polposa
250 gr di olio
un cucchiaino piccolo di pepe nero
curcuma macinata
zenzero macinato
odorante alimentare
sale
1 kg di cous cous
½ kg di carote, di zucca e di zucchini verdi
250 grammi di noci

LASAGNE

Ingredienti:

ragù
mozzarella
besciamella
lasagne
formaggio grattugiato

Unire il ragù con la besciamella, spargere la teglia poi mettere uno strato di lasagne poi di nuove il ragù, la mozzarella, il formaggio e continuare così per 4/5 strati. Infornare il tutto a 180° per 20 minuti.

MACCHERONCINI CON LE ALICI

Ingredienti:

250 gr maccheroncini rigati
12 pomodorini ciliegia
1 spicchio d'aglio
4 cucchiaini di olio extravergine di oliva
9 alici fresche senza spine

Tagliare i pomodorini in 4 parti, rosolateli in una padella antiaderente con l'olio, unendo lo spicchio d'aglio. Aggiungere le alici tagliate a pezzetti, cuocete per dieci minuti circa aggiungendo il sale. Cuocere i maccheroncini e poi saltateli in padella con il sugo.

MASCARPONE E SPINACI

Ingredienti:

250 gr di mascarpone
2 o 3 etti di spinaci
½ cipolla
olio
sale
1 noce di burro

Soffriggere la cipolla con olio, aggiungere gli spinaci con una noce di burro, tagliati a juliennes e farli saltare per pochi minuti. Versare il mascarpone, appena sciolto aggiungere un pizzico di sale e quando inizia a bollire spegnere. Condire subito la pasta.

MEZZE PENNE PASTICCIAE

Ingredienti:

400 gr di mezze penne
ragù di carne
400 gr di besciamella
parmigiano

Cuocere le penne e metterle in una pirofila da forno con il ragù, la besciamella (abbastanza liquida) e mescolare il tutto. Spolverare di parmigiano la superficie e mettere in forno a 180° per 20 minuti circa o quando il parmigiano avrà fatto la crosta.

PASSATELLI IN BRODO-1

Ingredienti:

150 gr di parmigiano grattugiato
3 uova
noce moscata q.b.
sale
carne da brodo

Formare una pallina mescolando il parmigiano, il pane le uova e la noce moscata e il sale. Schiacciare la pallina con lo schiaccia passatelli nel brodo bollente che sarà stato preparato precedentemente. Fare bollire per 1 – 2 minuti.

ORECCHIETTE ALLE CIME DI RAPA

Ingredienti:

½ kg di cime di rapa
2 cucchiaini olio extra vergine d'oliva
2 spicchi d'aglio
1 filetto di acciuga sottolio
Peperoncino
160 gr di pasta tipo orecchiette
Pepe

Pulire le cime di rapa selezionando solo le foglie e i fiori più teneri. Lavare abbondantemente sotto acqua fresca corrente, facendo attenzione che non restino frammenti di terra. In una capace padella mettere l'olio, l'aglio spellato e l'acciuga ben scolata, tamponata con carta da cucina e spezzettata. Accendere il fuoco e fare dolcemente dorare l'aglio e l'acciuga. Spegnerne ed unire il peperoncino spezzettato. Portare a bollire l'acqua per la pasta, salarla e buttare le orecchiette. Puntare il timer a 5 minuti dalla fine della cottura, quindi buttare le cime di rapa. Portare a fine cottura, quindi scolare. Accendere il fuoco sotto la padella con aglio olio e peperoncino e mettervi la pasta. Saltare la pasta a fiamma vivace nella padella del condimento per un paio di minuti, girando di frequente. Servire immediatamente con un'abbondante grattugiata di pepe ed un filo di olio crudo.

ORECCHIETTE E "PIZZARIEDDI" CON POLPETTE AL SUGO DI POMODORO

Ingredienti per la pasta:

farina e acqua

Ingredienti per le polpette:

½ kg di carne macinata

1 uovo

pan grattato q.b.

parmigiano grattugiato q.b.

prezzemolo e aglio

Ingredienti per il sugo:

pomodoro pelato

cipolla

basilico

Preparare il sugo di pomodoro, impastare la farina con l'acqua e con l'aiuto di un coltello formare le orecchiette e i pizzarietti. Impastare la carne con gli altri ingredienti e formare le polpette. Cuocere le polpette nel sugo di pomodoro e condire la pasta precedentemente cotta in abbondante acqua salata.

PASSATELLI IN BRODO-2

Ingredienti:

brodo di carne o verdura

200 gr di pane gratugiato

250 gr di grana gratugiato

3 uova

un pizzico di noce moscata

sale

Formare una pallina mescolando il parmigiano, il pane le uova e la noce moscata e il sale. Schiacciare la pallina con lo schiaccia passatelli nel brodo bollente che sarà stato preparato precedentemente. Fare bollire per 1 – 2 minuti.

PASSATELLI AL SAPORE DI PRIMAVERA

Ingredienti per 5 persone:

Per i Passatelli:

5 pugni di forma

5 pugni di pane grattugiato

5 uova

un pizzico di sale

Per il sugo:

4/5 fettine di speck tagliato un po' grosso

10 pomodorini ciliegini

rucola

Per i passatelli: mescolare tutti gli ingredienti insieme, lasciare riposare una mezz'oretta poi schiacciare con lo schiacciapatate e cuocere nel brodo vegetale.

Per il sugo: tagliare lo speck a listarelli, farlo soffriggere in una padella con un po' d'olio, tagliare i pomodorini a spicchi, mescolarli allo speck, aggiungere i passatelli scolati, farli saltare in padella ed infine aggiungere la rucola a pezzetti.

PASSATELLI IN BRODO-3

Ingredienti:

150 gr di pane grattugiato

150 gr di grana grattugiato

4 uova

2 cucchiaini di farina

scorza di limone grattugiata

sale

noce moscata q.b.

1 lt e ¼ di brodo

Formare una pallina mescolando il parmigiano, il pane le uova e la noce moscata e il sale.

Schiacciare la pallina con lo schiaccia passatelli nel brodo bollente che sarà stato preparato precedentemente. Fare bollire per 1 – 2 minuti.

TORTELLI CON ERBE DI CAMPO

Ingredienti:

Per la sfoglia:

400 gr di farina

4 uova

Per il ripieno:

erbe di campagna o spinaci

100 gr di parmigiano

300 gr di ricotta

1 uovo

sale e noce moscata

Per la sfoglia: impastare farina e uova, lasciare riposare e tirare la sfoglia.

Per il ripieno: lessare le verdure, tritarle e unirle a tutti gli altri ingredienti per ottenere un impasto denso e ben amalgamato. Distribuire a mucchietti su metà sfoglia, ricoprire e tagliare i tortellini. Lessarli e condirli con ragù o burro e salvia.

PASSATELLI IN BRODO-4

Ingredienti:

100 gr di parmigiano
2 uova
100 gr di pane grattugiato
noce moscata (a piacere)
sale
farina (quanto serve)
scorza limone grattugiata

Mettere tutti gli ingredienti in una ciotola e mescolare fino ad ottenere un impasto omogeneo. Quando bolle in brodo, schiacciare direttamente nella pentola.

PASSATELLI IN BRODO-5

Ingredienti:

Per i passatelli:

200 gr di pane grattugiato
200 gr di parmigiano grattugiato
4 uova intere
1 cucchiaio di farina bianca
noce moscata, scorza di limone grattugiata.

Per il brodo:

3 lt di acqua
½ kg di carne di manzo
½ kg di carne di gallina
sedano, carota, cipolla
1 pugno di sale grosso
qualche pomodoro maturo

Per i passatelli: impastare bene tutti gli ingredienti fino ad ottenere un composto omogeneo. Lasciar riposare l'impasto in un sacchetto per circa due ore, poi preparare i passatelli.

Per il brodo: lasciar bollire per almeno 2 ore (fino a fine cottura della carne), successivamente togliere la carne dal brodo e tenerla in caldo. Lasciar depositare il brodo poi passarlo col colino. Cuocere infine i passatelli nel brodo per qualche minuto.

PASTA CON SALSICCIA

Ingredienti:

Pasta Corta
150 gr di salsiccia
olio d'oliva
2 cucchiai di panna
1 cipolla
mezzo bicchiere di vino
parmigiano
sale
pepe

Fare un soffritto con la cipolla, unire la salsiccia a pezzettini e farla rosolare un po', mettere a lessare la pasta. Bagnare con il vino la salsiccia e farlo evaporare, una volta pronto, aggiungere la panna e condire il tutto, insieme al pepe e al parmigiano.

PASTA CON LE SARDE

Ingredienti:

spaghettoni
sarde
uvetta
pinoli
finocchio selvatico
polpa di pomodoro
cipolla
sale
pepe
concentrato di pomodoro
olio d'oliva
pan grattato

Rosolare un po' di cipolla, aggiungere una parte di sarde sfilettate, poi uvetta e pinoli, aggiungere una noce di concentrato di pomodoro, mescolare il tutto poi aggiungere i finocchietti ed in seguito la polpa di pomodoro portando a cottura. A parte in una padella, tostare della mollica con un pizzico di sale, zucchero e pepe. In una pentola cuocere la pasta, infine impiattarla e condire con un po' di sugo ed una cucchiata di pan grattato tostato in precedenza.

PASTA E FAGIOLI

Ingredienti:

2 scatole di borlotti (sgocciolati)
olio oliva extravergine
mezza cipollina tritata
100 gr di passata di pomodoro
alcuni aghi di rosmarino tritati
1 lt di acqua
mezzo dado vegetale
200 gr di pasta
sale e cannella q.b.

Soffriggere delicatamente olio, cipolla e gli aghi di rosmarino. Unire acqua, dado vegetale, fagioli e passata di pomodoro. Bollire per 8 minuti. Frullare e passare tutto nel passaverdure. Aggiungere la pasta e far bollire per altri 10 minuti. Aggiungere il sale. Servire il piatto aggiungendo un goccio d'olio d'oliva crudo.

PENNE ALL'AMATRICIANA

Ingredienti:

1 cipolla
8 cucchiari di olio d'oliva
200 gr di pancetta a cubetti
sale
pepe
2 bicchieri di salsa di pomodoro
500 gr di pasta tipo penne

Fare soffriggere in una padella antiaderente olio, cipolla e pancetta, quando sono rosolati aggiungere pomodoro (2bicchieri di salsa). Fare bollire per 20 minuti, quando la pasta è cotta aggiungere parmigiano.

PENNE MELANZANE E ZUCCHINE

Ingredienti:

350 gr di penne
2 melanzane
2 zucchini
1 dl olio d'oliva
2 cucchiaini di prezzemolo tritato
foglie di menta
origano
50 gr di pangrattato tostato
sale
pepe

Cuocete la pasta al dente, scolatela e conditela con l'olio.

Cuocete sulla griglia le melanzane e le zucchini affettate e tagliatele a cubetti. Mescolatele alla menta, al prezzemolo ed all'origano tritate ed aggiungeteli alla pasta. Spolverizzate con il pangrattato tostato per pochi minuti nel forno e servite.

POLENTA AL RAGÙ

Ingredienti:

per la polenta
250 gr di farina di mais
1 lt di acqua
sale
per il ragù
200 gr di carne macinata
cipolla
carota
sedano
pomodoro
olio
sale e pepe

Fare bollire l'acqua con il sale e versare la farina a pioggia. Mescolare continuamente per 40 minuti. Versare la polenta nel piatto e servire con il ragù preparato tritando cipolla, carote sedano e aggiungendo la carne, il pomodoro, sale e pepe.

RISO CON IL LATTE

Ingredienti:

riso
latte
sottilette
parmigiano grattugiato
formaggino "Mio" o altri formaggi
burro
un pizzico di sale

Cuocere il riso con il latte finché rimane abbastanza asciutto, poi aggiungere tutti i formaggi, il burro e il sale. Mantecare tutto in modo che diventi cremoso e servire ben caldo.

RAVIOLI RICOTTA E SPINACI

Ingredienti:

Per la sfoglia:

300 gr di farina

3 uova

Per il ripieno:

500 gr di spinaci

200 gr di ricotta

50 gr di grana grattugiato

sale

per condire

50 gr di burro

salvia

Lessare gli spinaci, tritarli e aggiungere la ricotta. Amalgamare il tutto con grana e sale. Fare la sfoglia sottile e ricavare tanti quadrati di 5/6 cm di lato e disporre al centro di ognuno un cucchiaino di ripieno. Quindi piegare in due la sfoglia e premetela lungo i bordi perché si saldino. Cuocere i ravioli in acqua salata. Nel frattempo fare fondere il burro con la salvia, scolare i ravioli e condirli con il burro fuso e il grana.

RISO CON POLLO (Marocco)

Ingredienti:

500 gr di riso per insalata

mezzo pollo a pezzettini

2 cipolle

3 pezzi di aglio

un po' di prezzemolo

sale

pepe

zafferano

olio

Mettere il pollo a cuocere in padella, aggiungendo sale, pepe e zafferano. Aggiungere le cipolle tagliate, l'aglio, l'olio e il prezzemolo, fare friggere il pollo a pezzettini, aggiungendo se occorre un po' d'acqua. Cuocere il riso, lasciandolo un po' al dente, poi mescolare al pollo, mettendo anche un po' di salsa.

SPAGHETTI CON LE VONGOLE

Ingredienti:

olio

aglio

origano

sale

pepe

Vongole

spaghetti

Far riscaldare un po' d'olio nella pentola. Far rosolare l'aglio, buttare le vongole e quando sono aperte mescolare gli spaghetti. Terminando la cottura con un poco di origano.

RISO CON VERDURA ***(Nigeria)***

Ingredienti:

riso
carote
olio di mais
fagioli
cipolla
peperoni
gamberetti (se si vuole)

Fare bollire il riso per 15 minuti. Togliere dalla pentola per fare uscire l'acqua dopo mettere l'olio di mais in pentola, tagliare tutte le altre cose e mettere in pentola e fare bollire per 5 minuti, mettere il riso e fare bollire per 5 minuti e servite in tavola.

RISOTTO AI FUNGHI PORCINI

Ingredienti:

400 gr di riso
300 gr di funghi porcini
2 spicchi di aglio
prezzemolo
6 cucchiaini di olio
sale, pepe
mezzo bicchiere di vino bianco
3 pomodori
brodo
burro e qualche fogliolina di menta.

Pulire i funghi, tagliarli a pezzetti; preparate poi un trito con aglio e prezzemolo e ponete i 3 ingredienti con olio a rosolare. Salate, pepate e quando i funghi avranno buttato la loro acqua, spruzzate con il vino bianco. Aggiungete i pomodori pelati e dopo 5/6 minuti unite il riso. Mescolate per 5 minuti, poi bagnate con il brodo caldo finché il riso non sarà cotto. Unite poi il burro e qualche fogliolina di menta.

RUOTE AL RAGÙ DI VERDURE

Ingredienti:

200 gr di ruote
2 fette di pancetta
1 carota
½ cipolla
2 coste di sedano
passata di pomodoro
parmigiano
sale e olio

Soffriggere la pancetta dopo averla tagliata a dadini, aggiungere le verdure tritate finemente e soffriggere bene il tutto. Aggiungere il pomodoro e correggere di sale. Scolare le ruote bene al dente e saltare con il sugo. Aggiungere olio e parmigiano e buon appetito!

RISOTTO FANTASIA ***(Polonia)***

Ingredienti per 4 persone:

400 gr di riso
1 bicchiere di spumante secco
70 gr di prosciutto cotto in fette
200 gr di polpa di vitello
100 gr di carciofini sott'olio
1 zuccina
mezza cipolla
5 foglie di basilico
2 litri circa di brodo (anche di dado)
olio
burro
grana
sale
pepe

Lavate la zuccina, spuntatela e tagliatela a dadini. Tagliate a dadini anche la carne e tritate grossolanamente il prosciutto. Scaldate 3 cucchiaini di olio e fatevi rosolare la carne, la zuccina e il prosciutto per dieci minuti, su fuoco basso. Salate, pepate, unite i carciofini tagliati a fettine e il basilico strappato con le mani. Mescolate, fate insaporire per 2 minuti e spegnete. Tritate la cipolla e fatela appassire in 20 gr di burro ed un cucchiaino di olio. Unite il riso e fatelo rosolare. Spruzzate con lo spumante e fatelo evaporare. Bagnate con il brodo bollente, poco per volta mescolando spesso.

Una volta cotto il risotto, conditelo con 20 gr di burro e 3 cucchiaini di grana grattugiato. Dopodichè incorporate il ragù preparato, mescolate delicatamente e suddividete il risotto nei piatti. Tempo di cottura 50 minuti.

SPAGHETTI ALLA CARBONARA-1

Ingredienti:

pancetta
olio
sale
formaggio (pecorino o parmigiano)
pepe
uova
spaghetti

Mettere a cuocere gli spaghetti in una pentola. Tagliare la pancetta a dadini e metterla in un tegame con aggiunta di olio e soffriggete. Sbattere le uova in una ciotola, per poi aggiungervi: pepe, formaggio e la pancetta. Scolare la pasta e aggiungete il condimento precedentemente preparato.

STROZZAPRETI

Ingredienti:

farina
sale
acqua

Impastare la farina con acqua tiepida e un po' di sale.

Passare tra le mani dei listerini di impasto per creare lo strozzapreti. Farli bollire in acqua salata per poi condirli come si vuole. (Ragù, pasticciati...)

SPAGHETTI ALLA CARBONARA-2

Ingredienti:

500 gr di spaghetti

100 gr di pancetta dolce a cubetti

5 uova

burro q. b.

sale e pepe

pecorino grattugiato sul momento

Portare acqua a ebollizione in una pentola. Saltare la pancetta in padella, senza bruciarla. In una terrina rompere le uova, aggiungere il burro a tocchetti, sale e pepe, e sbattere con la forchetta 2-3 minuti. Cuocere gli spaghetti, scolare al dente e saltarli in padella con la pancetta aggiungendo poco a poco le uova sbattute, mescolare per evitare di cuocere l'uovo. Aggiungere come guarnizione un pizzico di pecorino grattugiato.

SPAGHETTI ALLO SCOGLIO

Ingredienti:

canocchie a pezzi

gamberi

totani (rotelle)

salmone (a pezzetti)

polipetti

vongole

cozze

mazzancolle

pomodorini (datterini) una decina

sale

un pizzico di zucchero

spaghetti (molto buoni anche alla chitarra)

Pulire e lavare il pesce. Mettere in una padella anti-aderente i pomodorini tagliati a metà con un po' di olio. Quando sono rosolati e quasi sciolti mettere il pesce, tranne le canocchie, le cozze e le vongole che vanno aggiunte dopo un po' (circa ½ ora) dopo un'oretta e mezza il sugo è pronto. Cuocere gli spaghetti, buttarli nella padella del sugo, mescolare sul fuoco poi servire.

SUGO CON POLPETTE PER CONDIRE IL RISO

Ingredienti:

passata di pomodoro

cipolla e olio

carne macinata (per le polpette)

mollica di pane (tipo pugliese) sbriciolata

uovo

parmigiano

sale

Amalgamare le polpette mischiando tutti gli ingredienti elencati. Formare delle palline medie un po' schiacciate e riporle in una teglia da forno con un poco d'olio. Farle imbrunire per 20 minuti circa. Preparare il sugo con olio e soffriggere un po' di cipolla. Versare la passata di pomodoro e, una volta pronte, anche le polpette. Usare il sugo per condire del riso, precedentemente cotto e, a piacere, aggiungere parmigiano e basilico.

TAGLIATELLE AL RAGÙ DI PISELLI

Ingredienti:

(per 5 persone)

Per la pasta: 5 uova

500 gr di farina "00"

Per il sugo:

750 gr di piselli

250 gr di passato di pomodoro

cipolla

olio

sale

pepe

Impastare tutto insieme, stendere la pasta con il mattarello, farla asciugare fino a farla diventare un po' ruvida, arrotolarla e tagliare le tagliatelle.

Per il sugo: far soffriggere la cipolla con un po' d'olio ed i piselli, aggiungere la passata di pomodoro e mezzo bicchiere d'acqua, salare, pepare e lasciare bollire per mezz'ora. Cuocere infine la pasta, scolare e far saltare in padella.

TAGLIATELLE ALLE VERDURE

Ingredienti:

400 gr di farina

4 uova

1 tuorlo

1 cipolla

2 zucchine

2 carote

1 peperone rosso

1 peperone giallo

1 melanzana

olio

sale

Impastare la farina con le uova e il tuorlo, lasciare riposare, poi tirare l'impasto con il mattarello e tagliare le tagliatelle. Far soffriggere la cipolla con l'olio, aggiungere dapprima le carote tagliate a rondelle, i peperoni tagliati a striscioline, le zucchine e infine le melanzane. Lasciar cuocere a fuoco molto lento. A fine cottura aggiungere il sale, cuocere le tagliatelle, unirle al condimento e far saltare a fuoco vivace.

PASSATELLI IN BRODO-6

Ingredienti:

400 gr di pan grattato

4 uova

300 gr di parmigiano

noce moscata e un po' di sale

Impastare insieme gli ingredienti, se l'impasto risulta un po' duro aggiungere un po' di brodo. Portare ad ebollizione il brodo e fare diverse palline di impasto da schiacciare con lo schiacciapate direttamente nel brodo.



BOCCONCINI DI CARNE ALLO YOGURT

Ingredienti:

2 carote

1/2 cipolla

1 vasetto di yogurt magro

1/2 dado

1/2 chilo di carne (pollo o vitello)

1 tazza di olio d'oliva

vino bianco secco

Tritare la carota e la cipolla, saltare nell'olio, inserire la carne e cuocerla per 15 minuti. Dare una spruzzata di vino e inserire il dado, infine o yogurt e cuocere per 10 minuti.

CARNE IN GRATICOLA

Ingredienti:

Costine di maiale

Mettere la carbonella nel "barbecue", accendere aiutandosi con un fiammifero i pezzetti di "diavolina", dopodiché mettere le costine di maiale nella griglia e cuocerle.

BOCCONCINI DI POLLO AL LIMONE

Ingredienti:

pollo
farina
burro
limone
sale
pepe

Tagliare petto e cosce di pollo a bocconcini poi infarinarli leggermente, far sciogliere il burro nella padella e saltarvi i bocconcini, quando sono parzialmente cotti spruzzare con succo di limone. Salare (poco) pepare (poco).

BYREK-1 ***(Albania)***

Ingredienti:

600 gr di farina "00"
1 cucchiaino di sale
1 cucchiaio di olio extravergine di oliva
1 bicchiere d'acqua
impastare tutto e lasciare a riposo per un'ora

Per il ripieno:

700 gr di spinaci cotti
4 uova intere
250 gr di feta greca
prezzemolo tritato
amalgamare bene tutto e lasciare a riposo.

Prendere l'impasto e con esso fare 20 palline piccole.

Prendere 10 palline e aprirle con il mattarello, più o meno quanto la grandezza di una piadina, ungerle con l'olio tranne l'ultima.

Metterle una sopra all'altra e lavorarle con il matterello fino a quando non arrivano alla misura della teglia. Finita la sfoglia stenderla sopra la teglia già unta con l'olio, sopra mettere il ripieno e poi fare la stessa cosa con le altre 10 palline.

Infornare a 180° per 30 minuti.

FETTINE DI PETTO DI POLLO IMPANATE

Ingredienti:

350/400 gr di petto di pollo
1 uovo
pane grattugiato
sale, pepe e limone
olio per frittura

Battere le fettine di pollo con il batticarne, rompere e sbattere l'uovo con un pizzico di sale, di pepe e uno spruzzo di limone. Bagnare il pollo nell'uovo e poi passarlo nel pane grattugiato. Infine quando l'olio è ben caldo, far friggere le fettine qualche minuto per parte e quando sono ben dorate (non troppo), toglierle e metterle a scolare in carta assorbente. Aggiustare sale e limone e servire.

BYREK-2
(Albania)

Ingredienti:

500 gr di farina

4 uova

250 gr di formaggio greco

200 gr di burro

1 bicchiere di latte

150 gr di ricotta

100 gr di prosciutto cotto

sale

Si lavora la farina con acqua in una ciotola fin quando diventa un impasto morbido e poi si prepara un buon ripieno con gli ingredienti che abbiamo scritto sopra, mescolando bene tutto. Dopodichè si comincia a fare delle sfoglie molto sottili, si spalma sopra un po'di burro. Ogni due sfoglie va messo il ripieno, che avevamo fatto prima. Poi s'inforna per 45 minuti 180°. Viene molto croccante, è un piatto tradizionale dalle nostre parti.

FETTINE DI VITELLO AL LIMONE
(Albania)

Ingredienti:

fettine di vitello

olio

limone

sale

aglio

Saltare uno spicchio d'aglio nell'olio, aggiungere le fettine di carne e a fine cottura il sale e il limone.

GRIGLIATA DI CARNE E VERDURE (AL BARBECUE)

Ingredienti:

carne mista a piacere tagliata non sottile

verdure miste a piacere

olio extra vergine di oliva

aglio e rosmarino

n.b. Sono indispensabili il sole, l'aria aperta e tanta buona compagnia!

Lasciare riposare la carne e verdure in una marinata di olio, aglio e rosmarino. Preparare il barbecue per tempo con una quantità adeguata di legna. Stendere carne e verdure sulla griglia a livelli differenti a seconda dello spessore. Salare solo al momento di servire. Buon appetito e ...piatto pulito!

GAMBERONI IN SALSA DI SALE

Ingredienti:

mazzancolle o gamberoni freschi
olio extra vergine d'oliva
sale grosso

Scaldare abbondantemente la piastra, pulire i gamberoni togliendo le zampe, lavarli e farli scolare, adagiarli successivamente sulla piastra e preparare una terrina a parte con uno strato sottile di sale grosso e mezzo dito di olio, infine cuocere i gamberoni da entrambi i lati senza che però perdano tutti i liquidi e dopo averli rosolati adagiarli nella terrina aggiungendo un pugno di sale grosso ed un altro po' d'olio.

HAMBURGER CON PATATINE

Ingredienti:

carne macinata 500 gr c.a.
1 uovo, parmigiano reggiano 100 gr
pan grattato (quanto basta)
sale- pepe
pomodori- insalata- maionese
ketchup- sottilette-patatine

Impastare la carne macinata con parmigiano e uovo, rendere l'impasto omogeneo e compatto con l'aggiunta del pan grattato, sale e pepe. Formare delle polpette, schiacciarle con il batticarne e cuocere alla piastra. Farcire un panino con maionese, sottilette keckup, pomodoro e insalata. Accompagnare con le patatine al forno.

INVOLTINI AL PROSCIUTTO CON CONTORNO DI MILLEFOGLIE DI PATATE

Ingredienti:

fettine sottili di petto di pollo
prosciutto cotto
formaggio a fette (sottilette o simile)
olio extra vergine d'oliva (o burro)
per il contorno:
patate
spicchi d'aglio
olio extra vergine d'oliva
sale

Adagiare una fettina di prosciutto cotto ed una di formaggio su ogni fettina di pollo. Arrotolare le fettine e fermarle con degli stuzzicadenti. Adagiare gli involtini in una padella antiaderente e rosolare con l'olio extra vergine d'oliva. Cuocere a fuoco lento.

Per il contorno sbucciate le patate, lavatele asciugatele e tagliatele a fette sottilissime aiutandosi con un affetta-verdure. Tagliare gli spicchi d'aglio a fettine sottili. Rivestire una teglia con carta da forno e formate sul fondo 2 strati di patate, salate leggermente, distribuite qualche fettina di aglio e irrorate con un filo di olio extra vergine di oliva. Continuate a comporre altri strati di patate condendo sempre con aglio, olio e sale, fino a raggiungere uno spessore di 4-5 centimetri. Irrorare infine con un filo d'olio e infornare. Lasciate cuocere la millefoglie in forno per circa 20 minuti finché non si forma una bella crosta d'orata. Eventualmente lasciate dorare la superficie sotto il grill del forno per 3-4 minuti.

Tempo di preparazione 20 minuti circa.

Cottura 20 minuti circa.

INVOLTINI CON FUNGHI
(Romania)

Ingredienti:

funghi
verza
carote
cipolla
prezzemolo
passato di pomodoro
riso
sale
pepe

Tritare cipolla e carote e friggerle nell'olio, mettere il passato di pomodoro con sale, riso, pepe e prezzemolo, tritare anche i funghi e mescolare tutto. Mettere il preparato in piccole quantità nelle foglie di verza e metterle a bollire.

YASSA AL POLLO

Ingredienti:

pollo
cipolla
olio
aceto o limone
aglio
senape
peperoncini
pepe e sale
dado
riso
macedonia di verdura

Lessare un po' il pollo, metterlo al forno o alla griglia, aggiungere la cipolla nella padella con l'olio, friggere un po', poi mettere un po' d'acqua e il pollo, cuocere il riso da parte poi mettere le verdure. Buon appetito.

MICI
(Romania)

Ingredienti:

1kg di carne di manzo
1kg di carne di pecora
una cipolla tritata
uno spicchio d'aglio
2 cucchiaini di bicarbonato
sale
pepe
peperoncino dolce e spezie

Amalgamare fra loro tutti gli ingredienti fino ad ottenere una sorta di "salsiccia". Cuocere sulla griglia. Servire il piatto caldo con contorno di patate e senape abbondante.

MOI – MOI
(Nigeria)

Ingredienti:

500gr di farina di fagiolo
500 ml di acqua
1 cucchiaio di sale
½ cucchiaio di pepe
1 cucchiaio di brodo granulare rimacinato
100 ml di olio di arachidi

Mischiare tutti gli ingredienti in una ciotola, poi mettere la pentola con acqua sufficiente per cucinare. A cottura ultimata (circa un'ora) è pronta per essere mangiata. È una torta ricca di proteine.

POLLO
(Tunisia)

Ingredienti:

1 bicchiere di olio
1 cipolla
1 pollo a pezzetti
1 scatola di pomodoro
2 cucchiari di peperone rosso piccante
2 l di acqua
patate o piselli
sale

Mettiamo un bicchiere di olio in una padella e una cipolla. Poi mettiamo il pollo un po' di sale e dopo una scatola di pomodori e 2 cucchiari di peperone rosso piccante e aggiungiamo 2 litri di acqua. Poi aggiungere a piacere o patata o piselli. Coprire e lasciare cuocere.

POLPETTINE DELLA NONNA MARIA

Ingredienti:

500 gr macinato di suino
100 gr mortadella tritata fine
100 gr parmigiano grattugiato
1 pizzico di sale
2 uova sbattute
250 gr ricotta di mucca

Impastare in una ciotola tutti gli ingredienti e quando l'impasto sarà formato, creare delle palline che si cuociono in una padella con olio bollente.

Bisogna girarle finché non si rosoleranno bene da entrambi i lati. Sono molto buone anche fredde.

SALTIMBOCCA

Ingredienti:

carne di vitello
prosciutto cotto
sottiletta
salvia
burro
sale

Schiacciare la carne, mettere in una fettina di carne una fetta di prosciutto cotto, 1 sottiletta, 1 foglia di salvia e fermare con uno stuzzicadenti. Sciogliere il burro in una padella, mettere le fettine, aggiungere il sale e cuocere.

SCALOPPINE AI FUNGHI

Ingredienti:

funghi
panna
bistecche di lonza di maiale
farina
olio e sale q.b.

Infarinare le bistecche far soffriggere i funghi in un po' di olio una volta cotti mettere le bistecche infarinate e per ultimo la panna da dolci. Far bollire per circa un quarto d'ora.

SCALOPPINE AL LIMONE

Ingredienti:

fettine di petto di pollo
farina
olio
limone
sale

Infarinare i petti di petti di pollo. Scaldare in una padella l'olio e far dorare i petti da entrambi i lati. Aggiungere il limone con un po' di acqua. Salare e far addensare il sughetto.

SCALOPPINE CON SPECK E GORGONZOLA

Ingredienti:

500 gr di fettine di Lonza di maiale
olio
40 gr di burro
100 gr di gorgonzola dolce
100 gr di speck, tagliato sottile
vino bianco q.b.

Appiattare le fettine di carne e passarle una per volta in un velo di farina. Mettere il burro in una padella a fuoco basso e far dorare le fettine su entrambi i lati. Salate leggermente e bagnate con il vino e cuocete per 3 minuti. Disporre poi su ogni fetta di carne un po' di speck e gorgonzola. Coprite per far sciogliere il formaggio.

SEPIE CON I PISELLI

Ingredienti:

1 kg di seppie
400 gr di piselli nostrani
sugo di pomodoro
½ cipolla, prezzemolo,
pepe, sale, olio (2 cucchiaini)
vino bianco (1 dito)

Soffriggere la cipolla con il prezzemolo e l'olio. Aggiungere le seppie, sale e pepe. Mescolare per qualche minuto poi versare il vino e lasciarlo evaporare. Aggiungere i piselli, mescolare ancora un po'poi versare il sugo di pomodoro e farlo bollire a fuoco basso per 40 minuti con il coperchio. Aggiungere un po' d'acqua se il sugo si asciuga troppo.

SPEZZATINO CON LA SALSICCIA

Ingredienti:

7 salsicce grosse
5/6 patate grosse
1 cucchiaio di passata di pomodoro

Mettere nella pentola a pressione la salsiccia tagliata a pezzi e fare rosolare, aggiungere 2 bicchieri d'acqua e mettere il coperchio, quindi dal sibilo fare passare 10 minuti. Aprire la pentola, aggiungere le patate tagliate a pezzi e la passata. Richiudere, dal sibilo aspettare 15 minuti.

INVOLTINI DI CARNE IN FOGLIE DI VITE ***(Romania)***

Ingredienti:

foglie di vite
carne macinata mista
riso
cipolla piccola
aneto e prezzemolo
conserva di pomodoro
olio
sale, pepe

Alla carne macinata aggiungiamo riso (1 tazza), cipolla tritata, l'aneto e il prezzemolo tritato sale, pepe, 1 cucchiaio di olio e 1 – 2 cucchiaini di pomodoro.

Le foglie di vite se sono fresche devono essere bollite in acqua salata e con succo di limone; se sono comprate in barattolo, devono essere lasciate in acqua fredda per alcune ore perché sono di sicuro troppo salate. Prendiamo una foglia di vite e la mettiamo su un piatto o sul piano di lavoro, aggiungiamo 1 cucchiaio o cucchiaino di ripieno (se le foglie sono grosse o piccole) nella parte del gambo. Arrotoliamo come molle e poi chiudiamo dalla sx verso il centro della foglia e dalla dx verso il centro parallelo con il gambo per far sì che il ripieno non possa uscire. Arrotoliamo e appoggiamo gli involtini con la parte dell'ultima chiusura in basso.

In una pentola aggiungiamo 1 cucchiaio di olio e uno strato di foglie di vite e poi gli involtini a cerchi concentrici e a strati se abbiamo più involtini. Aggiungiamo acqua e succo di limone fino a coprire gli involtini. Nella pentola a pressione io ho fatto solo uno strato e ho aggiunto acqua solo per $\frac{3}{4}$ dell'altezza degli involtini. Ma è meglio farli cuocere nella pentola normale e con un coperchio o con un piatto sopra per tenerli fermi durante la cottura. Possiamo farli bollire per 1 ora e poi continuare la cottura nel forno sempre coperto a fuoco basso (100- 120°) per un'altra ora.



CAROTINE

Ingredienti:

1 tazza di carote crude e grattugiate

1 cucchiaio di thain (è crema di sesamo)

2 cucchiaini di uvetta

1 pizzico di sale

volendo si possono aggiungere polvere di cannella o di sesamo. Mentre per farli più dolci, un po' di miele.

Ricetta macrobiotica dolce: mescolare tutti gli ingredienti (se necessario aggiungete una pioggerellina di farina semi-integrale di grano per amalgamare il composto) e impastate bene. Fatene delle palline e passate al forno per circa 30 minuti.

P.S. È una ricetta adatta a tutti di buona digeribilità, sana, con gli zuccheri naturali della frutta e della verdura. Senza farina e con i grassi sani dei semi oleaginosi.

FRITTELLE DI CAVOLFIORE

Ingredienti:

1 piccolo cavolfiore
3 uova
4 cucchiaini colmi di parmigiano
pepe nero
prezzemolo
3 cucchiaini di farina
sale (q.b.)

Fare bollire il cavolfiore in acqua salata per 30 minuti. In una terrina battere le uova, il formaggio, pepe, prezzemolo e farina tutto insieme, ed infine aggiungere il cavolfiore ben sgocciolato e schiacciato. Amalgamare fino ad ottenere una pastella cremosa e uniforme. Friggere a cucchiaiate nell'olio caldo. Servire calde.

KARTOFFELSALAT- INSALATA DI PATATE

Ingredienti:

1 kg. di patate
cipolla fresca
cetriolini sottaceto
sale, pepe
olio di oliva, aceto
a piacere pomodori, prosciutto cotto, uovo sodo o formaggio tipo Emmental

Bollire le patate con la buccia, nella pentola a pressione o normale e lasciarle raffreddare per alcune ore. Quando le patate sono fredde e rassodate, sbucciarle e tagliarle a fettine; tagliare a fettine i cetriolini e a pezzettini la cipolla. Mettere tutto in una ciotola, mescolare e insaporire con olio d'oliva, sale, pepe e aceto. Si può condire anche con maionese e/o yogurt. A piacere si possono aggiungere pomodori, prosciutto cotto o formaggio a pezzettini.

INVOLTINI DI VERZA ***(Albania)***

Ingredienti:

verza
carne
riso
carota
sedano
cipolla
brodo vegetale

Soffriggere sedano, carota e cipolla. Aggiungere il cuore della verza e la carne. Lasciare cuocere per 40 minuti. Aggiungere il riso, tirare con il brodo vegetale fino a cottura. Sbollentare le foglie della verza per due minuti. Lasciare raffreddare, quindi riempire con il riso. Mettere in forno a 180° per 20 minuti. A piacere aggiungere parmigiano negli ultimi 5 minuti. Nella teglia aggiungere un mestolo di brodo prima di mettere in forno. Mangiare le verdure che fanno bene.

MELANZANE CROCCANTI

Ingredienti:

melanzane
sale grosso
piastra antiaderente
prezzemolo

Tagliare sottili a fettine le melanzane e ricoprire con sale grosso per circa 2 /3 ore. Sciacquare, asciugare mettere sulla piastra... finché non saranno croccanti in entrambe i lati! (Come le patatine fritte).

Condire con sale, olio e prezzemolo tritato.

PATATE AL FORNO

Ingredienti:

patate
cipolla
carne macinata
olio e sale

Mettere nel forno le patate bollite e poi tagliarle a fette si mettono insieme ad un po' di carne macinata. Si servono come contorno a fette di carne saltate in padella o arrosto.

PEPERONI RIPIENI ***(Romania)***

Ingredienti:

2 kg di peperoni (piccoli)
600 gr di carne (suino + vitello)
150 gr di riso
150 gr di cipolla
1 uovo
30 gr di farina di grano
200 gr di passata di pomodoro
1 mazzetto di prezzemolo
200 gr olio di girasole
sale e pepe

Si scalda l'olio si mette la cipolla tritata a rosolare, poi si mischia tutto (carne, riso, passata di pomodoro, uovo, farina, un pizzico di sale, pepe e il prezzemolo); dopo si puliscono i peperoni (si fa un buco nella parte della coda) dopo si riempiono con l'impasto e si mettono a bollire nel brodo a fine cottura possono essere accompagnati con la panna.

Dolci



AMARETTI SARDI

Ingredienti:

200 gr di mandorle dolci pelate e sgusciate
100 gr di mandorle amare pelate e sgusciate
300 gr di zucchero
3 uova
zucchero a velo
farina bianca
burro

Dopo avere leggermente tostate e pestate finemente le mandorle in un mortaio, aggiungere a poco a poco lo zucchero in modo da ottenere un impasto denso. Montare a neve gli albumi e amalgamarli delicatamente all'impasto di mandorle utilizzando un cucchiaino di legno. Riempire con il composto la sacca per i dolci dotata di una bacchetta liscia e rotonda, distribuirlo sulla placca da forno imburdata ed infarinata, così da ottenere dei biscotti ben distanziati tra loro, spolverizzare i dolci con lo zucchero a velo e lasciarli riposare un paio d'ore prima di cuocerli in forno a calore molto moderato per circa 1 ora. Togliere gli amaretti dal forno e aspettare che si raffreddino prima di staccarli dalla placca.

BASTONCINI FRITTI
(Marocco)

Ingredienti:

4 uova
100 gr di burro
300 gr farina
1 limone
cannella
un pizzico di sale
zucchero

Versate la farina su di una spianatoia, praticate un buco al centro, unite le uova sgusciate e gli altri ingredienti e lavoratela con le mani umide fino ad ottenere un impasto liscio ed omogeneo. Stendete la pasta con il matterello allo spessore di 1 cm. Tagliatela a bastoncini lunghi 8 cm. E friggeteli in olio caldo. Quindi asciugateli con carta assorbente. Lasciateli intiepidire e spolverateli con lo zucchero. Tempo di preparazione 35 minuti.

BEGNÈ
(Senegal)

Ingredienti:

1 kg di farina
6 uova fresche
125 gr di burro
lievito per dolci
½ kg di zucchero
uva secca
cocco grattugiato
3 bicchieri di latte fresco
1 l di olio
zucchero velo

Prendere un recipiente grande, versare la farina, le uova, il latte, lo zucchero, un po' di lievito, l'uva secca, il cocco grattugiato e poi prendere un tegame dove fare sciogliere il burro. Appena si scioglie, lo versiamo nel recipiente con gli altri ingredienti, mischiamo il tutto e lasciamo riposare per 1 ora e 30 minuti, mettendo sopra al recipiente un telo di garza. Prendiamo di seguito un grande tegame dove mettiamo l'olio e lo riscaldiamo a fuoco medio; quando l'olio è caldo prendiamo il nostro impasto che abbiamo fatto e friggiamo nell'olio caldo. Poi prendiamo un grande piatto dove mettiamo della carta e mettiamo i nostri begnè già cotti; aggiungiamo il nostro zucchero a velo. I begnè sono pronti per essere serviti.

BISCOTTI

Ingrdienti:

400 gr di farina
200 gr di zucchero
150 gr di burro
2 uova
una bustina di lievito

Impastare tutti gli ingredienti. Stendere l'impasto ottenuto con uno spessore di almeno ½ cm. Ricavare i biscotti utilizzando degli stampini. Infornare a 180° per 5-10 minuti.

BISCOTTI AL MIELE
(Romania)

Ingredienti:

500 gr di farina
200 gr di burro morbido
180 gr di zucchero
2 uova
25 gr di latte
1 cucchiaio di miele
1 bustina di lievito per dolci

Impastare tutti gli ingredienti insieme. Mettere l'impasto in frigo per un'ora. Stendere la pasta e formare i biscotti. Cuocere nel forno preriscaldato per 15 minuti.

BISCOTTI CON FARINA KAMUT

Ingredienti:

200 gr farina di kamut
80 gr farina "00"
3 tuorli
120 gr zucchero
100 gr burro
1 cucchiaino di lievito
1 bustina di vanillina
se necessario un goccio di latte
100 gr di gocce di cioccolato

Lavorare il burro con lo zucchero fino a quando non si saranno ben amalgamati. Aggiungere i tuorli e man mano le due farine, la vanillina, le gocce, il lievito, e se necessario un goccio di latte. Stendere l'impasto con un matterello e con l'aiuto di uno stampino, ricavare dei biscottini, oppure formare delle palline e schiacciarle leggermente con una forchetta.

Adagiarli su una teglia da forno e cuocerli per 12/15 minuti a 180°, fino a quando non saranno dorati.

BISCOTTI CON ZUCCHERO A VELO
ricetta per la Pasqua musulmana
(Marocco)

Ingredienti:

500 gr di farina
125 gr di olio vegetale
250 gr di zucchero a velo per decorare
125 gr di zucchero
60 gr di sesamo
3 uova
60 gr di mandorle tritate
8 gr di lievito per dolci.

Mescolare tutti gli ingredienti: olio, uova, zucchero, sesamo, mandorle, lievito, sale, farina. Formare delle piccole lune, metterle in una teglia rivestita di carta forno.

Cuocere in forno preriscaldato a 180° per 15 minuti. Cospargere di zucchero a velo e servire.

BISCOTTI DI NONNA MARIA

Ingredienti:

500 gr di farina
200 gr di zucchero
200 gr di burro
4 uova
lievito per dolci

Sbattere i tuorli con lo zucchero, albume a neve e unire la farina con burro sciolto freddo, lievito, mischiare tutto fare le formine.

Poi in forno caldo a 200° per 15 minuti.

N.B: Infarinare la teglia.

BISCOTTI FRIABILI

Ingredienti:

300 gr di farina
120 gr di zucchero
120 gr di burro
30 gr di latte
2 uova
un pizzico di sale
1 bustina di lievito per dolci

Lavorare tutti gli ingredienti assieme con un robot da cucina oppure sulla spianatoia.

Ottenuta una "palla", lasciare riposare in frigorifero per 15 minuti. Stendere l'impasto col matterello lasciandolo alto 1 cm circa, tagliarlo con formine a piacere e cuocere i biscotti in forno caldo a 160° per 15 – 20 minuti.

BISCOTTI MORBIDI AL MIELE

Ingredienti:

500 gr di farina
80/90 gr di burro
180 gr di zucchero
2 uova
2 cucchiaini di latte
1 cucchiaio di miele
1 bustino di lievito

Disporre la farina setacciata con il lievito sul piano di lavoro poi versarvi al centro il burro ammorbidito, le uova, il latte e lo zucchero. Lavorare velocemente l'impasto, poi farlo riposare circa 1 ora in frigo avvolto nella pellicola trasparente. Quando l'impasto è pronto preparare i biscotti con gli stampini, formando figure a piacere di 3 – 4 mm di spessore cuocere 10/12 minuti a 180°.

BON BON RICOPERTI

Ingredienti:

500 gr gelato fiordilatte o crema
2 dl panna da montare
400 gr cioccolato fondente/ al latte
½ cucchiaino rum
1 cucchiaino cannella in polvere

Lavorare a crema il gelato con un cucchiaino in modo da ammorbidirlo, incorporarvi la panna prima leggermente montata in una ciotola fredda con le fruste elettriche.

Con l'aiuto di 2 cucchiaini ricavare dal composto tante palline della grandezza di una noce, sistemarle in un vassoio foderato con carta da forno e lasciarle rassodare nel freezer per almeno 2 ore.

Tagliare il cioccolato a grossi pezzi e farlo fondere in un pentolino a fuoco dolce fino ad ottenere una crema liscia e omogenea; profumarlo con il rum e la cannella e lasciarlo raffreddare, senza però farlo rapprendere di nuovo.

Immergere molto rapidamente ogni pallina di gelato, ben indurita, nel cioccolato liquefatto, scolarle accuratamente, sistemarle man mano su un vassoio, formando una piramide.

Lasciare riposare i bon bon in frigorifero per qualche minuto, in modo che il cioccolato solidifichi leggermente prima di servirli.

CALZONI DI SAN GIUSEPPE

Ingredienti:

pasta sfoglia
Per il ripieno:
1 kg di farina
250 gr di zucchero
250 gr di miele
10 gr di cannella
ceci
30 gr di liquore strega

Cuocere i ceci e passarli col passaverdura, aggiungere poi tutti gli altri ingredienti, formare dei dischi di pasta sfoglia del diametro di circa 10 cm, riempirli con il preparato e chiuderli come ravioli friggendoli in olio abbondante.

CASTAGNACCIO

Ingredienti:

100 gr di farina di castagne
2 uova
4 cucchiaini di zucchero
1 bustina di lievito
uva passa a piacere
20 gr di pinoli
dl di olio
1 lt e mezzo di latte
burro

In un recipiente mescolare la farina di castagne con il latte, lo zucchero e il lievito, le 2 uova, l'olio e il burro fuso. Aggiungere all'impasto l'uva passita e i pinoli, versare in una teglia unta d'olio e cuocere a fuoco moderato per mezz'ora.

CIAMBELLA-1
(Albania)

Ingredienti:

300 gr di farina
200 gr di zucchero
2 uova
1 cartoccio di panna
1 bustina di lievito
1 bustina di vanillina

Unire le uova con lo zucchero poi la farina quindi la panna, la vanillina ed infine il lievito. Mettere in forno a media temperatura per 40 minuti circa.

CIAMBELLA-2

Ingredienti:

250 gr di farina con lievito
250 gr di panna fresca
250 gr di zucchero
3 uova
un po' di amaretto di Saronno

Montare le uova con lo zucchero, unire la panna liquida e poco alla volta la farina: profumare con l'amaretto. Mettere in una teglia imburrata e infarinata. Cuoci a 170° per 40 minuti.

CIAMBELLA ALLE MELE
(Romania)

Ingredienti:

7 mele
375 ml di olio vegetale
150 gr di zucchero
3 uova
250 gr di farina bianca
1 c di sale
1 c di bicarbonato
1 c di cannella in polvere
1 c di essenza di vaniglia
100 gr di gherigli di noci tritati
100 gr di uvetta
zucchero a velo

Tagliate in 4 le mele sbucciate e private del torsolo. Affettate i quartini mela e metteteli da parte. Con il frullino elettrico amalgamate l'olio e lo zucchero; unite un uovo alla volta e continuate a frullare finché il composto sarà cremoso e omogeneo.

Setacciate in una terrina la farina, il sale il bicarbonato e la cannella.

Incorporate la miscela alla crema di uova, aggiungete l'essenza di vaniglia e infine le mele, le noci e l'uvetta.

Mescolate con cura e versate il composto nello stampo. Cuocete la torta nel forno a 200° per un'ora e 15 minuti, fino a quando sarà ben cotta e soffice. Togliete lo stampo dal forno e aspettate 15 minuti prima di sfornare la torta e metterla a raffreddare sulla gratella. Spolverizzare infine la ciambella con lo zucchero a velo.

CIAMBELLA ALLA RICOTTA

Ingredienti:

300 gr di ricotta
300 gr di farina "00"
300 gr di zucchero
100 gr di burro
3 uova
1 bustina di lievito per dolci

Imburrare una teglia, mescolare le uova, la farina, lo zucchero e il burro (lasciato a temperatura ambiente per almeno mezz'ora) aggiungere la ricotta e il lievito amalgamare il tutto fino ad ottenere un composto omogeneo. Stendere nella teglia e infornare 150/160° per 50/60 minuti.

CIAMBELLA ALLO YOGURT

Ingredienti:

3 uova
1 vasetto di yogurt
2 vasetti di zucchero
3 vasetti di farina
1 vasetto di olio di semi
1 bustina di lievito

Mettere in una terrina gli ingredienti e mischiare finché non saranno tutti amalgamati, versare in una teglia imburrata, diametro 24, a 180° per 30 minuti.

CIOKO-RICE *(Italia-Irlanda)*

Ingredienti:

1 kg di cioccolato fondente
100 ml di panna per dolci
1 scatola di rice krispies

Sciogliere cioccolato e panna. Aggiungere i miles ed aspettare che si solidifichino nella formina di carta.

DOLCE DI ZUCCA *(Romania)*

Ingredienti:

pasta frolla
zucca (senza buccia)
zucchero a piacere
1 uovo

Si grattugia la zucca e si mette in un tegame con un po' di olio e lo zucchero (fino che va via l'acqua) poi si lascia raffreddare

Si stende la pasta e si riempie con la zucca (si può mettere anche la noce moscata) poi arrotolare.

Sopra si mette tuorlo e poi si mette in forno.

Semplice ma gustosa: è una ricetta della nonna.

CROISSANT

Ingredienti:

500 gr Farina
250 gr Burro
250 yogurt bianco
1 bustina lievito
7 cucchiaini di zucchero
un pizzico di sale
zucchero a velo

Sciogliere il burro a bagnomaria e lasciarlo raffreddare; in una ciotola mettere la farina con lo zucchero, il pizzico di sale e il lievito; girare bene poi aggiungere il burro e lo yogurt e impastare bene; l'impasto non deve essere né molto morbido né duro. È perfetto quando non si attacca più alla ciotola. Stenderlo e formare degli spicchi; su ogni spicchio praticare un piccolo taglio, mettere al centro un po' di marmellata o Nutella a seconda dei gusti, arrotolarlo a forma di cornetto e lasciarlo lievitare per 10 minuti nel forno caldo a 35°, dopodiché cuocerli per 20 minuti nel forno a 180°. Una volta cotti, cospargerli di zucchero a velo. Se volete, invece di usare lo yogurt bianco potete usare quello di frutta. Dose per 18- 20 biscotti.

CROSTATA ALLA RICOTTA

Ingredienti:

250 gr di farina
125 gr di burro
125-130 gr di zucchero
2 tuorli o 1 uovo intero
1 cucchiaino raso lievito per dolci
1 pizzico di sale
1 cucchiaio di rhum

Per il ripieno:

1 uova
250g ricotta
1 spruzzata di limone
100 g circa zucchero

Tenere il burro per un po' a temperatura ambiente. Mescolare le uova con lo zucchero, quindi il burro tagliato a pezzetti. Poi mescolare la farina, il rhum e il sale. Da ultimo aggiungere il lievito. Impastare il tutto aiutandosi anche con le mani. formare una palla, metterla in una ciotola, coprirla con la pellicola trasparente e porre in frigorifero per circa 30 minuti. stendere quindi il disco con metà della palla, sul fondo di una tortiera precedentemente imburata o ricoperta con carta forno. Stendere sul disco di pasta il ripieno e poi con il resto della pasta costruire le classiche righe incrociate sulla crostata.

Per il ripieno mettere tutti gli ingredienti in una ciotola e mescolare bene. Da ultimo infornare la crostata in forno preriscaldato per 30/35 minuti a 180° (170° se ventilato).

Prima di sfornare, tenere la torta in forno per altri 5 minuti a fuoco spento.

Con questa base di pasta frolla si possono fare anche dei buoni biscottini (da decorare con palline colorate, gocce di cioccolato) o la classica torta della nonna ripiena di crema pasticcera e ricoperta da un disco intero di pasta con sopra i pinoli.

DOLCE CON LE MELE
(Romania)

Ingredienti I° impasto:

15 cucchiaini farina

15 cucchiaini acqua frizzante

7 cucchiaini olio (mais, girasole)

Ingredienti II° impasto

2 cucchiaini burro o margarina

2 cucchiaini farina

Ripieno:

10 mele sbucciate e grattugiate o tagliate a fette, versare in una padella con 8 cucchiaini di zucchero e 1 cucchiaino di cannella in polvere.

Fare ammorbidire sul fuoco fino a quando le mele sono cotte. Amalgamare tutti gli ingredienti per il I° impasto e stendere una sfoglia (non troppo sottile).

Spennellare il primo impasto con una crema ottenuta amalgamando il burro/margarina con la farina.

Impasto II°: arrotolare tutto e mettere in una ciotola nel frigo per 30 minuti. Prendere l'impasto dal frigo e dividere in 2.

Stendere con la I metà una sfoglia della grandezza della vostra teglia.

Spolverare con semolino o pan grattato o biscotti sbriciolati.

Versare il ripieno e stenderlo dello stesso spessore su tutta la sfoglia.

Stendere la sfoglia con la seconda parte dell'impasto e coprire il ripieno.

Bucherellare con la forchetta qua e là la sfoglia di sopra.

Infornare a 180°- 200° nel forno già caldo per 40 – 45 minuti o quanto basta.

Lasciare raffreddare spolverare con zucchero a velo.

Tagliare a quadrati.

DOLCE SALAME

Ingredienti:

150 gr di burro

2 uova

170 gr di zucchero

2 cucchiaini di cacao amaro

200 gr di biscotti secchi

Lavorare 2 tuorli con 2 cucchiaini di zucchero, aggiungere il burro sciolto, lo zucchero mescolato con il cacao amaro. Unire i biscotti secchi tritati finemente, impastare e formare il salame, mettere in frigo per qualche ora.

MUFFINS
(Irlanda)

Ingredienti:

300 gr di farina

200 gr di burro

200 gr di zucchero semolato

8 gr di lievito per torte

3 uova

Mischiare tutto per fare un composto omogeneo. Riempire le cartine per dolci e, nel caso piaccia, aggiungere nel composto gocce di cioccolato, uva passa, mandorle o cocco. Infornare a 300°, in forno già caldo da 10 minuti.

PALLINE DI CACAO E COCCO

Ingredienti:

500 gr di ricotta
250 gr di farina di cocco
200 gr di zucchero
150 gr di cacao
1 tazza con farina di cocco

Mescolare tutti gli ingredienti e con l'impasto fare tante palline.
Ricoprire le palline con la farina di cocco.

PANCAKE

Ingredienti:

uova
farina
yogurt
banana
sale
bicarbonato
1 cucchiaio di olio di semi

Impastare gli ingredienti fino al raggiungimento di una crema né troppo solida né troppo liquida.
Cuocere in una padellina antiaderente 1 mestolo per volta.

PANE DI BANANE

Ingredienti:

240gr di farina tipo "00"
1 cucchiaio di lievito in polvere
½ cucchiaio di bicarbonato
120 gr di zucchero di canna
½ bicchiere di olio di oliva
2 uova
3 banane
1 pizzico di sale

Schiacciate le banane con una forchetta e lasciatele macerare con lo zucchero per 30 minuti. Disponete a fontana la farina con il lievito in polvere, il bicarbonato e il sale e versatevi al centro le uova e l'olio, quindi mescolate in modo da amalgamare bene. Unitevi poi le banane con lo zucchero di macerazione. mescolare ancora e versate il tutto in uno stampo da plum-cake ben imburrato. Cuocete nel forno già caldo a 180° per 1 ora circa.

PASTIERA NAPOLETANA

Ingredienti:

farina
zucchero
burro
uova
buccia di limone grattugiata
sale
lievito
Per ripieno:
grano cotto
latte
zucchero
burro
ricotta
uova
vanillina
arancio
limone
canditi

Per il ripieno cuocere il grano con il latte e il burro e poi unire gli altri ingredienti. Per la pasta frolla lavorare velocemente gli ingredienti poi formate un panetto e poi stendere. Aggiungere il ripieno poi chiudere e poi fare le strisce sopra. In forno a 175° per 30 minuti poi 180° per 40 minuti.

PAVLOVA

Ingredienti:

4 albumi
1 tazza di zucchero
1 cucchiaino di farina
vaniglia
panna montata
crema pasticcera
frutta a fette per decorare la torta.

Montare gli albumi a neve ed aggiungere gradualmente lo zucchero quando il composto è denso e omogeneo, aggiungere la farina e la vaniglia e mescolare con cura. Imburrare la teglia e mettere l'impasto cercando di fare i bordi più alti. Cuocere la torta in forno a 110° per 75/80 minuti fino a che la torta diventa dura ma non scura. Lasciate raffreddare e nell'incavo mettere la crema. Ricoprire con la panna montata e decorare con la frutta a piacere.

PESCHE RIPIENE CON CREMA GIALLA E NERA

Ingredienti:

Comprare il guscio del biscotto osservando che sia il più grezzo possibile così assorbe meglio il caffè e alchermes e ci si semplifica la vita.

Farcirli con crema gialla e nera, rotolarle nello zucchero vanigliato misto allo zucchero a velo.

crema gialla

3 tuorli + 2 uova

½ l di latte

4/5 cucchiaini di farina

4 cucchiaini di farina

buccia di limone grattugiata

Dividere il composto; in una metà aggiungere cacao e un po' di latte se serve.

Su fiamma amalgamare il tutto con un setaccio e portare il latte ad ebollizione.

ROSE DEL DESERTO

Ingredienti:

300 gr di farina

200 gr di zucchero

100 gr di burro

2 uova

1 hg di pinoli

1 hg di uvetta

1 bustina di lievito

zucchero a velo

corn flakes

Mescolare tutti gli ingredienti insieme, il burro deve essere sciolto, poi fare delle palline per poi passarle nel corn flakes, cuocere a forno a 180° per 10 minuti con carta da forno. Da freddi spolverizzarli con zucchero a velo.

SALAME DEL PAPA

Ingredienti:

150 gr di gallette secche

100 gr di zucchero semolato

100 gr di burro

50 gr di cacao amaro

1 uovo

Mettere in una ciotola il burro ammorbidito ed a pezzetti, poi lavorarlo con lo zucchero sbattendo energicamente con un cucchiaino di legno. Quando si otterrà un composto soffice e cremoso incorporarvi il tuorlo, metà albume ed il cacao fatto stendere a pioggia da un setaccio. Continuare a sbattere il composto, poi unire le gallette pestate con il batticarne e ridotte in briciole grossolane. Formare un salame e avvolgerlo in un foglio di carta oleata, fermandolo alle estremità. Farlo rassodare in frigo per 4/5 ore e servire tagliato a fettine.

SALAME DI CIOCCOLATO-1

Ingredienti:

1 uovo e 1 tuorlo
100 gr di biscotti secchi
150 gr di mandorle
120 gr di zucchero
70 gr di cacao (meglio dolce)
70 gr di burro

Sbattere il tuorlo con l'uovo e lo zucchero. Unire il cacao con il burro ammorbidito. Mescolare e aggiungere i biscotti sbriciolati finemente. Aggiungere le mandorle tritate. Dare all'impasto la forma di un salame ed avvolgere il tutto in carta stagnola. Porre nel frizer fino al momento di servire.

SALAME DI CIOCCOLATO-2

Ingredienti:

250 gr burro
300 gr zucchero
4 uova
75 gr cacao amaro
400 gr biscotti oro Saiwa o Colussi

Sciogliere il burro a bagnomaria, nel frattempo montare a neve gli albumi. Unire 4 rossi d'uovo con lo zucchero (mescolare bene ogni volta che si aggiunge un ingrediente), poi aggiungere il burro sciolto, il cacao e i 4 albumi montati a neve. Unire al composto 400 gr di biscotti sbriciolati, poi versare il tutto sulla carta da forno formando con le mani la forma arrotolata di un salame. Avvolgerlo nella carta stagnola e metterlo in freezer.

SHANTATLIE ***(Albania)***

Ingredienti:

3-4 bicchieri di farina
1 bicchiere di burro sciolto
2 uova intere e 1 tuorlo
2 cucchiaini di miele
noci
1 bicchiere di zucchero
1 uovo per spalmare
½ bicchiere di acqua
½ cucchiaino di cacao

Ingredienti per lo sciroppo: 4 bicchieri di zucchero, 3 bicchieri di acqua.

In una ciotola mettere le uova (anche il tuorlo) e lo zucchero, mescolare, aggiungere il burro, miele, acqua, e continuare a mescolare finché si è sciolto lo zucchero. Aggiungere le noci, il cacao e una bustina di lievito. Mescolare finché l'impasto sia morbido. Mettere l'impasto in un tegame spalmato con il burro, spianare, aggiungere un uovo. Si fanno decorazioni sull'impasto e cuocere a 160° per 30 minuti circa. Preparazione dello sciroppo: mettere in una pentola tre bicchieri di acqua e quattro bicchieri di zucchero e far bollire per due/tre minuti. A cottura ultimata tagliare la Shantatlíe, e una volta raffreddata aggiungere lo sciroppo caldo.

SPIEDINI DI BIGNÈ

Ingredienti:

bignè di media grandezza vuoti
250 ml di panna da montare
1 barattolo piccolo di nutella
150 gr di ricotta
100 gr di cioccolato in barretta
Spiedini di legno

Preparare due tipi di ripieno:

1° ripieno. Mescolare la ricotta con due cucchiaini di nutella

2° ripieno. Montare la panna. Unire la panna montata con 2/3 cucchiaini di nutella.

Tagliare a metà i bignè e riempirne una parte col primo ripieno e una parte col secondo ripieno e richiudere i bignè. Fondere a bagnomaria la tavoletta di cioccolato e ancora fuso farlo colare sulla parte alta dei bignè. Nello spiedino alternare i bignè coi due diversi ripieni, sopra al cioccolato si possono mettere granellini colorati di zucchero.

TIRAMISÙ

Ingredienti:

500 gr mascarpone
5 uova
250 gr zucchero (meglio a velo)
biscotti Pavesini
caffè decaffeinato
cioccolato in polvere

Montare gli albumi a parte con un pizzico di sale. Sbattere i tuorli con lo zucchero, aggiungere il mascarpone e infine gli albumi montati. Mescolare delicatamente fino a che la crema è soffice.

In una pirofila ovale fare uno strato di Pavesini imbevuti nel caffè. Mettere uno strato di mascarpone e continuare fino ad esaurimento del mascarpone. Infine cospargere con cioccolato in polvere.

TOPOLINI DI CIOCCOLATO

Ingredienti:

300 gr di biscotti secchi
3 uova
200 gr di zucchero
100 gr di burro
30 gr di cacao
30 gr di cioccolata fondente
sartie, girelle di liquirizia, palline argentate per decorare

Frullare tutti gli ingredienti e con il composto formare dei topolini grandi quanto una noce e dare una forma leggermente appuntita al musino. Mettere due sartie a formare le orecchie, 3 palline argentate di cui 1 per il nasino e 2 un po' più in alto per gli occhi. Tagliare un pezzetto di liquirizia e infilarlo nel retro a formare la codina. Tenere in frigo almeno un'ora.

TORTA ALL'ANANAS

Ingredienti:

1 barattolo di ananas da 10 fette
mandorle/noci
100 gr di farina
100 gr di zucchero
50 gr di burro
3 uova
metà busta di lievito
7 cucchiaini di zucchero: farlo caramellare

Fare la pasta con i rossi d'uovo, zucchero, burro e lievito e farina; a parte montare gli albumi e unirli al resto dell'impasto. Mescolare bene il composto. Imburrare la teglia, passare il caramello e mettere tutte le fette di ananas e i gherigli. Mettere poi tutto l'impasto. Cuocere a forno caldo a fuoco moderato per 35-40 minuti. Quando si sforna il sotto diventa il sopra.

TORTA AL CIOCCOLATO-1

Ingredienti:

200 gr di cioccolato fondente
100 gr di burro
150 gr di zucchero
mezzo cucchiaino di farina
3 uova

Sciogliere a bagnomaria burro e cioccolato, aggiungere rosso d'uovo, zucchero e farina, lavorare tutto, montare gli albumi a neve. Mettere la carta forno nella teglia, cuocere per 25-30 minuti a 150°.

TORTA AL CIOCCOLATO-2

Ingredienti:

1 vasetto di yogurt bianco
4 vasetti di farina
4 uova
1 bustina di lievito
½ vasetto di olio
2 vasetti di zucchero
1 vasetto di cacao dolce

Mescolare tutti gli ingredienti, infornare a 180° per 30 minuti. A piacimento tagliarla e farcirla con Nutella.

TORTA AL CIOCCOLATO (torta povera)-3

Ingredienti:

200 gr farina bianca
250 gr zucchero
100 gr cacao amaro
1 bustina di lievito
½ lt di latte
scorza di 1 arancia

Setacciare la farina, lo zucchero, il cacao amaro e il lievito (è necessario setacciare gli ingredienti). Aggiungere la scorza grattugiata e il latte. Mescolare bene il composto, imburrare e infarinare una teglia e versare il composto.

Infornare a 150° per 45-50 minuti, non aprire il forno per i primi 20 minuti. Si può servire con panna montata.

TORTA AL COCCO

Ingredienti:

3 uova
1 bustina di lievito
1 yogurt bianco intero da 125 gr
zucchero
farina di cocco
farina bianca tipo "0"
olio di semi

Montare a neve gli albumi. Aggiungere i tuorli d'uovo e lo yogurt. Utilizzare il vasetto vuoto dello yogurt come misurino. Aggiungere 2 misurini di zucchero, 3 di farina di cocco, 2 di farina bianca e 1 di olio di semi, per ultimo il lievito.

Cuocere in forno caldo a 180° per 30 minuti.

TORTA ALLA PANNA

Ingredienti:

3 uova
250 ml di panna
200 g zucchero
250g scarsi di farina lievitata per dolci
a piacere vanillina oppure rum, oppure vaniglia ecc...

Cottura 40 minuti circa nel forno a 170°.

TORTA ALLE FRAGOLE

Per il pan di Spagna:

150 g fecola
150 g zucchero 3 uova fresche
1 bustina lievito per dolci

Montare a neve gli albumi delle 3 uova, aggiungere mescolando i tuorli, lo zucchero, la fecola e il lievito. Mescolare bene il tutto fino a formare una crema senza grumi. Versare in uno stampo con i bordi alti preventivamente imburrrata. Cuocere a 180° per 30/35 minuti senza aprire mai il forno.

Per la Crema Pasticcera:

5 tuorli d'uovo
1 cucchiaino di farina
150 g di zucchero
1 ½ l di latte
25 g burro
½ stecca di vaniglia

Mettere in una casseruola lo zucchero e i tuorli d'uovo e sbattere bene. Unite la farina, poi aggiungere il latte bollente, nel quale avrete messo in fusione la vaniglia e fate cuocere a fuoco moderato per circa 10 minuti. Aggiungere il burro e continuate a mescolare per far raffreddare la crema evitando che si formi in superficie una leggera pellicola.

Quando il pan di Spagna si sarà raffreddato mettete sopra la crema pasticcera e decorarla con tante fragole tagliate a fette. Se si gradisce ricoprire con la colla di pesce.

TORTA ALLA ROBIOLA

Ingredienti:

Base per torta:

50 gr burro fuso
1 cucchiaio di zucchero a velo
100 gr oro Saiwa (polverizzati)

Per la torta:

200 gr di zucchero
200 gr di robiola
3 rossi d'uovo
3 cucchiaini di farina
250 ml di panna liquida
1 cucchiaio di succo di limone
1 bustina di vanillina
3 albumi montati a neve

Stendere in una teglia l'impasto dei biscotti e pigiare. Impastare tutti gli ingredienti insieme, per ultimi gli albumi montati a neve. Mettere il tutto sulla base di biscotti e infornare a 150° circa per 2 ore finché la superficie è dorata. Togliere dal forno e fare raffreddare la torta e metterla poi in frigo prima di servirla, cospargerla con zucchero a velo.

TORTA ALLE PERE E UVETTA

Ingredienti:

600 gr di pere
1 vasetto di yogurt
3 uova
2 hg di zucchero
70 gr di burro
150 gr di farina
50 gr di mandorle
100 gr di uvetta
scorza di limone
1 bustina di lievito per dolci
1 pizzico di sale

Tagliare sottili le pere amalgamare con zucchero, uova, burro, uvetta, mandorle, yogurt poi aggiungere il resto degli ingredienti versare in uno stampo (26 cm) cuocere in forno a 180° per 45 minuti circa.

TORTA DI ANANAS

Ingredienti:

250 gr di zucchero
100 gr di burro
250 gr di farina
50 gr di amaretti
1 bustina di lievito per dolci
2 uova
1 barattolo di ananas sciroppato

Caramellare 50 gr di zucchero e rovesciarlo nella teglia su carta da forno, stendervi sopra tutte le fette di ananas, impastare 100 gr di zucchero con 2 uova e 100 gr di zucchero con 100 gr di burro. Unire i due composti e aggiungere 50 gr di amaretti tritati, 250 gr di farina, il succo d'ananas e la bustina di lievito amalgamando tutto. Rovesciare il composto sopra all'ananas. Mettere in forno a 150° per circa 1 ora fino a diventare scura.

TORTA DI CAROTE

Ingredienti:

100 gr di latte
200 gr di carote
2 uova
1 pizzico di sale
100 gr di olio di mais
200 gr di zucchero
50 gr di mandorle
1 bustina di lievito per dolci
300 gr di farina "00"

Grattugiare le carote, montare le uova con lo zucchero, aggiungere l'olio e un pizzico di sale, aggiungere il lievito e la farina, infine unire le mandorle tagliuzzate con le carote precedentemente grattugiate. Imburrare uno stampo da torta, infornare a 180° per 25 minuti circa.

TORTA DI GRANO SARACENO ***(Albania)***

Ingredienti:

250 g burro morbido

250 g di zucchero

6 uova

250 g di farina di grano saraceno

250 g di mandorle macinate

1 bustina di zucchero vanigliato

Montare il burro con 150 g di zucchero, i tuorli d'uovo. Aggiungere la farina, le mandorle e lo zucchero vanigliato e mescolare accuratamente il tutto. Montare le chiare delle uova a necessità; aggiungere lo zucchero rimasto e continuare a montare fino quando la massa sarà molto fissa.

Aggiungere con cautela la massa alla pasta. Versare poi il tutto in una teglia dal cerchio apribile ben imburato ed infarinata e cuocere a fuoco moderato per circa un'ora. (Si consiglia di effettuare una prova infilando uno stecchetto di legno, se esce asciutto, il dolce è cotto).

Lasciare raffreddare il dolce, tagliarlo orizzontalmente in 2 parti (questa operazione riuscirà molto bene con un filo che si passerà attorno alla torta e si stringerà finché avrà attraversato tutta la torta).

Farcire con marmellata di mirtillo biologico e cospargere di zucchero a velo.

Volendo la potete servire con panna montata.

TORTA DI HULK

Ingredienti:

300 gr farina 00

300 gr zucchero

3 uova

180 ml latte

150 gr burro (a temperatura ambiente)

1 bustina di lievito

1 bicchiere ½ sciroppo alla menta

nutella

zucchero a velo

Mettere nel robot elettrico tutti gli ingredienti ad eccezione della nutella e dello zucchero a velo.

Impastare fino ad ottenere una consistenza cremosa (come la ciambella), ungere una pirofila per dolci e versare il composto, preriscaldare il forno a 180°, infornare e cuocere per 30 minuti circa, togliere dal forno e fare raffreddare bene, tagliare a metà, spalmare la nutella sulla superficie di 1 delle 2 metà, ricoprire con l'altra parte di torta, cospargere la torta con zucchero a velo e servire.

TORTA DI MELE-1

Ingredienti:

350 gr di farina

150 gr di zucchero

100 gr di burro

2 uova intere

1 bustina di lievito

½ bicchiere di latte

5 mele

Portare a temperatura ambiente il burro, le uova e il latte. Mischiare le uova, lo zucchero, burro, farina e lievito e infine aggiungere latte quanto basta per ottenere un impasto cremoso. Sbucciare e tagliare le mele e unirle all'impasto.

Versare in un tortiera e cospargere la superficie con lo zucchero. Cuocere per 1 ora a 140°.

TORTA DI MELE-2

Ingredienti:

600 gr di mele
200 gr di zucchero
1 limone
3 uova
50gr di nocciole
1 vasetto di yogurt
70 di margarina
200 gr di farina
1 bustina lievito per dolci

Si sbucciano le mele e si mettono da parte. Si mettono gli altri ingredienti uno alla volta nel bimby. Si frulla il tutto per 30 secondi. Infine dopo aver versato il composto in una tortiera si “conficcano” dentro le fettine di mele.

TORTA DI MELE-3

Ingredienti:

300 gr di farina
200 gr di zucchero
100 gr di burro
scorza di limone
4 mele
mandorle tritate
4 uova
1 bustina di lievito
sale

Con le fruste lavorare uova e zucchero, aggiungere il burro, la farina, un pizzico di sale, le mandorle, la scorza di limone e per ultime le mele. Cuocere in forno per 60 minuti.

TORTA DI MELE-4

Ingredienti:

200 gr di farina
150 gr di zucchero
2 uova intere
60 gr di olio extra vergine
½ bustina di lievito per dolci
1 cucchiaio di succo di limone
1 tazza di latte
3-4 mele (dipende dalla grossezza)

Sbattere le uova con lo zucchero, unire l'olio, il succo di limone, la farina e il lievito sciolto nella tazza del latte.

Versare il composto in una teglia imburrata e infarinata di circa 27 cm, sistemare le mele a raggiera (volendo anche a pezzetti nel composto). Spolverizzare con un pochino di zucchero ed infornare a 180° per 35 minuti.

TORTA DI MELE-5

Ingredienti:

150 gr di farina
100 gr di burro
100 gr di zucchero
2 uova
4 mele
1 cucchiaio di lievito per dolci

Mescolare lo zucchero con le uova, aggiungere il burro sciolto, limone grattugiato, la farina e le mele tagliate a fettine sottili. Mettere in forno ben caldo per 30 minuti circa.

TORTA DI MELE E NOCI *(per festeggiare un compleanno in Albania)*

Ingredienti:

1 kg di mele
350 gr di farina
350 gr di zucchero
100 gr di burro
130 gr di gherigli di noci
100 ml di latte
2 uova
il succo di 2 limoni
1 bustina di lievito per dolci

Lavorare 300 gr di zucchero con il burro, le uova ed il latte fino ad ottenere una crema, unire 500 gr di mele sbucciate e tagliate a pezzetti, 100 gr di gherigli di noci tritati e la farina miscelata precedentemente con il lievito ed amalgamare il tutto molto bene. Versare in una teglia imburrata ed infarinata. Disporre sull'impasto i restanti 500 gr di mele sbucciate e tagliate a fette. Porre in forno a 180° per circa 90 minuti. A cottura ultimata decorare con i gherigli di noci.

TORTA DI RISO

Ingredienti:

250 gr di riso
50 gr di burro
200 gr di zucchero
2 uova
¾ di latte
¼ di acqua
scorza grattugiata di limone
50 gr di uvetta
sale
zucchero a velo
pangrattato

Mettere l'uvetta a bagno in acqua tiepida per 1/2 ora. Versare in una casseruola il latte, l'acqua, il burro, un cucchiaio di zucchero, un pizzico di sale e la scorza grattugiata di un limone. Portare ad ebollizione e versare il riso. Cuocerlo al dente. Versare il composto in una terrina e lasciare raffreddare. In una ciotola sbattere i tuorli con lo zucchero rimasto e unire al riso raffreddato.

Unire l'uvetta, precedentemente asciugata ed infarinata. Montare a neve 2 chiare d'uovo, unire al composto e versare in una teglia imburrata e spolverata con il pangrattato. Cuocere in forno a calore moderato e quando si sarà formata una crosta dorata, la torta è pronta.

Servire tiepida o fredda, spolverizzare con zucchero a velo.

TORTA “ RICE KRISPIES”

Ingredienti:

6 mars

2 galak

100 gr di burro

½ bicchiere di latte circa

2/3 di pacco di riso soffiato

Sciogliere in una pentola tutta la cioccolata a pezzettini, il burro e il latte. Quando tutto è sciolto per bene aggiungere il riso soffiato e mescolare bene.

Mettere il tutto in una terrina in frigo, lasciare indurire. Consumare a pezzetti.

INDICE DELLE RICETTE

ANTIPASTI

<i>Fiori di acacia fritti</i>	pag. 9
<i>Il pane di "Alice"</i>	pag. 10
<i>Insalata di melanzane (Romania)</i>	pag. 9
<i>Lamsamen (Marocco)</i>	pag. 10
<i>Panelle</i>	pag. 10
<i>Piadina integrale</i>	pag. 11
<i>Piadina nella lastra</i>	pag. 11
<i>Piadina romagnola</i>	pag. 11
<i>Pizza-1</i>	pag. 12
<i>Pizza-2</i>	pag. 12
<i>Pizza-3</i>	pag. 12
<i>Pizza-4</i>	pag. 13
<i>Pizza margherita-1</i>	pag. 13
<i>Pizza margherita-2</i>	pag. 13
<i>Strudel di salumi</i>	pag. 14
<i>Spianata squacquerone e prosciutto</i>	pag. 14
<i>Toast delle domeniche sera invernali</i>	pag. 10
<i>Torta salata</i>	pag. 14
<i>Torta salata con le bietole</i>	pag. 15
<i>Tramezzini</i>	pag. 13
<i>Treccia di pan brioche ripiena</i>	pag. 15

PRIMI PIATTI

<i>Cappelletti romagnoli</i>	pag. 16
<i>Cous cous-1 (Marocco)</i>	pag. 17
<i>Cous cous-2 (Marocco)</i>	pag. 17
<i>Cous cous alla Tunisi (Tunisia)</i>	pag. 16
<i>Lasagne</i>	pag. 17
<i>Maccheroncini con le alici</i>	pag. 18
<i>Mascarpone e spinaci</i>	pag. 18
<i>Mezze penne pasticciate</i>	pag. 18
<i>Orecchiette alle cime di rapa</i>	pag. 19
<i>Orecchiette e "pizzarièddi" con polpette al sugo di pomodoro</i>	pag. 19
<i>Passatelli al sapore di primavera</i>	pag. 20
<i>Passatelli in brodo-1</i>	pag. 18
<i>Passatelli in brodo-2</i>	pag. 19
<i>Passatelli in brodo-3</i>	pag. 20
<i>Passatelli in brodo-4</i>	pag. 21
<i>Passatelli in brodo-5</i>	pag. 21
<i>Passatelli in brodo-6</i>	pag. 28
<i>Pasta con le sarde</i>	pag. 22
<i>Pasta con salsiccia</i>	pag. 21
<i>Pasta e fagioli</i>	pag. 22
<i>Penne all'amatriciana</i>	pag. 22
<i>Penne melanzane e zucchine</i>	pag. 23
<i>Polenta al ragù</i>	pag. 23
<i>Ravioli ricotta e spinaci</i>	pag. 24
<i>Riso con il latte</i>	pag. 23
<i>Riso con pollo (Marocco)</i>	pag. 24

<i>Riso con verdura (Nigeria)</i>	pag. 25
<i>Risotto ai funghi porcini</i>	pag. 25
<i>Risotto fantasia (Polonia)</i>	pag. 26
<i>Ruote al ragù di verdure</i>	pag. 25
<i>Spaghetti alla carbonara-1</i>	pag. 26
<i>Spaghetti alla carbonara-2</i>	pag. 27
<i>Spaghetti allo scoglio</i>	pag. 27
<i>Spaghetti con le vongole</i>	pag. 24
<i>Strozzapreti</i>	pag. 26
<i>Sugo con polpette per condire il riso</i>	pag. 27
<i>Tagliatelle con ragù di piselli</i>	pag. 28
<i>Tagliatelle al ragù di verdure</i>	pag. 28
<i>Tortelli con erbe di campo</i>	pag. 20

SECONDI PIATTI

<i>Bocconcini di carne allo yogurt</i>	pag. 29
<i>Bocconcini di pollo al limone</i>	pag. 30
<i>Byrek-1 (Albania)</i>	pag. 30
<i>Byrek-2 (Albania)</i>	pag. 31
<i>Carne in graticola</i>	pag. 29
<i>Fettine di petto di pollo impanate</i>	pag. 30
<i>Fettine di vitello al limone (Albania)</i>	pag. 31
<i>Gamberoni in salsa di sale</i>	pag. 32
<i>Grigliata di carne e verdure (al barbecue)</i>	pag. 31
<i>Hamburger con patatine</i>	pag. 32
<i>Involtini al prosciutto con contorno di millefoglie di patate</i>	pag. 32
<i>Involtini di carne in foglie di vite (Romania)</i>	pag. 36
<i>Involtini con funghi (Romania)</i>	pag. 33
<i>Mici (Romania)</i>	pag. 33
<i>Moi-Moi (Nigeria)</i>	pag. 34
<i>Pollo (Tunisia)</i>	pag. 34
<i>Polpettine della nonna Maria</i>	pag. 34
<i>Saltimbocca</i>	pag. 35
<i>Scaloppine ai funghi</i>	pag. 35
<i>Scaloppine al limone</i>	pag. 35
<i>Scaloppine con speck e gorgonzola</i>	pag. 35
<i>Seppie con i piselli</i>	pag. 36
<i>Spezzatino con la salsiccia</i>	pag. 36
<i>Yassa al pollo</i>	pag. 33
	pag.

CONTORNI

<i>Carotine</i>	pag. 37
<i>Frittelle di cavolfiore</i>	pag. 38
<i>Kartoffelsalat-insalata di patate</i>	pag. 38
<i>Involtini di verza (Albania)</i>	pag. 38
<i>Melanzane croccanti</i>	pag. 39
<i>Patate al forno</i>	pag. 39
<i>Peperoni ripieni (Romania)</i>	pag. 39

DOLCI

<i>Amaretti sardi</i>	<i>pag. 40</i>
<i>Bastoncini fritti (Marocco)</i>	<i>pag. 41</i>
<i>Begnè (Senegal)</i>	<i>pag. 41</i>
<i>Biscotti</i>	<i>pag. 41</i>
<i>Biscotti al miele (Romania)</i>	<i>pag. 42</i>
<i>Biscotti con farina di kamut</i>	<i>pag. 42</i>
<i>Biscotti con zucchero a velo (Marocco)</i>	<i>pag. 42</i>
<i>Biscotti di nonna Maria</i>	<i>pag. 43</i>
<i>Biscotti friabili</i>	<i>pag. 43</i>
<i>Biscotti morbidi al miele</i>	<i>pag. 43</i>
<i>Bon bon ricoperti</i>	<i>pag. 44</i>
<i>Calzoni di san Giuseppe</i>	<i>pag. 44</i>
<i>Castagnaccio</i>	<i>pag. 44</i>
<i>Ciambella-1 (Albania)</i>	<i>pag. 45</i>
<i>Ciambella-2</i>	<i>pag. 45</i>
<i>Ciambella alle mele (Romania)</i>	<i>pag. 45</i>
<i>Ciambella alla ricotta</i>	<i>pag. 46</i>
<i>Ciambella allo yogurt</i>	<i>pag. 46</i>
<i>Cioko-rice (Italia-Irlanda)</i>	<i>pag. 46</i>
<i>Croissant</i>	<i>pag. 47</i>
<i>Crostata alla ricotta</i>	<i>pag. 47</i>
<i>Dolce con le mele (Romania)</i>	<i>pag. 48</i>
<i>Dolce di zucca (Romania)</i>	<i>pag. 46</i>
<i>Dolce salame</i>	<i>pag. 48</i>
<i>Muffins (Irlanda)</i>	<i>pag. 48</i>
<i>Palline di cacao e cocco</i>	<i>pag. 49</i>
<i>Pancake</i>	<i>pag. 49</i>
<i>Pane di banane</i>	<i>pag. 49</i>
<i>Pastiera napoletana</i>	<i>pag. 50</i>
<i>Pavlova</i>	<i>pag. 50</i>
<i>Pesche ripiene con crema gialla e nera</i>	<i>pag. 51</i>
<i>Rose del deserto</i>	<i>pag. 51</i>
<i>Salame del papa</i>	<i>pag. 51</i>
<i>Salame di cioccolato-1</i>	<i>pag. 52</i>
<i>Salame di cioccolato-2</i>	<i>pag. 52</i>
<i>Shantatlie (Albania)</i>	<i>pag. 52</i>
<i>Spiedini di bignè</i>	<i>pag. 53</i>
<i>Tiramisù</i>	<i>pag. 53</i>
<i>Topolini di cioccolato</i>	<i>pag. 53</i>
<i>Torta all'ananas</i>	<i>pag. 54</i>
<i>Torte alle fragole</i>	<i>pag. 56</i>
<i>Torta alla robiola</i>	<i>pag. 56</i>
<i>Torta al cioccolato-1</i>	<i>pag. 54</i>
<i>Torta al cioccolato-2</i>	<i>pag. 54</i>
<i>Torta al cioccolato (torta povera)-3</i>	<i>pag. 55</i>
<i>Torta al cocco</i>	<i>pag. 55</i>
<i>Torta alla panna</i>	<i>pag. 55</i>
<i>Torta alle pere e uvetta</i>	<i>pag. 57</i>
<i>Torta di ananas</i>	<i>pag. 57</i>
<i>Torta di carote</i>	<i>pag. 57</i>
<i>Torta di grano saraceno (Albania)</i>	<i>pag. 58</i>
<i>Torta di Hulk</i>	<i>pag. 58</i>

<i>Torta di mele-1</i>	<i>pag. 58</i>
<i>Torta di mele-2</i>	<i>pag. 59</i>
<i>Torta di mele-3</i>	<i>pag. 59</i>
<i>Torta di mele-4</i>	<i>pag. 59</i>
<i>Torta di mele-5</i>	<i>pag. 60</i>
<i>Torta di mele e noci (Albania)</i>	<i>pag. 60</i>
<i>Torta di riso</i>	<i>pag. 60</i>
<i>Torta "rice krispies"</i>	<i>pag. 61</i>

