

ricettario

Classe I A

Anno scolastico 2011-2012

Ode al carciofo

Il carciofo dal tenero cuore si vestì da guerriero,
ispida edificò una piccola cupola,
si mantenne all'asciutto sotto le sue squame,
vicino al lui i vegetali impazziti si arricciarono,
divennero viticci,
infiorescenze commoventi rizomi;
sotterranea dormì la carota dai baffi rossi,
la vigna inaridì i suoi rami dai quali sale il vino,
la verza si mise a provar gonne,
l'origano a profumare il mondo,
e il dolce carciofo lì nell'orto vestito da guerriero,
brunito come bomba a mano,
orgoglioso,
e un bel giorno,
a ranghi serrati,
in grandi canestri di vimini,
marciò verso il mercato a realizzare il suo sogno:
la milizia.

Nei filari mai fu così marziale come al mercato,
gli uomini in mezzo ai legumi coi bianchi spolverini erano i generali dei carciofi,
file compatte,
voci di comando e la detonazione di una cassetta che cade,
ma allora arriva Maria col suo paniere,
sceglie un carciofo,
non lo teme,
lo esamina,
l'osserva contro luce come se fosse un uovo,
lo compra,
lo confonde nella sua borsa con un paio di scarpe,
con un cavolo e una bottiglia di aceto finché,
entrando in cucina,
lo tuffa nella pentola.

Così finisce in pace la carriera del vegetale armato che si chiama carciofo,
poi squama per squama spogliamo la delizia e mangiamo la pacifica pasta
del suo cuore verde.

(P. Neruda)

INDICE

PRIMI PIATTI	p. 3
SECONDI PIATTI	p. 14
DESSERT	p. 20

primi piatti

risotto alla monzese

Ingredienti:

(pax 3)

3 pugni di riso;
2 salsicce;
1 cipolla;
olio q.b. ;
vino bianco q.b. ;
brodo di carne q.b.

Procedimento:

tagliare la cipolla a piccoli pezzi, versare dell'olio in una pentola e far soffriggere la cipolla, aggiungere il riso e versare del vino bianco fino a ricoprire il tutto. Aggiungere il brodo e dell'acqua, mescolare e lasciar cuocere per 15-17 minuti. Nel frattempo mettere in una pentola dell'olio, farlo scaldare e aggiungere la salsiccia tagliata a piccoli pezzi. A cottura finita aggiungere la salsiccia al riso.

Consiglio dello chef:

per insaporire ulteriormente il piatto aggiungere del prezzemolo fresco.



pasta pasticciata

Ingredienti:

(pax 3)

300 g di cannelloni;

100 g di sugo al ragù;

100 g di besciamella/70 g di parmigiano;

50 dl di latte;

40 g di burro;

30 g di farina;

noce moscata q.b. ;

sale fino q.b. ;

Procedimento:

sciogliere 40 g di burro con la farina per un minuto, far bollire il latte e versarlo sopra mescolando. Fare bollire aggiungere sale e noce moscata. Cuocere la pasta nell'acqua salata, quando è pronta scolatela e versatela in una padella aggiungendo il ragù, la besciamella e lasciare amalgamare. Mettere la pasta in una teglia, cospargere con parmigiano e infornare per 15 minuti.

Consiglio dello chef: nella pasta, oltre al parmigiano, si possono aggiungere cubetti di formaggio o mozzarella.



risotto alla parmigiana

Ingredienti:

(pax 3)

1 l di brodo di carne;

300 g di riso;

100 g di parmigiano grattugiato;

60 g di burro;

2 cucchiaini di olio d'oliva;

½ cipolla;

½ bicchiere di vino bianco;

sale q.b. ;

Procedimento:

grattugiare la cipolla nel recipiente e aggiungere 2 cucchiaini di olio d'oliva. Rosolare bene la cipolla, aggiungere il riso, farlo rosolare e sfumare con il vino bianco. Aggiungere lentamente il brodo e portare a cottura. Spegnerne il fuoco e mantecare con il parmigiano grattugiato e il burro. Aggiungere a piacere curry.

Consiglio dello chef: se lo si desidera, aggiungere il parmigiano una volta impiattato il risotto.



Pizzoccheri

Ingredienti:

500 g di pizzoccheri;
400/500 g di verze tagliate;
3 patate;
200 g di burro;
400 g di casera;
4 spicchi d'aglio;
100 g di parmigiano grattugiato;
salvia fresca q.b. ;
sale q.b. ;

Procedimento:

in una pentola con acqua che bolle fate cuocere per circa 5 minuti le patate pelate e tagliate e le verze, quindi salare e aggiungere i pizzoccheri. Far cuocere per altri 10 minuti circa e scolare. Sistemare il tutto in una zuppiera calda, alternando strati di pizzoccheri a strati di formaggio tagliato a dadi, spolverando con il parmigiano. Aggiungere il soffritto di burro, aglio e salvia preparato in precedenza.

Consiglio dello chef: servire molto caldi, accompagnati da un buon vino valtellinese.



gnocchi di patate

Ingredienti:

(pax 4)

1 kg di patate;

300 g di farina;

sale q.b. ;

Procedimento:

pelate le patate e fatele bollire in abbondante acqua salata fino a quando non saranno cotte. Scolatele e lasciatele raffreddare, in seguito schiacciatele con lo schiacciapatate e in fine aggiungete poco alla volta la farina. Quando l'impasto sarà pronto, tagliatelo a fette e lavorate ogni fetta con le mani fino ad ottenere un rotolo lungo e abbastanza fine. Tagliate ogni rotolo a pezzi. Mettete sul fuoco una pentola d'acqua salata e quando bolle buttateci dentro gli gnocchi. Quando verranno a galla saranno pronti.

Consiglio dello chef:

si possono condire a piacere o con burro fuso salvia e grana oppure con salsa di pomodoro.



pasta al pomodoro

Ingredienti:

(pax 4)

300 g di pelati;

280 g di pasta;

½ cipolla tritata;

2 cucchiaini d'olio;

basilico q.b. ;

sale e pepe q.b. ;

Procedimento:

fare soffriggere la cipolla tritata nell'olio, quando è dorata unire i pelati e fare cuocere per circa 20 minuti. Quando è quasi cotto aggiungere il basilico e aggiustare di sapore con sale e pepe. Fare cuocere la pasta scolarla e aggiungere il sugo in base alle proprie esigenze.

Consiglio dello chef: alla salsa di pomodoro si possono aggiungere delle erbe aromatiche e si può dare una spolverata di grana.



gnocchi alla romana

Ingredienti:

(pax 4)

1 l di latte;

225 g di semolino;

100 g di burro;

100 g di parmigiano grattugiato;

3 tuorli d'uovo;

olio d'oliva q.b. ;

noce moscata q.b. ;

sale e pepe q.b. ;

Procedimento:

Scaldare il latte in un recipiente con l'aggiunta del burro, iniziata l'ebollizione aggiungere a pioggia il semolino mescolando continuamente. Abbassare il fuoco e cuocere il tutto per 15 minuti e aggiungere la noce moscata. Togliere il recipiente dal fuoco, salare e pepare, aggiungendo i tuorli e il parmigiano. Mescolare bene. Versare il composto sul piano di lavoro, stenderlo all'altezza di 1 cm e lasciare raffreddare. Ritagliare dei dischi col coppapasta. Disporre i dischetti ottenuti in una pirofila imbrattata cospargerli di parmigiano. Infornare a 200° per 20 minuti facendoli gratinare.

Consiglio dello chef: per renderli più saporiti aggiungetevi sopra la salsa di pomodoro.



pizza

Ingredienti:

(due teglie)

570 g di farina bianca;

330 g di acqua tiepida;

75 g di olio extra vergine d'oliva;

30 g di lievito di birra;

4 scatole di pomodoro;

15 g di sale

Procedimento:

mettere in un contenitore la farina, il sale, l'olio, l'acqua e mescolare tutto fino a quando si ottiene un impasto elastico. Poi aggiungere il lievito a pezzi o sciolto in acqua. Coprire la pasta con una pellicola in modo che non si formi la crosta e lasciar lievitare in un luogo caldo per un ora e mezza. Nel frattempo preparare la salsa di pomodoro. Versare, in un tegame caldo due cucchiai di olio, una cipolla tagliata a cubetti, il pomodoro, un pizzico di zucchero e alcune foglie di basilico. Quando l'impasto è lievitato, ungere la teglia con dell'olio e stendeteci sopra l'impasto. Ricoprire l'impasto steso con la salsa di pomodoro. Se lo si desidera si possono aggiungere altri ingredienti (prosciutto, verdure, origano ecc.)Cuocere in forno a 180° per 20 minuti. A metà cottura aggiungere la mozzarella.

Consiglio dello chef: per una buona pizza saporita utilizzare pomodoro "Pachino" e mozzarella di bufala.



sciattt

Ingredienti:

400 g di farina di grano saraceno;

200 g di farina bianca;

33 cl di birra;

1/3 di litro di acqua frizzante;

1 cucchiaino di sale;

½ cucchiaino di bicarbonato;

½ cucchiaino di grappa;

olio cuore q.b. ;

formaggio semigrasso q.b.

Procedimento:

amalgamare in un contenitore le farine, il sale e aggiungere la birra, l'acqua frizzante e mescolare sciogliendo tutti i grumi. Coprire l'impasto con la grappa per evitare che si formi la crosta e aggiungere il bicarbonato. Stendere sul contenitore una pellicola di carta trasparente e mettere in frigorifero per un ora. Versare dell'olio in una friggitrice o in una pentola antiaderente, e farlo riscaldare. Tagliare il formaggio a cubetti e aggiungerlo pian piano all'impasto. Con un cucchiaino raccogliere i pezzi di formaggio ricoperti di pasta e metterli nell'olio bollente. Quando gli sciatt sono dorati toglierli dalla pentola e servirli sopra un letto di insalata.

Consiglio dello chef: utilizzare un formaggio casera saporito e giovane.



secondi piatti

secondi piatti

bistecca impanata

Ingredienti:

400 g di fettine di vitello;

150 g di pane grattugiato;

3 uova;

2 cucchiaini di erbe aromatiche;

succo di limone q.b. ;

sale q.b. ;

olio di semi di mais q.b.

Procedimento:

Rompere le uova in una fondina, aggiungere un pizzico di sale per ogni tuorlo e aggiungere un goccio di succo di limone, quindi mescolare. In un piatto versare il pan grattato e mescolare con le erbe aromatiche. Mettere a scaldare l'olio, nel frattempo passate le fettine di carne prima nell'uovo e poi nel pan grattato. Quando l'olio avrà raggiunto quasi i 180° friggerci dentro la carne per un paio di minuti fin quando non avrà raggiunto un colore dorato. Togliere dalla pentola e metterle sopra alcuni fogli di carta assorbente per levare l'olio in eccesso.

Consiglio dello chef: per insaporire la bistecca spremeteci sopra uno spicchio di limone.



scaloppine al limone

Ingredienti:

(pax 5)

5 scaloppine (noce di vitello);

100 g di farina 00;

50 g di burro;

1 ½ dl di fondo bianco;

½ dl di olio d'oliva;

1 limone spremuto;

prezzemolo q.b. ;

sale e pepe q.b. ;

Procedimento:

Battere le scaloppine col pestacarne e passarle nella farina, rosolare velocemente in una padella con un po' d'olio, salare, pepare e girarle per completare la cottura. Togliere la padella dal fuoco e mettere da parte la carne, rimettere sul fuoco la padella e aggiungere il fondo bianco di carne, il burro e il succo di limone. Fare ridurre un po' e aggiustare con sale e pepe. Passare la salsa con un colino cinese e versare sopra le scaloppine ancora calde.

Consiglio dello chef: la carne non va cotta troppo altrimenti si indurisce, non bisogna esagerare con la farina o otterrete una salsa collosa e la carne viscida.



roast beef

Ingredienti:

carne per roast beef;
olio d'oliva qb;
vino bianco qb;
erbe aromatiche qb;

Procedimento:

Rosolare la carne con un po' d'olio, erbe aromatiche e far cuocere a fuoco lento.
Passare in forno per 20 minuti, bagnare con vino bianco o brodo di carne. Taglarlo a fettine sottilissime.

Consiglio dello chef: Servirlo freddo accompagnato da un sughetto alle erbe oppure del fresco limone.



pesce al cartoccio

Ingredienti:

pesce (qualsiasi);
1 patata;
olive nere qb ;
spicchi d'aglio;
pomodoro a tocchetti;
sale a piacimento.

Procedimento:

Prendere il pesce e appoggiarlo su un pezzo di carta d'alluminio bagnato con un po' di olio.
Aggiungere l'aglio, le olive nere, le patate e il pomodoro tagliato a spicchi.
Cuocere in forno.



tagliata di vitello

Ingredienti:

carne di vitello
insalata gentile
maionese tartara

Procedimento:

Tagliare delle fette grosse; 1 cm circa, far cuocere alla griglia o in padella senza olio né burro. Quando la carne è cotta tagliarla a strisce e deporla sopra l'insalata. Servire con maionese tartara alle erbe.

Consiglio dello chef: Servile ben calde.



dessert

torta di mele

Ingredienti:

200 g di zucchero;

100 g di farina 00;

2 uova;

2 mele;

20 g di fecola;

succo di ½ limone;

1 bustina di lievito;

1 bustina di vanillina;

Procedimento:

sbattere le uova con lo zucchero, la farina e la fecola, aggiungere il succo di limone, la vanillina e il lievito, mescolare e lasciare riposare per 5 minuti. Con la carta da forno coprire la tortiera e versare l'impasto. Tagliare le mele a fette e disporle sulla torta, mettere in forno preriscaldato per 45 minuti circa a 200°.

Consiglio dello chef: durante la cottura non aprire il forno.



torta di noci

Ingredienti:

150 g di burro;
250 g di farina bianca;
250 g di zucchero;
250 g di gherigli di noce;
150 g di burro;
150 g di burro;
150 g di burro;
5 uova;
di limone q.b. ;
sale q.b. ;
zucchero velato q.b. ;

Procedimento:

Lavorare bene lo zucchero con il burro tenero. Unire i tuorli, la farina e le noci tritate finemente (conservare alcuni gherigli di noce per la decorazione finale del dolce). Aggiungere la scorza di limone e un pizzico di sale. Montare a neve gli albumi e incorporarli al composto. Versare il composto in una tortiera. Mettere in forno e cuocere per 30 minuti a 180°. Aggiungere i gherigli sopra la torta e cospargerla con lo zucchero a velo.

Consiglio dello chef: per ottenere un impasto omogeneo tritare finemente le noci.



frittelle di mele

Ingredienti:

2 mele renette;

60 g di farina;

2 uova;

1 bustina di vanillina;

50 g di zucchero;

Procedimento:

Sbucciare e togliere il torsolo alle mele, tagliarle a fette non molto grosse. Intanto in una ciotola mettere la farina, uova vanillina e zucchero, la crema deve essere non troppo densa ne troppo liquida. Quando è pronta immergere alcune fette di mela. In una pentola versate dell'olio di semi, fatelo bollire a questo punto immergete le fette di mele ricoperte dalla crema e lasciatele dorare. Toglietele dalla pentola e disponetele sopra un foglio di carta assorbente. Lasciatele raffreddare e servitele.

Consiglio dello chef: per renderle più appetitose spolveratele con lo zucchero a velo.



crème caramel

Ingredienti:

½ l di latte;

150 g di zucchero;

4 uova intere;

vanillina q.b. ;

zucchero q.b. ;

scorza di limone q.b.

Procedimento:

Versare in una pentola il latte, la vanillina e la scorza di limone e portare a ebollizione. Sbattere le uova con lo zucchero, filtrare il latte e aggiungerlo al composto mescolando bene. Preparare il caramello facendo fondere lo zucchero e versarlo negli stampini. Aggiungere il composto negli stampini e cuocere in forno o a bagnomaria a circa 150° per 40 minuti. Mettere sotto gli stampini carta paglia o di giornale.

Consiglio dello chef: il crème caramel può essere servito con diversi aromi (scorza d'arancia, cannella, chicchi di caffè ecc.). quando viene servito decorate il dolce con panna montata e frutta fresca o sciroppata.



pavesini al cocco

Ingredienti:

Pavesini,

4 tazzine da caffè ,

polvere di cocco qb

Procedimento : preparate il caffè , in due ciotole differenti mettete il caffè e il cocco, immergete i pavesini nel caffè e successivamente nel cocco.

Consiglio dello chef : Non immergete i Pavesini per troppo tempo nel caffè altrimenti diventeranno troppo molli.



panna cotta

Ingredienti:

500 ml di panna fresca;

8 g di colla di pesce;

1 stecca di vaniglia;

Procedimento:

versare la panna fresca in una pentola. Unire la stecca e lo zucchero e mescolare, in seguito mettere la colla di pesce nell'acqua fredda, una volta che è morbida strizzarla. Quando la panna inizia a bollire aggiungere la colla di pesce e mescolare fin quando non si sarà sciolta. Mettere la panna negli stampini e fare raffreddare.

Consiglio dello chef: impiattare con vaniglia, crema ai frutti di bosco o cioccolato o con frutta a piacimento.



crostata

Ingredienti:

300 g di farina ,
1 tuorlo d'uovo ,
100 g di burro ,
1 bustina di vanillina ,
2 cucchiaini di lievito ,
scorza di arancia e un pizzico di sale .

Procedimento: Mettere in una bacinella 300g di farina , un tuorlo d' uovo , burro, 1 bustina di vanillina , 2 cucchiaini di lievito e infine un pizzico di sale. Impastare con un mattarello , spianarla e poi porla in una tortiera , metter in forno a 180 ° per 20 minuti.

Consiglio dello chef : durante l' impasto avere le mani leggermente bagnate .



tortino viennese

Ingredienti:

150 g di burro;

150 g di zucchero;

150 g di farina;

$\frac{3}{4}$ di una bustina di lievito;

2 uova;

1 + $\frac{1}{2}$ mela;

$\frac{1}{2}$ bustina di vanillina;

1 g di sale;

Procedimento:

Pelare e tagliare a dadini le mele, e spruzzarle con del succo di limone. Montare il burro con lo zucchero e aggiungere altro zucchero fino ad ottenere un composto spumoso e bianco. Aggiungere alternando le uova e la farina sempre mescolando, infine aggiungere la vanillina e il lievito. Aggiungere un pizzico di sale, unire le mele al composto. Imburrare una tortiera, aggiungere il composto e infornare a 180° per 40 minuti. Partire con il forno già riscaldato.

Consiglio dello chef: servire con panna montata e zucchero a velo a piacere.



gelato pescamelba

Ingredienti:

8 dl di latte;

2 dl di panna;

300 g di zucchero;

8 tuorli d'uovo;

1 bustina di vanillina/1 stecca di vaniglia;

mandorle tostate;

salsa di frutti di bosco;

pesche sciroppate

Procedimento:

Portare in ebollizione il latte con l'aggiunta di vaniglia e scorza di limone. Montare i tuorli d'uovo con lo zucchero in una bacinella sferica. Raggiunta l'ebollizione unire i due composti mescolare e lasciar raffreddare in una gelatiera. Servire 2 palline di gelato, mezza pesca sciroppata spuntoni di panna montata, il tutto ricoperto dalla salsa di frutti di bosco e dalle mandorle tostate.

Consiglio dello chef: in base ai propri gusti si può evitare l'aggiunta della salsa e delle mandorle tostate.

