

PIATTI SEMPLICI E VELOCI

16 e 23 maggio 2012

Cuoco Docente
Pietro Palazzo

Sommario

Cannelloni di formaggi freschi con verdure stufate al tartufo.....	2
Crocante di salame al formaggio e olive.....	3
Gamberoni al vapore con verdure all'agrodolce	4
Insalata di finocchi, arance e capperi nani	5
Insalata di gamberetti al profumo di curry	6
Insalata di gamberetti e cannellini	7
Insalata di zucchine e champignons.....	8
Lombata di capriolo al rosmarino e senape	9
Tagliata di pesce spada al pepe rosa e trevisana	10
Maccheroncini alla buongustaia	11
Pennette con salsiccia e radicchio trevisano	12
Riso pilaw.....	13
Sformato di carciofi di riviera	14
Sformato di finferli all'erba cipollina	15
Rollatina di manzo con ricotta e rucola	16

CANNELLONI DI FORMAGGI FRESCHI CON VERDURE STUFATE AL TARTUFO

Ingredienti per 8 porzioni

640	g	Pasta all'uovo classica
300	g	Ricotta di vacca
300	g	Caprino
200	g	Crescenza
100	g	Gorgonzola
8	cl	Olio di oliva
50	g	Tartufo nero
150	g	Carote
200	g	Zucchine
100	g	Rucola
100	g	Porri
4	cl	Olio di oliva extravergine
80	g	Parmigiano
20	g	Tuorlo d'uovo

Preparazione

- Cuocere in abbondante acqua salata le sfoglie di pasta, ricavando 16 rettangoli di cm 8x12 circa.
- Amalgamare i formaggi con il tuorlo e poco formaggio grana, ottenendo un composto omogeneo.
- Quindi farcire le sfoglie confezionando i classici cannelloni.
- Tagliare a julienne le verdure e stufare con poco olio e brodo vegetale.
- Unire alle verdure la julienne di tartufo e il succo.
- Scaldare i cannelloni in forno dolce, oppure al microonde.
- Mettere nel piatto fondo le verdure emulsionate con dell'olio extravergine e adagiarvi sopra i cannelloni ben caldi.
- Servire subito.

CROCCANTE DI SALAME AL FORMAGGIO E OLIVE

Ingredienti per 10 persone

120	g	Salame Milano 20 fette sottili
150	g	Formaggio Tipo robiola
50	g	Olive nere Snocciate
2	g	Prezzemolo in foglie

Preparazione

- Porre le fettine di salame su delle forme di flexipan e passarle al microonde in modo da seccarle.
- Farcirle con il formaggio e l'oliva.
- Decorare con il prezzemolo e servire.

GAMBERONI AL VAPORE CON VERDURE ALL'AGRODOLCE

Gamberoni (secondo misura)	n° 16/20
zucchine	gr. 100
melanzane	gr. 100
peperoni gialli e rossi	gr. 100
olive verdi denocciolate	gr. 50
capperi	gr. 10
sedano	gr. 100
sale, zucchero	q.b.
aceto di vino bianco	cl. 5
basilico fresco	q.b.
olio di oliva	dl. 1
aceto bianco per vapore	l. 1

Preparazione

- Tagliare tutte le verdure a fiammifero e scottarle velocemente in un sauté con l'olio di oliva, bagnare poi con l'aceto salare e zuccherare leggermente, ed infine aggiungere il basilico fresco sfogliato.
- A parte pulire i gamberoni e cuocerli al vapore d'aceto. Disporre la capponata sul piatto, e sopra i gamberoni.

INSALATA DI FINOCCHI, ARANCE E CAPPERI NANI

Ingredienti per 10 porzioni

2	kg	Arance
400	g	Finocchi
5	cl	Olio di oliva
50	g	Capperi nani
6	g	Sale fino
2	g	Pepe bianco

Preparazione

- Pulire bene i finocchi eliminando le parti più dure.
- Tagliarli nel senso della lunghezza e affettarli finemente.
- In una bacinella fare marinare i finocchi con sale, pepe e olio.
- Pelare a vivo le arance e conservare il succo.
- Disporre a raggiera nei piatti, gli spicchi di arancia, mettere la centro il finocchio marinato , condito con i capperi nani e il succo di arance conservato precedentemente.

INSALATA DI GAMBERETTI AL PROFUMO DI CURRY

100	gr	Gamberetti puliti
50	gr	noci sgusciate
50	gr	sedano bianco
1	n	mela smith
2	dl	panna fresca
10	gr	curry polvere
100	gr	ananas fresco
2	n	Pomodori

Preparazione

- Tagliare le noci grossolanamente, e tagliare a dadolata il sedano, l'ananas e la mela.
- Unire il tutto ai gamberetti, e montare la panna fino a che sia soffice
- Unire il curry, e condire con questa i gamberetti.
- Disporre sui piatti guarnendoli col pomodoro concasèe.

INSALATA DI GAMBERETTI E CANNELLINI

150	gr	gamberetti sgusciati e cotti
150	gr	fagioli cannellini bolliti
50	gr	sedano bianco primavera
30	gr	parmigiano a scaglie
20	gr	gherigli di noci
20	gr	lattuga fresca
1	n	spicchio d'aglio
1	n	succo di limone
1	n	scalogno
1	cl	brodo vegetale
Q. b. sale, pepe bianco, olio ext. Verg. e aceto balsamico		

Preparazione

- Emulsionare la lattuga, l'aglio, lo scalogno, il brodo, l'olio, il succo di limone, sale, pepe e l'aceto balsamico.
- A parte riunire tutti gli altri ingredienti disporli su piatti singoli e condire con l'emulsione preparata in precedenza.

INSALATA DI ZUCCHINE E CHAMPIGNONS

400	gr	zucchine
200	gr	champignons bianchi
20	gr	pinoli
50	gr	olio di oliva ext. verg.
50	50	concassè di pomodoro
1	n	succo di limone
	q.b.	sale, pepe bianco aglio tritato

Preparazione

- Lavare bene le zucchine ed i funghi.
- Preparare il condimento miscelando il sale, il pepe, il succo di limone, unire poi l'aglio e l'olio di oliva.
- Tagliare a julienne le zucchine e affettare sottilmente i funghi, riunire il tutto in una terrina, aggiungere i pinoli, e condire con il condimento preparato precedentemente.
- Disporre su dei piatti singoli e decorare col pomodoro.

LOMBATA DI CAPRIOLO AL ROSMARINO E SENAPE

300	gr	lombata di capriolo
10	gr	rosmarino
2	cucc	senape
	Q.b	olio
	Q.b	sale
400	gr	polenta fredda a fette spesse 1cm
	Q.b	parmigiano gratt.
	Q.b	burro fuso

Preparazione

- Tagliare la polenta a rombi, sei pezzi per porzione, spolverare con parmigiano e burro a pioggia, tenerli in caldo, far rosolare la lombata salata e pepata per qualche minuto, scalopparla.
- Sul piatto singolo disporla su metà del piatto stesso la polenta, e sull'altra metà la lombata scaloppata, e nappare con condimento composto da rosmarino tritato finemente, senape e tutto bagnato con olio d'oliva extra vergine.
- Gratinare in salamandra molto forte per pochi istanti (facoltativo).

TAGLIATA DI PESCE SPADA AL PEPE ROSA E TREVISANA

Ingredienti per 4 persone

400	g	Pesce spada, trancio
120	g	Radicchio rosso
4	cl	Olio di oliva extravergine
2	g	Sale fino

Preparazione

- Disporre le fettine di pesce spada su un piatto senza sovrapporle.
- Ungere leggermente, poi spolverizzare di pepe rosa.
- Mettere in forno a microonde alla massima intensità per 1 minuto, poi lasciar riposare per un minuto, quindi salare e pepare.
- Coprire la tagliata di pesce spada con il radicchio lavato a julienne.

MACCHERONCINI ALLA BUONGUSTAIA

350	gr	maccheroncini
100	gr	prosciutto cotto
100	gr	champignons freschi
50	gr	piselli
50	gr	burro
2	dl	salsa pomodoro
2	dl	panna fresca
50	gr	parmigiano grattugiato
	qb	prezzemolo

Preparazione

- Preparare la salsa facendo rosolare il prosciutto cotto tagliato a julienne, i funghi a fettine sottili, ed i piselli già bolliti.
- Salare e pepare leggermente, ed unire la salsa pomodoro, lasciare cuocere qualche istante, ed aggiungere infine la panna.
- A parte fare cuocere la pasta, scolarla al dente, ed unirla alla salsa, amalgamare col parmigiano e spruzzare con prezzemolo tritato.

PENNETTE CON SALSICCIA E RADICCHIO TREVISANO

300	gr.	pasta
200	gr.	salsiccia fresca
150	gr.	radicchio trevisano
1	n°	piccola cipolla
2	n°	pomodori maturi
1	dl	vino bianco secco
80	gr	burro
	Qb	sale, pepe e salvia

Preparazione

- Cuocere la pasta in abbondante acqua salata.
- A parte rosolare la cipolla tritata finemente con un po' di burro, aggiungere poi la salsiccia tagliata a quadrettini e farla rosolare con la salvia.
- Sgrassare e deglassare col vino, unire poi il trevisano tagliato a julienne, ed i pomodori privati dei semi ed anch'essi a julienne.
- Fare cuocere per 5 min., unire poi le tagliatelle cotte al dente ed amalgamare bene. Se si desidera si possono condire con un po' di parmigiano.

RISO PILAW

Ingredienti per 10 porzioni

300	g.	Riso arborio fino
3	dl	Fondo bianco di vitello
2,5	cl.	Olio di oliva
40	g.	Cipolle
1	g.	Chiodi di garofano
5	cl.	Vino bianco

Preparazione

- In un tegame fate scaldare l'olio, aggiungete il riso e fate tostare.
- Bagnare con vino bianco e fate evaporare.
- Aggiungere il brodo bollente, la cipolla picchettata con il chiodi di garofano e incoperchiate.
- Mettete in forno a 180° C per circa 20 minuti.
- Terminata la cottura, (senza togliere il coperchio e senza mescolare), versare il riso in una placca a far raffreddare.
- Il riso dovrà aver assorbito tutto il brodo ed i chicchi dovranno risultare sgranati.
- Può essere servito freddo in insalate o ben caldo come contorno.

SFORMATO DI CARCIOFI DI RIVIERA

Ingredienti per 4 persone

250	g.	Purea di carciofi
2	l.	Panna fresca
100	g.	Uova
60	g.	Tuorli
50	g.	Parmigiano grattugiato
100	g.	Salsa pomodoro fresco
		Sale e pepe

Preparazione

- Passate al cutter i carciofi, amalgamateli al resto degli ingredienti, tranne il pomodoro.
- Imburrate 12 cocottine, riempite fino a 4/5 e cuocete a bagnomaria per 40 minuti in forno a 160 c.
- Servite con una salsa pomodoro.

SFORMATO DI FINFERLI ALL'ERBA CIPOLLINA

Ingredienti per 12 persone

800	g.	Finferli (trifolati con poco aglio e cipolla)
150	g.	Mascarpone
100	g.	Uova
2	dl.	Brodo comune o semplice
2	dl.	Panna fresca
2	g.	Erba cipollina

Preparazione

- Passate al cutter i finferli, amalgamateli al resto degli ingredienti.
- Imburrate 12 cocottine, riempite fino a 4/5 e cuocete a bagnomaria per 40 minuti in forno a 160 c.
- Servite con una salsa pomodoro.

ROLLATINA DI MANZO CON RICOTTA E RUCOLA

Ingredienti per 10 porzioni

500	g	Magatello di manzo	Tagliato a fette molto sottili
5	cl	Olio di oliva	
400	g	Ricotta di vacca	
50	g	Parmigiano	Tagliato a scaglie.
200	g	Misticanza	
50	g	Rughetta o rucola	
5	g	Sale fino	
1	g	Pepe bianco	

Salsa

1,5	dl	Olio aromatizzato all'aglio
20	g	Basilico
2	g	Sale fino
1	g	Pepe bianco

Procedimento

- Amalgamare la ricotta con la rucola ed il parmigiano.
- Salare e pepare.
- Condire con poco olio di oliva.
- Stendere le fettine di magatello sulla carta pellicola.
- Spalmare la ricotta ed avvolgere a cannellone di 4 cm.
- Porre in frigorifero per due ore.
- Mettere nel frullatore gli ingredienti della salsa, tranne l'olio che verseremo successivamente a filo.

Presentazione

Tagliare fette di un cm, intercalarle attorno alla misticanza e condire con la salsa, si possono abbinare dei crostini di pane tostato.