

Fettuccine alla chitarra con sugo d'anatra.

Domenica la voglia di perdermi tra i fornelli e sporcarmi le mani di farina era davvero irresistibile. Giusto il tempo di fare colazione e cambiarmi poi via tra fuochi, pentole, coltelli e spezie per preparare uno di quei piatti della domenica che richiedono tempo e dedizione. Guardare estasiati la ricetta che a poco a poco prende forma mentre si fa strada l'idea che l'impegno sarà ripagato, perché la cucina è un luogo sacro dove la meritocrazia può ancora esistere. Mancano solo loro i profumi che non tardano ad arrivare. La preparazione di un buon ragù d'anatra volge al termine, mentre la sfoglia che ha riposato e' ansiosa di tendersi e "suonare" le sue soavi note sulla chitarra. Ruvida al punto giusto grazie alla lavorazione con semola rimacinata, cuoce rapidamente, per poi amalgamarsi al gustoso ragù. Il risultato soddisfa il palato e ripaga la mattinata trascorsa a cucinare allegramente in cucina con mio marito, nonché il mio sfoglino di fiducia. Sono ricordi indelebili.

INGREDIENTI per il RAGÙ di ANATRA:

- 1/2 anatra
- 2 scalogni (di cui 1 per il brodo)
- 2 gambe di sedano (di cui 1 per il brodo)
- 2 carote (di cui 1 per il brodo)
- sale
- pepe
- 3 foglie di alloro
- 5-6 grani di pepe rosa
- 5 bacche di ginepro
- 1/2 bicchierino di cognac
- 300 ml di passata di pomodoro
- olio extravergine di oliva di buona qualità
- pepe macinato fresco

- 1 spicchio di aglio



INGREDIENTI PER LA PASTA FRESCA:

- 4 uova intere
- 300 g di farina di grano duro
- 100 g di semola rimacinata per l'impasto + 50 g circa per la lavorazione
- 1 pizzico di sale fino
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva

PROCEDIMENTO:

Iniziamo con la preparazione della carne. Lavare la nostra porzione di anatra sotto l'acqua corrente, tamponare con scottex da cucina e trasferirla sul tagliere. Con un coltello ben affilato, eliminare la pelle.



Separare la carne dallo scheletro. Mettere da parte la polpa

ottenuta che ci servirà per il ragù. Mentre la carcassa e il collo li utilizzeremo per fare un brodo leggero di anatra.



Per la preparazione del brodo mettere in una pentola dalle pareti alte la carcassa, uno scalogno, una carota e il gambo di sedano lavati e tagliati a pezzettoni. Aggiungere 1 foglia di alloro, qualche granello di pepe rosa, una presa di sale e coprire il tutto con acqua fredda. Portare a bollore e proseguire la cottura fino a quando la quota liquida si sarà ridotta di almeno 1/3.



Intanto tagliare a coltello, la polpa d'anatra messa da parte, fino ad ottenere un trito abbastanza grossolano.



In un'altra pentola scaldare un filo di olio extravergine di oliva con uno spicchio di aglio. Aggiungere la carota, il gambo di sedano e lo scalogno tritati e far soffriggere brevemente.



Unire il trito di carne ottenuto, una presa di sale, 2 foglie di alloro, qualche bacca di ginepro e una macinata di pepe fresco. Far cuocere circa 3 minuti a fiamma viva, mescolando spesso, sfumare con il 1/2 bicchierino di cognac, poi spegnere la fiamma e lasciar riposare con il coperchio.



Quando il brodo e' pronto, rimettere sul fuoco la pentola con il trito di verdure e polpa. Portare a bollire e irrorare con 6-7 mestoli di brodo caldo. Proseguire la cottura a fiamma dolce. Il ragù deve appena sobbollire.



Quando il brodo sarà evaporato di circa la metà, aggiungere 300 ml di passata di pomodoro e proseguire la cottura, sempre a fiamma dolce, mescolando di tanto in tanto.



Mentre il ragù prosegue la sua cottura lenta, possiamo dedicarci alla pasta fresca. In una ciotola impastare 4 uova intere con 1 pizzico di sale, 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva, la farina di grano duro e la semola rimacinata. Se necessario aggiungere un po' di farina di grano duro. Coprire l'impasto ottenuto con pellicola per alimenti e lasciare riposare circa 30 minuti, per raggiungere il giusto grado di umidità. Trascorso questo tempo iniziare a tirare la sfoglia, massaggiandola tra un passaggio e l'altro con la semola rimacinata per dare maggiore ruvidità alla pasta. Preparare dei fogli di pasta e stenderli sulla spianatoia per lasciarli asciugare un po'. Quando la cottura del sugo volge al termine, poiché il brodo ed il pomodoro si sono ristretti lasciando spazio alla giusta cremosità del sugo, mettere a bollire l'acqua per la pasta e passare la sfoglia sulla chitarra con il matterello per creare le fettuccine.





Quando l'acqua bolle, salare, aggiungere un cucchiaino di olio extravergine di oliva, per evitare che la pasta si appiccichi e cuocere le fettuccine fresche. Lasciar bollire circa 2 minuti, poi scolare leggermente al dente. Condire con il ragù d'anatra e servire, a piacere con parmigiano grattugiato.

CONSIGLIO: se non disponete della chitarra per creare le fettuccine, basterà tirare la sfoglia nell'apposito inserto da lasagne della macchina da pasta o semplicemente tagliarle manualmente con la rotella. Il risultato sarà lo stesso e l'impasto manterrà comunque la sua ruvidezza grazie alla lavorazione con semola rimacinata.

Insalata in rosa

Questi giorni di sole, portano con se il profumo della primavera alle porte. L'aria frizzantina ed il suo vento soffiano allegri sulle terre dormiglione, che si accingono ad uscire dal letargo. Verdi prati e piccoli boccioli sono ansiosi di crescere e manifestarsi in tutto il loro splendore. Anche la voglia di trascorrere un po' di tempo all'aria aperta aumenta, così girovagando per il giardino, rilassati ed appagati, capita di imbattersi nelle prime viole, che ormai

sembrano essere una rarità o nei primi crochi che tingono l'aiuola come pennellate d'oro dipinte da un pittore distratto. Anche a tavola l'appetito cambia. Le mie papille gustative sognano un piatto fresco, che sveli il segreto dell'imminente primavera. Così la mia Insalatina in rosa, caratterizzata da note dolci si compone e sazia senza appesantire.

INGREDIENTI per 4 PERSONE

- 2 caspi di radicchio rosa
- 1 vaschetta di mirtilli
- 100 g di tonno sott'olio (già sgocciolato)
- 150 g di mais al naturale
- Olio extravergine di oliva
- sale fino
- il succo di 1/4 di limone

PROCEDIMENTO:

Pulire il radicchio, eliminando le foglie esterne, se danneggiate e tagliarlo a striscioline o pezzettoni, secondo il gusto personale. Mettere a bagno in acqua fredda. A parte sgocciolare bene il mais dolce e il tonno dai propri liquidi di conservazione.

lavare anche i mirtilli delicatamente in acqua fredda.

A questo punto possiamo assemblare la nostra insalata. Scolare bene il radicchio, unire il tonno, cercando di non sciogliere troppo i filetti di polpa, i mirtilli e il mais. Condire con un filo di olio extravergine di oliva di buona qualità, un pizzico di sale e il succo del limone filtrato. Amalgamare bene il tutto e servire.

Carbonara di funghi

La ricetta di questa fiaba inizia con il più dolce e classico dei tempi... C'era una volta. Dall'unione della pancetta, delle uova e del formaggio nacque la famosa Band della Carbonara, pronta a girare per lunghe tournée e conquistare milioni di fans. Il loro sodalizio nel tempo si consolidò, tanto da diventare una degna rappresentante della cucina italiana. Eppure come tutti i regni incantati, un giorno conobbe momenti bui. L'avvento della modernità, delle diete, e delle ricerche scientifiche sugli effetti del consumo di carne per l'organismo, porto' la pancetta a scioperare ed abbandonare temporaneamente la sua adorata band della carbonara. Sconsolati il gustoso ovetto ed il profumato formaggio, bussarono alla sua porta per giorni, senza mai ottenere un ripensamento. Ormai sconfitti e incerti sul proprio futuro, tenendosi per mano, iniziarono a vagare per il territorio italiano, senza una meta precisa. La folla non li acclamava più. Improvvisamente furono relegati al ruolo di semplici ingredienti di base e senza una nuova star il loro futuro appariva tutt'altro che roseo. Poi camminando camminando giunsero al limitare del bosco. Ormai non avevano più nulla da perdere e decisero di addentrarsi. Quello scenario così verde, rigoglioso e profumato, a poco a poco iniziò ad infondere loro tanta serenità da fargli scordare l'amarezza provata e restare del tutto estasiati da tanta bellezza. Improvvisamente il loro sguardo si posò su strane "forme", nascoste tra i cespugli o abbarbicate tra gli alberi, suscitarono la loro curiosità. Mentre l'ovetto e il formaggio scrutavano le strane creature, anche queste ultime allo stesso modo iniziarono ad incuriosirsi per i nuovi ospiti che passeggiavano allegramente nel bosco e furono proprio loro a prendere il coraggio a due radici e presentarsi: " buongiorno, noi siamo i funghi del bosco e voi? Non vi abbiamo mai visti da queste parti". Uovo e formaggio sorridendo risposero al gentile quesito e a molti altri. Di là a poco si ritrovarono

tutti attorno ad un caldo falò, ridendo e scherzando, ma soprattutto gettando le basi di un nuovo grande progetto. La carbonara aveva acquisito una nuova star e nuove tourné di successo seguirono. Col tempo anche la pancetta trovò la forza di uscire di casa, ma questa è un'altra delle tante gustose ricette che seguirono.

INGREDIENTI per 4 PERSONE:

- 400 g di pasta del formato che preferite
- 5 uova
- 500 g di funghi misti (pleurotus, champignon, pioppini, ecc)
- 250 g di parmigiano stagionato
- sale
- pepe
- 1 spicchio di aglio
- Olio extravergine di oliva
- prezzemolo fresco

PROCEDIMENTO:

Pulire i funghi, eliminare le radici e tagliarli a pezzetti. In un tegame scaldare un filo di olio con lo spicchio di aglio. Unire i funghi e saltarli a fiamma viva per qualche minuto, aggiungendo una macinata di pepe, un pizzico di sale e prezzemolo fresco tritato.



Terminare la cottura senza asciugare troppo il sughetto creato

dai funghi, per mantenere un condimento finale della pasta, più cremoso.



In una ciotola sbattere le uova intere con il parmigiano grattugiato.



Non resta che cuocere la pasta in acqua salata, rispettando i minuti di cottura del formato scelto. Scolare e versare nuovamente la pasta in pentola. Aggiungere i funghi cotti e la crema di uovo e parmigiano. Amalgamare bene il tutto, se necessario scaldare a fiamma dolce per raggiungere la giusta consistenza dell'uovo. Spegner e servire caldo.

CONSIGLIO: per dare la giusta cremosità' alla carbonara, io rispetto sempre la regola che ha dato Alessandro Borghese, ovvero contare 1 uovo per ogni commensale + 1 per la pentola, poiché molto condimento effettivamente rimane attaccato alle pareti della pentola stessa. Vi assicuro che l'ho sperimentata per 2 o più persone e funziona.

Cuore di cioccolato all'arancia

San Valentino, San Valentino, SAN VALENTINO! Ebbene sì, sono un'inguaribile romantica e accanita sostenitrice della festa di San Valentino. A chi mi ripete che è l'ennesima festa commerciale, rispondo sempre che non c'è nulla di male nel dedicare una giornata speciale al sentimento più bello del mondo. È dolce l'atmosfera di cuori, rosse passioni e fiumi di cioccolato che scorrono, ma per me la celebrazione di questa festa si svolge sempre allo stesso modo. Cenetta romantica, dall'antipasto al dessert, accompagnata da un buon vino,, in piena serenità. Nessun orario da rispettare, nessun pensiero per la guida, solo un modo sano e sicuro di divertirsi. Naturalmente i preparativi iniziano prima, penso al menù per settimane, sempre alla ricerca di piatti sfiziosi ed intriganti da declinare ai nostri gusti personali, poi il giorno della festa. Quasi emozionata, come se fosse la prima volta, mi accingo ai fornelli, mentre il pomeriggio scorre lento. I piatti prendono forma e fantastico su come preparare la tavola ed Impiattare le pietanze. È una cena speciale o è una delle tante? Quel che conta è l'amore e si esprime sotto ogni forma.

Non resta che condividere la ricetta che dedico al primo San Valentino del Pentolino Smaltato e a tutte le persone che hanno tanto amore da dare.

INGREDIENTI per il PAN DI SPAGNA al CACAO:

- 6 uova
- 150 g di zucchero
- 80 g di farina 00

- 50 g di fecola di patate
- 30 g di cacao amaro in polvere

INGREDIENTI per la FARCITURA:

- marmellata di arance, possibilmente con scorzette
- 2-3 cucchiaini di acqua tiepida.

INGREDIENTI per la GLASSA al CIOCCOLATO:

- 250 g di cioccolato fondente
- 150 ml di panna fresca
- 70 g di zucchero

PROCEDIMENTO:

Per prima cosa è necessario preparare il pan di Spagna al cioccolato, per permettergli di raffreddare prima di assemblare il dolce.

Separare gli albumi dai tuorli. Con l'ausilio del frullatore elettrico, In una ciotola, amalgamare i tuorli con lo zucchero a lungo, fino al raggiungimento di una crema omogenea e soffice. Incorporare gradualmente la farina, la fecola e il cacao, dopo averli setacciati. Mescolare bene.



A parte montare a neve ben ferma gli albumi. Unirli al composto mescolando delicatamente dal basso verso l'alto per

mantenere un composto soffice e arioso.



Foderare una teglia larga e bassa con apposita carta forno (meglio inumidirla e strizzarla prima, per farla aderire bene ai bordi). Versarvi l'impasto ottenuto che deve mantenere uno spessore di circa 1 cm e infornare a 170 gradi per circa 15-20 minuti. Verificare la cottura facendo la prova dello stecchino. A cottura ultimata, sfornare e lasciare raffreddare.



Per la farcitura in una ciotola versare 2 cucchiaini di confettura di arance con scorzette e 1 cucchiaino di acqua tiepida. Mescolare, poi verificare che la consistenza della marmellata si sia ammorbidita, lasciando una piccola quota quasi sciropposa. In caso contrario aggiungere un altro cucchiaino di acqua tiepida e mescolare. Lo sciroppo che si forma ci servirà per inumidire il pan di Spagna al cacao, affinché non risulti troppo asciutto all'assaggio.

Preparare la glassa al cioccolato, versando in un pentolino la panna fresca con lo zucchero e portare al limite del bollore, ovvero quando vedremo che la panna e' calda e la sua superficie tende ad incresparsi, e' il momento di spegnere la fiamma e aggiungere il cioccolato fondente ridotto a pezzetti.



Lasciare ammorbidire per 1 minuto, poi mescolare ripetutamente, fino al raggiungimento di una bella glassa di cioccolato, densa e cremosa.



Non resta che assemblare il dolce. Dal pan di Spagna raffreddato, con lo stampino, ricavare 2 cuori delle stesse dimensioni.



Disporre alla base il primo cuore, spalmarvi sopra la marmellata di arance ammorbidita facendo attenzione a non disperdere troppo lo sciroppo creato, affinché venga assorbito dalla base.



Coprire con il secondo cuore di pan di Spagna ricavato, applicando una leggera pressione per compattare il dolce.



Disporre i cuori su una grata e cospargere con la glassa al cioccolato già preparata. Livellare con la spatola il cioccolato in eccesso. Se non disponete della grata, potete munirvi di pazienza e ricoprire lentamente i cuori con la spatola, versando un cucchiaino alla volta di glassa. L'effetto sarà un po' più rustico!



Raccogliere il dolce e disporlo sul piatto di portata. Decorare a piacere. Io ho scelto di decorare il mio cuore con due scorzette della confettura, tenute da parte, tuttavia se lo desiderate potete utilizzare scorzette candite o altro.

CONSIGLIO: per rendere questa ricetta ancora più golosa e darle maggior risalto, potete sostituire i cucchiaini di acqua utilizzati per ammorbidire la confettura, con 2-3 cucchiaini di un liquore a vostra scelta come ad esempio Marsala, Rum o Cognac.

Mazzancolle al Rum

Una ricetta rapida rapida per gustare delle semplici mazzancolle in modo alternativo. Che si tratti di pesce fresco da sgusciare o congelato fresco, già privato del carapace, bastano pochi minuti per saltare in padella le mazzancolle e sfumarle con del buon rum. La dolcezza dei crostacei incontra il sapore aromatico e deciso del liquore. In questo caso per me si tratta del magnifico Legendario, portatomi da una cara collega direttamente da Cuba. Onore a questo dono con una ricetta profumata e gustosa.

INGREDIENTI per 4 PERSONE:

- 1 kg di mazzancolle al netto degli scarti
- 1 bicchierino colmo di buon rum
- olio extra vergine di oliva
- pepe mainato fresco
- 1 spicchio di aglio
- 1 misurino di brodo di pesce (o sale fino se preferite)
- 1 cucchiaino raso di farina 00

PROCEDIMENTO:

Per prima cosa puliamo le mazzancolle, privandole del carapace e soprattutto del filetto nero dopo aver inciso in dorso. Lavare bene con acqua fresca e scolare.

In un tegame antiaderente scaldare un filo di olio extravergine di oliva con lo spicchio di aglio. Prima che inizi a soffriggere, rimuovere l'aglio e versarvi le mazzancolle, aggiungere pepe macinato fresco e il misurino di brodo di pesce o sale fino se preferite.



Cuocere a fiamma viva per 2 minuti circa. Quando le mazzancolle iniziano a tingersi di rosa, sfumare con il bicchierino di rum, fare fiammeggiare per eliminare la quota alcolica e mescolare bene.



Aggiungere il cucchiaino di farina setacciandolo per non formare grumi, mescolare ancora. Dopo pochi secondi il fondo di cottura si sarà ristretto. Spegner e servire caldo.

CONSIGLIO: se preferite potete realizzare questa ricetta sostituendo il Rum con il Cognac o del Marsala. Io ho provato tutte e tre le versioni, seguendo quello che avevo in dispensa e direi che hanno tutte il suo perché! A voi la scelta.

Crostata alla Nutella e comfort food

Una costante della vita, per quanto possa sembrare un ossimoro, e' la sua curva fatta di alti e bassi. Eventi di straordinaria felicità si alternano a momenti tanto tristi da non volerli mai raggiungere. Ciò che ci viene in aiuto e' sempre lui, il tempo che scorre tanto inesorabile, quanto imparziale. All'occorrenza il tempo si trasforma in un buon infermiere che cura e mette un cerotto sul dolore o crea una scia di ricordi indelebili quando espone la freccia per sorpassare le nostre gioie. Siamo quello che siamo, quello che abbiamo scelto di essere, scelta dopo scelta.

Così meditando, ti accorgi che siamo già a febbraio ma sembra ieri che abbiamo festeggiato capodanno, il lavoro ti assorbe, la vita e' frenetica e quando guardi l'agenda alla ricerca di quella giornata libera che desideri per rilassarti un po', ti viene solo voglia di richiuderla perché più che ad un verde prato primaverile assomiglia ad un campo minato!

Eppure tra tutto il bello e il brutto, c'è qualcosa che e' un'altra costante nella mia vita..... La cucina. Con la sua varietà, i colori, i profumi e i tempi, trova sempre il modo di rapirmi, portarmi tra i suoi fuochi e i suoi tegami per farmi rilassare. Il cibo non è non deve essere un rifugio. Per qualcuno è un bisogno da soddisfare senza tante pretese, per altri e' pura passione e tra le tante scuole di pensiero, si accoccola come un gatto assonnato il concetto del "comfort food", ovvero il cibo che fa bene allo spirito, che avvolge come un abbraccio, che ci lega ad un bel ricordo. Così oggi vi presento una ricetta che calza a pennello la definizione. Sua maestà la crostata alla Nutella. Con lei le giornate tristi o malinconiche si addolciscono un po' e talvolta ti ritrovi addirittura con un sorriso, perché anche combattere con la Nutella che invade le papille gustative e si appiccica

al palato e' un problema, solo molto più divertente.

INGREDIENTI:

- 300 g di farina per dolci già miscelata con agente lievitante
- 125 g di zucchero
- 150 g di burro ammorbidito
- 2 uova grandi o 3 piccole
- 1 bicchiere di Nutella

PROCEDIMENTO:

In una ciotola versare la farina lievitante, lo zucchero, le uova intere ed il burro ammorbidito. Amalgamare bene gli ingredienti. Proseguire ad impastare con le mani, fino ad ottenere un composto omogeneo e manipolabile. Se necessario aggiungere un po' di farina poiché non deve appiccicarsi alle mani. Foderare una teglia con carta da forno. Con 2/3 dell'impasto ottenuto, formare la base della crostata fino a formare uno strato omogeneo di circa 1/2 cm che sale leggermente sui bordi, tenendo conto che in cottura lieviterà un po'. Farcire subito con la Nutella. Con il terzo di pasta tenuto da parte, formare le caratteristiche strisce di frolla di guarnizione. Per facilitare questa operazione spolverare di farina un foglio di carta forno, stendervi l'impasto con il matterello, anch'esso leggermente infarinato, per uno spessore di circa 2-3 mm. Ritagliare le strisce e disporre a formare il reticolo. Infornare a 180 gradi in forno preriscaldato per circa 15 minuti. La crostata sarà cotta, quando la frolla inizierà a dorarsi.

CONSIGLIO: un grande pregio di questa ricetta e' dato proprio dalla velocità della preparazione. Pochi semplici ingredienti compongono questa frolla semi-lievitata leggera e gustosa. Inoltre a differenza della frolla originale, l'impasto non richiede nessun tempo di riposo in frigorifero e può essere farcita subito con qualsiasi ingrediente desideriamo. Si

abbina benissimo anche a tutte le marmellate.