

Spiedini di gamberi al sesamo su purea di zucca allo zenzero

Come ogni anno è giunto il periodo delle feste.

Gente in fibrillazione, colori, luci e preparativi, certo sarà pur sempre una festa del consumismo, ma nel vortice folle di questo periodo, c'è anche la voglia di fare qualcosa in più, di stare insieme, di ritrovarsi e alla fine per grandi e piccini spesso qualcosa di magico accade. Con l'augurio che queste feste portino affetto a tutti, apro un ciclo di ricette natalizie, sperando di regalarvi qualche spunto goloso per i vostri festeggiamenti.

Per chi sceglie un menù di pesce e ha voglia di qualcosa di diverso o semplicemente di profumi intensi, ecco i miei spiedini al sesamo su una soffice purea di zucca, dolce e setosa con quel pizzico di piccantezza e l'inconfondibile aroma che contraddistinguono la radice di zenzero.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

- 20 – 24 gamberi freschi
- 1 zucca
- 1 scalogno
- 1/2 litro di brodo vegetale
- radice di zenzero (circa 3 cm)
- 4 cucchiaini di semi di sesamo classici
- 4 cucchiaini di semi di sesamo nero
- olio extravergine di oliva
- sale fino
- pepe macinato fresco
- 1 noce di burro
- spiedini medi per i gamberi (facoltativi)

PROCEDIMENTO:

Pulire la zucca tagliandola a tranci e privandola dei semi interni, cuocere in forno ventilato a 180° per circa un'ora. Lasciare raffreddare.



In una pentola a pareti alte far appassire lo scalogno tagliato fine con la noce di burro. Prima che inizi a colorire, aggiungere la polpa di zucca cotta in forno (circa 1Kg) che a questo punto si separerà facilmente dalla buccia con l'aiuto di un cucchiaio.



Far insaporire un paio di minuti, girando spesso per non farla attaccare, poi aggiungere il brodo vegetale, amalgamare e cuocere ancora circa 10 minuti. Aggiustare di sale se necessario. Unire la radice di zenzero grattugiata fresca e frullare il tutto con il frullatore ad immersione. Otterremo una purea densa e setosa. Tenere in caldo.



Pulire i gamberi, rimuovendo tutto il carapace e il filamento nero sul dorso, tranne la coda. Lavare bene, poi comporre gli spiedini, cercando di mantenere il gambero ben disteso.

Pennellare i gamberi con un filo di olio d'oliva e passarli in una ciotola in cui avremo miscelato i due tipi di sesamo.



Cuocere in padella antiaderente con un filo di olio extravergine di oliva, a fiamma viva per circa 2 minuti. Salare e pepare.



Servire ben caldi con una la crema di zucca e zenzero.

Cuori di salmone al pepe rosa e kumquat

Cuori, cuori e ancora cuori! Il web è invaso da romantiche proposte, dalle più semplici alle più sfarzose, che spesso fa rima con costose. In fondo è la festa di un grande sentimento, il primo fra tutti, del quale dovrebbe esserce molto di più e per celebrarlo non servono vacanze nelle città romantiche, cene in castelli o weekend al centro benessere. Per un buon San Valentino in fondo bastano un po' di uova, farina e naturalmente uno stampino a forma di cuore. Un tocco di salmone, qualche granello di pepe rosa e il profumo esotico dei kumquat bastano per esaltare un piatto semplice ed elegante. Poche mosse per ritrovarsi alla tavola più romantica che ci sia. Buon San Valentino a tutte le persone che semplicemente vogliono bene al prossimo. ♥

INGREDIENTI PER 4 PERSONE:

PER LA SFOGLIA:

- 4 uova
- 400 g di farina 0 + un po' per la spianatoia
- 1 cucchiaino di olio extravergine di oliva
- 1 pizzico di sale fino

PER IL RIPIENO:

- 200 g di salmone affumicato
- 250 g di ricotta di mucca
- 1 pizzico di pepe bianco in polvere
- 1 pizzico di sale fino

PER IL CONDIMENTO

- 50 g di burro
- 8 mandarini kumquat
- 1 cucchiaio di pepe rosa in grani
- 1 pizzico di sale

PROCEDIMENTO:

Iniziamo con la preparazione della pasta fresca. In una ciotola sbattere le uova intere con 1 pizzico di sale e 1 cucchiaino di olio extravergine di oliva. Incorporare la farina gradualmente. Se necessario aggiungerne un po'. Quando tutta la quota liquida è stata assorbita, continuare ad impastare sulla spianatoia, fino ad ottenere un impasto omogeneo ed elastico. Coprire con pellicola per alimenti e lasciare riposare circa 30 minuti, per raggiungere il giusto grado di umidità.

Nel frattempo passiamo alla preparazione del ripieno. Tagliare a coltello le fettine di salmone affumicato, mantenendo una grana media.



Versare la polpa di salmone sminuzzata in una ciotola ed aggiungere la ricotta, un pizzico di sale e pepe bianco macinato quanto basta.



Amalgamare bene il tutto. Se necessario regolare di sale e pepe, senza eccedere tenendo conto che il salmone in cottura risulta più saporito.



Trascorso il tempo di riposo della sfoglia, iniziare a

stenderla con la macchina da pasta, fino ad ottenere una sfoglia sottile. Iniziare a farcire metà sfoglia con 1 cucchiaino di ripieno a distanze regolari, per facilitare la successiva chiusura dei ravioli. Sovrapporre l'altra metà di sfoglia, lasciata pulita e con lo stampo a forma di cuore, iniziare a formare i ravioli, avendo cura di espellere l'aria in eccesso, all'interno della pasta, durante la chiusura.



Cuocere i ravioli in abbondante acqua salata, alla quale avremo aggiunto un cucchiaino di olio d'oliva per non farli attaccare tra loro.

Intanto in un tegame sciogliere il burro con i grani di pepe pestati al mortaio, un pizzico di sale e i kumquat già lavati, tagliati a fettine sottili e privati dei semi.



Saltare i ravioli cotti nel burro fuso aromatizzato e servire caldi.



CONSIGLIO: sono un'amante della pasta spessa è un po' al dente, ma ho provato questa ricetta anche con la sfoglia più sottile, ovvero tirata nell'ultimo numero della macchina da pasta e devo dire che consiglio quest'ultima versione, poiché esalta maggiormente il sapore e la morbidezza del ripieno. Il contrasto tra pasta e farcitura si riduce, come anche il tempo di cottura che non altera la freschezza del salmone e della ricotta. A voi la scelta.

Fettuccine al curry con polpo e rosmarino

In casa nostra la buona pasta fresca e' una tradizione consolidata e tramandata di generazione in generazione. Adoro i classici, ma come ho detto più volte amo partire proprio dalle basi ben consolidate per spiccare il volo e spingermi verso terre nuove. La cosa più bella e' che in questo viaggio non sono sola, perché accanto a me c'è mio marito. Tenendoci per mano ci siamo spinti verso la scoperta delle spezie, dalle più classiche alle più rare, scovate nei mercatini, da chi prima di noi e' entrato in confidenza con queste pregiate

misture.

Giusto il tempo di preparare la spianatoia, per ammirare le sapienti mani del mio sfogliino che iniziamo la sua magia. Una sfoglia a regola d'arte incontra l'incanto delle spezie con i suoi inebrianti profumi. Dalla loro unione nascono tanti tipi di sfoglia, che pur conservando la stessa base, sfociano in risultati completamente diversi, con un unico comune denominatore! Sono sfoglie pregiate in grado di comporre un piatto da sole e non chiedono altro che un semplice buon olio d'oliva ed un condimento leggero, che abbia l'eleganza di legarsi al profumo delle spezie esaltandole ancor di più. Condividiamo con voi il nostro nuovo esperimento di sfoglie e profumi.

INGREDIENTI per 4 PERSONE:

- 4 uova intere
- 350 g di farina di grano duro + farina per la spianatoia
- 10 g di curry di Phuket (curry a media piccantezza)
- 1 polpo da 500 g circa
- pepe macinato fresco
- olio extra vergine di oliva di buona qualità
- sale fino
- 1 rametto di rosmarino fresco
- 1 costa di sedano
- pepe rosa in grani
- 1 spicchio di aglio

PROCEDIMENTO:

Lessare il polpo pulito e lavato sotto l'acqua corrente fresca, in pentola a pressione, aggiungendo il sedano, qualche granello di pepe rosa intero e l'acqua che dovrà coprire circa metà del polipo. Chiudere la pentola a pressione, accendere il fuoco a fiamma viva, per poi abbassarla al fischio e calcolare 10 minuti per un polipo di circa 1/2 kg. Terminato il tempo. Spegnerne il fuoco e lasciare raffreddare, affinché si riduca

la pressione e scenda la valvola di sicurezza.

Mentre cuoce il polpo possiamo preparare la pasta fresca. In una terrina sbattere le 4 uova con un presa di sale fino, 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva e il curry in polvere. Emulsionare bene gli ingredienti poi aggiungere la farina di grano duro, un po' per volta poiché rispetto alla doppio zero, assorbe più velocemente la quota liquida. Amalgamare bene, poi impastare con le mani, fino ad ottenere una sfoglia omogenea ed elastica. Lasciare riposare 20 minuti coperta con pellicola per alimenti.

Trascorso questo tempo, iniziare a tirare la sfoglia sulla spianatoia infarinata, dello spessore preferito (a noi piace un po' spessa, per cui penultimo scatto della macchina da pasta). Ritagliare dei rettangoli di pasta, da lasciare asciugare qualche minuto. Agganziare l'inserto per fettuccine alla macchina e iniziare a passare la sfoglia ben infarinata, distribuendo le fettuccine sulla spianatoia.

Aprire la pentola a pressione, estrarre il polipo e procedere alla pulizia dei tentacoli, i quali saranno teneri e si spelleranno senza nessuna fatica. Terminate le operazioni di pulizia, tagliare il polipo a tocchetti e metterlo da parte (possiamo prepararlo anche con largo anticipo per poi saltarlo in padella poco prima di calare la pasta fresca).

Scaldare in un tegame antiaderente un filo di olio extravergine di oliva con lo spicchio di aglio, aggiungere i tocchetti di polipo, un pizzico di sale, il pepe macinato fresco e le foglie del rametto di rosmarino precedentemente lavate e tritate a coltello. Saltare il tutto a fiamma viva per 5-6 minuti, girando spesso.

Quando l'acqua bolle salarla, aggiungere un cucchiaino di olio extravergine di oliva e iniziare a cuocere le fettuccine un po' per volta per evitare che si attacchino l'una all'altra.

Scolarle conservando 1/2 bicchiere dell'acqua di cottura ed unire il tutto nel tegame con il polpo al rosmarino. Saltare la pasta qualche minuto a fiamma viva, amalgamando bene ,fino

a che l'acqua di cottura delle fettuccine sarà evaporata, legando bene gli ingredienti. Condire con olio extravergine d'oliva a crudo e servire caldo.

CONSIGLIO: se non disponete di un curry di media piccantezza, ma amate il sapore del curry, potete realizzare egualmente la ricetta con quello classico che si può reperire facilmente, magari portando la quota a 15 g.

Vermicelli di soia con mazzancolle e jalapeno

Oggi vi propongo un piatto di pura ispirazione cinese, naturalmente rivisitato in chiave italiana. Quando usciamo a pranzo o cena non mi dispiace intervallare la nostra buona cucina con piatti e ricette di altre etnie. Il classico cinese ad esempio che piace sia a me che a mio marito. L'unico dilemma che mi rimane sempre e' quanto le ricette proposte siano riadattate al palato italiano e quanto abbiano invece della loro tradizione. Spero tanto di poter fare un bel viaggetto in Cina un giorno, così potrò dare una risposta ai miei dubbi e perché no trarre le mie conclusioni o nuove ispirazioni.

INGREDIENTI per 2 PERSONE:

- 100 g di vermicelli di soia
- 150 g di germogli di soia freschi
- 300 g di mazzancolle
- 1 peperoncino jalapeno verde fresco
- 1 carota
- 50 ml di salsa di soia
- 1 cucchiaino di curcuma

- pepe macinato fresco
- olio extravergine di oliva
- 1 spicchio di aglio

PROCEDIMENTO:

Iniziamo con la preparazione dei diversi ingredienti, che non richiedono molti minuti di cottura e devono essere aggiunti in sequenza. Per prima cosa pulire le mazzancolle, privandole della testa e del filamento scuro sul dorso, dopo averle incise. Per facilitare la degustazione senza perdere il profumo dei crostacei, ho privato la metà delle mazzancolle di tutto il carapace, mentre l'altra metà pulita l'ho cotta con il carapace per preservarne il sapore.

Pelare la carota e ricavarne delle fettine sottili con il pelapatate o se preferite con la lama del mixer.

Lavare il peperoncino jalapeno e tagliarlo a striscioline sottili (non è necessario privarlo dei semi, in quanto ha una piccantezza moderata).

Lavare e scolare i germogli di soia.

Mettere a bollire una pentola di acqua per la cottura dei vermicelli.

A questo punto possiamo iniziare ad assemblare il nostro piatto.

Nel tegame salta pasta o nel wok scaldare un filo di olio extravergine di oliva con lo spicchio di aglio, aggiungere la carota, il peperoncino jalapeno e i germogli di soia.



Cuocere a fiamma viva per 2-3 minuti, mescolando spesso. Incorporare anche le mazzancolle, con la curcuma è una macinata di pepe fresco. Continuare a cuocere a fiamma viva fino a quando le mazzancolle avranno raggiunto il loro colore rosato.



A questo punto versare la salsa di soia, mescolare e lasciare restringere per 1 minuto.



Intanto quando l'acqua e' giunta a bollore, spegnere la fiamma e mettervi in ammollo i vermicelli di soia per 4 minuti, con il coperchio. Trascorso questo tempo scolare i vermicelli, poi versarli nel sughetto, mescolare bene e proseguire la cottura per pochi minuti, fino a che la salsa di soia sar  evaporata, quasi del tutto. Servire caldo.



CONSIGLIO: tra gli ingredienti non compare volutamente il sale, poich  viene sostituito dalla salsa di soia.

Per facilitare le operazioni e la distribuzione omogenea del condimento, io ho rotto a met  la matassa di vermicelli, per evitare che rimangano troppo legati tra loro e non si

mescolino ai diversi elementi del sugo.

Zuppetta cremosa di merluzzo e salmone

Da tempo mi sono ripromessa di preparare una zuppetta di pesce un po' diversa dalla classica rossa e ho trovato questa ricetta di pura ispirazione nordica. Ho apportato le mie solite modifiche per adeguarla ai gusti di casa e il risultato è un piatto davvero gradevole. Siamo rimasti piacevolmente sorpresi dalla delicatezza del sapore, in cui si percepiscono distintamente sia il merluzzo che il salmone mentre la sua cremosità avvolge il tutto. Provare per credere, è un piatto davvero unico per riscaldare le sere invernali o per una romantica cenetta in due.

INGREDIENTI per 4 PERSONE:

- 400 g di polpa di merluzzo (al netto degli scarti)
- 200 g di salmone affumicato
- 1 carota
- 1 scalogno
- 2 foglie di alloro
- 1/2 finocchio
- 1 bicchiere di vino bianco
- 1 litro e 1/2 di acqua
- 1 dado classico
- 200 ml di panna fresca
- 20 g di burro
- 1 cucchiaino colmo di farina 00
- pepe macinato fresco
- 1 manciata di prezzemolo fresco

- olio extravergine di oliva
- sale

PROCEDIMENTO:

In una pentola dalle pareti alte far appassire a fiamma dolce lo scalogno tagliato a rondelle con un filo di olio extravergine di oliva. Prima che inizi a colorire aggiungere l'alloro, la carota e il finocchio anch'essi tagliati a pezzetti, saltare 2 minuti. Unire il dado classico, il vino bianco e l'acqua. Cuocere per circa 20 minuti, affinché le verdure si cuociano senza sfaldarsi (devono mantenere un po' di croccantezza) e la quota liquida inizi a ridursi.



A parte in una seconda pentola a pareti alte, sciogliere il burro, incorporare la farina e mescolare con la frusta per evitare la formazione di grumi.



Aggiungere gradatamente qualche mestolo del brodo preparato, filtrato dalle verdure, fino a raggiungere una consistenza brodosa, sempre mescolando con la frusta. Portare a bollore.



Intanto tagliare a pezzettoni i tranci di polpa di merluzzo.



Incorporare il merluzzo al brodetto creato e cuocere per 4-5 minuti.



Nel frattempo lavare il prezzemolo fresco e tritarlo a coltello. Aggiungerne 2/3 alla zuppa. Unire anche la panna fresca e proseguire la cottura per 2 minuti.



In fine tagliare a coltello anche il salmone affumicato, tenendone da parte 1 o 2 fettine per guarnire. Aggiungere la parte tagliata alla zuppetta, con una buona macinata di pepe fresco e regolare di sale. Servire calda con salmone e prezzemolo freschi. A piacere abbinare fettine di pane abbrustolito.

CONSIGLIO: la ricetta originale incorpora alla zuppetta anche i pezzettoni di verdura mantenuti abbastanza croccanti nella preparazione del brodo. Il risultato sarebbe un mix tra un minestrone di verdura e una zuppa di pesce. Io ho preferito utilizzarle solo per il brodo, per sfruttarne il delicato profumo e privilegiare il sapore del pesce. La consistenza rimane cremosa ed è alternata solo dai piccoli tranci di pesce che si sciolgono in bocca. Scegliete voi la variante che preferite.

Ziti arancia e salmone

Sarà capitato anche voi di pensare che il Natale si avvicina, che ora di organizzarsi, che bisogna pensare ai regali, al

menù, eccetera, eccetera. Poi un giorno ti alzi e mentre stai facendo colazione, ancora un po' assonnata, realizzi che... tra pochi giorni e' Natale!!!! Ma come? È già qui? Parte la corsa contro il tempo, incastri degni dei migliori giochi di logica per riuscire a raggiungere tutti gli obiettivi prefissati, per giungere al tanto agoniato giorno. Gli occhi sono appagati dalle luci e le pancie si riempiono di tanta tradizione, consapevoli che sono giorni di strappi alle regole e ci sarà tempo per pensare ai buoni propositi. Ma se il Natale e' così ghiotto e pomposo, non significa che la vigilia debba passare inosservata. Così via libera a ricette sfiziose e profumate, che parlano di pesce è facile digestione, come un preliminare per le successive tavole imbandite.

INGREDIENTI per 4 PERSONE

- 350-400 g di ziti o del formato di pasta che preferite
- 300 g di salmone affumicato
- 1 arancia grande biologica
- pepe macinato fresco
- sale
- 1/2 misurino di brodo di pesce
- prezzemolo fresco
- 1 spicchio di aglio in camicia
- Olio extravergine di oliva

PROCEDIMENTO:

Mettere a bollire l'acqua per la pasta. Nel frattempo prepariamo il nostro sughetto. In un tegame scaldare un filo di olio extravergine di oliva con uno spicchio di aglio in camicia. Intanto tagliare a striscioline sottili il trancio di salmone affumicato. Togliere l'aglio e versare nell'olio il salmone, mescolare e lasciare rosolare appena abbassando la fiamma. Dopo circa 2 minuti unire il succo e le scorzette dell'arancia, 1/2 misurino di brodo di pesce e una bella macinata di pepe fresco. Cuocere ancora 3-4 minuti per far restringere un poco il succo d'arancia.

Intanto lessare la pasta in acqua salata per i minuti consigliati, a seconda del formato che avete scelto, scolare versare nel tegame con il condimento, saltare 1 minuto su fiamma viva e amalgamare bene per distribuire gli aromi. Servire caldo con una spolverata di prezzemolo fresco e qualche scorzette d'arancia tenuta da parte.

Sedani al sugo di canocchie

Vecchi detti, vecchi proverbi. Quanta saggezza! Decisamente una guida è un punto di riferimento in un tempo di scelte rapide, modernità e valori che a volte sembrano preconfezionati! Qualcuno ha detto che citare i vecchi proverbi è segno di ignoranza. Eppure se ci soffermiamo ad analizzarli e ci prendiamo il tempo di metterli alla prova, quante volte hanno ragione e ci guidano. Forse perché non sono filastrocche inventate a caso. Sono nati dall'osservazione, dall'esperienza e soprattutto dalla fatica, quella che logora, che pela le mani e spezza la schiena! Niente tecnologia, niente esperimenti, solo vita quotidiana con l'intento di coltivare la propria terra, pescare e sfamare la propria famiglia, piegandosi alla bellezza e alla forza della natura. Per quanto mi riguarda mi inchino con profondo rispetto a questo tipo di sapere, lo custodisco gelosamente nel mio bagaglio culturale e nel mio modo di essere, certa che l'ignoranza si celi in ben altri luoghi.

Vi chiederete perché questa strana introduzione? Semplicemente perché esistono giorni più nostalgici e riflessivi di altri, in cui vivi la tua vita in piena tranquillità e passando

davanti ad una pescheria, ricordi una semplice regola “Le canocchie sono più buone e polpose nei mesi con la R”. Ti ritrovi ad entrare, osservare il pesce esposto e sorridere di fronte a quelle strane creature, buone e succulente, polpose al punto giusto. L’acquolina sferra il suo attacco, porti a casa il bottino e ti senti stranamente protetta e sicura per ciò che si tramanda e che per fortuna non cambia mai.

INGREDIENTI per 2 PERSONE:

- 160 g di sedani o del formato di pasta che preferite.
- 500 g di canocchie fresche
- 200 g di conserva di pomodoro
- prezzemolo fresco
- 1 spicchi di aglio
- pepe macinato fresco
- 1 cucchiaino di brodo di pesce
- una presa di sale
- 30 ml di vino bianco secco
- olio extra vergine di oliva



PROCEDIMENTO:

Mettere a bollire l’acqua per la cottura della pasta. Intanto pulire le canocchie, sciacquarle sotto l’acqua corrente fresca, incidere in fine il carapace sul dorso e tagliarle a pezzetti non troppo piccoli. In un tegame scaldare un filo di olio extra vergine di oliva con lo spicchio di aglio e 2/3 del prezzemolo tritato fresco. Prima che inizi a soffriggere unire

le canocchie, il pepe macinato fresco e il brodo di pesce, cuocere 1 minuto a fiamma viva. Sfumare con il vino bianco secco, poi aggiungere la passata di pomodoro e cuocere circa 2 minuti, senza asciugare troppo il sugo. A parte lessare la pasta in acqua salata, scolandola con qualche minuto di anticipo e tenere da parte circa 1/2 bicchiere dell'acqua di cottura. Unire la pasta e l'acqua conservata al sugo di canocchie e proseguire la cottura per qualche minuto, facendo restringere, fino ad ottenere la cremosità desiderata. Impiattare subito e servire con foglioline di prezzemolo fresco.