

COSA BOLLE IN ...PENTOLA !!!

Scritto da Netta PAOLELLA CRISTIANI
Giovedì 18 Ottobre 2012 16:37

Questa volta voglio parlarvi di ricette particolari per la preparazione di piatti che ne risaltano il gusto.

La "stracciatella" è costituita da filetti di mozzarella e panna fresca prodotta artigianalmente nel Caseificio, ed è un prodotto tipico pugliese e lucano.

CONCHIGLIE ALLA STRACCIATELLA



Far sciogliere in una padella a fuoco lento una noce di burro, aggiungere la salsiccia e le zucchine tagliate a pezzetti, un po' di olive nere snocciolate e far rosolare tutti gli ingredienti per alcuni minuti. Aggiungere il sale ed il pepe quanto basta, sfumare il tutto con un po' di vino bianco, aggiungere qualche mestolino di brodo vegetale preparato precedentemente e continuare la cottura per 10 minuti a fuoco lento. Aggiungere i pomodorini tagliati a pezzetti e continuare a cuocere fino a quando si assorbe un po' di liquido. Cuocere la pasta al dente, scolatela e riversatela nei piatti, aggiungere l'olio e due, tre foglie di basilico ed il condimento preparato, in ultimo la stracciatella o la mozzarella di bufala tagliata a pezzetti, fare un altro strato sopra con la pasta e la stracciatella e infine cospargere il formaggio pecorino e servire i piatti ben caldi.

Il peperoncino, con il peperone furono importati entrambi in Europa in seguito alla scoperta dell'America. Largo uso se ne fa di questi ortaggi, non è possibile elencare tutte le salse e gli

COSA BOLLE IN ...PENTOLA !!!

Scritto da Netta PAOLELLA CRISTIANI
Giovedì 18 Ottobre 2012 16:37

intingoli che in ogni angolo del mondo li vedono protagonisti. I peperoncini sono amati per l'aroma "piccante" sia per le qualità ornamentali.

Un piatto molto facile e squisito da preparare sono i :

I PEPERONI RIPIENI DI CARNE AL FORNO



Ingredienti: 3 peperoni, 300 gr di carne tritata, 150 gr di pane raffermo, 50 gr di prosciutto cotto. 40 gr di parmigiano grattugiato , un uovo, basilico e mezzo spicchio d'aglio , pangrattato quanto basta.

Esecuzione: mettere in una terrina la carne tritata, aggiungere l'uovo, il parmigiano grattugiato, il prosciutto a pezzetti ed il pane raffermo precedentemente bagnato nell' acqua e strizzato e aggiungere un po' di sale e pepe. Amalgamare bene tutti gli ingredienti e aggiungere il basilico e l'aglio finemente tritati. Tagliare i peperoni a metà e togliere i semi e filamenti . Riempire i peperoni con il composto preparato precedentemente e cospargere sopra il pan grattato un po' di olio d'oliva e aggiungere qualche fogliolina di basilico. Mettere i peperoni in una teglia, infornare a 180° per un ora circa.

TOPINAMBUR

COSA BOLLE IN ...PENTOLA !!!

Scritto da Netta PAOLELLA CRISTIANI
Giovedì 18 Ottobre 2012 16:37



E' un tubero dalla consistenza simile alla patata e dal sapore che ricorda il carciofo, è un tubero di origine nord-americano che venne importato in Europa nel XVII ° secolo, ancora poco conosciuto in Italia e diffuso soprattutto in Piemonte e viene consumato con la bagna cauda. I topinambur sono molto semplici da preparare ed hanno un sapore caratteristico e viene apprezzato da tutti sia cotti che crudi. Sono un contorno ideale per accompagnare piatti carne o altre verdure e contengono pochissime calorie, sono ricchi di inulina fibra solubile che favorisce la digestione.

Per preparare una ricetta particolare, bisogna pulire i tuberi strofinando prima le mani con del succo di limone perché i Topinambur come i carciofi tendono ad annerire e lasciare i polpastrelli neri. Raschiare con un coltellino la buccia per eliminare lo sporco e le parti dure. Lavarli bene ed immergerli nell'acqua acidula (acqua e limone), per evitare che anneriscano, dopo un po' sciacquate e tagliateli a fettine sottili.

Mettere in una padella l'olio e far imbiondire 2 spicchi d'aglio tagliati a pezzettini. Versare i tuberi nella padella aggiungere un po' di sale mescolare e continuare la cottura per circa 15 minuti aggiungendo spesso un mestolino di brodo vegetale preparato precedentemente per evitare che si asciughino troppo. Aggiungere per ultimo una manciata di prezzemolo tritato ed un po' di pepe e mescolare bene, i tuberi devono essere cotti ma abbastanza croccanti.

I Topinambur possono essere consumati: crudi, in insalata, in purè oppure utilizzati nella preparazione di torte salate e flan di verdure.

COSA BOLLE IN ...PENTOLA !!!

Scritto da Netta PAOLELLA CRISTIANI
Giovedì 18 Ottobre 2012 16:37

Questi piatti semplici, unici , sono ideali per essere gustati da soli o in compagnia.