

CHIPS DI PARMIGIANO SOFFIATO

PER 4 PERSONE

160 g di parmigiano reggiano

- **1** Tagliate il formaggio a pezzetti irregolari, metteteli tra due fogli di carta da forno e cuoceteli nel microonde a potenza quasi massima per circa 1 minuto. Rigiteli e proseguite la cottura per 1 minuto circa. Toglieteli dal forno e lasciateli raffreddare: otterrete delle chips leggere, soffiate e croccanti.
- **2** Se non avete il microonde, procedete così: grattugiate il formaggio, foderate una placca con carta da forno e disponetevi il parmigiano a mucchietti. Allargateli leggermente con un cucchiaino e cuocete in forno già caldo a 200° finché il formaggio sarà sciolto. Sfornate e lasciate raffreddare.

FACILE

- Preparazione 1 minuto
- Cottura 2 minuti ● 165 cal/porzione

CATAPLANA DI CONCHIGLIE ALLO ZENZERO

PER 4 PERSONE

750 g di cozze - 750 g di vongole veraci
- 2 cm di radice di zenzero
- un pezzetto di lemon grass
- la scorza grattugiata di 1 limone - 4 rametti di prezzemolo

- **1** Mettete a bagno le vongole in acqua salata per 2 ore. Pulite le cozze. Raccogliete le conchiglie in una cataplana (se non l'avete potete utilizzare un largo tegame con il coperchio) e unite lo zenzero sbucciato e tritato grossolanamente, il lemon grass, la scorza del limone e il prezzemolo.
- **2** Chiudete il recipiente, mettetelo sul fuoco a fiamma alta e cuocete per 3-4 minuti, poi mescolate e proseguite la cottura per altri 2-3 minuti. Portate in tavola subito nel tegame di cottura.

FACILISSIMA

- Preparazione 15 minuti + riposo
- Cottura 6 minuti ● 300 cal/porzione



TATIN DI CIPOLLOTTI E MANDORLE

PER 4 PERSONE

150 g di farina tipo 1
- 75 g di burro - 25 g di pecorino grattugiato - 1 uovo
- 8 cipollotti - 20 g di mandorle sgusciate - 1 cucchiaino di miele
- sale - pepe

- **1** Disponete la farina a fontana e mettete al centro il pecorino, il burro freddo a pezzetti e l'uovo leggermente sbattuto con un pizzico di sale e uno di pepe. Lavorate l'impasto finché sarà omogeneo, formate una palla, appiattitela un poco, avvolgetela con pellicola trasparente e fatela riposare in frigo per mezz'ora.
- **2** Intanto, accendete il forno a 180° e mettete le mandorle a bagno in acqua tiepida. Pulite i cipollotti (senza buttare il verde): tagliate i bulbi a metà nel senso della lunghezza

e riducete a rondelline la parte più tenera del gambo. Salateli poco.

- **3** Foderate con carta da forno una placca e distribuitevi il miele in 8 punti ben distanziati. Sistemate sulle gocce di miele i mezzi cipollotti, due a due, con la parte tagliata verso il basso e infornate per 5 minuti. Sgocciolate le mandorle, tagliatele a filetti e distribuitele intorno ai cipollotti.
- **4** Stendete la pasta con il matterello in uno strato di 3 mm e ricavate 8 dischetti di 8 cm di diametro. Appoggiateli sui cipollotti e sulle mandorle e infornate per altri 15 minuti sistemando in un punto vuoto della placca anche la parte verde dei cipollotti. Rigitate le tatin con una paletta e disponetevi sopra il verde dei cipollotti.

MEDIA

- Preparazione 40 minuti
- Cottura 20 minuti ● 375 cal/porzione

TROCCOLI AL SARACENO CON PADELLATA DI VERDURE

PER 4 PERSONE

250 g di semola rimacinata
di grano duro - 50 g di farina
di grano saraceno - 1 peperone
rosso - 1 zucchina - 1 carota
- 250 g di puntarelle
- 4 cipollotti - 1 piccolo cespo
di radicchio tardivo
- 1 mazzetto di origano fresco -
olio extravergine d'oliva
- sale - pepe

- **1** Lavorate le due farine con 150 ml di acqua tiepida fino a ottenere un impasto liscio ed elastico. Avvolgetelo con pellicola trasparente e lasciatelo riposare mezz'ora.
- **2** Intanto, pulite tutte le verdure e tagliatele a bastoncini molto sottili. In una padella scaldate un filo di olio e fatevi appassire i cipollotti, poi prelevateli e teneteli da parte. Scottate nella stessa padella le altre verdure, un tipo alla volta e a fiamma vivace, in modo che restino croccanti. Poi riunitele nella padella, fatele insaporire per 3-4 minuti, salate, pepate e unite un po' di origano.
- **3** Con il matterello stendete la pasta su un piano infarinato a uno spessore di 3 mm e tagliatela su una chitarra: se non l'avete, infarinate le sfoglie, arrotolatele e tagliatele a rondelle, quindi allargatele su un piano. Lessatele in acqua bollente salata per 13-15 minuti, sgocciolatele e spadellate brevemente con le verdure.

MEDIA

- Preparazione 40 minuti
- Cottura 30 minuti ● 325 cal/porzione



FILETTO DI MAIALE AL CAFFÈ E ZUCCHERO DI CANNA

PER 4 PERSONE

700 g di filetto di maiale
- 1 cucchiaino di zucchero
di canna integrale - 2 cucchiaini
di paprica affumicata - 1/2
cucchiaino di cumino in polvere
- 1 pizzico di peperoncino in
polvere - 1 cucchiaino di caffè
macinato - 1/2 bicchiere di vino
bianco - olio extravergine
d'oliva - sale - pepe

- **1** Miscelate le spezie con lo zucchero il caffè e un po' di pepe e massaggiate il filetto con il composto. Avvolgetelo con pellicola trasparente e mettetelo a riposare in frigo per mezz'ora.
- **2** Rosolatelo in un tegame antiaderente con un filo d'olio a fiamma bassa (per evitare che lo zucchero sulla

superficie bruci diventando amaro). Salate, sfumate con il vino e proseguite la cottura per 15 minuti rigirando la carne di tanto in tanto e irrorandola con il suo sugo.

FACILISSIMA

- Preparazione 2 minuti + riposo
- Cottura 20 minuti ● 545 cal/porzione

PANNACOTTA ALLA BARBABIETOLA CON SPUMA AL LIMONE

PER 4 PERSONE

50 g di barbabietola al vapore
- 600 ml di panna fresca
- 100 g di yogurt greco - 350 ml di
latte - 2 cucchiaini di zucchero
semolato - 1 cucchiaino di
zucchero a velo - 8 g di gelatina
in fogli - 1/2 stecca di vaniglia
- 1 limone non trattato

- **1** Fate ammorbidire gelatina in acqua a temperatura ambiente. Frullate la barbabietola con metà del latte e lo zucchero semolato. Scaldate il resto del latte con la vaniglia e metà della scorza del limone grattugiata e scioglietevi la gelatina strizzata mescolando.
- **2** Scaldate 400 ml di panna. Mescolate il composto di latte con quello di barbabietole e la panna tiepida. Versate in 4 bicchieri e fate solidificare in frigorifero per qualche ora.
- **3** Montate la panna rimasta con lo zucchero a velo e poi incorporate la scorza di limone restante e lo yogurt con delicati movimenti dal basso verso l'alto. Distribuite nei bicchieri e servite.

FACILE

- Preparazione 30 minuti + riposo
- Cottura 2 minuti ● 515 cal/porzione

Pagina 18
Foto bergarita: piatto Society Limonta Ceramics (design Beatrice Rossetti), bicchieri Zara Home, tovagliolo di Society Limonta.
Foto tatlin: tessuti di Society Limonta, tagliere da J&V Store Jannelli & Volpi, forchetta Sambonet.
Foto tavolata: runner a righe Stamperia Bertozzi, runner in tinta unita, tovagliette e tovaglioli Society Limonta,

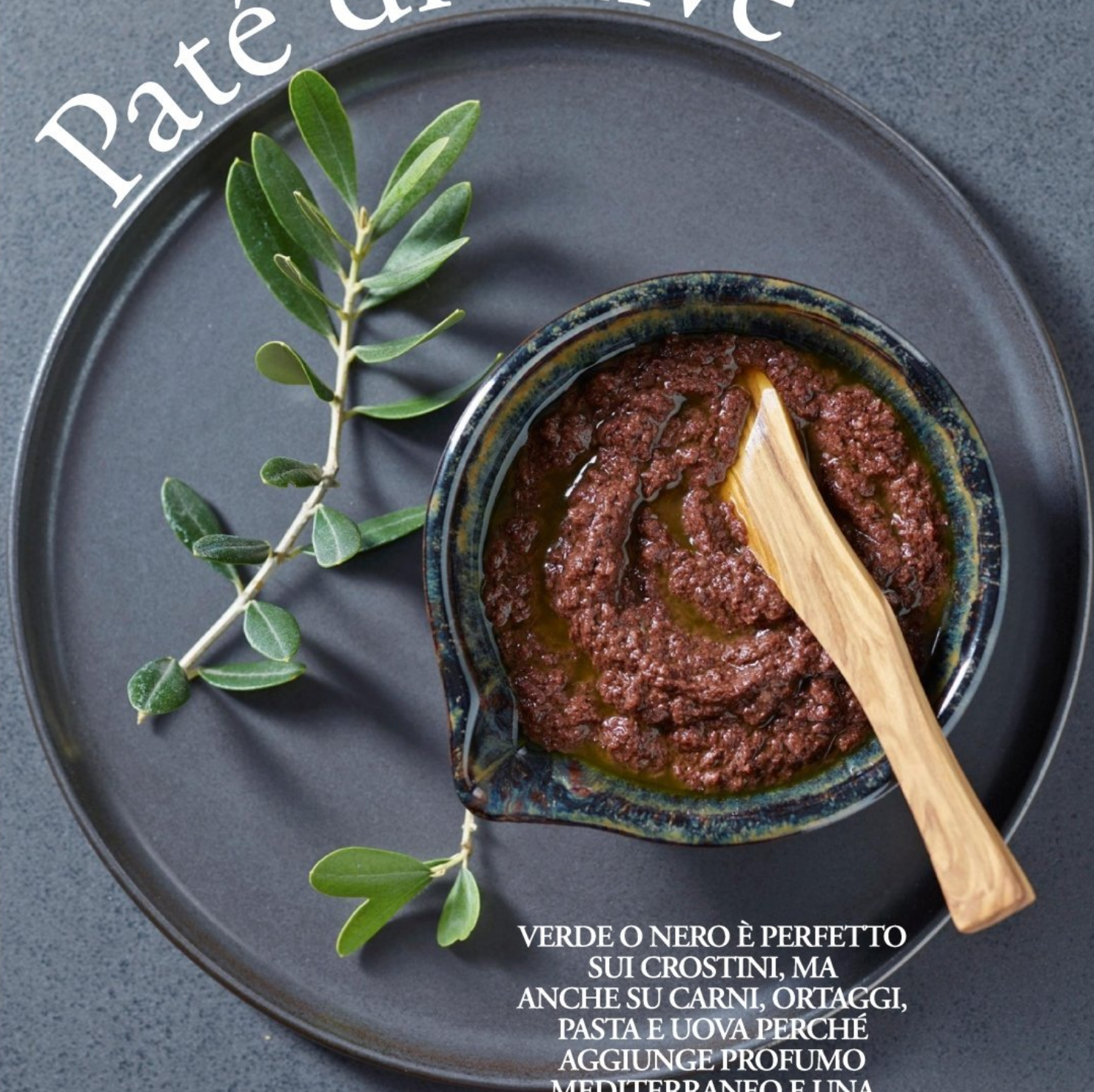
tavolette in legno Moi et Toi, piatti collezione "Teema" e sottobicchieri littala (design Issey Miyake), posate Sambonet, bicchieri Zara Home e laRinascente, numeri segnastop da 100Fa, salino "Bird" Funky Table, contenitore "Silo" con alzatina in legno Incipit (design Filippo Castellani), brocca bicolore Funky Table, caraffa trasparente Norman Copenhagen, brocca Zara Home, macina pepe Norman

Copenhagen, ceramica bianca "Maggy" Federica Bubani, brocca in vetro soffiato Ichendorf e scultura in legno "Bird" Norman Copenhagen.
Pagina 19
Foto troccoli: runner, tovagliette all'americana e tovaglioli Society Limonta, tavoletta in legno Moi et Toi, piatti collezione "Teema" e sottobicchieri littala (design Issey Miyake), bicchieri da laRinascente, numeri segnastop da 100Fa.

Foto cucina: tessuti Society Limonta.
Pagina 20
Foto filetto: piatto in gres Society Limonta Ceramics (design Beatrice Rossetti).
Foto rostini: piatto da portata con coperchio in legno Norman Copenhagen, ciotolina Zara Home, tessuti Society Limonta.
Pagina 21
Foto pannacotta: bicchieri da laRinascente, cucchiaino in acciaio e cucchiaino in legno Funky Table. Indirizzi a pagina 6

IL TOCCO IN PIÙ

Paté di olive



VERDE O NERO È PERFETTO
SUI CROSTINI, MA
ANCHE SU CARNI, ORTAGGI,
PASTA E UOVA PERCHÉ
AGGIUNGE PROFUMO
MEDITERRANEO E UNA
SCOSSA DI SALATO

di Daniela Falsitta, in cucina
Claudia Compagni, foto di Felice Scoccimarro,
styling di Stefania Aledi

Al paté di olive su pane e crostini non si resiste: il suo gusto golosamente salato stimola l'appetito ed è difficile che ne avanzi. Peccato perché in cucina ci sono altri modi per godersi questa salsina gustosa quanto semplice, che a farla in casa si risparmia persino il tempo di cercarla nelle gastronomie. Bastano 100 g di olive da denocciolare e 25 g d'olio versati a filo mentre le frullate. Facile no? Perché ciò che conta è soprattutto la qualità degli ingredienti. Con la piccola taggiasca ligure, irrorata di olio buono, si ottiene secondo noi il migliore dei paté. Nessuno poi vieta di arricchire la ricetta con


uno spicchio d'aglio e del peperoncino, come fanno nel sud, oppure qualche filetto di acciuga e alcuni capperi alla maniera dei francesi che per complicare le cose lo chiamano tapenade. In cucina si diceva, il paté si presta a mille usi. È ottimo per condire pastasciutte calde e fredde a cui aggiungere poco altro: qualche pomodoro ciliegino a pezzetti, alcune foglie di basilico, una salsa a base di cipolle dolci, una spolverizzata di pecorino, cubetti di mozzarella. Ma è perfetto anche per dare un sapore intenso e più avvolgente alle ricette classiche con olive tra gli ingredienti, per esempio il coniglio alla ligure.

> segue a pag. 27

**Costolette di
agnello con paté di
olive nere e patatine
novelle** pag. 26



Piatto di Serax,
americana
La Fabbrica del Lino.
Nella pagina
a sinistra: coltello
in legno di ulivo
di Arteinolivo,
ciotola di Serax,
piatto di Broste
Copenaghen.
Indirizzi a pagina 6



Treccia di sfoglia con paté di olive verdi e zucca

- **2** Stendete la pasta sfoglia su un foglio di carta da forno, spalmatevi il paté di olive creando un rettangolo che lasci libero un bordo di 8 cm sui lati lunghi e di 4 cm su quelli corti. Distribuite sul paté la scorza di limone grattugiata, la zucca e la crescenza a fiocchetti. Tagliate i bordi larghi 8 cm a frange oblique praticando i tagli ogni 2 cm e partendo dai 4 angoli del ripieno.
- **3** Richiudete sul ripieno i bordi di pasta lasciati liberi sui lati corti, eliminando le eccedenze troppo abbondanti. Quindi cominciate a piegare le strisce di pasta oblique verso il centro alternando destra e sinistra in modo da formare una treccia che coprirà completamente il ripieno. Trasferite la treccia su una teglia aiutandovi con la carta e cuocetela nella parte bassa del forno a 180° per 35 minuti. Lasciatela riposare 5 minuti prima di servire.

MEDIA

- Preparazione 20 minuti
- Cottura 50 minuti ● 480 cal/porzione

UOVA IN COCOTTE CON CAVOLO NERO, PATÉ DI OLIVE NERE E CROSTINI

PER 4 PERSONE

- 4 uova - 300 g di cavolo nero - 100 g di paté di olive nere - 1 dl di panna fresca - 40 g di parmigiano reggiano grattugiato - 100 g di pane toscano - 20 g di burro - sale - pepe nero

- **1** Mondate il cavolo nero eliminando la costola centrale delle foglie, lavatelo e lessatelo per 5-6 minuti in acqua salata. Scolatelo, lasciatelo raffreddare e tritatelo grossolanamente.
- **2** Imburrate 4 cocotte di terracotta, separate i tuorli dagli albumi e sbattete questi ultimi con la panna, una presa di sale, una macinata di pepe e il parmigiano. Spalmate la metà del paté di olive sul fondo delle cocotte, disponetevi sopra il cavolo e versate il composto di albumi.
- **3** Infornate a 180° per 15 minuti o fino a quando il composto sarà gonfio e dorato. Levate le cocotte dal forno, disponetevi sopra i tuorli, salateli e infornate per altri 2 minuti. Servite con il pane tagliato a bastoncini, tostato e spalmato con il paté rimasto.

FACILE

- Preparazione 10 minuti
- Cottura 25 minuti ● 420 cal/porzione

COSTOLETTE D'AGNELLO CON PATÉ DI OLIVE NERE E PATATINE NOVELLE

PER 4 PERSONE

- 800 g di costolette d'agnello - 500 g di patatine novelle - 80 g di paté di olive nere - 3 piccole cipolle rosse - 100 g di formaggio buche de chèvre - olio extravergine d'oliva - sale - pepe nero

- **1** Lavate le patatine, tagliatele a metà nel senso della lunghezza senza sbucciarle, trasferitele in una casseruola con acqua fredda e portate a ebollizione. Unite una presa di sale e cuocetele per 10 minuti. Scolatele e conditele con 3 cucchiaini d'olio. Fatele rosolare in una padella antiaderente per 5-6 minuti fino a quando iniziano a dorare.
- **2** Sbucciate le cipolle, tagliatele a spicchietti e salatele bene. Insaporite le costolette con un pizzico di sale e una macinata di pepe, spalmatele con il paté di olive e disponetevi in una teglia da forno con 4 cucchiaini d'olio. Unite le cipolle e le patate e cuocete in forno caldo a 180° per 20 minuti.
- **3** Cospargete l'agnello con il formaggio sbriciolato, alzate il forno

a 200° e proseguite la cottura per altri 5 minuti. Spegnete e servite.

FACILE

- Preparazione 15 minuti
- Cottura 40 minuti ● 1070 cal/porzione

TRECCIA DI SFOGLIA CON PATÉ DI OLIVE VERDI E ZUCCA

PER 4 PERSONE

- una confezione di pasta sfoglia rettangolare da 230 g - 600 g di zucca Mantovana - 150 g di crescenza - 100 g di paté di olive verdi - un limone non trattato - uno spicchio d'aglio - 2 rametti di timo - olio extravergine d'oliva - pepe nero - sale

- **1** Mondate la zucca, eliminate i semi e tagliate la polpa a tocchetti. Sbucciate lo spicchio d'aglio, fatelo rosolare in una padella con 4 cucchiaini di olio, eliminatelo, unite la zucca, una presa di sale e 1/2 dl di acqua e proseguite la cottura a pentola coperta per 15 minuti. Quindi eliminate il timo, unite una macinata di pepe e lasciate raffreddare.

Piatto in legno di Muji, casseruola di Serax. A sinistra: tagliere in marmo di Bloomingville, piatto di Broste Copenhagen e runner La Fabbrica del Lino. Indirizzi a pagina 6



**Uova in cocotte
con cavolo nero, paté
di olive nere e crostini**

> segue da pag. 25

Con un cucchiaino di paté, inoltre, anche i secondi più veloci, semplici e leggeri diventano interessanti. Provatelo con le uova al tegamino, con il petto di pollo o la gallina bollita e ve ne accorgete. Stesso discorso con le verdure cotte al vapore o saltate in padella senza olio: alla fine basta un po' di paté di oliva per non desiderare nessun altro condimento. Se preferirlo nero o verde è una questione di gusto, ma nell'accostamento con altri ingredienti bisogna tener conto che il suo sapore deciso potrebbe avere un effetto troppo coprente. Scegliete il paté verde se piatti e farce includono frutta secca, agrumi, uvette, quello nero per ricette con formaggi, prosciutto, salsiccia e altre carni che non temono niente.

SALE E PEPE PROMOTION

Cooking Chef Kenwood l'eccellenza degli Chef

IMPASTA, MESCOLA, FRULLA, GRATTUGIA...
E IN PIÙ CUOCE! BASTA IMPOSTARE TEMPERATURA
E VELOCITÀ E LUI LAVORA AL VOSTRO POSTO



L'ECCCELLENZA IN CUCINA

Cooking Chef Kenwood è uno strumento innovativo, che vi fa risparmiare tempo e fatica, con risultati sorprendenti: uno chef che trita, monta, sminuzza, frulla, grattugia e che cuoce, anche al vapore, rosola e brasa, facendo tutto da solo.





3



2



4

5



6

HOME MADE SUPER CHEESEBURGER

per i panini: 200 g di farina 00 - 250 g di farina Manitoba - 30 g di burro morbido - 50 g di zucchero - 1 cucchiaino di sale - 25 g di lievito di birra fresco - semi di sesamo - 1 uovo
per gli hamburger: 800 g di scamone di manzo - 1 limone - 4 patate - 1 pomodoro - 4 cipollotti - Worcester - senape, ketchup o maionese - 8 fettine di formaggio olandese o cheddar - 8 foglie di lattuga - 4 cetriolini agrodolci - olio di semi di arachidi - sale - pepe

- **1** Impastate per 10 minuti le farine nel recipiente di Cooking Chef Kenwood montato con il gancio impastatore con a 180 ml di acqua tiepida, in cui avrete sciolto il lievito, allo zucchero, al burro e al sale. Formate una palla, coprite e fate lievitare 2 ore. Sgonfiate l'impasto e dividetelo in 8 pezzi. Formate 8 palline e schiacciatele in dischi di circa 2,5 cm di spessore e 8 di diametro. Mettete i panini in una teglia unta di olio, coprite e fateli lievitare per 1 ora, finché saranno gonfi. Spennellateli con l'uovo sbattuto con 1 cucchiaino d'acqua e spolverizzate con semi di sesamo. Cuocete in forno a 190° circa 15 minuti.
- **2** Pulite i cipollotti, tritate la parte verde nel Food Processor di Cooking Chef. Riducete il resto a rondelle.
- **3** Tagliate il limone a metà e spremetelo con lo spremiagrumi di Cooking Chef Kenwood.
- **4** Tritate la carne nel tritacarne di Cooking Chef. Mescolatela con i cipollotti tritati, poca Worcester, poco succo di limone, sale e pepe. Create 8 hamburger, premendo la carne dentro un tagliapasta di 8-10 cm di diametro. Pulite le foglie di lattuga. Tagliate il pomodoro a rondelle, salatele e asciugatele su carta da cucina; conditele con un filo di olio, succo di limone e pepe.
- **5** Sbucciate le patate, tagliatele con l'accessorio per tagliare a cubetti di Cooking Chef Kenwood e lavatele.
- **6** Montate il gancio con spatola a spirale sul Cooking Chef Kenwood, riempitelo per metà di acqua e portate a bollore a 110° e velocità di mescolamento (1). Quando l'acqua bolle, salate e immergete i cubetti di patate. Dopo 2 minuti, scolate i cubetti e asciugateli. Saltateli in padella con un filo d'olio finché saranno croccanti. Tagliate i 4 panini in 3 parti, con 2 tagli orizzontali. Tostateli sulle parti tagliate. Salate gli hamburger, pepateli e cuoceteli 2-3 minuti per lato. Mettete 1 hamburger su ciascuna base dei panini, coprite con 1 fetta di formaggio e 1 foglia di lattuga. Sovrapponete le fette di pane, spalmatele con un velo di senape, maionese o ketchup e distribuite i cetriolini affettati e il pomodoro. Posizionate il secondo hamburger, un'altra fetta di formaggio, le foglie di lattuga rimaste e i cipollotti a rondelle. Chiudete gli hamburger con la parte superiore dei panini e servite con i cubetti di patate.

Kenwood è anche su:



Scopri altre ricette su kenwoodclub.it



Scarica la nuova APP **kenwood club**

CARCIOFI

**CUORE TENERO
IN UN'ARMATURA
GUERRIERA.
SI PRESENTANO
COSÌ QUESTI
GIOIELLI DELL'ORTO
PERFETTI IN MILLE
INTERPRETAZIONI
DIVERSE. DALLA
FRITTURA SFIZIOSA
ALLA SORPRENDENTE
TORTA SALATA**

A cura di Alessandro Gnocchi, testi di Mariarosa Schiaffino, ricette di Alessandra Avallone, foto di Adriano Brusafferri, styling di Alessandro Pasijnelli Studio

Gioielli dell'orto che, grazie alle loro mille risorse, hanno attraversato i secoli frequentando le cucine di corte e quelle dei quartieri popolari: belli da vedere e squisiti da gustare, i carciofi sono davvero capaci di soddisfare le esigenze più diverse. Caterina de' Medici, che ne era ghiottissima e li amava cucinati con i rognoni di gallo, li fece conoscere ai francesi quando nel 1533 andò sposa del futuro re Enrico II. Risale sempre al XVI Secolo una delle ricette popolari più celebri, i carciofi alla giudia (vedi intervista a pagina 36), inventata e codificata nel ghetto ebraico di Roma.

> segue a pag. 33







CARCIOFI AL LIMONE

PER 4 PERSONE

4 mammore - 250 g di piselli -
1 cipolla - 1 spicchio di aglio -
5 limoni non trattati - 1 mazzetto di
aneto - 1 mazzetto di prezzemolo -
1 mazzetto di basilico - 1 mazzetto
di erba cipollina - 1/2 cucchiaino
di zucchero - olio extravergine
d'oliva - sale - pepe

- **1** Private le mammore dei gambi e della parte terminale delle foglie; poi lavorate il fondo con un coltellino affilato in modo che si possano appoggiare comodamente. Quindi tagliatele a metà in verticale, eliminate il fieno e parte delle foglie interne e immergetele in acqua acidulata con il succo di 2 limoni.
- **2** Lavate le erbe, tritatele con la cipolla e salatele. Scolate le mammore e riempitele con il trito aromatico (tenendo da parte quello in eccedenza); richiudetele accoppiando 2 metà alla volta, posizionate su ciascuna sommità 1 delle fettine ricavate da 1 limone poi fissate tutto con spago da cucina.
- **3** Trasferite le mammore in una casseruola che le contenga di misura, bagnatele con il succo di 2 limoni e acqua sufficienti a coprirle fino a 2-3 cm dalla sommità; unite i mezzi limoni spremuti e lasciate sobbollire per 20 minuti, quindi scolate le mammore e lasciatele riposare per 5 minuti.
- **4** Intanto, in una padella fate saltare per 3-4 minuti il trito aromatico rimasto con 3 cucchiaini d'olio, aggiungete i piselli, lo zucchero, l'aglio schiacciato e 4-5 cucchiaini di acqua di cottura dei carciofi, poi salate, pepate e lasciate cuocere ancora per 10 minuti. Togliete dal fuoco e servite le mammore divise a metà accompagnandole con i piselli.

FACILE

- Preparazione 35 minuti
- Cottura 35 minuti ● 160 cal/porzione

Piatto in vendita da Centrotavola,
tovagliolo Society,
piastrella Asa Selection.
Indirizzi a pagina 6



> segue da pag. 30

Ma questi ortaggi hanno tante altre vite, una diversa dall'altra. Ogni regione li cucina a modo suo e in molte varianti. A Firenze, ormai dimenticata la ricetta di Caterina de' Medici, si mangiano crudi, in pinzimonio o tagliati sottili con scaglette di grana, oppure si fanno fritti o "ritti" in tegame. Quelli "alla romana", altro piatto della Capitale, si preparano con una farcitura di aglio, mentuccia e prezzemolo e una cottura in acqua e olio. In Veneto si usano nei risotti e vanno a rafforzare le insalate di riso freddo. In Liguria sono essenziali per una torta

che somiglia alla pasqualina, ma si cucinano anche "all'inferno", in forno con prezzemolo, aglio, parmigiano e pangrattato.

Spinosi e inermi

Per descrivere questa elegante e originale prelibatezza dal cuore tenero e dall'armatura guerriera, chiediamo aiuto alla botanica. La pianta è caratterizzata da fusti sotterranei simili a radici dalle cui gemme nascono i germogli, detti "carducci", che si sviluppano su steli robusti alti anche più di un metro.

> segue a pag. 34

CARCIOFI FRITTI CON AIOLI AL PEPE VERDE

PER 4 PERSONE

4 carciofi - 50 g di amido di mais -
50 g di farina 00 - 1 cucchiaino
di miscela "5 spezie" - 1 limone -
olio di arachide per friggere - sale
per la salsa aioli: 1 testa d'aglio
- 2 tuorli - 1 cucchiaino di succo
di limone - 1 cucchiaino di aceto
di vino bianco - 1,5 dl d'olio d'oliva
o di semi di girasole deodorato
- sale - 3 grani di pepe verde

● **1** Preparate la salsa aioli. Avvolgete la testa d'aglio intera nella carta da forno e infornatela a 200° per 20 minuti, fino a quando diventa morbida e leggermente dorata. Poi sbucciate gli spicchi di aglio e trasferite la polpa (che avrà assunto la consistenza di una crema) nel bicchiere del frullatore a immersione; unite i tuorli, il succo di limone, l'aceto, il pepe verde macinato al momento, un pizzico di sale, quindi frullate aggiungendo l'olio, fino a ottenere una salsa molto cremosa.

● **2** Preparate il fritto. Pulite i carciofi, tagliateli a spicchi e trasferiteli in una ciotola con acqua e succo di limone in modo che non anneriscano. In una ciotola, mescolate l'amido di mais con la farina 00 e la miscela "5 spezie".

● **3** Scolate gli spicchi di carciofo, asciugateli accuratamente e passateli nel mix di farina, amido e spezie. Friggeteli nell'olio di arachide fino a quando sono dorati, poi scolateli su carta da cucina. Salateli e serviteli con la salsa aioli appena preparata.

FACILE

- Preparazione 20 minuti
- Cottura 30 minuti ● 110 cal/porzione



Tovaglia Society, piatto Segno Italiano, piastrella Asa Selection. Nell'altra pagina, tovaglia Society, piatto e tagliere Asa Selection. Indirizzi a pagina 6

> segue da pag. 33

Sulla cima dei fusti si formano i "capolini", cioè le infiorescenze, che raccolti immaturi costituiscono la parte commestibile dell'ortaggio. All'interno si trova una lanugine che in termini scientifici si chiama "pappo", mentre nel linguaggio comune viene detta barba o fieno.

Le tipologie fondamentali sono due: i carciofi spinosi e quelli inermi, cioè privi di spine. Tra i primi, i più conosciuti sono lo Spinoso sardo, a forma leggermente conica, e lo Spinoso di Liguria, più pieno e ovale. Di rara eccellenza è la varietà di Sant'Erasmo, che prende il nome dall'isola della laguna veneta su cui viene coltivata; l'argilla e l'alta salinità del terreno ne rendono inimitabili il gusto e il colore viola cupo.

> segue a pag. 38





Mio Nonno, Nonno Nanni...

TAJINE CON POMODORINI, OLIVE E LIMONI

PER 4 PERSONE

8 carciofi - 2 cipolle - 1 cucchiaino di zenzero in polvere - 2 spicchi di aglio
- 1 mazzetto di prezzemolo - 1 mazzetto di coriandolo - 20 mandorle spellate
- 250 g di pomodori ciliegini - 100 g di olive nere e verdi - 1 limone non trattato
- 1/2 bustina di zafferano - olio extravergine d'oliva - sale

- **1** Mondate i carciofi lasciando una parte di gambo lunga 3-4 cm; poi eliminate il fieno e parte delle foglie interne e immergeteli in acqua acidulata con il succo di 1/2 limone. Tritate l'aglio con metà prezzemolo e le mandorle; salate il trito e farcite i carciofi scolati.
- **2** Sbucciate le cipolle, affettatele e soffriggetele in una tajine con 4 cucchiari d'olio, salatele, disponetevi sopra i carciofi, spolverizzate con lo zenzero e unite lo zafferano. Tagliate a metà i ciliegini, distribuiteli fra i carciofi con qualche rametto di prezzemolo e coriandolo e 2 strisce di scorza di limone. Affettate il 1/2 limone rimasto e distribuitelo sopra i carciofi. Salate, bagnate con 2 bicchieri di acqua e portate a ebollizione.
- **3** Coprite e cuocete per 50 minuti, rigirando un paio di volte i carciofi nel fondo di cottura. A metà cottura unite anche le olive. Distribuite la preparazione nei piatti singoli, decorate con le foglie di coriandolo e prezzemolo rimaste e servite, se vi piace, accompagnando con cuscus integrale.

FACILE

● Preparazione 25 minuti ● Cottura 1 ora ● 435 cal/porzione



LA VECCHIA ROMA SERVITA IN TAVOLA

“Giggetto” è una delle tappe obbligate per chi voglia conoscere la cucina romanesca. Il ristorante oggi è gestito da Claudio Ceccarelli, nipote del fondatore e, tra i piatti forti, propone i carciofi alla giudia.

Che consigli può dare a chi li vuole fare in casa?

I carciofi vanno prima salati e poi messi a friggere con molto olio: devono galleggiare. Dopo venti minuti si tolgono, e si aprono a forma di rosa. Si rimettono in padella nell'olio a fuoco fortissimo per un paio di minuti, e infine si fanno scolare su una teglia bucata. Poi si servono ben caldi.

Una delle fasi più delicate è quella della capatura, in cui si tolgono le foglie.

Come si deve procedere?

Si spogliano i carciofi delle parti esterne più dure lasciando parte del gambo. Poi con un coltello appuntito e tagliente, si incidono strato per strato a spirale, partendo dalla base verso le cime, in maniera da eliminare tutta la parte coriacea. In questo modo, il carciofo si aprirà a forma di rosa senza problemi.

Quali sono le varietà che preferite per le vostre ricette?

Ci forniamo a seconda delle stagioni in diverse parti d'Italia. Le più adatte sono quelle senza spine, coltivate fra Alto Lazio e Toscana; le zone vicine al mare con i terreni argillosi sono le migliori.



Insieme a nonna Rina...

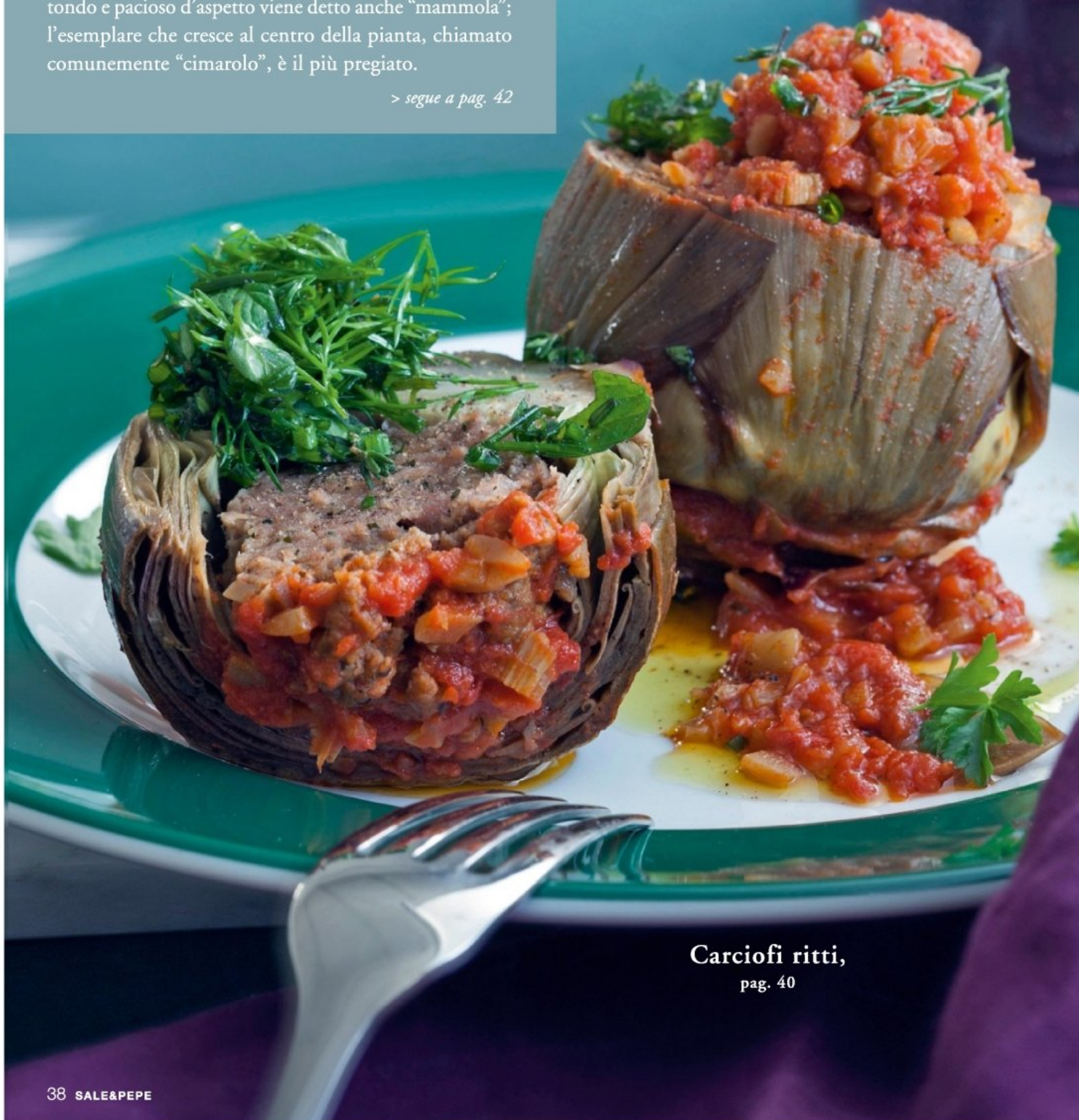
> segue da pag. 34

Nel caso dei carciofi di Sant'Erasmo, sono del tutto speciali le "castraure", i primi germogli apicali che vengono tagliati per consentire la crescita più rigogliosa della fioritura successiva. Sono una delizia rara che si trova solo sul posto per una decina di giorni a fine aprile; se siete a Venezia nel periodo giusto cercateli assolutamente.

Tra i carciofi senza spine, bisogna assolutamente ricordare il primaverile violetto di Toscana e della Val di Cornia e il carciofo romanesco. Quest'ultimo, grosso, tondo e pacioso d'aspetto viene detto anche "mammola"; l'esemplare che cresce al centro della pianta, chiamato comunemente "cimarolo", è il più pregiato.

> segue a pag. 42

Piatto in vendita da Centrotavola,
tovagliolo Society, posata Sambonet
Nell'altra pagina, piatto in vendita da
Centrotavola, tovagliolo Society
piastrella Fornace Brioni.
Indirizzi a pagina 6



Carciofi ritti,
pag. 40



Settant'anni fa aprì la prima latteria...

CARCIOFI RITTI

PER 4 PERSONE

8 carciofi - 400 g di pomodori pelati - 250 g di carne di manzo tritata - 150 g di pancetta affumicata - 100 g di mollica di pane raffermo - 4 cucchiaini di parmigiano reggiano grattugiato - 1 limone - 1 mazzetto di prezzemolo - 4 rametti di aneto - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

- **1** In una ciotola, mettete la carne, il parmigiano, la mollica bagnata nell'acqua e strizzata, 3/4 delle foglie di prezzemolo lavate e tritate, un pizzico di sale e di pepe; poi mescolate bene in modo da ottenere un impasto uniforme.
- **2** Pulite i carciofi, conservando i gambi, e svuotateli al centro, eliminando il fieno e parte delle foglie. Poi, trasferiteli in una ciotola con acqua acidulata con succo di limone in modo che non anneriscano.
- **3** In una casseruola, fate soffriggere in 2 cucchiaini di olio i gambi di carciofo puliti e tritati e la pancetta tritata, unite i pomodori pelati, sale, pepe e lasciate cuocere la salsa per circa 5 minuti.
- **4** Scolate i carciofi, riempiateli con farcia di carne, sistemati nella casseruola con il sugo facendoli appoggiare bene sul fondo e cuoceteli per 20 minuti circa a pentola coperta, bagnandoli di tanto in tanto con il sugo e aggiungendo poca acqua calda se necessario. Serviteli caldi con il sugo, l'aneto spezzettato e le foglie di prezzemolo rimaste.

FACILE

- Preparazione 20 minuti
- Cottura 25 min ● 320 calorie



ALLA FIAMMINGA

PER 4 PERSONE

4 mammole grandi - 4 uova sode - 2 cipollotti - 1 costola di sedano - 2 scalogni - 1 mazzetto di prezzemolo - 1 limone - 80 g di burro - sale - pepe nero in grani

- **1** Mondate le mammole dalle foglie più dure, tagliatele a metà in verticale, eliminate il fieno e scavate leggermente l'interno con un coltellino affilato; man mano che le pulite immergetele in acqua acidulata con il succo di 1/2 limone per non farle annerire.
- **2** Sbucciate i cipollotti e gli scalogni, eliminate i filamenti del sedano, lavate qualche rametto di prezzemolo, poi trasferite tutto in una pentola con abbondante acqua salata in ebollizione e aggiungete qualche grano di pepe. Lasciate bollire per 15 minuti, quindi immergete le mammole nel brodo e cuoceteli per circa 20 minuti, finché sono tenere.
- **3** Sgusciate le uova e tritatele grossolanamente. Sciogliete il burro in un padellino, unite 3/4 del prezzemolo rimasto lavato e tritato, le uova, bagnate con un mestolino del brodo di cottura delle mammole, salate, insaporite con il succo di limone rimasto e cuocete per 2 minuti. Disponete le mammole ben scolate nei piatti singoli, riempiatele con la salsa, completate con qualche foglia di prezzemolo rimasto spezzettato e servite.

FACILE

- Preparazione 25 minuti ● Cottura 40 minuti ● 290 calorie



Poi la famiglia crebbe...

Nelle due foto,
tovaglia di Society,
piatto Asa Selection.
Indirizzi a pagina 6

PASTIERA SALATA AI CARCIOFI

PER 8 PERSONE

per la pasta: 300 g di farina - 120 g di burro - 1 uovo - 2 tuorli - 30 g di zucchero - 1/2 cucchiaino di scorza di limone grattugiata - sale
per il ripieno: 400 g di grano cotto - 300 g di ricotta - 1 arancia non trattata - 6 mammole - 1/2 bicchiere di vino bianco secco - 60 g di pecorino grattugiato - 1 mazzetto di prezzemolo - olio extravergine d'oliva - 1 limone - sale - pepe

- **1** Preparate la pasta. Lavorate nel mixer la farina con lo zucchero, 1 presa di sale e il burro, fino a ottenere un composto sabbioso; aggiungete l'uovo e i tuorli, la scorza di limone, impastate e fate riposare la frolla in frigo per 1 ora.
- **2** Preparate il ripieno. Mondate le mammole, tagliatele a metà, privatele dal fieno, sfregatele con il limone e mettetele in un'ampia padella. Aggiungete 3 cucchiai d'olio, salate, ponete sul fuoco e fate insaporire per 5 minuti, sfumate con il vino bianco, coprite e fate stufare per 30 minuti.
- **3** In una ciotola, mescolate il grano con la ricotta, la scorza grattugiata e il succo dell'arancia, il prezzemolo lavato e tritato, il pecorino, sale e pepe.
- **4** Stendete 4/5 della pasta in una sfoglia del diametro di 22 cm e mettetela in una teglia di 20 cm rivestita con carta da forno. Distribuite sulla pasta 1/3 del composto di grano e ricotta e 10 mezze mammole, coprite con il ripieno rimasto e le mammole rimaste a spicchi. Ricavate dalla pasta rimasta 7-8 strisce, disponetele sulla pastiera e infornate a 180° per 1 ora. Servitela tiepida o fredda.

FACILE

- Preparazione 30 minuti + riposo
- Cottura 1 ora e 40 min. ● 550 cal/porz.

> segue da pag. 38

Non solo antipasto e contorno

Giunto in Europa dal Medio Oriente grazie agli arabi, nel corso dei secoli questo ortaggio è diventato una presenza irrinunciabile non solo come antipasto e contorno. È un compagno perfetto per carne e pesce, ma, come si vede in queste pagine, diventa volentieri protagonista assoluto tanto nella frittura quanto nella cottura in umido. E come dimenticare le sorprendenti risorse di quelli conservati? Passate al frullatore qualche carciofino sott'olio con uovo sodo, olio e aceto balsamico: sulla carne fredda sarà tutt'altro che banale.





Vennero figli e nipoti...



ECCO LE VINCITRICI DEL CONCORSO DEDICATO ALLE RICETTE DEL CUORE

Si intitola Passioni in cucina e ha coinvolto centinaia di lettori. La redazione di Sale&Pepe e l'azienda Neff (che "arreda" la nostra scuola), ha indetto questo concorso goloso che invitava i partecipanti a inviare la loro ricetta del cuore, quella che cucinano con maggior soddisfazione e che amano più di tutte. In palio un soggiorno a Milano con corso alla nostra Scuola e la pubblicazione della ricetta, oppure un abbonamento per 2 anni alla rivista. La giuria di esperti, presieduta dal direttore di Sale&Pepe Laura Maragliano, ha appena proclamato le tre vincitrici: Sonia Tortora, Silvia Zocco ed Eloisa Mineccia. La prima classificata, Sonia (42enne di Alassio, impiegata, laureata in economia e commercio), ha proposto una strepitosa "Torta al riso soffiato marmorizzata con meringhe e minisacher ai lamponi" (foto), opera d'arte pasticceria che si comincia lavorando il riso soffiato con il latte per preparare la base e si termina con il montaggio: meringhe, lamponi e minisacher si fissano alla torta glassata di cioccolato bianco e nero con la crema di nocciole. La ricetta è pubblicata sul sito (<http://bit.ly/Torta-Sonia-Neff>).

PRIMI PIATTI DI MARE TUTTI DA ASSAGGIARE

La nostra chef Monica Sartoni Cesari propone un corso dedicato alla pasta condita con pesce e frutti di mare. Ricette eleganti spiegate passo per passo e cucinate insieme. Finti tagliolini di zucchine alle vongole e pomodorini confit; linguine in rosso con crostacei; tagliolini con ragù bianco di mare; ziti alla Norma di mare. Il 20 marzo dalle 18.30 alle 21.30.



ABC DELLA CUCINA LABORATORIO SULLE CARNI

Scegliere, tagliare, cucinare e conservare tutte le parti di bovino, suino, pollo, lepri, tacchini e selvaggina. È l'obiettivo di questo corso completo dedicato alle carni, per scoprire quali tagli sono più adatti alle diverse ricette e tecniche di cottura e portare in tavola brasati, lessi e grigliati da veri chef. Il laboratorio è diviso in moduli di 3 ore ciascuno. Manzo e vitello (tagliata, roastbeef, blanquette e arrosto); animali da cortile (pollo, faraona, tacchino, coniglio); maiale (arista, filetto, stinco, arrosto di coppa); selvaggina: fagiano, cinghiale, lepre. Il 18 e 19 marzo dalle 10.30 alle 13.30 e dalle 15.30 alle 18.30.

LA CUCINA LIGURE TRA STORIE E LEGGENDE

Per il ciclo di lezioni sulle ricette regionali questo mese studieremo la tradizione ligure con la chef Eva Golia. Si comincia con la vera focaccia di Recco al formaggio e i fiori di zucca ripieni con briciole di pane aromatizzato alla maggiorana per proseguire con i corzetti genovesi in salsa di noci e i totanetti ripieni con panatura speciale alle erbe fresche. Il 1 marzo dalle 18.30 alle 21.30.



SCUOLA DI CUCINA DI SALE&PEPE

Presso Ca'puccino, piano interrato - Piazza Armando Diaz 5, 20123 Milano (M1/M3 fermata Duomo)

Tel: 02 75 42 33 00 - Orari dal lunedì al venerdì: 14-18 - Per informazioni scrivi a: info.scuoladicucina@mondadori.it



Visita il sito per scoprire il calendario completo dei corsi: www.scuoladicucina.it
www.facebook.com/ScuolaCucinaSaleePepe - #TalentInCucina