

ABC della cucina

(1° serata)

Ricetta presentata da: *Kathi Rüegger - Tulipani*

Contenuti del corso:

- Preparazione:
 - Antipasto di stagione – Asparagi in salsa e uova
 - Primo piatto – pasta fatta in casa con salse diverse
 - Dessert – Fragole golose

Indice:

- | | |
|--|----------|
| 1. Asparagi in salsa Vinegrette e uova in camicia: | pag. 2-3 |
| 2. Pasta all'uovo fatta in casa | pag. 3 |
| 3. Ragù di carne | pag. 4 |
| 4. Salsa gorgonzola e noci | pag. 4 |
| 5. Fragoloni golosi ripieni con panna | pag. 5 |

1. Asparagi in salsa Vinegrette e uova in camicia:

1.1 Ingredienti

- Asparagi verdi freschi
- Uova
- 3 cucchiai di olio
- 1 cucchiaio di aceto balsamico
- 1 noce di burro
- sale e pepe
- pellicola trasparente per alimenti



1.2 Preparazione:

fig. 1 Mondare gli asparagi e scottarli in acqua salata per ca. 5 min., scolateli e risciacquateli con acqua fredda e lasciateli a parte.

Nel frattempo mettete sul fornello a bollire una pentola d'acqua (pronta per cuocere le uova) e una padella ampia con una noce di burro e un filo d'olio.



Fig. 1



Fig. 2

fig.2 Prendere la pellicola trasparente di plastica e ungere bene l'interno con un po' d'olio. Rompere il guscio dell'uovo, stando attenti a non rompere anche il tuorlo, e fatelo cadere al centro della pellicola unta. Fig. 3 Prendere la pellicola con dentro l'uovo e chiudere il tutto a mo' di sacchetto, cercando di far uscire tutta l'aria e bloccare con un nodo oppure con un elastico o una corda. Fig.4 Mettetelo a bollire dell'acqua preriscaldata in anticipo, non aggiungere né sale, né aceto all'acqua. Fig.4 Appena bolle, mettere a mollo il sacchettiino con l'uovo e far cucinare a bollire non sostenuto per 4/5 minuti. Una volta cotto, toglierlo dalla plastica.



Fig. 3



Fig.4

Prendere gli asparagi in precedenza precotti, li asciugate e li tagliate a fettine (a mo' di salame), così che risultino dei pezzetti di ca. 2 cm, questi li farete saltare in padella preriscaldata con burro e olio per qualche minuto. Spostare questi cotti in una ciotola e condite con olio d'oliva, aceto balsamico, sale e pepe.

Infine, preparare il piatto disponendo gli asparagi sul fondo di questo e adagiargli sopra l'uovo in "camicia".



2. Pasta all'uovo fatta in casa:

2.1 Ingredienti (per 4 persone)

- 600 g di farina "00"
- 6 Uova
- 60 gr. d'olio d'oliva



Fig.1

2.2 Preparazione:

Formare una montagnetta con la farina, inserire, in un foro creato in centro, le uova e l'olio^{Fig.1}. Con una forchetta, delicatamente, rompete le uova all'interno della farina e cominciate ad impastare partendo dal centro, da prima con la forchetta e poi con le mani. Impastare fino a ottenere un impasto omogeneo. Riporre il composto, racchiuso in una pellicola di plastica, in frigorifero a riposare per almeno ½ ora.



Passata la mezzoretta, prelevare l'impasto dal frigorifero, cominciare la lavorazione della pasta con l'apposita macchina, passando più volte l'impasto nell'apposito rullo e quindi con l'accessorio per tagliatelle.

Deporre la pasta pronta su un canovaccio ad asciugare per almeno 2 ore.

La cottura di questa verrà poi eseguita in abbondante acqua salata, per pochi minuti.

3. Ragù di carne

3.1 Ingredienti

- 800 g di polpa di carne mista
- 60 g di concentrato di pomodoro
- 60 g di lardo o di burro
- 3 dl di vino rosso
- 2 cipolle, 1 carota, uno spicchio d'aglio
- rosmarino, 3 foglie di salvia, del basilico
- Olio d'oliva
- sale e pepe



3.2 Preparazione

Tritare finemente il lardo, la cipolla, l'aglio e la carota, metterli ad appassire in una casseruola ampia per ca. 3 minuti con un po' d'olio. Aggiungere la carne macinata e gli aromi (consigliato farne un mazzetto legato con una corda, così da poterlo facilmente eliminare a fine cottura), appena la macinata è ben rosolata, aggiungere il concentrato di pomodoro, mescolare bene ed unirvi il bicchiere di vino, abbassare la fiamma, aggiustare con sale e pepe (eventualmente una scatola di pomodori pelati oppure aggiungere un po' d'acqua), coprire e fate cuocere a fuoco lento per ca. 2 ore.

4. salsa gorgonzola e noci

4.1 Ingredienti (per 4 persone)

- 100 gr di gorgonzola dolce
- 4 cucchiaini di panna
- 1 noce di burro
- poco latte
- 8 noci sgusciate e tritate



4.2 Preparazione

Sciogliere in un pentolino il burro.
Unire il gorgonzola tagliato a pezzetti e la panna.
Mescolare con un cucchiaino di legno tenendo la fiamma molto bassa (non deve assolutamente bollire ma solo sciogliersi).
Quando il tutto è ben sciolto unire poco latte per ottenere una salsa fluida e cremosa.
Alla fine unire le noci spezzettate.

5. ¹Fragoloni golosi ripieni con panna

5.1 Ingredienti

- 12 fragoloni
- 125 g di panna fresca
- 125 g di yogurt al limone



5.2 Preparazione

Montate la panna a neve ben ferma con una frusta elettrica. Aggiungete lo yogurt e mescolate sempre nello stesso verso per non smontare la panna.

Lavate i fragoloni e puliteli, eliminando il picciolo. Dopo averli capovolti praticate un profondo taglio a croce su ciascun frutto con un coltellino affilato. Disponeteli su un piatto da portata, aprite leggermente con le mani gli spicchi e farciteli con la mousse di panna e yogurt, utilizzando un cucchiaino oppure, se volete ottenere un effetto decorativo, con una tasca da pasticciere montata con bocchetta a stella. Trasferite i fragoloni in frigorifero per mezz'ora circa prima di servirli.

Buon appetito!

¹ Fonte: donnamoderna.com/cucina