

## Aperitivi per tutte le occasioni

Ricetta presentata da: *Kathi Rügger - Tulipani*

Obiettivi del corso:

- Conoscenza degli ingredienti (carne e verdure)
- Farcitura e preparazione dei vari “stuzzichini”

Contenuto del corso (*indice*):

1.	<b>Torta di spinaci</b>	<i>pag. 2</i>
2.	<b>Fagottini di Bresaola al formaggio</b>	<i>pag. 2</i>
3.	<b>Mini panini ripieni</b>	<i>pag. 2</i>
4.	<b>Cornetti di sfoglia al prosciutto</b>	<i>pag. 3</i>
5.	<b>Crostini ai funghi</b>	<i>pag. 3</i>
6.	<b>Polpette di formaggio</b>	<i>pag. 4</i>
7.	<b>Polpette di carne alla menta</b>	<i>pag. 4</i>
8.	<b>Polpette di maiale ai cereali</b>	<i>pag. 5</i>



## 1. “Torta di spinaci”

### 1.1 Ingredienti:

- 400g spinaci congelati
- 80g pancetta affumicata
- 50g di parmigiano grattugiato
- 2 dl latte
- 1 dl panna semigrassa
- 2 cucchiaini di farina bianca
- 1 uovo
- 1 cipolla
- 1 confezione di pasta sfoglia
- Sale e pepe



### 1.2 Preparazione:

In una ciotola, aggiungere e mescolarvi al latte, la farina, le uova, la panna, il formaggio grattugiato, un pizzico di sale, pepe e tenere questo impasto a parte.

In una casseruola, far rosolare la cipolla (tritata finemente) ed aggiungervi la pancetta affumicata tagliata a dadini, fate dorare il tutto e quindi unire gli spinaci, precedentemente scongelati, facendo cuocere il tutto per ca. 3 minuti.

Togliere dal fuoco e dopo aver fatto intiepidire gli spinaci, uniteli al composto preparato in precedenza. Mescolare il tutto e versare sulla pasta sfoglia bucherellata, posata su carta da forno in una pirofila.

La torta dovrà rimanere in forno 180°C per 40 min., preriscaldato in precedenza.

Servire tiepida, come piatto unico, o fredda tagliata a dadini come aperitivo.

## 2. “Fagottini di Bresaola al formaggio”

### 2.1 Ingredienti:

- 10 fette di “Bresaola” (grandi)
- 1 confezione di formaggio fresco alla erbe
- 10 fili d’erba cipollina

## 3. “Mini panini ripieni”

### 3.1 Ingredienti:

- 1 confezione di farina per treccia (già lievitata)
- ½ litro d’acqua
- Ingredienti per la farcitura: prosciutto, formaggio (molle), tonno, maionese, salame, salmone, ....., senape e burro.

## 4 “Cornetti di sfoglia al prosciutto”

### 4.1 Ingredienti:

- 150g di pasta sfoglia
- 50g di prosciutto cotto (ca. 2 cm di spessore)
- 1 uovo Prezzemolo
- Uno spicchio d'aglio
- 1 confezione di pasta sfoglia
- Sale e pepe



### 4.2 Preparazione:

Tirare la pasta sfoglia (1,5 mm di spessore). Tagliatela in due rettangoli di 30 cm di lunghezza e 8 cm di larghezza.

Ricavare da ogni rettangolo 10 triangoli di 6 cm di base e 8 cm di altezza.

Tagliate il prosciutto a striscioline di ca. 6 cm e ponetele sulla base di ogni triangolo.

Arrotolate i piccoli “croissants”, disponeteli sulla placa del forno, leggermente umida, saldando bene tra loro le due punte.

Spennellate una prima volta con l'uovo sbattuto e lasciate riposare 1 ora in frigorifero.

Spennellate una seconda volta, cuocete nel forno a 210°C per 15 minuti ca.

## 5 “Crostini ai funghi”

### 5.1 Ingredienti:

- 1 baguette o pane toast
- 200g di funghi prataioli
- 1 spicchio d'aglio
- 2 dl di panna
- 80g di parmigiano grattugiato
- Sale e pepe q.b.
- Prezzemolo



### 5.2 Preparazione:

Affettare il pane (spessore ca. 2cm). In una padella mettere dell'olio, l'aglio ed i funghi precedentemente affettati e far rosolare fin che l'acqua non sia tutta evaporata. Aggiungete la panna e far cuocere il tutto a fiamma moderata per 3 min. Spegnerne, aggiungere il formaggio grattugiato ed eventualmente un po' di latte. Adagiare su una teglia da forno le fettine di pane e cospargerle con il preparato di funghi.

Far cuocere in forno, precedentemente riscaldato per 10-12 min a 180°C.

## 6 “Polpette di formaggio”

### 6.1 Ingredienti

- 400 g di formaggio fresco
- 8 albicocche secche morbide
- 100 g di papavero



### 6.2 Preparazione:

Mettere formaggio fresco in una ciotola, tagliare le albicocche a pezzetti, uniteci il formaggio e mescolate tutto. Versare i semi di papavero in una ciotola e dopo esservi inumiditi le mani, formate delle polpette con la preparazione al formaggio e quindi rotolatele una a una nei semi.

*Per ricoprire più facilmente le polpette, mettere una per volta in una ciotola piena per un terzo dei semi di papavero. Voltare delicatamente la ciotola, fate ruotare bene ogni polpetta in modo che sia coperta perfettamente i semi di papavero. Potete sostituire il papavero con il sesamo tostato.*

## 7 “Polpette di carne alla menta”

### 7.1 Ingredienti

- 1 kg di carne di manzo tritata
- 2 uova
- 2 spicchi d'aglio
- 15 foglie di menta
- 1 cucchiaino di cumino in polvere
- 2 cucchiaini di fecola di mais
- 2 cucchiaini di salsa di soia
- 2 dadi per brodo vegetale
- sale e pepe macinato fresco



### 7.2 Preparazione:

Tritare la menta e stacciate l'aglio con uno spremiaglio. In una ciotola, mescolate tutti gli ingredienti, tranne i dadi per il brodo. .... Preparare le polpette.

Preriscaldate il forno a 180° C e preparate il brodo vegetale portandolo ad ebollizione. Cuocere le polpette per due minuti, scolatele, mettetele in una teglia ed infornate 3-5 minuti.

## 8 “Polpette di maiale ai cereali”

### 7.1 Ingredienti

- 500 g di carne di maiale
- 2 uova
- 120 g di fiocchi d’avena
- 1 cipolla
- 3 cucchiaini di salsa Worcester
- 2 cucchiaini d’aglio in polvere
- 1 l di olio per friggere
- sale e pepe macinato fresco
- 



fig. 1

### 8.2 Preparazione:

Affettare la cipolla e tagliare la carne a pezzi, frullate tutto (con il robot) e mettete il composto in una ciotola, salare, pepare e unite la salsa Worcester, l’aglio in polvere, le uova e i fiocchi d’avena <sup>fig.1</sup>. Mescolare bene.

Bagnatevi le mani e con il composto, formate delle polpette di medie dimensioni. Tenete a parte in frigo per 10 min. Dopo aver scaldato l’olio per friggere, immergetevi le polpette finché sono ben dorate, scolate su carta assorbente.

*I fiocchi d’avena utilizzati in questa ricetta donano consistenza alle polpette e anche un buon sapore di cereali. L’avena è ricca di antiossidanti e contiene una fibra che contrasta il colesterolo.*

**Buon appetito!**