

# Gazpacho in forma



Il Gazpacho è un buonissima zuppa fredda spagnola, la prima volta l'assaggiai a Barcellona in un ristorantino al porto e ne rimasi colpita. Una ciotola colma di questa zuppa freschissima e buonissima, si sentiva vagamente il sapore del peperone e del pomodoro,

condita ad arte con quel leggero sentore aspro dell'aceto, l'ideale per rinfrescare quella calda serata di luglio.

Questa zuppa è davvero buonissima ma, a mio avviso, ha solo un grave difetto: ci mangi insieme circa 2,5 kg di pane, continui ad inzuppare fette su fette all'infinito... vabbè almeno io... hihi

Per ovviare a questo mio dramma ho pensato, allora, di presentarlo in forma di mouse così da farlo diventare anche un simpatico antipasto o anche un contorno.

Vi dico come l'ho fatto...

## Ingredienti:

- 1 kg di pomodori maturi ma sodi
- 1 cipolla di Tropea
- 1/2 peperone rosso
- 1/2 cetriolo
- qualche foglia di basilico
- 1 spicchio di aglio
- 1 costa di sedano
- 2 cucchiaini di aceto
- 24 gr di gelatina
- olio evo
- sale
- paprika

## Procedimento:

Parto con il lavare e tagliare a pezzetti grossolani tutti gli ortaggi, li metto nel bicchiere del frullatore e frullo tutto bene.

Verso il composto in una ciotola e condisco bene con olio, sale, paprika e aceto.

In un pentolino metto ad ammolare la gelatina in acqua fredda, dopo qualche minuto passo il pentolino sul fuoco per far sciogliere bene il tutto. Unisco, quindi il liquido della gelatina al frullato ed amalgamo bene. Verso ora nello stampo e ripongo in frigo per almeno 5-6 ore.

Passato il tempo in modo che il gazpacho sia ben solido lo sformo sul piatto di portata e lo servo con un filo d'olio.





---

## Sarde salate



Prodotto tipico calabrese, molto antico, è più che altro un modo di conservare il pesce e farne scorte per l'inverno.

Spesso direttamente i pescatori, appena tornati a terra, conservavano per l'inverno il bottino appena pescato e, affidando il pesce a sale e peperoncino, lo mettevano a stagionare in caratteristici barattoli di creta, al fresco delle loro cantine.

Le sardine così conservate sono ottime mangiate in purezza solo con un filo d'olio su una bella fetta di pane, perfette per condire anche un primo piatto, ma sono anche ottime come base di un qualsiasi piatto di

pesce per insaporire ed esaltarne il gusto e la sapidità.

## Metodo di lavorazione

Questa prelibatezza si prepara prevalentemente tra marzo e settembre, le sarde fresche di circa 12/13 cm pulite, eviscerate e decapitate si ripongono in caratteristici barattoloni di creta o di vetro, una accanto all'altra, ricoperte per ogni strato da abbondanti quantità di sale chiuse e messe sotto peso. Dopo circa sei mesi, vengono sciacquate con acqua dolce ed amalgamate con pepe rosso (piccante, un mix di **peperoni cruschi** e un po' di peperoncini secchi macinati grossolanamente), quindi disposte nuovamente nei contenitori, a strati con altro pepe. Segue una stagionatura di qualche settimana, necessaria prima del consumo.

Queste qui sotto sono quelle che hanno preparato la mia mamma ed il mio papà!!! ☐





---

## Mezzelune con baccalà come a casa mia



Vi confido un segreto... a me il baccalà non è che mi faccia proprio impazzire, però fatto così non mi dispiace.

Ho ripensato una ricetta che fa sempre la mia mamma, il classico baccalà in umido, ma fatto alla calabrese, quindi con la patata, il [peperone crusco](#) e potendo il ciuffetto del finocchietto selvatico. Da piccola ogni volta che tentavano di propinarmi questo piatto io mangiavo solo le patate, che avevano un po' il sapore del baccalà, ma le patate sono patate... ;). E questo bel piatto dal sapore rustico e tradizionale l'ho inserito

in un raviolone, ecco come ho fatto...

## Ingredienti:

### Per la pasta

- 200 gr di semola di grano duro
- 2 uova
- 1 cucchiaino di sale

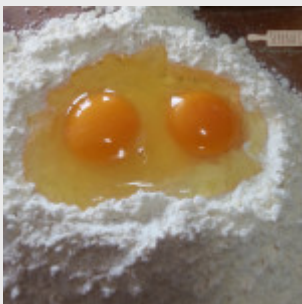
### Per il ripieno

- 300 gr di baccalà
- 300 gr di patate
- pizzico di peperone crusco polverizzato

### Per la salsa

- 400 gr di pomodori pelati
- 1 spicchio d'aglio
- olio evo
- 1 ciufetto di foglie di finocchietto selvatico
- 1 peperone crusco
- peperoncino

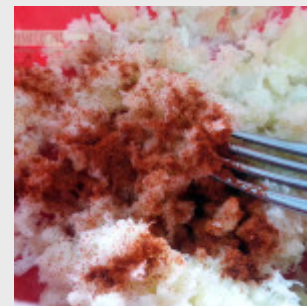
## Procedimento:



Inizio la mia ricetta mettendo a bollire le patate, do' una sbollentata veloce anche al baccalà, prima però tolgo la pelle con cui farò delle mini chips per decorare.

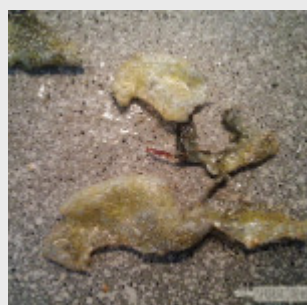
Passo a preparare la pasta all'uovo, come sempre su una spianatoia faccio la fontana con farina e sale, al centro rompo le uova e pian piano inizio a lavorare fino ad ottenere un impasto bello liscio, che metto a riposare coperto sotto una ciotola.

Intanto che la pasta riposa e che si sviluppi la maglia glutinica (ammazza quanto so' tecnica... □ ) passo a preparare il ripieno. Pelo e schiaccio le patate in una ciotola, unisco anche il baccalà e lavoro per amalgamare i 2 ingredienti. Aggiungo anche un cucchiaino circa di peperone crusco polverizzato.



Passati circa 20 minuti vado a stendere la pasta, faccio una sfoglia di circa 2 mm e ritaglio dei cerchi con un coppapasta. Al centro dei dischi ottenuti dispongo una pallina di ripieno e chiudo ripiegando un lembo della pasta sull'altro a formare una mezzaluna, così per tutto l'impasto.

Prima di cuocere i ravioli, rimane da preparare la salsa. Faccio imbiondire uno spicchio d'aglio ed un po' di peperoncino in una padella con un cucchiaino di olio, tolgo l'aglio e ci tuffo la salsa di pomodoro e un po' di finocchietto selvatico tritato, aggiusto di sale e faccio cuocere.



In un'altra padella metto a scaldare pochissimo olio e ci metto dal lato esterno la pelle del baccalà che ho tagliato a pezzetti, lascio cuocere finchè non diventi croccante. Allo stesso modo faccio diventare croccante qualche scaglia di peperone crusco, queste devono stare in padella davvero pochi secondi.

Bene non resta che cuocere i ravioli in acqua bollente e scolarli quando vengono a galla.



Li condisco con abbondante sugo e servo con qualche chips di pelle di baccalà croccante e qualche peperone crusco.

Buonissimi e calabresi! ☐



---

## Variazioni di involtini di pollo e peperoni





Il delirio ormai regna  
sovrano...

Oggi pollo ai peperoni, ricetta della tradizione romana, ma mica lo posso fare normale... no! Ho pensato, allora, di farne degli involtini e così utilizzando gli stessi ingredienti ho iniziato a lavorare... ma poi... eccola li, mi si accende un'altra lampadina e mi dico: "ma se l'involentino lo faccio di pollo con dentro i peperoni... perchè non posso fare anche l'involentino di peperoni con ripieno di pollo?"

E infatti l'ho fatto!!! E vi dirò anche che mio marito ha preferito il secondo rispetto a quello, diciamo normale... uno normale in famiglia no e?!

Vi racconto come li ho fatti, va...

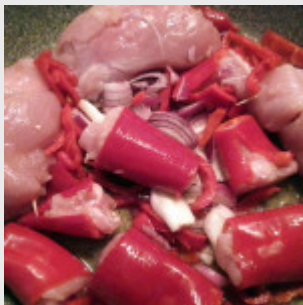
## Ingredienti

- 6 fettine di petto di pollo
- 3 peperoni corno
- 1 cipolla
- olio Evo
- sale
- pepe
- [mix di aromi](#)



Faccio per prima gli involtini di carne. Lavo 1 peperone e lo taglio a striscioline, stendo 4 fettine di petto di pollo su un tagliere e sopra dispongo i pezzetti di peperone, arrotolo partendo da un lato e chiudo l'involentino con uno stuzzicadenti.

Passo ora a fare gli involtini di peperoni, lavo i 2 peperoni rimasti, taglio la parte superiore, divido ogni peperone in 3 cilindri, taglio a pezzettoni le fettine di pollo restanti e li utilizzo per riempire i cilindri di peperone.

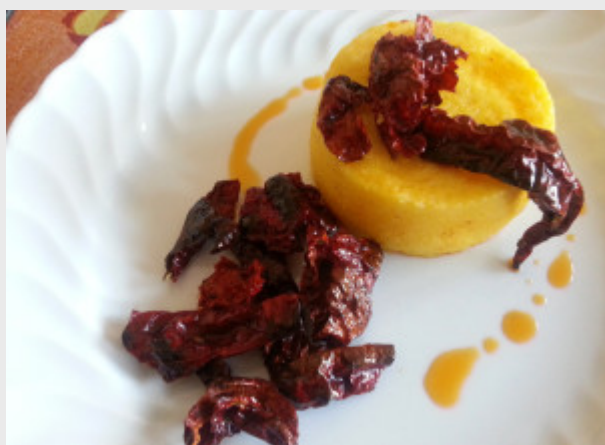


Dispongo le due tipologie di involtini in un tegame, trito grossolanamente la cipolla e la aggiungo nel tegame, cospargo con olio e inizio la cottura, faccio andare per un paio di minuti e poi aggiungo mezzo bicchiere di acqua, sale, pepe, un pizzico del mio **mix di aromi** per insaporire bene, copro con un coperchio e lascio andare fino a cottura.



---

## Polenta e peperoni cruschi



Altra ricetta tipica della tradizione calabrese è la polenta con i [peperoni cruschi](#).

Questa è una delle ricette preferite da mio papà e anche se lontano la faccio pensando a lui!

Vediamo come l'ho preparata.

### Ingredienti:

- 1l acqua
- olio
- 1 cucchiaio di olio extravergine di oliva,
- sale grosso
- farina di polenta 250 gr

- peperoni secchi 7-8
- sale fino

Per prima cosa prepariamo i [Pipi cruschi](#) seguendo la ricetta al link collegato.

Per la polenta invece, ho portato ad ebollizione l'acqua salata in una pentola e ho aggiunto 1 cucchiaio di olio, aggiungo a filo anche la polenta mescolando sempre nello stesso verso con una frusta, facendo attenzione a non creare i grumi. Porto a cottura continuando a mescolare.



Servo calda condita con i peperoni cruschi e il loro olio di cottura.

Buonissima e facile! ☐

---

# Pipi cruschi



Oggi vi scrivo dei “Pipi Cruschi”, alla lettera peperoni croccanti. E’ una ricetta tipica calabrese, e si fanno con i **peperoni secchi**. Per essiccare i peperoni freschi bisogna infilzarli con ago e fili di cotone o spago, fino ad ottenere delle lunghe file di peperoni di circa mezzo

metro, queste vengono appese rivolte al sole ad essiccare. Sicuramente vi sarà capitato di vedere al sud balconi adoranti e colorati da rossi peperoni.

#### Ingredienti:

- Peperoni secchi
- Olio
- Sale

#### Procedimento:

Aprire e pulire i peperoni togliendo i semi all’interno, tagliarli in 4 parti. Friggere i peperoni pochi alla volta per qualche secondo in una padella con poco olio, circa un cucchiaino. Basteranno davvero pochi secondi fino a quando non si gonfino e diventino croccanti, scolarli e metterli su un piatto con della carta assorbente, condire con un pizzico di sale.

Pronti facilissimi e buonissimi.

Siccome sono piacevolmente croccanti potrebbero essere, perchè no, serviti anche come aperitivo e come finger, sembrano patatine... ma di peperoni! ☐