

Carpaccio di carciofi e parmigiano reggiano



Ciaoooo, dopo tanto tempo rieccomi!!! Mi riaffaccio da queste parti proponendovi una ricettina talmente veloce e facile che ho quasi imbarazzo a chiamarla così': il carpaccio di carciofi e parmigiano reggiano!

Finalmente si intravede uno spiraglio di Primavera e dopo un inverno piovoso arriva il sole che tutto fa sbocciare... e fa sbocciare anche uno dei fiori più buoni di tutti, il CARCIOF000! ☐

Ok, bando alle ciance passo direttamente alla ricetta!

Ingredienti:

4 carciofi freschi

qualche fogliolina di mentuccia

scaglie di parmigiano regiano

succo di 2 limone

olio EVO

sale

pepe bianco

Procedimento:

La prima cosa che faccio è spremere uno dei 2 limone, l'altro lo taglio a fettine ne spremono un po' dentro una bacinella con dell'acqua. Passo quindi alla pulitura dei carciofi, elimino le foglie esterne e la parte superiore, li lavo e li immergo nella bacinella con l'acqua e limone. Li taglio a fettine molto fini e li ripongo in un piatto abbastanza capiente. Passo, quindi, a condire i carciofi con l'olio, il succo di limone, il sale ed il pepe, mescolo bene il tutto, ricopro con della pellicola e faccio riposare per un'ora circa in frigo.

Nel frattempo che i carciofi si insaporiscano bene, preparo le scaglie di parmigiano, io lo taglio a coltello, ma si potrebbe usare anche il pelapatate o la grattugia dalla parte con il taglio più largo.

Passo ora ad impiattare il mio carpaccio: prendo un piatto da portata e dispongo a strati prima i carciofi e poi le scaglie di formaggio, ripetendo il passaggio fino ad esaurire gli ingredienti. Per ultimo sopra passo ancora un filo d'olio, un po' di pepe e qualche fogliolina di mentuccia che spezzetto a mano. Che ne dite?



Fusilli con cavolo nero su crema verde di formaggi fusi



Oggi cavolo nero...

Sono passata dall'orto biologico de "[il Melograno 2013](#)" e ho visto una meravigliosa distesa di cavoli neri... Non ho saputo resistere, sono tornata a casa con un fascio gigantesco di queste bellissime foglie verdi!

Il cavolo nero è molto usato soprattutto in toscana, ci si fa la buonissima [ribollita](#), è ricco di mille proprietà



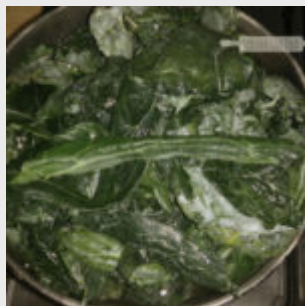
benefiche: è depurativo, antivirale, **antiossidante, antinfiammatorio, antitumorale** ed essendo ricco anche di **sali minerali e vitamine** è ottimo contro virus da freddate e dolori da contratture e infiammazioni... insomma tocca mangiarlo per forzaa!!!! ☐

E comunque è anche buono!!!

Io ho l'ho sperimentato in un primo piatto ed è venuto veramente buono, vi racconto la ricetta...

Ingredienti:

- 250g Cavolo nero
- 40g Olio extravergine d'oliva
- 1 Spicchio d'aglio
- 320 g di pasta, io ho usato dei fusilli di Gragnano
- Peperoncino qb
- 150 gr Formaggio spalmabile
- 1 cucchiaio di Ricotta
- Parmigiano grattugiato
- Coste di cavolo nero lessate e frullate



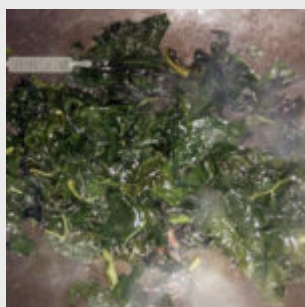
Si parte dalla verdura, mondo le foglie di cavolo tirando via la parte della foglia dallo stelo centrale e separo le due parti, metto a lessare le due cose in 2 pentole separate.

Una volta cotte le foglie le scolo dall'acqua senza però gettarla via, in questa farò cuocere la pasta.



Cotte anche le tolgo dall'acqua, le passo in una ciotola e le frullo molto bene. Passo ora alla crema di formaggio, per non appesantire troppo il piatto uso dei formaggi più leggeri e delicati come la crema spalmabile e la risotta e poi aggiungo sapore con il parmigiano. In un pentolino, quindi, li scaldo e li unisco alle coste frullate.

In una padella faccio saltare poi, le foglie di cavolo, tagliate un po' grossolane, con olio e peperoncino, intanto cucino anche la pasta. A cottura bene al dente scolo i fusilli e li passo nella padella insieme alle foglie, li faccio saltare ed insaporire bene.



Tutto pronto rimane da impiattare! Sulla base del piatto metto un po' di crema di formaggio e sopra la mia pasta saltata con il cavolo, a piacere una spolverata di formaggio ancora e via in tavola!!! □



Pan de queso



Torno a fare una ricetta della mia rubrica "Dal Mondo"

Oggi vi parlo dei panini formaggiosi più buoni che ci siano!!!

Li ho scoperti in viaggio a Rio de Janeiro, anzi vi racconto proprio come li ho scoperti!

Ero in macchina in giro per Rio insieme a Mery, mia cognata, e sua zia che vive lì, anzi a dire la verità io le aspettavo fuori in macchina, erano entrate al supermercato a comprare qualcosa... ad un certo punto uscendo, si fermano ad una specie di box lì vicino alle porte del supermercato e si comprano un sacchettino per una specie di palline di pane non ben identificate... mmh, interessante, pensai... solo che... ALLARME... Man mano che si avvicinavano ste palline diminuivano sempre più... al ché, con la scusa di aiutarle con le buste, gli vado incontro e mi accaparro una pallina... beh, ho scoperto un mondo! Buonissima, soffice, saporita, formaggiosa, oddio, era un po' anche ustionante perchè era proprio appena stata sfornata, ma davvero buona!

Tornata in Italia ho provato varie volte a rifarla e anche con varie ricette, ma i risultati non sono mai stati soddisfacenti, fino ad arrivare a questa variante che più si avvicina a quella saggjata a Rio.

Ve la racconto:



INGREDIENTI

250 g di farina (amido) di tapioca
130 ml di latte
50 ml di olio di girasole
40 g di parmigiano grattugiato
40 g di emmentaler grattugiato
1 uovo
sale q.b.

PREPARAZIONE

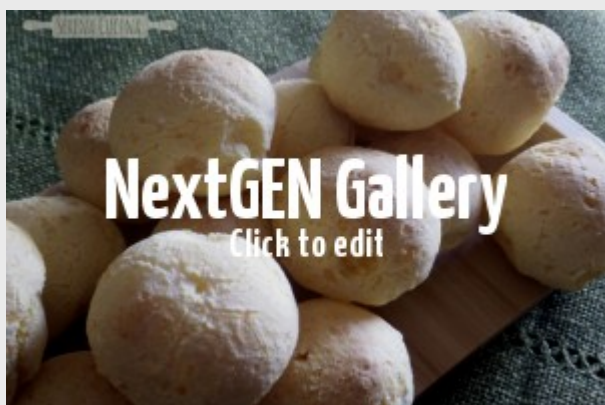


Per prima cosa faccio scaldare latte, olio e sale, che verso poi, poco alla volta in una ciotola con l'amido di tapioca. Mescolo bene il tutto. Aggiungo man mano anche i formaggi grattugiati ed impasto bene.

Per ultimo aggiungo l'uovo mescolando molto per farlo amalgamare bene, continuando ad impastare bene fino a ottenere un composto compatto e liscio.



Pronto l'impasto, comincio a fare delle palline non molto grandi fino a terminare il composto. Le dispondo su una placca rivestita di carta da forno e faccio cuocere a 200°C per circa 20 minuti.



Timballo di melanzane e pasta



Buone le melanzane... e poi ci si possono fare davvero mille cose!

E via con un nuovo esperimento...

vabbè esperimento relativo in effetti, perchè il timballo di pasta e melanzane è una ricetta classica, ma io ho cambiato un po' gli ingredienti, alleggerendolo anche un po'...

Davvero molto buono, anche mio marito lo ha gradito... e lui sugli "alleggerimenti" ha sempre da borbottarci su!!! XD

Ve lo racconto:

Ingredienti:

- 2 melanzane
- 140 gr di pasta
- 2 capricini aromatizzati al peperoncino
- 2-3 cucchiari di polpa di pomodori in pezzi
- Sale
- Olio Evo
- Peperoncino
- Qualche fogliolina di menta

Procedimento:



Prima cosa da fare lavare e affettare le melanzane, le faccio di circa 3-4 mm.

Sul fornello metto a scaldare la piastra e, quando a temperatura, metto a grigliare le fette di melanzana su entrambi i lati.



Nel frattempo che finisco di grigliare le mie melanzane, metto a bollire dell'acqua per cuocere la pasta.

Quando bolle la calo, lascio cucinare ma la tiro su molto al dente, perchè poi finirà di cuocere in forno.

Condisco con la polpa di pomodoro, olio, sale ed il caprino, amalgamo bene e aggiungo anche un pizzico di peperoncino e una fogliolina di menta spezzettata con le mani.



Bene, passo a “montare” il tortino. Ungo la base di una pirofila da forno e vi dispongo a raggiera le fette di melanzane facendole uscire per metà della lunghezza.

Al centro delle melanzane aggiungo la pasta condita ed aggiungo ancora un cucchiaino di polpa di pomodoro.

Non ho cotto la salsa per non aggiungere ulteriori calorie con soffritti vari, poi in forno la salsa si condirà e cucinerà dentro insieme al tortino.



Ripiego su loro stesse le fette di melanzane che fuoriescono dalla teglia e richiudo bene a coprire tutto il contenuto.

Passo un filo d’olio in superficie e ancora un pizzico di sale.

Metto in forno per una ventina di minuti a 200°

Pronto!!!



Spaghetti pomodori secchi, caprino e bomba calabrese



Un piatto di pasta al volo, pronto in pochi minuti, giusto il tempo che si cuocia la pasta.

Facilissima, super veloce e molto buona!

Anche con questo Contest partecipo a [Fattorie Aperte in Sila](#)

Vi racconto come l'ho preparata...



Ingredienti:

- 160 g di spaghetti
- 5-6 pomodori secchi
- 3 cucchiaini di olio evo
- 1 caprino fresco
- 3-4 cucchiaini di [Bomba Calabrese](#)
- Sale qb

Procedimento:

Prima cosa metto su la pentola dell'acqua e quando bolle butto gli spaghetti. Intanto preparo il condimento, ma davvero ci vuole un attimo!

Taglio a pezzi i pomodori sottolio e li amalgamo con il caprino.

Tiro su la pasta molto al dente e la ripasso meno di 1 minuto con un po' di acqua di cottura e la [Bomba calabrese](#).

Per ultimo aggiungo il pomodoro e il caprino, amalgamo bene e servo.

BUONISSIMA! ☐



Tartufini di fave e pecorino



Primo Maggio non possono mancare fave e pecorino...

mmmh ma che non lo faccio un esperimento pure con questi 2 ingredienti? Ovvio che si!

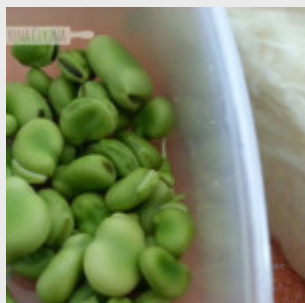
Certo, per mio marito tutta sana non sono... e già vi dico che mi ha lasciato fare questa ricetta a patto che gli andassi a ricomprare le fave... :0 è bello sapere che posso contare sul supporto almeno di mio marito...

Siamo a pranzo dalla mia carissima amica Francesca di missione gusto.com e secondo voi potevo portare na busta di fave e na fetta di formaggio? Non mi sembra proprio il caso! Quindi, ecco la ricetta...

Ingredienti per 15 palline:

- 100gr di formaggio spalmabile
- 5-6 baccelli di fave
- 50 gr di pecorino
- 50 gr di formaggio grattugiato

Procedimento:



Primo passaggio sbucciare le fave. Taglio a pezzetti il pecorino (io preferisco quello a pezzi, è sempre più fresco e saporito) lo trito nel frullatore, aggiungo anche le fave e faccio andare di nuovo, faccio un trito grossolano, perchè mi piace che si sentano poi al morso i pezzetti sia di fave che di pecorino.

Al trito ottenuto aggiungo il formaggio spalmabile e mescolo bene. A piacere potete mettere più o meno pecorino, in base ai gusti.

Bene ci siamo quasi, rimane solo da fare le palline, per evitare che l'impasto si appiccichi alle mani le bagno in acqua, inizio a far ruotare tra i palmi delle mani un po' di impasto fino ad avere una pallina più o meno precisa, così via per tutto l'impasto.



Per rifinire passo le palline nel formaggio grattugiato.

Tartufini pronti... speriamo che Francesca gradisca, che quella è precisetta!!! Scherzo Frà!!! ☐

