

CUCINA
 Dall'antipasto
 al dolce,
 un menu
 raffinatissimo
 ma molto
 facile. Con
 l'effetto
 speciale
 delle pentole
 metal
 di Cristina Bay
 Foto di G. Frassi



CAPONATA DI ARAGOSTA



Vellutata di peperoni e piselli al pesto

Per 4 persone

Per il pesto: 2 ore prima di fare il pesto, mettete la boccia del frullatore in freezer. Pulite 25 foglie di basilico con un telo inumidito (lavare il basilico è cosa che non s'ha da fare). Tostate leggermente in un pentolino 1 manciata di pinoli. Pulite 1 spicchio di aglio. Grattugiate 30 g di grana e 30 g di pecorino romano. Togliete dal freezer la boccia, metteteci 5 cucchiaini di olio extravergine d'oliva ligure, il basilico, i pinoli, l'aglio, 1 pizzichino di sale grosso e metà dei formaggi. Frullate alla massima velocità per 10 minuti. Trasferite in una ciotola e completate con il resto del formaggio.

Per la vellutata: in una casseruola alta 14 cm sciogliete 40 g di burro, unite 40 g di farina setacciata e fate tostare mescolando con un cucchiaino di legno per 5 minuti. Versate a filo, continuando a rimestare, 4 bicchieri di brodo vegetale e cuocete per 10 minuti. Aggiungete 120 g di piselli sgusciati e 1 peperone giallo mondato da semi e coste bianche e spezzettato, cuocete per 10 minuti, frullate e passate al passaverdura. Aggiustate di sale. Servite con crostini di pane e il pesto.

Caponata di aragosta

Per 4 persone

Lessate 1 aragosta da 1 kg in un court-bouillon bollente per 20 minuti, poi scolatela, lasciate intiepidire e tagliatene



ZABAIONE ALL'ARANCIA

la polpa a pezzi. Riunite in un pentolino 5 cucchiaini di aceto di mele e altrettanto vino bianco con 2 cucchiaini di zucchero di canna e fate parzialmente evaporare a fuoco vivo per 4 minuti. Sbollentate 2 pomodori, pelateli, privateli dei semi e spezzettateli. Tagliate a dadini 300 g di melanzane e sbollentatele per 2 minuti. Sbollentate 200 g di sedano tagliato a dadini per 2 minuti. Mondate e tagliate a julienne 1 peperone giallo e 1 rosso. Tagliate a julienne 2 zucchine. Affettate sottili 2 cipolle rosse e rosolatele nella casseruola con 2 cucchiaini d'olio finché saranno morbide. A fuoco spento unite 1 manciata di capperi sott'aceto strizzati, 1 manciata di olive nere denocciolate divise a metà, 2 cucchiaini di pinoli, 2 di uvetta e qualche mandorla leggermente tostata. Mescolate bene. Levate e tenete da parte. Scaldate nella padella da 24 o 30 cm 1 filo di olio e cuocete per 3 minuti i peperoni, le zucchine, il sedano e le melanzane. Unite i pomodori, il soffritto arricchito, la polpa del-

l'aragosta e l'aceto e cuocete per 2 minuti mescolando. Aggiustate di sale, profumate con 1 manciata di foglie di basilico, mescolate e guarnite con 2 uova sode tagliate a spicchi, bottarga tagliata a fettine e dadini di pane tostati. Ammesso che se ne avanzi, il giorno dopo è altrettanto buona.

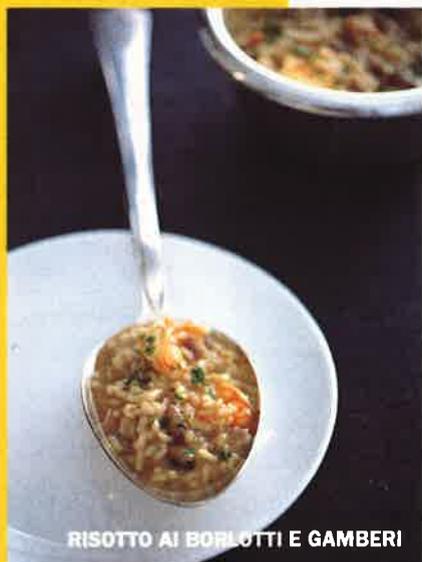
Zabaione all'arancia

Per 4 persone

In una ciotola montate con una frusta 5 tuorli con 80 g di zucchero fino a quando saranno chiari e spumosi. Trasferite la crema nel polsonetto da 10 cm e cuocete a bagnomaria a fuoco bassissimo, senza mai far bollire e senza smettere di montarla, per circa 10 minuti: deve aumentare molto di volume e diventare gonfia e vellutata. Scaldate 1 dl di Grand Marnier con 5 cucchiaini di succo filtrato di arancia, unitelo poco per volta allo zabaione, profumate con abbondante noce moscata e servitelo caldo o tiepido. Se preferite uno zabaione meno alcolico, utilizzate 1 dl di succo di arancia in cui avrete stemperato un cucchiaino di amido di mais e per finire qualche cucchiaino di Marsala.

Servizio d'argento

Bruscandoli è un termine dialettale veneto che identifica i germogli del luppolo e quelli del pungitopo, molto simili agli asparagini selvatici



RISOTTO AI BORLOTTI E GAMBERI



FRITTATINA DI BRUSCANDOLI

Risotto ai borlotti e gamberi

Per 4 persone

Lasciate a bagno per 1 notte 80 g di fagioli borlotti. Scolateli, metteteli in una casseruola, copriteli a filo di acqua fredda e unite 1 cipolla, 1 carota, 1 gambo di sedano, 1 mazzetto di gambi

di prezzemolo e 1 foglia di alloro. Cuocete per 1 ora, eliminate le verdure e portate a cottura i fagioli (40 minuti circa). Sgusciate 12 gamberi, sciacquate i gusci e cuoceteli con 1 bicchiere di vino bianco, 1 bicchiere di brodo vegetale, 1 piccola cipolla tritata e 1 pomodoro tagliato a pezzi. Dopo 30 minuti scolate il tutto, schiacciando le teste, e fate concentrare sino ad avere 4 cucchiai di fondo. Fate un soffritto con 2 scalogni e poco olio, poi frullatelo. Tostate per 2 minuti nella pentola 250 g di riso vialone nano con 1 filo d'olio, unite il soffritto e cuocete a fuoco medio unendo a mestolate i fagioli con il loro brodo di cottura. A fine cottura, unite gli ultimi fagioli e i gamberi privati del budellino nero e saltati con poco olio e 1 spicchio di aglio per 1 minuto, salate e mantecate con 1 filo di olio e 1 cucchiata di prezzemolo tritato.

Frittatina di bruscandoli

Per 4 persone

Lasciate a mollo 400 g di bruscandoli per 30 minuti, poi eliminate 1 cm, non di più, della base e cuoceteli al vapore per 10 minuti. Scolateli, tagliateli a pezzetti e saltateli per 2 minuti nella padella da 18 cm con 1 filo di olio e 1

spicchio di aglio. Salate, eliminate l'aglio e lasciate intiepidire. In una capiente ciotola, sbattete 6 uova, unite i bruscandoli, 50 g di grana grattugiato e riaggustate di sale. Scaldate 1 abbondante noce di burro nella padella e versate le uova e agitate la padella per distribuire al meglio il composto. Cuocete per 5 minuti, poi girate la frittata e cuocete ancora per 4 minuti. Servitela tiepida. Potete anche utilizzare asparagini selvatici al posto dei bruscandoli.

Agnello giallo alla frutta

Per 4 persone

Mettete a mollo nel tè 100 g di uvetta per 10 minuti, scolatela e strizzatela. Dividete a metà e denocciate 16 prugne piccolissime. Sbucciate 2 pesche e tagliatele a dadi. Saltate la frutta nella padella con abbondante burro per 3 minuti, insaporite con noce moscata e cannella, e mettetela da parte in caldo. Tagliate a dadi 800 g di spalla di agnello e fatelo saltare nella stessa casseruola delle pesche con abbondante burro per 2 minuti. Coprite con un filo di brodo di agnello bollente e cuocete coperto per 1 ora. Alla fine unite la frutta e 1 bustina di zafferano stemperata in poco brodo e regolate di sale.

Sauté vegetariano

Per 4 persone

Mettete a bagno 10 cm di alga kombu in una ciotola colma d'acqua tiepida. Pelate e tagliate 300 g di barbabietole già cotte a dadi. Sbucciate le patate e tagliatele a dadi. Tagliate a julienne le carote e a rondelle 1 porro. In una padella da 24 cm fate rosolare il porro con 1 filo di olio per 5 minuti, poi aggiungete 1 foglia d'alloro e tutte le altre verdure e lasciate insaporire per 5 minuti, mescolando. Aggiungete l'alga kombu a striscioline e la sua acqua di ammollo filtrata. Incoperchiate e fate cuocere a fuoco basso per mezz'ora. Cinque minuti prima della fine della cottura, levate il coperchio, tagliate sottilmente un mazzetto di rucola e fatela saltare con le altre verdure. Aggiustate di sale e servite subito.

(Food stylist Alessandra Avallone)