

INSALATA DA TIFFANY: PERCHE' #questoepiubello

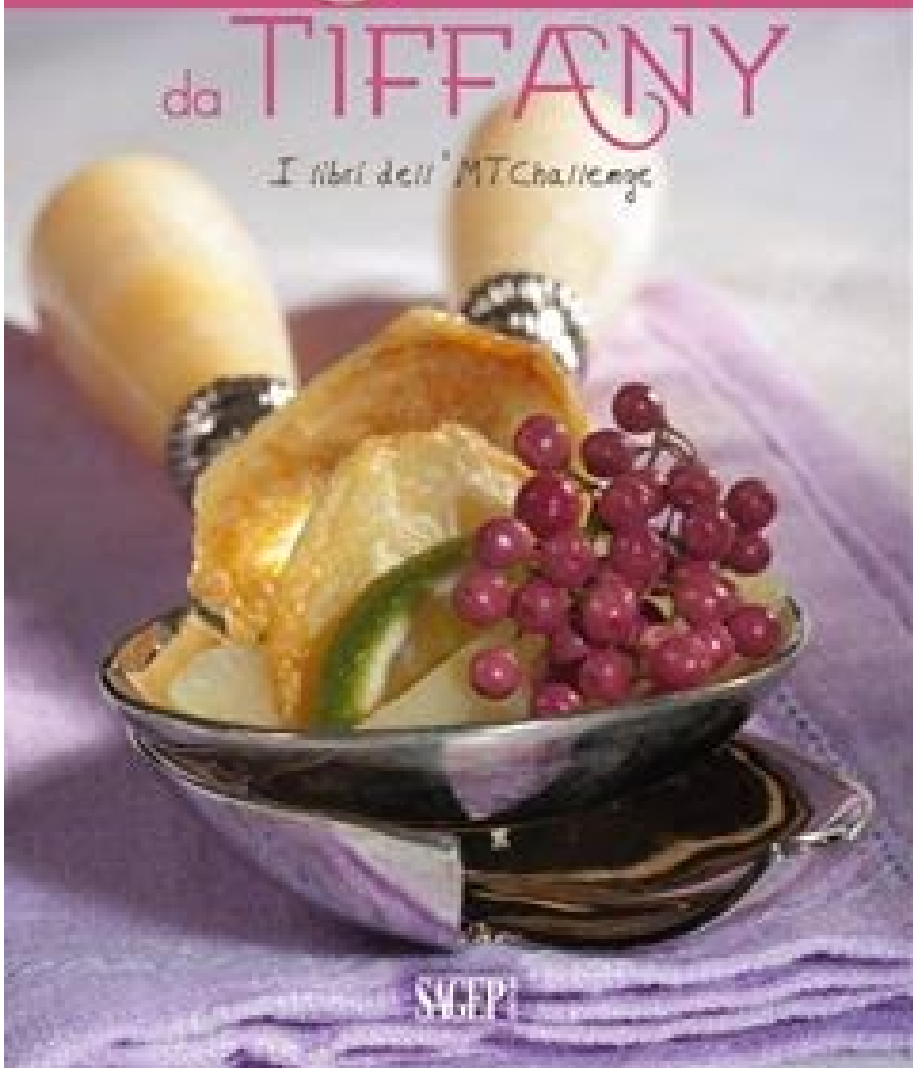
Ne abbiamo viste delle belle in questi giorni.. o per meglio dire "dei belli" ma vi assicuro che non era niente in confronto a quello che state per vedere perché... "questo è più bello"!!! Questo è il secondo libro della collana de I libri dell'MTChallenge edito da Sagep, ed è ora disponibile.

Libro frutto delle ricette scaturite dall'ennesima magnifica sfida, frutto dell'infaticabile Alessandra, frutto del fantastico gruppo dell'MTC del quale sono sempre più orgogliosa di far parte, iniziato per gioco e diventato una fonte di insegnamento e stimolo sempre più elevato!

Ma non voglio dilungarmi troppo quindi vi lascio godere di alcune pagine del libro, e ricordate che acquistandolo contribuirete ad un progetto benefico che potete leggere nello specifico in fondo al post.

INSALATA da TIFFANY

I libri dell' MTChallenge



ALCANTARA
SCEP

Acquistando questo libro sosterrai
 "PIAZZA DEI MESTIERI"
www.piazzadeimestieri.it

Da un'idea di Alessandra Genaro

Direzione e coordinamento editoriale, editing:
 Fabrizio Fazzari e Alessandra Genaro

Progetto grafico:
 Sagep Edizioni Srl

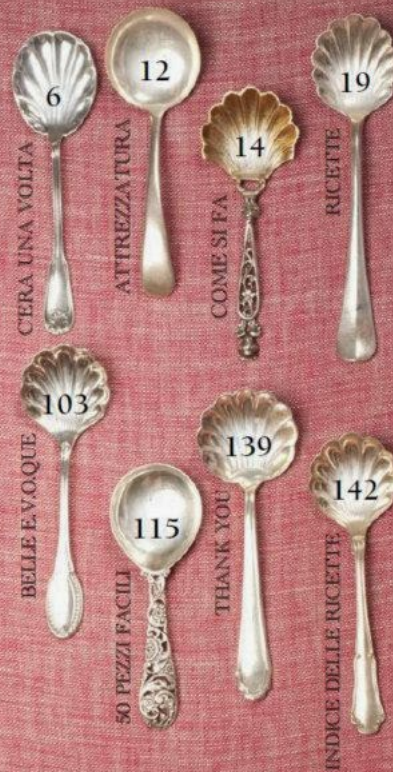
Impaginazione:
 Barbara Ottoneo

Fotografie:
 © Paolo Piccinotto

Illustrazioni:
 © Mai Esteve

© 2014, Michalinger®
www.michalinger.it

© 2014, Sagep Edizioni Srl, Genova
www.sagep.it
 ISBN 978-88-6373-288-7



INSALATA DI RINFORZO

1 cavolfiore
 300 g di olive bianche
 3 papavero
 5-6 alici sottolio
 2 cucchiaini di aceto
 olio extravergine d'oliva

Lavate il cavolfiore, riducetelo a cimette e lessatelo in abbondante acqua salata e acidulata con 2 cucchiaini di aceto. Scolatelo al dente e fatelo raffreddare.

Sciacquate rapidamente le olive e le alici sotto l'acqua corrente e asciugatele, tamponandole con carta assorbente da cucina. Lavate le papaveri e asciugatele.

Comporre l'insalata

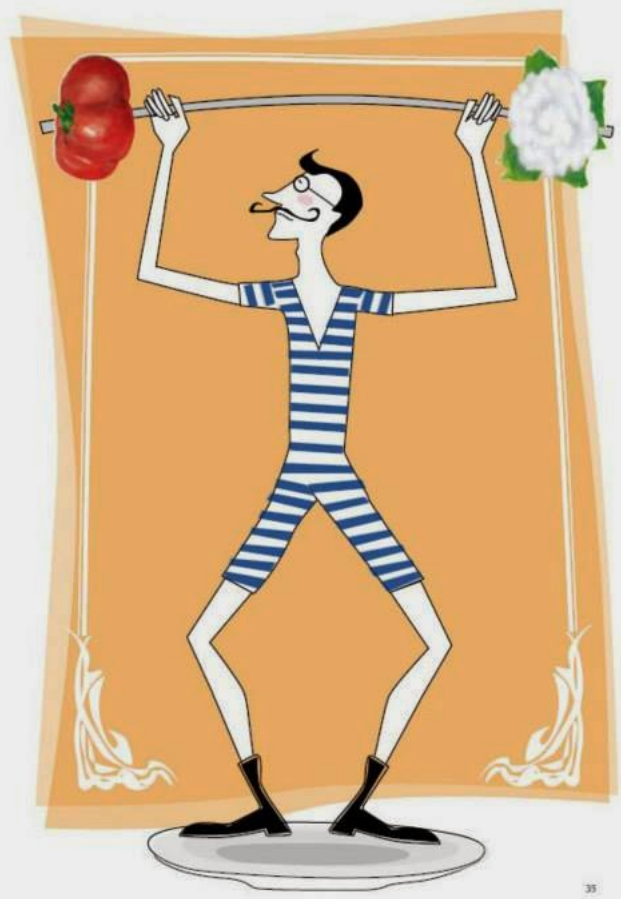
In un'insalatiera, disponete le cimette di cavolfiore, le olive, le alici grossolanamente spezzate e le papaveri, tagliate a pezzetti. Conditte con un filo d'olio e servite.



Piatto immancabile sulle tavole delle feste natalizie di Napoli e dintorni, l'insalata di rinforzo deve il suo nome all'abitudine di aggiungere via via gli ingredienti che mancavano, a mano a mano che la si consumava, dalla Vigilia a Capodanno.

Come capita abitualmente con le ricette di tradizione, ogni famiglia ha la sua. l'importante, però, è che non manchino gli ingredienti tipici del territorio, come le olive di Gaeta e le papaveri, un tipo di peperone dalla polpa soda e carnosa che si mette sotto vetro d'estate, per poterlo utilizzare d'inverno, a completamento di questo piatto.

di Fabio D'Amico e Anna Lodi
 Vegan da blog Assaggi di Viaggio
assaggiiviaggio.blogspot.it



IN-SALATE



122

VEGANI CAESAR SALAD

Mescolate 2 cucchiaini di tahini con con 1 o 2 cucchiaini di senape, uno spicchio d'aglio sbucciato e spremuto e un cucchiaino o due di acqua, in modo da ottenere una consistenza densa, ma fluida. Su un piatto da portata disponete le foglie di lattuga, stracciate con le mani, la polpa dell'avocado, tagliata a fette e i ceci. Condite con la salsa, aggiustate di sale e di pepe, unite i semi di sesamo e servite.

di Giulia Piro dal blog livateverybite.com

1 lattuga romana - 200 g di ceci bolliti
1 avocado - semi di sesamo
sale e pepe, qb

Per la salsa

2 cucchiari di salsa tahini - 1 spicchio d'aglio - 1-2 cucchiaini di senape
acqua, qb - sale, qb

VEGGIE SALAD

Sciocquate l'uvetta e i mirilli rossi sotto l'acqua corrente, poi ammolateli nel Porto per 5 minuti. Preparate un'emulsione con il miele, il succo filtrato del limone, la cannella, poco sale e poco olio. Sbucciate le pere, togliete loro il torsolo e affettatele con una mandolina di uno spessore di 2 mm: mettele in una terrina assieme alla frutta disidratata, ben strizzata dal liquido di ammollo e condite con l'emulsione. Disponetela in un'insalatiera le foglie della lattuga, stracciate con le mani: unite le pere con il loro liquido e mescolate bene. Aggiungete poi le noci brasiliane, in parte intere, in parte a pezzetti, insaporite ancora con un giro d'olio e con un bel pizzico di sale Maldon.

di Giulia Del Gatto dal blog sewandgalaustitchen.blogspot.it

1 lattuga iceberg, grande
2 pere Spadona
100 g di ghiugli di noci brasiliane
50 g di uvetta
50 g di mirilli rossi disidratati
50 ml di Porto o altro vino liquoroso
1 cucchiaino di cannella in polvere
2 cucchiari di miele
1 limone
olio extravergine di oliva
sale Maldon, qb

INSALATA ANTIOSSIDANTE AI FRUTTI ROSSI

Disponete gli spinaci nel piatto da portata. Aggiungete i frutti rossi, puliti con una pezzuola umidita, le ciliege snocciate e l'uvetta, precedentemente ammollata in acqua intiepidita e ben strizzata. Sciogliete il sale e il pepe nella glassa al balsamico ed emulsionate con olio extravergine, mescolando bene. Condite l'insalata con la vinaigrette e servite.

di Eleonora Palcini dal blog relaconcenzero.blogspot.it

150 g di frutti rossi freschi
100 g di ciliegie
50 g di uvetta
1 cucchiaino di glassa all'aceto balsamico fatto in casa
2 cucchiari di olio e.v.o.
sale, qb
pepe bianco, qb

INSALATA DI SOIA E GOJI

La sera precedente metete a bagno la soia in acqua tiepida con mezzo cucchiaino di bicarbonato. Il giorno successivo fate cuocere la soia in acqua leggermente salata, per circa un'ora: deve diventare tenera. Scolate e fate raffreddare. Pulite il sedano e la cipolla, tagliate a pezzetti il primo e affettate sottilmente la seconda. Mettete a bagno le bacche di goji per mezz'ora in acqua tiepida, scolate e asciugate. Mettete tutti gli ingredienti in un'insalatiera e condite con olio, sale e aceto balsamico. Se desiderate potete aggiungere del tonno sott'olio.

di Helgi Turra dal blog pitarespatten.blogspot.it

100 g di soia secca
1 cipolla rossa, media
2 gambe di sedano
bacche di goji a piacere
1 cucchiaino raso di bicarbonato
2 cucchiari di olio e.v.o.
1 cucchiaino di aceto balsamico
sale, qb
tonno sott'olio [facoltativo]

123

WALDORF SALADE

1 mela Granny Smith
1 mela Red Delicious
½ limone, il succo
4 gambi di sedano
150 ml di yogurt naturale
100 ml di panna
100 g di maionese
piccole foglie di lattuga
noci caramellate
sale, qb
pepe, qb

per le noci caramellate
200 g di ghiacci di rosee
50 g di zucchero
2 cucchiai di acqua

Per le noci caramellate:

Versate in una pentola capiente lo zucchero e due cucchiai d'acqua. Scaldate senza mescolare e quando lo zucchero inizia diventare ambrato unite le noci e mescolate con una spatola per avvolgerle completamente nel caramello. Lavorate rapidamente, prima che lo scioglimento di zucchero inizi a scurire, perché diventerebbe troppo amaro.

Scolate le noci e si fafile raffreddare su carta forno.

Per l'insalata:

Tagliate le mele a fette sottili e spruzzatele con un po' di succo di limone per non farle annerire.

Lavate e mondiate il sedano e tagliatelo a pezzettini.

Per il condimento:

In una ciotola unite lo yogurt, la panna e la maionese e mescolate bene. Aggiustate di sale e di pepe.

Comporre l'insalata:

Sul fondo del piatto da portata, fate un letto di foglie di lattuga, sopra il quale disponete le mele, il sedano e le noci caramellate. Condite con il dressing e servite.

La Waldorfsalad venne creata nelle cucine del Waldorf Hotel a New York, alla fine del XIX secolo, al tempo in cui era retribito quel famoso César Tschirky a cui si deve anche il perfezionamento di un altro delle glorie della gastronomia statunitense, vale a dire le Uova alla Benedict. Lo stesso originale si differenzia da quella riportata solo per le noci caramellate che, nella versione classica, prevedono uno scioglimento più viscoso, a base di estratto d'aceto, melassa, mela e succo di mela e la frittura profonda dei ghiacci, una volta caramellate.



INSALATA DA TIFFANY

il libro è edito da Sagep Editori

le fotografie sono di Paolo Picciotto

le illustrazioni di Mai Esteve

l'impaginazione è di Barbara Ottonello di Sagep Editori

la direzione editoriale è di Fabrizio Fazzari

il prezzo è di 18,00 euro.

Acquistando una copia di *Insalata da Tiffany*, contribuirai alla creazione di borse di studio per i ragazzi di Piazza dei Mestieri (link: <http://www.piazzadeimestieri.it/>), un progetto rivolto ai giovani oggetto della dispersione scolastica e che si propone di insegnare loro gli antichi mestieri di un tempo, in uno spazio che ricrea l'atmosfera di una vecchia piazza, con le botteghe di una volta- dal ciabattino, al sarto, al mastro birraio e, ovviamente, anche al cuoco. La Piazza dei Mestieri si ispira dichiaratamente a ricreare il clima delle piazze di una volta,

*dove
persone, arti e mestieri si incontravano e, con un processo di
osmosi
culturale, si trasferivano vicendevolmente conoscenze e
abilità: la
centralità del progetto è ovviamente rivolta ai ragazzi che
trovano in
questa Piazza un punto di aggregazione che fonde i contenuti
educativi
con uno sguardo positivo e fiducioso nei confronti della
realtà,
derivato proprio dall'apprendimento al lavoro, dal modo di
usare il
proprio tempo libero alla valorizzazione dei propri talenti
anche
attraverso l'introduzione all'arte, alla musica e al gusto.*

Il libro è acquistabile nelle librerie

sul sito Sagep

<http://www.sagep.it/easyStore/SchedeVedi.asp?SchedaID=2105>

Amazon

http://www.amazon.it/Insalata-Tiffany-A-Gennaro/dp/8863732884/ref=sr_1_1?ie=UTF8&qid=1405526459&sr=8-1&keywords=insalata+da+tiffany

Ibis

<http://www.ibs.it/code/9788863732887//insalata-tiffany.html>

**MTC num. 40 ecco il
vincitore!!!**

La prima cosa che voglio scrivere in questo post è GRAZIE!! Grazie alle infaticabili donne dell' MTC Alessandra e Daniela per aver creduto in me, per avermi donato questo testimone che passa di mese in mese in mani esperte di cuoche meravigliose, quel testimone che dico con estrema sincerità mai avrei

pensato di afferrare!! Grazie ancora ad Antonietta, ho riletto bene le tue parole i giorni successivi alla vittoria, dopo aver spazzato via il caos mentale in cui mi trovavo, sei una dolcezza e spero tanto anche io di abbracciarti un giorno!!! E un altro importantissimo GRAZIE a tutte le partecipanti, leggere che la mia ricetta vi è piaciuta ed è riuscita bene mi ha davvero inorgoglito e riempito il cuore, posso sembrare esagerata ma la vostra approvazione è stata importante e ha tenuto l'emozione alta per tutto il mese! Mi sono piacevolmente lasciata travolgere dalla vostra valanga di piadine ma ammetto che sia anche molto impegnativo, leggere e studiare con attenzione le vostre 250 e oltre ricette, ha richiesto molto tempo e anche se inizialmente, assecondando la mia mania organizzativa, pensavo di inserirvi tutte in una bella tabella, ho dovuto desistere! Ho invece sperato che la ricetta del cuore arrivasse all'improvviso, e così è stato, è semplicemente bastato restare fedele alle aspettative che avevo!

Avete creato piadine da oscar, ho "assaporato" centinaia di ottime salse, creme, patè, maionesi, mostarde, chi ha fatto lo squacquerone, principe di romagna, con le sue mani, chi è arrivato lontano e ha fatto diventare la piada con gli "occhi" a mandorla in una preparazione strabiliante, chi mi ha colpito molto sia con la prima che con la seconda proposta, chi mi ha lasciato a bocca aperta e non c'è bisogno di spiegare il perché, chi è andato oltre realizzando un piadina carica di sensazioni e significati, chi ha proposto la piada della moglie e del marito, io ho adorato la prima!! Poi ci son stati i piadamundial partoriti dalla vulcanica mente di Alessandra, una piada meglio dell'altra tutte in tema tutte studiate, una gara appassionante che mi ha coinvolto e incuriosito, tra tutte le mie preferite sono state questa per la sua farcitura piccante ma delicata e questa per tutto e perché credo sia la prima che proverei!!! Inoltre sono sempre affascinata e ammirata da chi, nonostante le difficoltà legate ad intolleranze, riesce a creare proposte impeccabili che nulla hanno da invidiare a quelle "normali" una su tutte mi è piaciuta questa, ammetto anche moltissimo per la farcitura senza dubbio nelle mie corde! In ultimo voglio nominare anche questa e questa ricetta perché, anche se non conosco il mondo vegano, sono incuriosita da come riescono a creare

interessanti proposte con una scelta più limitata di alimenti, per me son state entrambe bravissime!!

Ma eccoci alla vincitrice, Annalena, dopo aver letto il suo post non ha mai abbandonato i miei pensieri, era fissa lì e più ci pensavo più mi convincevo che dovesse vincere, fedele sia nelle parole che nei fatti a quello che credevo dovesse essere la chiave vincente. La piadina romagnola è un prodotto semplice, rustico e legato ad un ripieno classico come crudo squacquerone e rucola, lo sanno tutti!! Leggendo il post di Annalena mi è venuta la pelle d'oca, sembra mi abbia letto nel pensiero e oltre alla ricetta ha inteso perfettamente il significato della piada *"fare in casa" ogni componente del ripieno, in modo che l'insieme rispetti al massimo la tradizione e sia*

comunque personale... ma soprattutto sia street food, estivo, popolare, leggero, fresco e divertente" Parole sante, questa sua frase dice tutto, raccoglie in sé il senso della sfida!! Per me Annalena ha valorizzato la piadina, mantenendo la sua natura, focalizzandosi sull'insieme e non solo su un elemento, capendo fino in fondo come fare. Ha colto l'essenza di ogni cosa, e ha rispettato la tradizione in modo del tutto personale realizzando egregiamente prodotti home made come il lonzino e la formaggina fresca che degnamente sostituiscono crudo e squacquerone. Ma il tocco personale ci voleva, in fondo si tratta di una gara e quindi, oltre all'indiscussa bravura, parliamo anche di fantasia e originalità che di certo non sono mancate grazie alle sue strepitose albicocche cren-sciroppate. Ora cara Annalena ti cedo con gioia lo scettro della tanto meritata vittoria, sono sicura che saprai stupirci con una proposta meravigliosa!!!