

SPOJA LORDA AL FARRO INTEGRALE E BORRAGINE

E poi un bell' anno decidi di piantare dei semi di borragine perché spontanea proprio non la trovi, e lei giustamente nasce e cresce, ma tu non avevi preventivato che lei puntualissima ogni anno sarebbe rinata e ti avrebbe regalato un bel cespuglio di nuove foglie da trasformare in qualcosa di commestibile!! Quindi un giorno si presenta mia mamma con una bel mazzo e mi chiede che cosa ne voglio fare, ebbene quest'anno è nata questa pasta dalla tradizione romagnola ma ovviamente rivisitata.

La **spoja lorda** nasce per utilizzare le rimanenze del ripieno dei cappelletti con il quale si sporcava della sfoglia che poi veniva ricoperta con un secondo strato di pasta, tagliata a quadretti e cotta rigorosamente in brodo, questo perché anche se il poco ripieno fosse uscito non sarebbe comunque andato perso ma anzi, avrebbe arricchito il brodo. Oggi questa deliziosa pasta viene consumata sempre più spesso anche asciutta ed in questo caso naturalmente è necessario fare più attenzione a togliere bene l'aria tra i due strati di pasta ed a tagliare i quadretti con una rondella che schiaccia bene.




Cantieri di Venere

SPOJA LORDA AL FARRO INTEGRALE E BORRAGINE



- PER LA PASTA

- 200 g di farina di farro integrale
- 100 g di farina tipo 2
- 70 g di borragine cotta e strizzata
- 2 uova

- PER IL RIPIENO

- 200 g di formaggio campagnolo
- 150 g di ricotta di mucca fresca
- 30 g di parmigiano reggiano
- pepe nero a piacere

- PER IL CONDIMENTO

- 30 g di burro
- 12 foglie di salvia
- 30 g di pinoli
- 30 g di parmigiano reggiano 30 mesi

1. Per prima cosa preparate la pasta, lavate accuratamente le foglie della borragine e lessatele in acqua leggermente salata per 15 minuti, scolatela, passatela sotto acqua corrente fredda e strizzatela bene. Frullate le uova con 70 grammi di borragine fino ad ottenere un composto liscio.
2. Disponete le farine su di una tagliere e formate un vuoto al centro versatevi il composto di uova e borragine. Iniziare a lavorarle con una forchetta

prendendo sempre più farina. Quando non è più possibile lavorare con le mani, iniziate a impastate con i palmi. Eseguite movimenti alternati facendo forza sulla pasta e ottenendo un panetto allungato. Ripiegate la pasta portando i due lati verso il centro, riprendete a lavorarlo e proseguite così fino a raggiungere un impasto liscio, servono circa 15 minuti. Mettete la pasta sotto un piatto e lasciate riposare 30 minuti.

3. Riprendete la pasta, schiacciatela con le dita dandogli una forma rotonda. Iniziate a lavorarla con il mattarello, inizialmente stendetela facendo semplicemente pressione e girandola spesso in modo da mantenere la forma rotonda. Quando è poco più sottile, avvolgetela sul mattarello e fate pressione con le mani spostandovi più volte dall'esterno verso l'interno della pasta. Continuate con lo stesso procedimento girando spesso la pasta di 90° per volta finché avrete raggiunto uno spessore di pochi millimetri. I bordi solitamente rimangono più grossi, andranno quindi stesi ulteriormente.
4. Mettete in una ciotola tutti gli ingredienti per il ripieno e lavorateli assieme, Stendetelo su metà della pasta e ripiegatevi sopra l'altra metà della pasta cercando di togliere l'aria. Tagliate delle striscie larghe circa 1,5 cm che a loro volta taglierete in pezzi da 1,5/2 cm.
5. Fate bollire abbondante acqua salata e nel frattempo mettete i pinoli in una padella a tostare, toglieteli e tenete da parte. Fate fondere il burro e quando inizierà a formarsi la schiuma filtratelo passandolo attraverso un colino dalle maglie molto fitte.
6. Cuocete la pasta pochi minuti e scolatela. Rimettete il burro filtrato in padella assieme alle foglie di salvia. Quando il burro sarà diventato di colore leggermente bruno unite la pasta lessata e scolata, i pinoli e abbondante parmigiano reggiano, mescolate per amalgamare il condimento e servite.








L'ambrosia di Venere








Lombardo di Venere





Lombardo di Venere

Mini panettoni salati al farro integrale

I **mini panettoni salati al farro integrale** sono perfetti per essere serviti come antipasto, per un brunch o un buffet, sono ideali per le festività perché risultano particolarmente scenografici ma potete prepararli durante tutto l'anno farcendoli con prodotti di stagione. Io ho voluto proporre farciture diverse dalle solite classiche e spero che apprezziate.. noi qui lo abbiamo fatto ☐ Inoltre ho deciso di aromatizzare l'impasto base, voi potete decidere se provare o lasciarli al naturale!!

Questa ricetta potete trovarla nell'ultimo numero di Taste&More tutto dedicato alle festività, cliccate sulla copertina in fondo al post per visionarlo e scoprire tante altre meravigliose proposte!!



Mini panettoni salati al farro integrale



- Ingredienti per 4 mini panettoni
- 125 g farina di farro integrale
- 135 g farina manitoba
- 1 uovo
- 2 g di lievito di birra secco o 7 di lievito fresco
- 100 g di latte
- 40 g di burro
- 20 g di miele d'acacia
- 4 g di sale fino
- 1 bustina di zafferano
- 1/2 cucchiaino di semi di cumino
- 1 cucchiaino di coriandolo in polvere
- 1 cucchiaino di paprika forte
- Per decorare
- 1 tuorlo
- 2 cucchiaini di latte
- semi di sesamo
- semi di lino
- semi di papavero

1. Mescolate assieme le farine. Sciogliete il lievito di birra nel latte tiepido ed unite 100 grammi del mix di farine. Mescolate, coprite con pellicola per alimenti e fate lievitare 2 ore. Aggiungete al composto metà della rimanente farina e iniziate ad impastare, unite l'uovo e

fatelo assorbire, unite la rimanente farina ed il sale fino e lavorate ancora l'impasto. Infine unire il burro morbido e fatelo assorbire del tutto. Formate una palla liscia e mettetela in una ciotola, coprite con la pellicola e lasciate lievitare un'ora dopodichè ponete in frigorifero per una notte o 8 ore. Togliete la pasta dal frigorifero e lasciatela 2 ore a temperatura ambiente, rilavoratela e dividetela in 4 parti. In una padella fate tostare i semi di cumino, la paprika ed il coriandolo per qualche minuto. Unite le spezie ad una parte di impasto, ad un'altra parte unite lo zafferano e le altre due parti lasciatele al naturale oppure potete aggiungere delle erbe aromatiche*. Lavorate bene le 4 parti e formate delle palline, mettetene una in ogni stampino. Coprite con la pellicola per alimenti e lasciate lievitare finché la pasta arriverà ad un centimetro dal bordo. Sbattete il tuorlo con due cucchiaini di latte e spennellate i panettoni, ricoprite quello alle spezie di semi di sesamo, quello allo zafferano di semi papavero ed i rimanenti con i semi di lino.

2. Cuocete a 180°C per 25 minuti. Sfornate e lasciate raffreddare prima di toglierli dallo stampo.
3. *potete decidere di aromatizzare tutto l'impasto moltiplicando per 4 gli aromi.

Mini panettoni salati al farro integrale



- Per farcitura 1
- 3 cuori di carciofo
- 1 spicchio di aglio
- olio extravergine d'oliva
- 2 rametti di timo fresco
- 100 g di ricotta
- sale
- 70 g di petto d'oca affumicato
- 4-5 noci
- 1 limone
- Per farcitura 2
- 70 g di tonno affumicato
- pepe nero
- marmellata d'arancia
- 100 g di crescenza
- Per farcitura 3
- 200 g di zucca cotta
- 50 g di salsa tahini*
- 50 g di feta
- 1 cucchiaino di paprika forte
- sale
- olio extravergine d'oliva
- *salsa tahini
- 40 g di semi di sesamo
- 20 g di olio di sesamo
- le quantità delle farciture è sufficiente per due mini panettoni

1. Preparazione farcitura 1

2. In una ciotola mettete dell'acqua fredda ed il succo del limone. Eliminate le foglie esterne dei carciofi, tagliate la punta ed il gambo, tagliateli a metà eliminate la barbetta e tagliate a spicchi, metteteli nell'acqua e limone. In una padella fate rosolare l'aglio con 3 cucchiaini di olio. Aggiungete gli spicchi di carciofo e fate insaporire. Coprite con un bicchiere di acqua, regolate di sale e cuocete i carciofi, l'acqua dovrà assorbirsi. Frullate i carciofi con la ricotta ed il timo. Tagliate il panettone allo zafferano a fette e farcite con crema di carciofi, petto d'oca e gherigli di noci.
3. Preparazione farcitura 2
4. Tagliate il panettone al naturale a fette e farcite con la crescenza, completate con una fetta di tonno affumicato, abbondante pepe nero e marmellata di arance.
5. Preparazione farcitura 3
6. Per la salsa tahini, tostate i semi di sesamo in una padella finché saranno ben caldi. Frullateli con l'olio di sesamo fino a formare una crema liscia. Cuocete la zucca in forno a 180°C per 45 minuti circa, prelevate la polpa e pesate il quantitativo necessario. Frullate la zucca con 4/5 cucchiaini di olio, la salsa tahini, la paprika forte e regolate di sale. Tagliate il panettone speziato a fette e farcite con crema di zucca, feta sbriciolata e timo a piacere.








Lombello di Venere

Gingerbread mini cakes

Quando arriva dicembre si fa largo quella voglia irrefrenabile di quel sapore che fa subito Natale, il sapore del gingerbread e dopo i biscotti dell'anno scorso voglio proporvi delle **gingerbread mini cakes** davvero deliziose, molto soffici, profumatissime e dal sapore irresistibile!!




Completto di Venere

Gingerbread mini cake



- 120 g di farina di farro integrale
- 50 g di maizena
- 80 g di zucchero di canna integrale
- 20 g di miele millefiori
- 60 g di marmellata di arance
- 2 uova
- 120 g di panna acida
- 40 g di olio di semi
- 3 cucchiaini di cannella
- 1 cucchiaino di zenzero in polvere
- 30 g di zenzero candito
- 1/2 cucchiaino di pepe nero a piacere
- 10 g di lievito per dolci
- Per la glassa
- 80 g di zucchero a velo
- 6 g di acqua
- 15 g di panna acida
- 1/2 cucchiaino di cannella
- 10-12 mandorle con la buccia

1. Dividete i rossi delle uova dagli albumi. Lavorate i tuorli con lo zucchero fino a formare una crema gonfia, frullate la marmellata assieme allo zenzero candito ed unitelo assieme alla panna acida, l'olio, il miele ed il pepe, mescolate bene. Aggiungete la farina, la maizena, la cannella, lo zenzero in polvere ed il lievito setacciati, fate amalgamare. Montate gli albumi a neve

ferma ed aggiungeteli al composto, mescolate delicatamente. Ungete 5 stampini monodose o una tortiera da 20 centimetri, versate il composto e cuocete in forno caldo 180°C per circa 20-30 minuti in base allo stampo, fate la prova stecchino. Sformate le tortine e fatele raffreddare su una gratella. Quando saranno fredde preparate la salsa mescolando lo zucchero a velo con l'acqua, la panna acida e la cannella, versate sulle ciambelle e completate con le mandorle tritate prima che la glassa si rassodi. Conservate in una tortiera o all'interno di una scatola di latta.



Lombardo di Venere




Lombello di Venere





L'ambasciata di Venere



L'ambasciata di Venere



PANINI INTEGRALI SEGNAPOSTO

Ebbene, per i vostri pranzi delle feste avete pensato all'antipasto, al primo, al secondo e magari a tanti golosi dolci. Avete preparato biscotti e confetture da regalare.. ma avete pensato di preparare un segnaposto che oltre che bello sia anche commestibile?!! Beh, io vi lascio un'idea molto carina e super veloce da preparare, l'impasto iniziate a prepararlo la sera prima e la mattina in poche ore di lievitazione e pochi minuti di lavoro avrete i vostri segnaposto belli caldi pronti ad accogliere i vostri commensali!!!



Per chi pensasse *“usa la farina integrale e poi mette strutto e pancetta”* rispondo che uso la farina integrale non per motivi dietetici atti al dimagrimento ma perché mi piace il suo sapore e soprattutto perché cerco di limitare i prodotti raffinati.. alla riduzione dei grassi ci stò lavorando ma certe preparazioni li richiedono □

PANINI INTEGRALI SEGNAPOSTO

per 8 panini

150 g di farina integrale di grano tenero macinata a pietra

100 g di farina di farro integrale bio

40 g di parmigiano reggiano

130 g di acqua

15 g di strutto

15 g di olio

3 g di sale fino

4 g di lievito di birra

pepe

semi di sesamo neri Melandri Gaudenzio

8 fette di pancetta arrotolata o lardo

1 rametto di rosmarino

$\frac{1}{2}$ cucchiaino di malto d'orzo

La sera, o almeno 8 ore prima, mescolate assieme le farine. In una ciotola mettete 2 grammi di lievito di birra, il malto d'orzo e 60 grammi di acqua, fate sciogliere il lievito e aggiungete 60 grammi di farina presa dal totale, lavorate l'impasto fino a formare una palla. Mette l'impasto in una piccola ciotola, coprite con pellicola per alimenti e lasciate lievitare. Dopo 8 ore spezzettate il pre impasto e mettetelo nell'impastatrice assieme a 70 grammi di acqua e gli altri 2 grammi di lievito, lavoratelo qualche minuto fino a scioglierlo, aggiungete le farina restante, il sale, il pepe, il parmigiano, lo strutto, l'olio e il rosmarino tritato finemente. Lavorate fino ad ottenere un impasto omogeneo. Dividete in 8 parti uguali e arrotolate i panetti con le mani formando un filoncino lungo circa 15 cm, schiacciatelo un po' con le dita e stendetelo con il mattarello solo per il verso della lunghezza, non deve essere sottile. Poggiate una fetta di pancetta e su uno dei lati lunghi fate dei tagli di circa 1 cm di profondità e a distanza tra loro di 1,5 cm. Arrotolate il filoncino e cospargete di semi di sesamo. Posizionate ogni panino all'interno di un incavo della teglia per muffin,

ricoprite con la pellicola per alimenti e fate lievitare 90 minuti. Accendete il forno a 190°C e cuocete i panini per 13-15 minuti o fino a doratura.











BUON NATALE!!