Polpette di salmone e ricotta con finocchi arrosto

Le **polpette di salmone e ricotta** sono semplicissime e molto veloci da preparare, l’aggiunta di capperi, cipolla, timo e scorza di limone le rende molto gustose e profumate. I **finocchi arrosto** sono stati per me una rivelazione dell’inverno 2018/19, si perché non li avevo mai cotti in questo modo e devo amettere che mi hanno stupita e ormai li preparo almeno 2 volte a settimana. A volte si rimane stupiti quando le cose estremamente semplici si rivelano deliziose, quindi a chi non li ha mai provati consiglio di farlo presto!

Per le polpette

- 180 g di salmone fresco
- 110 g di ricotta di siero*
- 20 g di capperi sott’aceto
- 1/2 cipolla rossa
- 2 rametti di timo o prezzemolo
- scorza di 1/2 limone bio
- sale (pepe nero)

Per i finocchi

- 3 finocchi
- 3 cucchiaini di olio extravergine d’oliva
- sale (pepe nero)

Lavate i finocchi, eliminate i gambi, tagliateli a spicchi non troppo spessi e metteteli in una ciotola, condite con olio sale e pepe e mescolate bene.

Disponete i finocchi su una teglia ricoperta di carta forno e metteteli in forno caldo a 180°C per 40 minuti girandoli a metà cottura.

Nel frattempo in una ciotola mettetet la ricotta, aggiungete sale e pepe, scorza di limone

grattuggiata, timo o prezzemolo, capperi e cipolla tutto tritao.

Unite il salmone crudo tritato e mescolate, formate tante palline grosse come una noce, disponetele su di una teglia e cuocete in forno caldo 180°C per 15 minuti.

Servite le polpette con i finocchi.

*fatta con solo siero di latte di mucca senza crema di latte e senza panna con 3% di grassi

Non prolungate troppo la cottura altrimenti le polpette veraano troppo asciutte

l'ombelico di Venere

bambole di Venere

INVOLTINI DI BRICK AL SALMONE

Gli **involtini di brick al salmone** sono un ottimo e appetitoso stuzzichino ideale da servire come antipasto o per l’aperitivo durante i vostri pranzi delle feste. La pasta brick non è molto facile da reperire quindi potete facilmente realizzarla voi come nella mia ricetta, ho realizzato anche una versione differente di questa versatile pasta con foto passo passo per la realizzazione, la trovate QUI

PER LA RICETTA CLICCA QUI

l'ombelico di Venere

l'ombelico di Venere

Ombelico di Venere

l'ombelico di Venere

l'ombelico di Venere

Insalata di zucchine salmone e mozzarella

Ufficialmente è tornato il caldo e anche se le giornate purtroppo iniziano ad accorciarsi ancora la fine dell’estate è lontana, speriamo molto lontana!!! Per questo abbiamo ancora voglia di insalate fresche e veloci da preparare, oggi quindi ve ne propongo una deliziosa e rapidissima. Potete anche utilizzarla fare dei crostini da servire come aperitivo o come finger food per un buffet!!

INSALATA DI ZUCCHINE
SALMONE E MOZZARELLA
per 2 persone

2 zucchine piccole appena colte
1 mozzarella fiordilatte
100 g di salmone affumicato

12 olive taggiasche
semi di sesamo nero Melandri Gaudenzio
semi di sesamo Melandri Gaudenzio
olio extravergine d’oliva
succo di lime (a piacere)

Per la salsa
1 cucchiaino di senape
50 g di panna acida1/2 cucchiaino di miele d’acacia

Con l’apposito attrezzo tagliate le zucchine a spaghetto. Tagliate a listarelle il salmone e mettete tutto in un piatto. Unite le olive e condite con un filo d’olio e a piacere del succo di lime. Disponete nei piatti da portata e completate con delle fette di mozzarella e semi di sesamo.
Per la salsa, mescolate bene la panna acida con la senape ed il miele, regolate eventualmente le dosi in base ai vostri

gusti. Servite la salsa a parte.

l'ombelico di Venere
l'ombelico di Venere

Io ho fatto anche dei piccoli finger food con delle fette biscottate fatte in casa, presto metterò anche la ricetta per farle.

CANEDERLI AFFUMICATI

Appena ho letto della scelta di Monica per la sfida dell'MTC ho esultato, è tantissimo tempo che voglio provare a fare i canederli perché mi piacciono molto. Come al solito ho iniziato a fantasticare ma mi son presto resa conto che le uniche varianti che la mia mente partoriva erano speck e spinaci.. buonissime ma un tantino classiche direi!! Poi c'è la regola del meglio poco che troppo.. e si sa che aggiungere è più facile che togliere!!! La famosa lampadina non si è accesa. Sabato sono andata a far la spesa sperando che qualche ingrediente mi donasse la giusta ispirazione ma nulla.. allora ho comprato di tutto E poi all'improvviso ho pensato a questi canederli. Ho voluto usare due sapori forti perché nessuno prevalesse sull'altro e ho pensato di addolcire il gusto con l'aggiunta della mela. Proprio perché ho usato la mela che è umida, ho diminuito di 10 grammi il latte, il risultato è stato molto buono, o perlomeno non si sono sfaldati, quindi credo di aver fatto bene. Non ho servito i canederli con il brodo perché non credo che il pesce ci si abbini bene, solo una mia idea e un mio gusto questo. E comunque preferisco abbinarlo ad un condimento a base di burro. Il brodo comunque è stato fatto ed i canederli vi sono stati cotti.. ho pensato di realizzare un brodo vegetale ma lo volevo con un tocco aromatico e agrumato che ben si abbina con il sapore del salmone, naturalmente con il mio amatissimo zenzero!!!
Vi consiglio di leggere il post dettagliatissimo di Monica per preparare dei canederli impeccabili!!!

CANEDERLI AFFUMICATI

per due persone

per i canederli

150 g di pane raffermo

50 g di salmone affumicato

50 g di scamorza affumicata

50 g di mela pink lady grattugiata

90 g di latte

1 uovo

1 scalogno piccolo

scorza di limone grattugiata

pepe nero

1 cucchiaio di olio estravergine d’oliva

per il brodo

1 carota

1 cipolla media

2 gambi di sedano

3 cm di zenzero fresco

per il condimento

30 g di burro

10 g di pinoli

prezzemolo

salmone affumicato

Per prima cosa preparate il brodo. Mondate e lavate le verdure. Sbucciate lo zenzero e grattugiatelo, versate tutto in una capiente pentola e aggiungete 2,5 lt di acqua e poco

sale. Fate sobbollire per circa un’ora o fino a quando il liquido si sarà dimezzato, aggiustate eventualmente di sale.
Mettete il pane raffermo tagliato a piccoli cubetti, in una capiente ciotola. In una seconda ciotola sbattete l’uovo assieme al latte finché saranno ben amalgamati. Versate la crema sul pane, mescolate bene e lasciate riposare 20 minuti. Nel frattempo tritate finemente lo scalogno e soffriggetelo qualche minuto con poco olio facendo attenzione a non bruciarlo, lasciate raffreddare. Tritate finemente il salmone, con una grattugia dai fori grossi grattugiate la scamorza e la mela privata di buccia e torsolo. Unite tutto al composto di pane, aggiungete circa 1/3 di scorza di un limone e poco pepe nero. Non ho usato sale essendo gli ingredienti già piuttosto saporiti. Con le mani amalgamate il composto schiacciandolo bene in modo da mescolare al meglio tutti gli ingredienti. Dividete l’impasto in 6 parti e con le mani inumidite formate delle palle rotonde ben compatte.
Scolate le verdure dal brodo e cuocetevi i canederli per 5 minuti. Se non siete sicuri della riuscita potete cuocerne uno per verificare che non si sfaldi. Se così fosse come dice Monica, avete usato troppi liquidi aggiungete quindi un cucchiaio di pangrattato all’impasto.
Scolate i canederli molto bene. Fate tostare i pinoli. In una padella fate sciogliere il burro, filtratelo e rimettetelo in padella finché sarà diventato color nocciola. Filtratelo nuovamente per eliminare i residui. Disponete i canederli nei piatti, conditeli con il burro e guarniteli con i pinoli tostati e poco prezzemolo fresco tritato.

l'ombelico di Venere

l'ombelico di Venere

l'ombelico di Venere

con questa ricetta partecipo all’MTC di gennaio

INSALATA AFFUMICATA AL LAMPONE

Sono passate almeno due settimane dall'ultima volta che ho preso in mano la macchina fotografica per immortalare un mio piatto, a parte la torta di compleanno per mio nipote di sabato scorso….
I giorni scorrono velocemente, la mia stanchezza sembra prendere il sopravvento e ormai non c'è ginseng che tenga.. vi capita di correre correre e non concludere niente? immagino di si, nel weekend appena ho un'attimo dormo, diciamo appena mi appoggio, tra settimana oltre al lavoro e alla piscina il resto del tempo mi scorre via in un lampo.. avete presente quella pubblicità che fan per radio che dice più o meno *"..quanto tempo durano 24h.. durante un convegno? una settimana. a pranzo dai suoceri? almeno due settimane. E al volante della tua (auto)?.. come? già passato?"* si vede che io sarò perennemente al volante di quest'auto!! Comunque non è che io non abbia voglia di cucinare è che forse ho troppe cose da mettere in pratica e stringi, stringi finisco per non far nulla, ho molte idee che mi frullano in testa anche per la sfida mensile dell'MTC, il vincitore propone una caesar salad, devo dire che son stata molto contenta della ricetta visto le numerose varianti che propone e visto che finalmente l'estate è esplosa senza passare dal via, qui inizia a fare decisamente caldino e dei bei piatti di insalata sono molto invoglianti!

Il pane integrale alle noci* è fatto con le mie manine, mi sto "lanciando" con la panificazione.. ma questo è un'altro post e più avanti vi farò sapere!!!!

INSALATA AFFUMICATA AL LAMPONE

per 2 persone

un cuore di insalata iceberg

1 cetriolo piccolo

100 gr di salmone affumicato Irlandese

*2 fette di pane integrale alle noci semi di papavero

per il condimento

25 gr di scamorza affumicata

30 gr di lamponi freschi

50 gr di olio extravergine d’oliva

10 gr di aceto balsamico di Modena

Abbrustolite il pane e taglaitelo a cubetti.
Lavate le verdure, tagliate a fette il cetriolo e spezzettate l’insalata, disponete sul fondo del piatto. Taglaite il salmone a striscioline e mettetele sulle verdure, cospargete coi cubetti di pane e i semi di papavero.
Per il condimento, frullate i lamponi e passateli nel colino in modo da eliminare i semi, unite l’olio e l’aceto balsamico, frullate tutto assieme alla scamorza finchè non sarà diventata una crema liscia, condite l’insalata e servite.

con questa ricetta aprtecipo alla sfida mensile dell’MTC

SCALOPPINE DI SALMONE

Ho scoperto la salsa worcester ad un corso di cucina, ma confesso che se mi fossi trovata davanti a questo bel vasetto al supermercato e avessi letto gli ingredienti probabilmente non l'avrei comprato, sarà che odio le acciughe e tutto ciò che le contiene per me è off limit, invece mi ha piacevolmente sorpreso, anzi mi piace proprio specialmente col pesce e in particolare col salmone per me è al top!!
Dal pescivendolo mi son fatta tagliare un trancio largo circa 10 cm (che sarà l'altezza delle scaloppine) poi mi ha diviso i due tranci togliendo la spina centrale (possibilmente fatevi lasciare gli scarti per fare il brodo)
Eccovi le mie scaloppine!!!

SCALOPPINE DI SALMONE IN SALSA WORCESTER
CON VERDURE NOVELLE AL LIME E ZENZERO

300 gr di salmone fresco
5 cucchiai di salsa worcestershire
1 cucchiaio burro chiarificato

farina q.b.
2 mestoli di brodo di salmone*

fagiolini
6 patatine novelle
lime
olio evo
prezzemolo
zenzero fresco
sale*scarti di salmone
1/2 carota
1/2 cipolla
prezzemolo
sale

Innanzi tutto preparate il brodo di salmone mettendo in un tegamino circa mezzo litro d'acqua con gli scarti del salmone, la carota a pezzetti un pezzo di cipolla, qualche foglia di prezzemolo e un pizzico di sale grosso, lasciate bollire almeno 30 minuti, se dovesse restringersi troppo aggiungete un pò di acqua.
Tagliate a metà il trancio di salmone e da ogniuno ricavate tre scaloppine tagliando per il lungo, se necessario copritele con della pellicola e battetele leggeremnte con il batticarne (fate attenzione che il salmone si sfalda facilmente), infarinate da entrambi i lati.
In una larga padella fate sciogliere il burro chiarificato con un cucchiaio di olio evo, mettere a cuocere il salmone pochi minuti da entrambi i lati, prelevatelo e tenetelo da parte in un piatto. Togliete la padella dal fuoco e deglassate con la salsa worcester, unite due mestoli di brodo di salmone, fate un po restringere e unite le scaloppine di salmone, giratele un volta per far insaporire.
Nel frattempo lessate 10 minuti le patatine e i fagiolini, scolate le prime tagliatele a metà e grigliatele, scolate i secondi e freddateli con acqua ghiacciata per mantenere il colore verde brillante. Spremete un fetta di lime alla quale unirete dell'olio evo, un pizzico di sale, del prezzemolo tritato e un po di zenzero fresco grattugiato, emulsionate bene. Raccogliete le verdure in un piatto e condite con la salsa. Sul fondo del piatto di portata disponete le verdure e appoggiate sopra le scaloppine, decorate con lime e condite

con qualche goccia di salsa.

con questa ricetta partecipo alla sfida mensile dell’MTC

COULIBIAC DI SALMONE

Ho deciso di partecipare al contest di PLOVERE DI PEPERONCINO perchè di libri di cucina ne ho un numero indefinito e ci sono tantissime pagine con un bel postit attaccato o con un angolo piegato che sta a significare “questa la devo proprio provare”.. la mia scelta è caduta sul libro FROLLA&SOGLIA di MICHEL ROUX per tanti motivi, innanzi tutto ha il record di angoli di pagine piegati, poi perchè le due parole FROLLA SFOGLIA mi piacciono tantissimo.
Nelle prime pagine del libro lui fa un racconto molto poetico di quando a 14 anni iniziò come apprendista a Parigi, traspare una grande passione per questo lavoro e il suo racconto ti avvolge di serenità.
Tutte le ricette sono corredate da foto e ogni pietanza è presentata con cura, i bordi e le superfici di tutte le torte, dei pie.. sono decorate e rifinite nei minimi dettagli, un piacere per gli occhi. Io ogni tanto prendo in mano questo libro e lo sfoglio..
Oggi ho deciso di togliere l’angolino piegato dalla pagina 196 del libro.

COULIBIAC DI SALMONE

260 ml di latte tiepido
12 gr di lievito fresco
450 gr di farina
10 gr di sale
3 tuorli
90 gr di burro leggermente ammorbidito
45 gr di zucchero
1 tuorlo sbattuto con un cucchiaio di latteripieno
120 gr di burro chiarificato
1 trancio di salmone circa 1,3kg sfilettato e squamato
sale e pepe macinato al momento
160 gr di burro
3 scalogni tritati finemente
60 gr di riso bianco
1 mazzetto aromatico piccolo
10 stami di zafferano
250 gr di champignon tritati finemente
il succo di 1 limone
180 ml di panna densa

250 gr di cipolle tritate finemente
4 crepes alle erbe*
2 uova sode tritate grossolanamente
2 cucchiai di prezzemolo tagliuzzato

Preparate la pasta seguendo le istruzioni per la pasta brioches, unendo gli ingredienti dell'elenco nello stesso ordine. *di seguito riporto la ricetta della pasta brioches come da libro*

Mettete in una ciotola il latte con il lievito e mescolate affinche si sciolga. Mettete la farina, il sale e le uova nel robot da cucina con il gancio da impasto e versateci il latte e lievito. Mescolate a velocità bassa e impastate per 5 minuti. R sschiate l'impasto dalle pareti della ciotola con una spatola di gomma, poi lavorate a velocità media per 10 minuti circa. A questo punto l'impasto dovrebbe essere liscio, elastico e ben amalgamato. Nerl frattempo mescolate burro e zucchero in un'altra ciotola. Aggiungetene qualche pezzettto all'impasto e poi , con il robot in funzione al minimo, aggiungete il resto, un pezzo alla volta. Quando il burro e zucchero è incorporato, aumentare la velocità e impastate per 6-10 minuti finchè l'impasto è liscissimo, elastico e lucido, e si stacca perfettamente dalle pareti. Togliete il gancio da impasto e lasciate la pasta brioches nella ciotola. Coprite con un panno o con la pellicola e lasciate lievitare a 24 gradi circa per 2 ore finchè è raddoppiata di volume. Impastate ancora rigirando la pasta due o tre volte con la mano. Coprite di nuovo la ciotola e mettete in frigo per qualche ora (non più di 24). A questo punto la pasta è pronta per essere usata e lavorata.

Per il salmone,scaldate metà del burro chiarificato in una padella grande. Satate e pepate un filetto di salmone e fatelo saltare su fuoco alto 2-3 minuti per parte, finchè è leggermente dorato su entrambi i lati, poi trasferitelo su un piatto. Mettete in padella il resto del burro chiarificato, salate e pepate l'altro filetto di salmone, fatelo saltare e trasferitelo su un piatto. Lasciate raffreddare i filetti, coprite con la pellicola e mettete in frigorifero.

Per il riso, scaldate il forno a 180°. Fondete 40 gr di burro in una padellina che vada in forno e fate sudare a fuoco dolce gli scalogni finchè sono morbidi. Unite il riso, 100 ml d'acqua, il mazzetto aromatico, lo zafferano e un pizzico di

sale, coprite e infornate per 16 minuti. Versate il riso in una ciotola, scartate gli aromi, lasciate raffreddare e mettete in frigo.
Per i funghi, fondete 60 gr di burro in una pentola su fuoco medio. Aggiungete i funghi e il succo di limone e cuocete, mescolado di tanto in tanto, finchè il liquido è evaporato. Aggiungete il resto degli scalogni e metà della panna e cuocete finchè la panna è assorbita. Salate e pepate a piacere, lasciate rafreddare e mettete in frigorifero.
Per le cipolle, fondete 60 gr di burro in una pentola su fuoco medio, unite le cipolle e cuocete a fuoco dolce per 10 minuti, mescolando di tanto in tanto. Unite il resto della panna e cuocete per 10 minuti. Salate e pepate, lasciate raffreddare e mettete in frigo.
Stendete la pasta su una superficie leggermente infarinata in un rettangolo di 40×30 cm e 3 millimetri di spessore. Rifilate i bordi e mettete due crepes alle erbe al centro del rettangolo, per il lungo. Verateci metà dei funghi e stendeteli bene sulle crepe per il lungo. Mettete un filetto di salmone sui funghi e coprite con le cipolle, le uova sode tritate e il prezzemolo. Appoggiateci l'altro filetto, distribiuteci sopra il resto dei funghi e coprite con il riso. Stendete le altre due crepe sul riso e avvolgetele sul salmone, se necessario rifilando le parte che si sovrappongono. Spennellate leggermente le due estremità lunghe del rettangolo di pasta con uovo e latte. Ripiegatene una sul salmone, spennellatela con uovo e latte e ripiegateci sopra l'altra. Stendete le due estremità corte della pasta a 5-6 mm di spessore e rifilatele a 8 cm di lunghezza. Spennellatele con unovo e latte e ripiegatele sul salmone. Rovesciate il coulibiac su una teglia e mettete in frigorifero per 30 minuti. Scaldate il forno a 180° spennellate tutto il coulibiac con uovo e latte e incideteci delle foglie con la punta di un coltellino affilato. R icavate un forellino al centro della pasta per permettere al vapore di fuoriuscire in cottura. Infornate per 35 minuti se preferite il salmone non troppo cotto, per 45 miuti per una cottura media. Trasferitelo su una griglia con una spatola di metallo. Lasciate riposare per 5 minuti, poi tagliate il coulibiac a ffette di 1,5 cm e servitelo subito nei piatti singoli. Io lo accompagno con un'insalata di finocchi tagliati sottili e conditi con qualche

foglia di cerfoglio succo di limone e una spruzzata di olio d’oliva leggero.

*per 6 crepes grandi

60 gr di farina
150 ml di latte
2 uova
sale e pepe macinato al momento
15 gr di erbe fresche tritate o taglizzate
30 gr di burro chiarificato

Disponete la farina a fontana in una ciotola versateci 1/3 del latte, le uova, un pizzico di sale e una macinata di pepe. Mescolate con una frusta per ottenere una pastella liscia, poi unite il resto del latte e mescolate bene. Filtrate, coprite con la pellicola e lasciate riposare per 30 minuti. Unite le erbe aromatiche appena prima di cuocere le crepes. Ungete una padella di 26/30 cm con il burro chiarificato. Mescolate la pastella e, con un mestolo, versatene quanta ne serve a coprire il fondo della padella. Cuocete la crepe per 1 minuto, poi giratela con una spatola e cuocete per un minuto scarso. Fate lo stesso con il resto della pastella. Inpilate le crepes pronte su un piatto, con un pezzo di carta da forno tra una e l’altra per evitare che attacchino.