

stufato speziato con patate dolci e rape

Lo **stufato speziato di patate dolci e rape** è una ricetta nata un po' al contrario perché l'intenzione era utilizzare la bellissima terrina comprata al negozio ecosolidale, per questo è nata una ricetta fusion dove l'utilizzo di spezie caratterizza la portata!

Le verdure presenti sono prevalentemente dolci e contrastano i sapori intensi delle spezie creando un buon equilibrio. Le patate dolci bianche potete sostituirle con quelle rosse per creare un effetto cromatico migliore.

ps.quello che vedete all'interno del taglio di carne non è grasso ma tessuto connettivo, in ogni caso questo stufato è pensato per cuocere la carne a pezzetti pertanto potete eliminare il grasso creando un piatto più leggero.



- 500 g di polpa di manzo*
- 500 g di patate bianche
- 80 g di zucca
- 3 rape bianche
- 1/2 mela piccola bio
- 4 cucchiaini di salsa di soia
- 2 foglie di alloro
- 2 foglie di salvia
- rosmarino
- prezzemolo

Per il mix speziato

- 1 spicchio di aglio
- 1 cucchiaino di zenzero grattugiato
- 1/3 di cucchiaino di cannella in polvere
- 1 peperoncino piccante
- 1/2 cucchiaini di semi di cumino
- 3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva

Per il brodo

- 2 lt di acqua
- 1 carota
- 1 cipolla
- 1 gambo di sedano
- gambi di prezzemolo
- Sale

1. Per prima cosa preparate il brodo, in una pentola mettete l'acqua, la carota e la cipolla mondate e tagliate a metà, il gambo di sedano e i gami del prezzemolo, unite poco sale e cuocete per circa 40 minuti.
2. Tagliate la carne a cubetti di circa 3x3, eliminate l'eventuale grasso e mettetela in una ciotola piena di acqua fredda.
3. Tagliate la mela e prelevate il torsolo, frullate la mezza mela con la carota e mezza cipolla del brodo, eventualmente aggiungete un mestolo di brodo.
4. Scendete il forno a 190°C
5. Tritate l'aglio e mescolatelo agli altri ingredienti per il mix speziato.
6. Mettete questo mix in una casseruola e fate rosolare a fiamma bassa per alcuni minuti.
7. Scolate la carne e tamponatela con uno scottex, mettetela nella casseruola e fate rosolare bene.
8. Aggiungete la purea di mela la foglia di alloro, la salvia e del rosmarino, allungate con due mestoli di brodo, coprite con il coperchio e infornate per 1 ora.
9. Nel frattempo lavate e sbucciate le patate, tagliate a cubetti non troppo piccoli e metteteli in una ciotola piena di acqua fredda.
10. Sbucciate, lavate e tagliate a cubetti anche la rapa e la zucca.
11. Trascorso il tempo necessario unite le verdure alla carne e aggiungete altro brodo e la salsa di soia, mescolate e terminate la cottura per altre 2 ore. Servite caldo con del prezzemolo fresco tritato.

*i tagli di carne adatti sono quelli per le lunghe cotture come scamone, reale, cappello del prete, scegliete una carne ricca di tessuto connettivo. Spesso questi tagli di carne vengono lardellati, ovvero al loro interno viene inserito del lardo con un'apposito spillone, questo per rendere le carni ancora più tenere e saporite. Per una ricetta più salutare

preferite carne magra ed eliminate l'eventuale grasso esterno, la consistenza della carne al termine della ricetta non ne risentirà.








Conditto di Venere







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.



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

SALVIA PRATENSIS RIPIENA IN PASTELLA

Abito vicinissima ad un fiume e approfittando di un bel giorno di sole ho fatto una lunga passeggiata sull'argine, l'erba era alta e "l'ambiente" risultava un po selvaggio ma tra le erbacce ho scovato questa salvia (salvia pratensis) che fa dei fiori tanto carini. Qui da me, come penso in moltissimi altri posti, è molto comune e si trova facilmente. Ho visto in giro sul web, alcune versioni di salvia fritta e questa è la mia, davvero molto buona!!!



SALVIA PRATENSIS RIPIENA IN PASTELLA

per 15 pezzi

30 foglie di salvia Pratensis

50 gr di philadelphia

50 gr di prosciutto cotto circa

per la pastella

150 farina

due pizzichi di sale

40 vino bianco secco

150 acqua

6 gr lievito birra

1 cucchiaino di olio evo

50 gr di albume



Fate sciogliere il lievito di birra in un pò di acqua tiepida (presa dal totale), in una ciotola lavorate assieme albume il vino bianco, l'olio e l'acqua col lievito per pochi minuti, aggiungete la farina setacciata e il sale, mescolate bene, iniziate ad aggiungere l'acqua finchè avrete formato una pastella che non dovrà essere troppo liquida ma nemmeno troppo dura. Coprite la ciotola con della pellicola alimentare e mettete in frigorifero a riposare per circa un'ora.

Nel frattempo lavate le foglie di salvia, spalmatele tutte con un po di philadelphia, sulla metà delle foglie mettete un pezzetto di prosciutto cotto e ricopritele con l'altra foglia. Cinque minuti prima di iniziare a friggere mettete le foglie in freezer.

Scaldate l'olio di semi di arachide a 170° immergete le foglie

nella pastella, fate scolare un po di eccesso di composto e frigate. Quando saranno appena dorate scolatele bene dall'olio e mettetele in un piatto. Servite calde.





ombelicodivenere.blogspot.it



con questa ricetta partecipo al contest di Ambra



POMODORI CONFIT RIPIENI

Finalmente un weekend bello!!! E son convinta che tutt'Italia sta facendo la ola!! Io avevo già fatto i miei programmini ma "qualcuno" si è ammalato.. 0.0 Ma io dico.. hai tutto l'inverno per ammalarti.. proprio adesso!!!! lasciamo perdere vah!

Qualche giorno fa sfogliavo un catalogo di famosi cocchi per la conservazione del cibo e uno di questi conteneva dei simpatici pomodori ripieni, mi è piaciuta tanto l'idea che ho voluto provare a farli inventandomi un ripieno che può assomigliare a quello del polpettone.



ombelico-divenere.blogspot.it

POMODORI CONFIT RIPIENI

per 6 persone

12 pomodori rossi medi
erbe miste (maggiorana, timo, salvia)
origano secco
prezzemolo-basilico
200 gr di macinato di vitello
200 gr di macinato di bovino
100 gr di salsiccia
100 gr di ricotta
50 gr di mozzarella per pizza
50 gr di provola dolce

1 uovo
30 gr di Parmigiano Reggiano
1 cucchiaino di tabasco*
olio extravergine d'oliva
sale, pepe*se non vi piace il piccante si può omettere o se
non lo avete potete usare peperoncino in polvere.



Accendete il forno a 120°.
Tagliate la calotta dei pomodori e svuotateli, lavate e tritate le erbe aromatiche (tranne basilico e prezzemolo) unitele a una manciata di origano secco e a dell'olio extravergine d'oliva, salate e condite i pomodori e le loro

calotte sia esternamente che dentro. In una teglia ricoperta con carta forno posizionate i pomodori a testa in giù in modo che il liquido che si formerà possa uscire. Cuocete per circa due ore.

Nel frattempo preparate il ripieno, unite le carni, la ricotta il parmigiano, la mozzarella e la provola grattugiate con una grattugia a fori grossi, tritate una manciata di prezzemolo e 6-7 foglie grosse di basilico, unitele al composto assieme al tabasco, salate.

Togliete i pomodori dal forno, lasciateli riposare dieci minuti e riempiteli con abbondante ripieno in modo che fuoriesca dai pomodori, coprite con la calotta e mettete a cuocere in forno a 160° per circa 35-40 minuti.

PS. se avanza il ripieno potete fare delle polpette sempre da cuocere al forno perchè visto che ci sono la mozzarella e la provola queste si attaccherebbero alla padella.



ombelicodivenere.blogspot.it



STROZZAPRETI AI BORLOTTI

Il giorno di Pasqua il mio nonnino ha deciso di lasciarci, lui era molto credente e se n'è andato proprio nel giorno della resurrezione, beh.. se esiste una seconda vita lui è uno di quelli che merita di viverla e merita di godersela con meno sacrifici di quelli che ha fatto in questa.

Lo so che era mio nonno e posso sembrare di parte ma in realtà io sono molto obiettiva ed era davvero difficile non volergli bene, in paese lo conoscevano tutti come un'uomo buono, un'instancabile lavoratore, risparmiatore fino all'osso ma generosissimo, per lui non voleva mai niente a parte le sue adorate caramelle, perchè era golosissimo... ora capite da chi ho preso!?!?

Era fortissimo e non voleva mai dire quando stava male, ha superato ben due tumori nella sua vita uno a 95 anni, dopo ben sette ore di operazione, e dopo poche settimane era già nel suo amato orto!! una roccia!!! Eppure il terzo è arrivato implacabile a 97 anni e non ha lasciato scampo, in un mese e mezzo l'ha spento, la cosa incredibile è che se pur negli ultimi giorni non parlava più, fino all'ultimo capiva tutto quello che gli dicevamo, era lucidissimo e fortunatamente ha sofferto poco.

Ha voluto essere sepolto in terra, nella sua tanto amata terra, mia mamma non era contenta della scelta ma l'ha comunque rispettata.

Adorava i fagioli, li piantava sempre, li raccoglieva, li sgranava e li congelava, ora io voglio dedicargli questa ricetta perchè son sicura gli sarebbe piaciuta molto e anche se questi fagioli non sono i suoi sono davvero eccellenti.



ombelicodivenere blog

Gli strozzapreti sono una pasta tipica Romagnola, si narra che durante il dominio dello Stato Pontificio in Romagna i preti portassero via le uova alle azdore che rimaste senza la materia prima per realizzare la pasta fresca, si inventarono un'altro impasto fatto solo di acqua e farina. Per questo motivo mentre stavano con le mani in pasta, auguravano al prete di strozzarsi proprio mangiando le uova "sequestrate". Si lo so, ho detto solo acqua e farina, solitamente li preparo così, mia mamma invece segue la ricetta di un famoso ristorante della zona, non ricordo bene come abbia fatto ad averla ma prevede anche l'utilizzo di albumi, parmigiano e pangrattato, a mio parere è valida quindi voglio proporvela.



STROZZAPRETI AI BORLOTTI

per 4-5 persone

per la pasta

380 gr di farina 00

20 gr di parmigiano Reggiano

5 gr di pangrattato

sale, pepe

1 albume

1 bicchiere d'acqua

per il sugo

200 gr di fagioli borlotti giganti varietà Lamon Melandri

Gaudenzio

1 scalogno

1 carota
1 gambo di sedano
4 cucchiaini di salsa di pomodoro
1 spicchio d'aglio
2 foglie di salvia
1 rametto di rosmarino
2 rametti di maggiorana
1 foglia di alloro
1 cucchiaino raso di sale grosso
olio extravergine d'oliva



Mettete in ammollo i fagioli borlotti per 5 ore. Scolateli dall'acqua.
Tagliate grossolanamente lo scalogno, la carota e il sedano.
In una casseruola mettete un filo d'olio extravergine d'oliva,

soffriggete le verdure, dopo pochi minuti aggiungete i fagioli borlotti, unite la salsa di pomodoro, la foglia d'alloro e le erbe tritate assieme allo spicchio d'aglio e al sale grosso. Allungate con acqua fino a tre dita sopra i fagioli, cuocete circa 40 minuti. Se la salsa si asciuga troppo allungate con altra acqua, la consistenza dovrà essere cremosa ma non troppo liquida. Togliete 1/3 dei fagioli scolati dal sugo e frullate i restanti dentro il loro sugo, rimettete gli altri fagioli. Nel frattempo che i fagioli cuociono preparate gli strozzapreti lavorando assieme tutti gli ingredienti finchè si formerà un composto omogeneo.

ps. la quantità di acqua è solo indicativa, dovrete ottenere un'impasto morbido ma non appiccicoso.

Lasciate riposare la pasta venti minuti poi stendetela ad uno spessore di mezzo centimetro, tagliate delle strisce larghe circa 1 cm e iniziate ad arrotolarle con le mani strappando man mano gli strozzapreti lasciandoli piuttosto lunghi.

Fate bollire dell'acqua salata e cuocete gli strozzapreti circa 5 minuti, scolateli e metteteli nella casseruola del il sugo di fagioli, lasciate insaporire un paio di minuti in modo da terminare la cottura. Disponete la pasta nel piatto e condite con un filo d'olio extravergine d'oliva crudo.



ombelicodivenere.blogspot.it



PS. Naturalmente piatto, tegamino e anche tronchi.. sono i suoi!!

CUBETTI DI RISO

Ce l'ho fatta!!!!!! da quando ho visto il contest di ELY sul riso mi son detta che dovevo assolutamente partecipare perchè a me piace molto.. ho spulciato nella mia testa per tutto il tempo ma nessuna idea esaltante, ho fatto anche qualche

risotto, buono sì ma niente di adatto a partecipare al contest e mi ero quasi rassegnata.

Stamattina in giro per i blog mi sono imbattuta in uno sformatino molto simile a uno che faccio pure io a base di panna, pecorino e albumi, ha sempre riscosso un gran successo, soprattutto perchè lo abbino ad una magnifica marmellata di pomodori verdi (quando nell'orto della mia mamma nasceranno i pomodori vi proporrò la mia ricetta), così mi vien voglia di rifarlo.. e TAC si illumina la lampadina.. lo faccio col riso!!!

Ho ricercato la ricetta, catalogata sotto antipasti alla categoria formaggi c'è lui in prima pagina, l'ho un po' adattata, anche per quello che avevo in frigo.. che fortuna ho pure la panna!!! Non sapevo bene cosa sarebbe saltato fuori, se gli sformatini si sarebbero sgretolati o sarebbero rimasti in forma, se il risultato sarebbe stato asciutto.. beh la forma è rimasta perfetta e sono cremosi e saporiti al punto giusto!! una sorpresa!!



CUBETTI DI RISO SU CREMA DI ZUCCHINE
per due persone
2 cucchiaini di riso venere

60 gr di riso basmati
200 ml di panna
80 gr di parmigiano
3 albumi
1 cipollotto
2 zucchine
sale, pepe
olio extravergine d'oliva
salvia, timo, basilico
2-3 cucchiaini di latte

Mettete a bollire due pentolini con acqua salata, in uno cuocerete il riso venere per 25 minuti nell'altro il basmati per 12 minuti.

Nel frattempo mettete a scaldare la panna con il parmigiano, quando questo si sarà sciolto togliete dal fuoco, lasciate leggermente intiepidire e unite gli albumi che avrete precedentemente sbattuto.

PS. se il composto si raffredda troppo si possono formare dei grumi, quindi meglio frullarlo con il frullatore ad immersione.

Accendete il forno statico a 180°

Scolate benissimo il riso e unitelo al composto di panna, imburrate degli stampini e riempiteli fin quasi all'orlo, metteteli dentro una teglia alta che riempirete fino a metà degli stampini con dell'acqua, mettete in forno dai 30 ai 40 minuti in base alla grandezza degli stampi.

Mentre gli sformatini cuociono tritate il cipollotto e tagliate a rondelle le zucchine, in una padella mettete un filo d'olio e fate cuocere le verdure con le erbe, tranne il basilico, salate pepate. Tenete da parte qualche rondella di zuccina per le decorazioni mentre frullate le restanti con il basilico e qualche cucchiaino di latte, eventualmente regolate di sale.

Sul piatto di portata disponete un po di crema di zucchine e adagiate sopra gli sformatini, decorate con le rondelle di zuccina e un filo d'olio!!

INVOLTINI DI POLLO AI CARCIOFI

Stasera al ritorno dal lavoro decido di passare dalla mamma e la trovo intenta a far a pezzi tre poveri polli, uccisi perchè colpevoli di fare troppe uova.. "vita di campagna".. in effetti la cucina era invasa da uova, cen'erano circa una quarantina ed era già passato mio fratello a ritirarne.. bene allora so che sicuramente a cena farò del pollo!!

In frigo trovo due carciofi belli freschi appena comprati e mi salta subito alla mente il pesto di Benedetta che proprio l'altro giorno ha attirato la mia attenzione, lei mi perdonerà per averlo leggermente modificato aggiungendo qualche erba, ma io quando vedo un rametto di rosmarino, delle foglie di salvia o del timo non capisco più niente e li metterei ovunque!!

Io ho usato i pezzi che avevo di mezzo pollo (una coscia, una sovracoscia, un petto..) ma le sovracosce sono le migliori perchè sono più larghe e quindi più adatte per degli involtini, inoltre sono facili da disossare.



INVOLTINI DI POLLO RIPIENI AI CARCIOFI

(ingredienti per 2 persone)

4 sovracosce di pollo

2 carciofi

20 gr di pinoli

2 cucchiaini di parmigiano

3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva

1 spicchio d'aglio

5 foglie di salvia

un piccolo rametto di rosmarino

vino bianco

100 ml di latte

sale, pepe, olio extravergine d'oliva

Pulite i carciofi eliminando le foglie esterne più dure, tagliate la punta e il gambo, ora tagliatelo a metà e con un cucchiaino eliminate la barbetta che c'è al cuore, tagliatelo a spicchi e mettetelo a rosolare in una padella dove avrete fatto scaldare un po' d'olio extravergine d'oliva. Lasciate rosolare circa 5 minuti girando spesso, fate attenzione che bruciano in fretta.. poi allungate con una tazzina d'acqua salate, pepate e lasciate cuocere una decina di minuti. Mettete in un mixer i carciofi coi pinoli, il parmigiano, l'aglio, le erbe e l'olio, frullate fino ad ottenere una crema omogenea.

Disossate le sovracosce di pollo e disponete sopra un paio di cucchiaini di crema di carciofi arrotolate e legate con lo spago da cucina, fate scaldare dell'olio extravergine d'oliva in una padella e metteteci a cuocere i vostri fagottini, lasciateli rosolare bene su tutti i lati, fate attenzione a girarli delicatamente per non far uscire tutto il composto (dai fagottini ne uscirà comunque un po' ma nessun problema ve lo ritroverete nel piatto sotto forma di salsa).

Sfumate con un po' di vino bianco e lasciate completamente evaporare, a questo punto unite il latte, salate e terminate la cottura circa 10 minuti finché il latte si sarà asciugato. Filtrate il sugo in modo da eliminare il grasso in eccesso, eliminate lo spago e servite con la salsetta di cottura!!!