

# 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 abbinasse 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 extravergine 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 cucchiaino 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





con questa ricetta partecipo all'MTC di gennaio





# TASTE&MORE

E' agosto, tempo di vacanze, di ferie e i fornelli si spengono ma noi di Taste&More vogliamo lasciarvi le nostre ricette per l'estate, sfogliare per credere!!! Buon agosto a tutti!!!

Queste sono le mie ricette che troverete all'interno della rivista!!



**INVOLTINI DI MELANZANE GRIGLIATE  
CON SCAMORZA E PESTO DI MANDORLE**

cliccando sulla foto andrai direttamente alla ricetta



*[ombeliccodivenere.blogspot.it](http://ombeliccodivenere.blogspot.it)*



**MACCHERONI MULTICEREALI CON SEPIE TACCOLE E TROPEA**  
cliccando sulla foto andrai direttamente alla ricetta



### **BICCHIERINI DI ZUCCHINE AI 5 CEREALI**

4 zucchine grosse  
60 gr di zuppah selezione 5 cereali Melandri Gaudenzio  
1 scalogno  
120 gr di cuor di capra  
60 gr di bastardo del grappa  
1 uovo  
maggiorana  
pepe, sale  
pan grattato



Lavate accuratamente i cereali, soffiggete uno scalogno tritato in poco olio extravergine d'oliva, unite i cereali, lasciate tostare poi allungate con un pò di acqua salata, continuate la cottura 35-40 minuti aggiungendo man mano acqua calda (dovete cuocerlo come si fa con un risotto)

In una ciotola sbattete l'uovo con il cuor di capra, salate, pepate e aggiungete uan manciata di maggiorana tritata. Tagliate a piccoli cubetti il bastardo del grappa e unitelo al composto, aggiungete infine i cereali intiepiditi. Lavate le zucchine, eliminate le due estremità e tagliatele a pezzi di circa 4 cm (in tre o quattro parti in base alla grandezza della zuccina) svuotate i vostri "bicchierini" lasciando un lato chiuso che sarà il fondo, salate appena l'interno e

ungete poco l'esterno. Riempite con il composto ai cereali e spolverate con poco pangrattato. Ungete il fondo di una pirofila e disponete tutti i bicchierini. Cuocete a forno caldo 180° in modalità statico per circa 45 min, gli ultimi 3-4 minuti accendete il grill per far rosolare.



**Sfoggia la rivista on line**  
clicca sulla copertina



♥ Follow Me On Bloglovin'

Follow me on [bloglovin'](#)

---

## VEGA BURGER IN INSALATA

Quando vado a far la spesa, e non sono di fretta, mi dilungo vagando tra i reparti alla ricerca di prodotti nuovi e se ne trovo inizio a leggere gli ingredienti a pensare cosa potrei farci, pensa, pensa.. poi lo compro.. così mi ritrovo con tante cosine da smaltire e ogni tanto devo inventarmi qualcosa per evitargli il patume!! Stavolta son capitata in un negozio dove non vado mai e al reparto frutta e verdura ho trovato queste carote cocorita, e queste da dove sbucano??? mai sentite, mai viste quindi mai assaggiate.. che faccio.. me ne porto a casa un paio per colore!!!!



### **VEGA BURGER IN INSALATA**

100 gr di zucchine  
1 uovo  
100 gr di philadelphia  
35 gr di scamorza affumicata  
40 caprino  
100 ricotta  
20 gr di farina  
basilico  
pepe  
sale  
pane grattugiato  
farina di mais  
basilico



1 cetriolo  
1 carota  
3 carote cocorite  
lattuga romana  
semi di zucca  
olio evo, sale, pepe

Sbattete l'uovo e incorporatevi la ricotta, il philadelphia e il caprino creando una crema omogenea, salate e pepate. Lavate la zuccina e grattugiatela con grattugia a fori grossi, fate lo stesso con la scamorza, mescolate tutto assieme.

Miscelate assieme il pan grattato la farina di mais e il basilico tritato.

Scaldate abbondante olio di semi.

Prelevate una cucchiata di composto e posatelo sul mix di farine, passatelo da entrambi i lati e friggete le polpettine. Fate attenzione perchè sono estremamente morbide e quindi delicate, giratele solamente quando sono ben rosolate e hanno formato la crosta.

Lavate l'insalata e posizionatene qualche foglia in un piatto, pulite il cetriolo e fatene delle fette sottili, pulite le carote e tagliatele a strisce sottili. Disponete le verdure e i vegaburger nel piatto sulla lattuga, condite con olio evo sale pepe e semi di zucca.



