

PRIMA LEZIONE

TORTA PASQUALINA per 6 persone

Per il ripieno

nr	2/3	carciofi
gr	600	bietole
gr	250	ricotta (in sostituzione della "prescinsöea")
nr	6	uova
gr	50	parmigiano grattugiato
gr	50	olio extra vergine
nr	1	piccola cipolla
q.b.		sale, pepe, maggiorana, aglio, prezzemolo

Per la pasta

gr	300	farina
gr	30	olio extra vergine
q.b.		sale, acqua

Procedimento

Preparare la pasta "matta" impastando tutti gli ingredienti. Dividere in 8/10 "palline" e lasciare riposare. Preparare il ripieno, rosolando la cipolla e l'aglio e cuocendo le bietole ed i carciofi, precedentemente puliti e lavati. Aggiungere la ricotta, metà delle uova, sale, pepe e profumare con maggiorana e prezzemolo. Ungere bene la tortiera e foderare il fondo con 3/4 strati di pasta, unendo tra uno strato e l'altro. Riempire con il ripieno ed ricavare tre "fossette" nelle quali verranno poste, sghusciate, le rimanenti uova. Coprire con i rimanenti 4/5 "strati" di pasta chiudere ed infornare a forno dolce per circa 20/25 minuti.

TORTA VALDOSTANA per 6 persone

gr	500	pasta sfoglia
gr	150	prosciutto cotto a fettine
gr	150	fontina Aosta a fettine
nr	1	uovo

Procedimento

Foderare con la pasta sfoglia bucherellata una tortiera; spennellate con uovo sbattuto il fondo quindi disporre il prosciutto e la fontina. Ritagliare un disco di pasta e posarlo come un coperchio. Unite la sfoglia ai bordi con i rebbi di una forchetta affinché non esca il formaggio. Spennellare di uovo sbattuto e cuocere in forno per 20 minuti a 200°/210° circa.

TORTA DELIZIOSA per 6 persone

gr	500	pasta sfoglia o pasta "matta"
gr	200	mascarpone
gr	100	pancetta coppata
nr	4	uova
nr	8/10	noci
gr	100	rucola

Procedimento

Foderare la tortiera con la pasta. Tagliare la pancetta a striscioline e spezzettare grossolanamente i gherigli delle noci. Completare il ripieno con il mascarpone e le uova. Aggiustare di sale e farcire la torta e infornare a 200°/210° per circa 20 minuti. Prima di servire la torta cospargere con la rucola tagliata finemente.

QUICHE LORRAINE per 6 persone

gr	500	pasta sfoglia
lt	0,3	latte
gr	200	panna
gr	150	pancetta affumicata
gr	50	formaggio grattugiato
nr	4/5	uova intere
q.b.		sale, pepe, aglio, prezzemolo fine, noce moscata (pochissima)

Procedimento

Foderare la tortiera con la pasta. Tagliare la pancetta e farla rosolare leggermente con un profumo di aglio e lasciar raffreddare. Unire il latte, le uova sbattute, la panna e il formaggio; condire con sale, pepe, moscata e prezzemolo fine. Mettere sul fondo della torta la pancetta rosolata e completare con il composto liquido. Cuocere in forno per 20 minuti a 220° circa.

VARIANTI

Ai gamberi: gamberetti e piselli - Asparagi: asparagi lessati a mezza cottura - Spinaci: spinaci lessati e passati in padella con burro e aglio - Porri: porri crudi tagliati a rondelline finissime - Funghi: funghi trifolati - Pesce: con bianco di pesce a striscioline.

SECONDA LEZIONE

CARCIOFI ALLA GRECA *per 6 persone*

nr 12 carciofi
gr 50 olio extra vergine
nr 4 limoni
nr 1 cucchiaino di semi di finocchio
nr 1 spicchio d'aglio
5 grani di pepe e 5 di coriandolo, sale
un mazzetto composto da timo, alloro e una canna di sedano

Procedimento

Pulire i carciofi e tagliarli a spicchi, conservandoli in acqua molto acidulata. Farli bollire in acqua fredda leggermente salata per 8 minuti dal momento dell'ebollizione; sgocciolarli e rinfrescarli in acqua fredda. Nel frattempo preparare la seguente marinata: in una casseruola mettere poca acqua fredda, il mazzetto, i semi di finocchio, pepe, coriandolo, aglio, olio, il succo di due/tre limoni e il sale. Cuocere per 5-6 minuti quindi gettarvi gli spicchi di carciofi, far riprendere l'ebollizione e cuocere per ¼ d'ora circa. Lasciar raffreddare completamente e servire.

INSALATINA DI CARCIOFI *per 6 persone*

nr 6/8 carciofi
gr 200 portulaca
gr 150 gruviera
nr 12/16 pomodori ciliegia
q.b. pasta a filo
q.b. olio e limone per condire

Procedimento

Pulire i carciofi come d'abitudine. Affettarli finemente. Preparare un cestino con la pasta filo e porvi all'interno i carciofi. Guarnire il piatto con l'insalatina, il gruviera e i pomodorini. Condire con olio e limone

CARCIOFI RIPIENI *per 6 persone*

nr 12 carciofi
gr 100 parmigiano grattugiato
gr 200 mollica di pane ammollata nel latte
nr 2 uova
gr 50 olio extra vergine di oliva
q.b. maggiorana, prezzemolo, sale, pepe

Procedimento

Pulire i carciofi come d'abitudine e tagliarli a metà. Svuotare l'interno e sbollentarli per alcuni minuti. Preparare il ripieno con i gambi e la "scavatura" saltati in padella con l'olio; aggiustare di sale e pepe e cuocere. A cottura avvenuta tritare finemente aggiungendo il rimanente degli ingredienti. Riempire i carciofi, disporli in un tegame e passare al forno moderato per circa 12/15 minuti. Con questo piatto si può servire una semplice salsa al formaggio.

RAVIOLI DI CARCIOFI *per 6 persone*

per il ripieno

gr 50 cipolla
nr 1 spicchio d'aglio
nr 3/4 carciofi da cuocere
gr 250 ricotta
gr 50 parmigiano grattugiato
nr 2 uova
q.b. olio oliva, sale, pepe

Procedimento

Imbiondire la cipolla con l'olio e l'aglio, aggiungere i carciofi, preventivamente puliti e cuocere a fuoco moderato; aggiustare di sale e pepe. A cottura avvenuta passare il tutto e completare il ripieno con la ricotta, le uova, il parmigiano e la maggiorana. Con questo ripieno si possono preparare ravioli, pansotti e tortelloni.

TERZA LEZIONE

RISO AI TRE CEREALI IN CIALDA DI MAIS *per 6 persone*

gr	400	riso ai tre cereali
nr	½	cipolla piccola rosolata con poco olio d'oliva
lt	3	brodo di carne o di verdura
gr	50	parmigiano grattugiato
gr	100	burro
gr	300	verdure di stagione (carciofi-zucchine-funghi-piselli-asparagi, ecc) tagliuzzate

per la cialda

3 parti di parmigiano e 1 parte di farina da polenta

Procedimento

Tritare e imbiandire la cipolla con poco olio di oliva aggiungere e stufare le verdure. Versare il riso, bagnare con brodo e proseguire la cottura come per un risotto, mantecando con burro e formaggio e ricordando che il tempo di cottura di questo riso è più lungo. Preparare le cialde miscelando il parmigiano setacciato e la farina di mais, utilizzando una padellina antiaderente. Appena formate le cialde far loro prendere la forma sopra una scodellina o un bicchiere. Servire, versando il riso dentro le cialde all'ultimo momento.

ZUPPA DI LENTICCHIE *per 6 persone*

gr	500	lenticchie
gr	50	olio extra vergine
gr	50	filetti di acciughe
gr	100	sedano bianco
nr	1	spicchio d'aglio
gr	200	polpa di pomodoro
nr	4	foglioline di salvia
nr	12	fettine di pane raffermo dorate nell'olio
gr	100	parmigiano grattugiato
lt	3	brodo

Procedimento

Mettere a bagno le lenticchie e cuocerle in circa due litri di brodo. Tenerle in caldo. Preparare un trito con il sedano, l'aglio e la salvia; metterlo a rosolare con l'olio ed aggiungere le acciughe. Completare con il pomodoro e cuocere per circa ¼ d'ora a calore moderato. Aggiungere le lenticchie e far insaporire per qualche minuto, mescolando ed aggiungendo brodo qualora si renda necessario; aggiustare di sale. Servire nelle fondine con due fettine di pane cosparse di parmigiano.

MINISTRA DI BIANCHETTI *per 6 persone*

gr	300	bianchetti
gr	50	bianco di porro o cipolla
nr	1	filettino di acciuga
nr	½	carota
nr	½	canna di sedano
gr	50	olio extra vergine
nr	½	bicchiere di vino bianco
gr	100	pomodori cubettati
q.b.		brodo vegetale, aglio, prezzemolo fine, maggiorana. Qualche crostino di pane

Procedimento

Tritare il porro, carota, sedano, aglio e soffriggere con l'olio d'oliva; aggiungere l'acciuga e farla sciogliere completamente. Bagnare con il vino bianco, lasciar evaporare e completare con il pomodoro; allungare con due o tre mescoli di brodo vegetale. Lasciar cuocere per dieci minuti. Aggiungere i bianchetti e lasciar ancora cuocere per non più di cinque minuti. Insaporire con la maggiorana ed il prezzemolo fine, servire in ciotole di terra cotta con qualche crostino leggermente profumato con aglio (se piace).

QUARTA LEZIONE

INSALATA DI CROSTACEI CON ANANAS E AVOCADO *per 6 persone*

kg	1	polpa di crostacei
nr	1	lattuga
nr	1	piccolo ananas
nr	1	avocado

condimento: olio extra vergine, sale, limone, arancio, lime

Procedimento

Lessare i crostacei e ricavarne la polpa che dovrà mantenersi tiepida. Preparare la lattuga, l'avocado e l'ananas. Disporre in piatto con fantasia e condire con la salsa emulsionata.

TAGLIOLINI AL SUGO DI ARAGOSTA *per 6 persone*

nr	1	aragosta piccola
nr	1	scalogno
nr	1	piccolo calamaro
gr	300	pomodoro cubettato
q. b.		vino bianco, aglio, prezzemolo, olio d'oliva

Procedimento

Tagliare l'aragosta, utilizzando anche il corallo. Preparare un fondo di scalogno e aglio rosolandolo nell'olio d'oliva. Immettere il calamaro tagliato a striscioline e successivamente l'aragosta; cuocere per 15-20 minuti aggiungendo il pomodoro a cubetti e aggiustando di sale. Cuocere i tagliolini, scolarli e farli saltare nel sugo di aragosta. Servire immediatamente.

SCAMPI GRATINATI ALLA CARDINALE *per 6 persone*

nr	12	scampi grossi
gr	50	burro fuso
gr	50	emmental grattugiato
gr	50	funghi (freschi, gelo o secchi) affettati e cotti leggermente in padella

Per la salsa

lt	½	di salsa besciamella
gr	250	di panna
gr	250	di fumetto di pesce
gr	20	parmigiano grattugiato

Procedimento

Lessare gli scampi, staccare le chele e spolparle. Tagliare i crostacei a metà e separare la polpa che andrà tagliata a piccoli pezzi e unita a quella delle chele ed ai funghi. Allineare in una teglia i gusci. Preparare la salsa facendo ridurre la besciamella con la panna e il fumetto di pesce di circa 1/3; aggiungere il formaggio grattugiato. Mettere un poco di salsa sul fondo dei gusci, aggiungere la polpa degli scampi e ricoprire con abbondante salsa. Spruzzare con il burro fuso e completare con l'emmental. Glassare al forno per pochi minuti e servire.

QUINTA LEZIONE

I fagioli di Pigna si devono mettere a bagno in acqua tiepida la sera prima e si lessano partendo ad acqua fredda, leggermente salata, aromatizzando con cipolla, sedano e carota, alloro e aglio. Si deve fare attenzione che i legumi siano sempre coperti di acqua. La cottura si aggira intorno ai 55 minuti a calore moderato e schiumando alla bisogna; si devono lasciar raffreddare nella loro acqua di cottura.

RAVIOLI DI STOCCAFISSO CON VELLUTATA DI FAGIOLI DI PIGNA per 6 persone

Per il ripieno

gr 400 stoccafisso bagnato
gr 200 patate
nr 2 uova
gr 50 parmigiano
q.b. aglio, prezzemolo, sale, pepe

La pasta fresca necessaria per la preparazione di ravioli. Per la vellutata seguire gli esperti.

Procedimento

Cuocere per circa mezz'ora lo stoccafisso in 5 parti di acqua e 1 di latte; scolare e mettere nella stessa acqua le patate sbucciate. Pulire il pesce privandolo di tutte le lisce, pelli ed impurità. Il ripieno dei ravioli si prepara tritando lo stoccafisso con le patate cotte e profumando con un poco di prezzemolo e aglio. Aggiungere le uova ed il parmigiano e preparare i ravioli come d'abitudine.

La salsa di accompagnamento si ottiene frullando i fagioli con poco prezzemolo e poco olio extra vergine di oliva, aggiungendo all'occorrenza se la salsa risultasse troppo soda, un poco di liquido di cottura dei fagioli.

CAPRETTO AROMATIZZATO AL TIMO CON FAGIOLI DI PIGNA per 6 persone

gr 800 capretto
nr 1 carota
nr 2 scalogni
nr 1 gamba di sedano
nr 1 bicchiere di vino bianco
q.b. fagioli di Pigna cotti
q.b. olio d'oliva, sale, pepe, aglio, timo.

Procedimento

Preparare un soffritto con poco olio, scalogno, sedano, aglio e carota. In una padella a parte, "scottare" leggermente il capretto a fuoco vivo onde permettere al grasso di fuoriuscire ed essere eliminato. Aggiungere la carne nel soffritto, bagnando con il vino bianco e profumare con il timo. Cuocere con coperchio per circa 1 ora, 1 ora e mezza, bagnando all'occorrenza con acqua o brodo. A fine cottura completare con alcuni fagioli cotti e frullati (vedi sopra) e alcuni interi.

BOCCONCINI DI PESCATRICE CON FAGIOLI DI PIGNA per 6 persone

kg 1,2 pescatrice
gr 200 fagioli di pigna secchi e cotti (vedi sopra)
nr 2 pomodori maturi cubettati
gr 10 capperi sotto sale e dissalati in acqua fredda
q.b. olio d'oliva, olive taggiasche, aglio, sale

Procedimento

Preparare un fondo con aglio, prezzemolo e olio; aggiungere i pomodori cubettati. Preparare dei bocconcini di pescatrice, privandoli di pelle e lisce e metterli in cottura nel fondo aggiungendo i capperi, e le olive. Cuocere per un quarto d'ora, bagnando all'occorrenza con liquido di cottura dei fagioli. Completare con qualche fagioli frullato ed altri interi

SESTA LEZIONE

CALAMARI RIPIENI *per 6 persone*

nr	6	calamari
gr	100	scalogno o cipolla
nr	1	lattuga
gr	200	pane ammollato nel latte
q.b.		prezzemolo, maggiorana, aglio, olio extra vergine, sale

Procedimento

Pulire i calamari e svuotarli senza rompere le pance. Preparare un fondo con lo scalogno tritato, l'aglio e l'olio, rosolare leggermente ed aggiungervi quasi tutti i ciuffi. Procedere alla cottura per circa 10-15 minuti bagnando, se occorre con un poco di vino bianco o acqua. Togliere dal fuoco ed aggiungere il resto degli ingredienti. Tritare il tutto (facoltativo l'aggiunta di un uovo) e amalgamare bene il ripieno. Riempire i calamari chiudendo l'apertura con uno stuzzicadente. Passare alla cottura (in forno o in padella) a calore moderato. Accompagnare con una salsa di pomodoro fresco e conchigliaggi (vedi ricetta successiva).

TAGLIATELLE AL NERO DI SEPPIA CON SALSA DI CONCHIGLIAGGI *per 6 persone*

per la pasta

gr	300	farina
nr	2/3	uova
q.b.		nero di seppia, acqua

Procedimento

Preparare una pasta fresca come d'abitudine, lavorando gli ingredienti e passando la pasta nella macchia per pasta fresca; ricavare le tagliatelle.

per la salsa

gr	400	pomodoro fresco
gr	100	scalogno
gr	200	seppie
gr	500	conchigliaggi (cozze, vongole, arselles, cannolicchi, ecc)
q.b.		olio extra vergine, prezzemolo, aglio, sale, peperoncino

Procedimento

Aprire a caldo le conchiglie e filtrare con una tela l'acqua che si forma nella pentola. Preparare un fondo di scalogno, aglio e olio, rosolare, aggiungere le seppie tagliuzzate a piccoli pezzi. Lasciar insaporire ed aggiungere il pomodoro e successivamente i molluschi. Completare con una spolverata di prezzemolo. Cuocere le tagliatelle e farle saltare nella salsa.

TONNO SOTT'OLIO

Pulire e tagliare il tonno a fette di 3-4 dita. Metterlo a marinare per un minimo di 4 ore in un recipiente coperto da una salamoia al 15% di sale con aggiunta di gusti (cipolla, sedano, carota, aglio, rosmarino, timo, ecc)

Terminata la marinatura si procede alla cottura in acqua salata al 15% (150 gr. di sale ogni litro d'acqua) con aggiunta di gusti (come sopra) e vino bianco in ragione di 2 litri ogni 10 litri di acqua. Il tonno dovrà cuocere per 25 minuti mettendolo nella pentola ad acqua fredda e contando il tempo da quando inizia a bollire.

Scolare i tranci e disporli su un piano perfettamente pulito e con l'aiuto di un coltellino, si procede alla pulitura, togliendo il superfluo (pelle, spine, ecc). La parte nera, poco gradevole alla vista ma sempre buona, si potrà mettere in vasi a parte. Contestualmente la pulitura si andranno a disporre i pezzi di tonno in vasi a chiusura ermetica. Si aggiunge del buon olio di oliva a più riprese finché il tonno rimarrà perfettamente coperto da qualche millimetro di olio. Chiudere con i tappi badando di non far fuoriuscire l'olio (nel qual caso pulire con carta assorbente l'orlo del vaso).

Disporre i vasi in una pentola capace e farli bollire per 2 ore. Durante la sterilizzazione è bene, per evitare la rottura, fasciare i vasi con cannovacci o carta. Lasciar raffreddare completamente e riporre in dispensa. Buona regola è quella di rivestire i vasi con carta argentata per evitare il contatto con la luce che potrebbe irrancidire l'olio. Il tonno sarà pronto non prima di 4 o 5 mesi.

Da ricordare che è fondamentale per una buona riuscita del prodotto, organizzarsi e programmare tutte le operazioni affinché tutto proceda senza interruzioni e che una volta dopo la marinatura si continui senza soluzione di continuità fino alla conclusione.

SETTIMA LEZIONE

BUNET PIEMONTESE per 10 persone

lt	½	latte intero fresco
nr	5	uova intere
gr	150	zucchero
gr	50	cacao amaro
gr	100	amaretti sbriciolati
		una tazzina di caffè con tre cucchiaini di rhum
		profumo vaniglia e limone - il caramello sufficiente

Procedimento

Sbattere le uova con lo zucchero ed i profumi. Mescolare le uova con il latte ed aggiungere il cacao, gli amaretti sbriciolati e la tazzina di caffè con il rhum. Caramellare il fondo di uno stampo da plum cake e versarvi il composto. Cuocere a bagno-maria in forno dolce (160°) per circa 30 minuti. Verificare la cottura con uno stuzzicadenti, lasciar raffreddare e riporre in frigorifero.

BAVARESE BASE CREMA per 6 persone

lt	½	latte
gr	250	panna montata
nr	3	tuorli
gr	125	zucchero
nr	1 - 2	fogli di colla di pesce
		profumi secondo il gusto

Procedimento

Ammollare la colla di pesce in acqua fredda. Bollire il latte e sciogliervi la colla di pesce, nel frattempo sbattere le uova con lo zucchero ed i profumi. Aggiungere il latte caldo e pastorizzare il prodotto, inserendo il gusto desiderato: cioccolato, caffè, nocciola, pistacchio, ecc. Lasciar raffreddare la crema ed incorporare delicatamente la panna montata. Ungere leggermente gli stampi con olio di semi, riempire e porre in frigorifero per almeno 4 ore.

PANNA COTTA per 6 persone

lt	½	latte
lt	½	panna
gr	100	zucchero (variabile)
nr	3 - 4	fogli di colla di pesce
		profumi secondo il gusto

Procedimento

Ammollare la colla di pesce in acqua fredda. Pastorizzare il latte con la panna e lo zucchero. Aggiungere la colla di pesce; rimestare bene e riempire gli stampi. Lasciar raffreddare e riporre in frigo per almeno 4 o 5 ore.

CREMA FANTASIA per 6 persone

gr	350	panna liquida
gr	150	latte fresco
gr	100	tuorli d'uovo
gr	50	zucchero
nr	2	albumi d'uovo a neve
nr	3	fogli colla di pesce
gr	50	lamponi
		profumo vaniglia

Procedimento

Ammollare la colla di pesce in acqua fredda e bollire il latte con la panna. Sbattere i tuorli con lo zucchero e la vaniglia. Aggiungere il latte bollente e pastorizzare. Aggiungere la colla di pesce rimestando bene e lasciar raffreddare. Incorporare gli albumi a neve. Preparare dei bicchieri a calice; mettere sul fondo qualche lampone, colmare con la crema e riporre in frigorifero. Prima di servire guarnire con zucchero di canna e "bruciare" con il cannello.

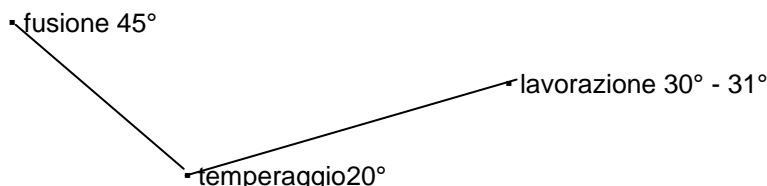
OTTAVA LEZIONE

LAVORAZIONE DEL CIOCCOLATO COPERTURA

Procedimento

Tagliare finemente la copertura e passare alla fusione a bagno-maria, facendo attenzione che la temperatura del prodotto non superi i 45°- 50° di temperatura. L'acqua e il vapore sono dannosi al cioccolato; al loro contatto diventa granulosa. Occorre pertanto prestare la massima attenzione all'operazione di fusione.

Quando la copertura sarà fusa si passa all'operazione detta *temperaggio*, che consiste nel ridurre la temperatura a 20° e riportarla successivamente a 30° - 31°



questa procedura può essere semplificata allargando metà della copertura fusa sopra un tavolo di marmo ben asciutto e lasciandola raffreddare tenendola costantemente in movimento con una spatola. Aggiungerla, prima che si solidifichi, all'altra metà ancora calda e lavorare bene per qualche minuto. La temperatura giusta di lavorazione sarà raggiunta quando, prelevando una piccola parte di cioccolato, la si sentirà fredda al contatto con le labbra.

SOUFFLÈ AL CIOCCOLATO *per 24 persone*

gr	150	farina
gr	50	zucchero (facoltativo)
lt	1	latte
gr	250	cioccolato fondente fuso
gr	80	burro
nr	10	tuorli
nr	10	albumi a neve
q.b.		zucchero al velo
		profumo limone e vaniglia

Procedimento

Lavorare bene il latte con la farina, lo zucchero ed i profumi; portare ad ebollizione e cuocere per pochi minuti. Incorporare il burro e il cioccolato fuso. Lavorare fino al raffreddamento ed aggiungere i tuorli, poco alla volta. Completare con gli albumi a neve ben ferma, amalgamando delicatamente facendo attenzione che il prodotto rimanga soffice. Riempire gli appositi stampi per soufflè preventivamente imburrati ed inzuccherati e cuocere in forno moderato (160° - 170°) per 20 minuti se gli stampi sono a monoporzione e 30 minuti se si utilizza uno stampo singolo. Appena sfornato, spolverare con zucchero al velo e servire immediatamente.