



# AMICA

AMICA n. 05 - maggio 2006 - € 2.50

PERCHÉ LE DONNE  
PREFERISCONO  
STARE AL POTERE  
IN COMPAGNIA  
DELLE ALTRE

COME RAVVIVARE  
LA VITA SESSUALE  
PRATICANDO  
IL BODYPAINTING  
E L'ARTE CONCETTUALE

PERCHÉ I MANUALI DI DIETA  
VANNO LETTI  
COME UN ROMANZO  
PER RAGAZZE  
DELL'OTTOCENTO

COME SFOGARE  
LA PROPRIA  
INDOLE ROMANTICA  
CON LE AMICHE  
E NEGARLA AGLI UOMINI

PERCHÉ ESSERE  
INCOERENTI  
CON ONESTA FANTASIA  
RENDE GRADEVOLI



## MODELLI

DI STILE

Gli chef di *Amica* Deborah Tomeucci e Agnese Seccavigne al lavoro.





**CROSTINI AI TRE COLORI  
(Ingredienti per 6 persone)**

2 frustine di pane bianco tagliate a fette e tostate

**Salsa di alici**

100 gr di mascarpone  
1 tubetto di pasta di alici  
Amalgamare gli ingredienti fino a ottenere una crema omogenea.

**Salsa di ceci**

120 gr di ceci in scatola  
60 gr di olio extravergine di oliva  
mezzo limone spremuto  
sale, paprika dolce  
Frullare gli ingredienti fino a ottenere una crema omogenea.

**Salsa di erba cipollina**

100 gr di robiola  
3 fili di erba cipollina  
Tagliare finemente l'erba cipollina e mescolarla alla robiola passata al setaccio.

**Presentazione del piatto**

Mettere le salse in ciotoline con intorno i crostini.

**Tempo di preparazione**

15 minuti.



**RADIATORI AL PESTO DI RUCOLA  
(Ingredienti per 6 persone)**

500 gr di radiatori  
2 mazzi di rucola  
60 gr di mandorle pelate  
50 gr di pecorino grattugiato  
1 spicchio di aglio  
sale, olio extravergine di oliva

**Preparazione**

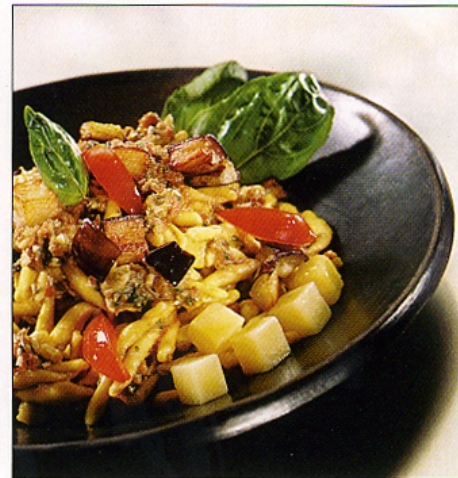
Lavare e asciugare con cura la rucola. Sistemarla nel mixer con l'aglio schiacciato, un pizzico di sale e frullare aggiungendo a filo l'olio. Unire le mandorle tritate e il pecorino grattugiato e continuare a frullare fino a ottenere un pesto cremoso. Cuocere la pasta al dente, scolarla, condirla subito con poco olio e aggiungere il pesto continuando a mescolare.

**Presentazione del piatto**

Porre i radiatori conditi su un piatto con scaglie di pecorino sopra. Decorare con foglie di rucola.

**Tempo di preparazione**

10 minuti più la cottura della pasta.



**TROFIE AL PESTO TRAPANESE  
(Ingredienti per 6 persone)**

500 gr di trofie fresche  
500 gr di pomodori a grappolo  
2 melanzane violette tonde  
2 patate grandi  
80 gr di basilico  
60 gr di mandorle pelate  
50 gr di pecorino grattugiato  
1 spicchio di aglio  
sale, olio extravergine di oliva

**Preparazione**

Incidere a croce la buccia dei pomodori e sbollentarli per 2 minuti. Freddarli in acqua e spellarli, tagliarli a metà ed eliminare tutti i semi. Mettere nel mixer il basilico spezzettato, l'aglio, un pizzico di sale e i pomodori tagliati a pezzetti, frullare leggermente (gli ingredienti devono mantenere la loro consistenza) aggiungendo l'olio. Trasferire il tutto in una ciotola, unire le mandorle grossolanamente tritate e il pecorino grattugiato. Tagliare le melanzane e le patate sbucciate a cubetti di un centimetro; friggerle separatamente in olio. Cuocere la pasta al dente, scolarla, condirla subito con poco olio e aggiungere il pesto continuando a mescolare.

**Presentazione del piatto**

Porre le trofie condite su un piatto con le melanzane e le patate. Decorare con foglie di basilico.

**Tempo di preparazione**

40 minuti più la cottura della pasta.



**SPALLA DI MAIALE ALLA  
VERNACCIA DI S. GIMIGNANO**

**(Ingredienti per 6 persone)**

600 gr spalla o coppa di maiale  
1 litro di vernaccia  
2 litri di acqua  
3 coste sedano  
2 carote  
1 cipolla rossa  
2 foglie di alloro  
salvia, rosmarino, bacche di ginepro  
sale grosso

Per la crema di cannellini:

300 gr di cannellini in scatola  
3 spicchi d'aglio  
3 cucchiai olio extravergine d'oliva  
salvia, pepe nero in grani, sale grosso

**Preparazione**

Mettere tutti gli odori tagliati a pezzi in una casseruola con l'acqua e portarla a bollore con il sale grosso; aggiungere il vino e poi la carne intera legata. Fare sobbollire per circa 50 minuti; spegnere e lasciare raffreddare la carne nel suo brodo. Scolare i cannellini e ripassarli in padella con 3 spicchi d'aglio in camicia. Eliminare l'aglio e frullare a crema con l'olio, la salvia, il sale e il pepe.

**Presentazione del piatto**

Mettere la crema di cannellini a ciuffetti nel piatto (servendosi di una sac à poche) e completare con pezzetti di spalla di maiale spezzettati con le mani.

**Tempo di preparazione**

1 ora più raffreddamento.



**FAGIOLINI CON SALSA MIMOSA**

**(Ingredienti per 6 persone)**

800 gr di fagiolini  
2 uova  
1 cipollina fresca  
aceto bianco  
senape di Digione  
sale, pepe  
olio extravergine di oliva

**Preparazione**

Pulire i fagiolini e lessarli in acqua salata per circa 15 minuti. Scolarli e raffreddarli in acqua ghiacciata. Bollire le uova per 10 minuti. Sgusciarle e separare i tuorli dagli albumi. Tritare la cipollina fresca. In una ciotola raccogliere i tuorli passati al setaccio e versare a filo abbondante olio mescolando continuamente con una frusta fino a ottenere una crema omogenea, aggiungere la cipollina tritata, un cucchiaino di senape e poche gocce di aceto. Salare e pepare amalgamando perfettamente tutti gli ingredienti.

**Presentazione del piatto**

Distribuire la salsa sopra i fagiolini e decorare con un ciuffo di menta fresca.

**Tempo di preparazione**

30 minuti.



**PARFAIT AL CAFFÈ**

**(Ingredienti per 6 persone)**

150 gr di zucchero  
6 cucchiaini di acqua  
1 dl di caffè ristretto  
4 tuorli  
250 gr di panna

**Preparazione**

In una casseruola portare a ebollizione lo zucchero con l'acqua fino a ottenere uno sciroppo. Togliere dal fuoco e far raffreddare. Sbattere con le fruste elettriche i tuorli versando a filo lo sciroppo fino a ottenere una massa gonfia e spumosa, aggiungere il caffè e mescolare. Montare la panna e incorporarla delicatamente al composto. Versare in bicchieri monodose e trasferire nel surgelatore per almeno 5 ore.

**Presentazione del piatto**

Servire il bicchierino decorato con chicchi di caffè e un ciuffetto di panna montata.

**Tempo di preparazione**

20 minuti  
più il tempo di raffreddamento.