

AMICA

AMICA n. 10 - ottobre 2006 - € 2.50



RECUPERARE L'INCOMPETENZA E ABBRACCIARE IL DILETTANTISMO CREATIVO
CALCOLARE BENE I TEMPI DEL SESSO E SCEGLIERE LE TECNICHE DI CONSEGUENZA
TRASFORMARE LA FACCENDA SPAZZATURA IN SISTEMA DI POTERE CASALINGO

MODA



Gli chef di *Amica* Deborah Tomeucci e Antonella Fazio.



INSALATA DI CEREALI
CON FRUTTI DI MARE, MENTA,
VERDURE

Ingredienti (per 6 persone)

50 gr (cadauno) di farro, orzo perlato,
grano, riso integrale
500 gr di pomodoro concassé (spellato,
senza semi e tagliato a dadini)
1 cipolla, 1 peperone giallo, lattuga
350 gr di zucchine
350 gr di patate a dadini bollite
400 gr di vongole, 400 gr di cozze
1 cucchiaino (cad.) di menta tritata,
prezzemolo tritato, peperoncino
5 spezie miste, 100 gr di olive nere
1 limone spremuto, vino bianco,
olio extravergine di oliva, sale

Preparazione

Bollire i cereali separatamente.
Scaldare l'olio e soffriggere le spezie
per 3-4 minuti. Aggiungere la cipolla
tritata, il peperoncino, il peperone
a cubetti, le zucchine a dadini, cuocere
ancora per pochi minuti. In un altro
tegame cuocere le vongole
con prezzemolo, aglio, vino bianco,
sgusciarle e tenerle nell'acqua filtrata.
Aprire le cozze in padella.
A freddo, unire cereali, pomodoro
concassé, verdure cotte, frutti di mare
sgusciati, condire con prezzemolo,
menta, olive a rondelle, olio e limone.
Lasciare insaporire per mezz'ora.

Presentazione del piatto

Guarnire con foglie di lattuga
e alcuni frutti di mare lasciati interi.

Tempo di preparazione

30 minuti più la cottura dei cereali.



RISO BASMATI AL PESTO LIGURE
CON PICCOLI SPRING ROLLS

Ingredienti (per 6 persone)

350 gr di riso basmati
150 gr di pisellini
100 gr prosciutto cotto (una sola fetta)
20 gr di pinoli
2 uova
1 confezione di spring rolls
scalogno, basilico, aglio, zucchero, sale
burro, parmigiano, olio extravergine
di oliva, olio di semi di arachidi

Preparazione

Tostare il riso per 1 minuto, aggiungere
500 grammi d'acqua, uno scalogno
sbucciato intero, salare e cuocere per 10
minuti senza togliere il coperchio.
Strapazzare le uova nel burro, una volta
cremose ridurle a pezzetti. Fare il pesto
con basilico, pinoli, olio e parmigiano.
Cuocere i pisellini in un tegame
con poca acqua, burro e un cucchiaino
di zucchero. In una padella
di ferro friggere gli spring rolls in olio
di semi di arachidi, scolarli su carta
assorbente e tenerli in caldo. Saltare
il riso in wok con un cucchiaino di olio,
aggiungere prosciutto a dadini,
pisellini e uova. Condire con il pesto.

Presentazione del piatto

Decorare con gli spring rolls il riso
lasciato nella padella wok.

Tempo di preparazione

30 minuti.



MILLEFOGLIE DI FILETTO
CON VERDURE GRIGLIATE

Ingredienti (per 6 persone)

900 gr di filetto Angus tagliato stretto
8 funghi porcini, 20 gr di tartufo nero
1 rapa bianca, 1 cespo di radicchio
rosmarino, salvia, alloro
20 gr di scalogno tritato, aglio
6 fette di lardo dello spessore di mm 2
80 gr di caciocavallo grattugiato
erbette tritate (timo, rosmarino, salvia)
olio extravergine d'oliva, sale, pepe

Preparazione

Tagliare la carne in 6 filetti e ricavarne
4 fettine orizzontali, insaporire
con sale, pepe, metà erbe. Affettare
il tartufo, saltarlo con olio, rosmarino,
salvia per 2 minuti. Dividere teste
e gambi di 6 porcini, rosolarli
coi porcini interi con olio, uno spicchio
d'aglio schiacciato non spellato, alloro,
le restanti erbe, sale e pepe. Cuocere
per 10 minuti, togliere i porcini interi,
scaloppare gli altri. Affettare
e rosolare la rapa con olio, sale e pepe.
Sminuzzare il radicchio, saltarlo con
olio e scalogno. Comporre i millefoglie,
disponendo sulla prima fettina di filetto
porcini e caciocavallo, poggiare
la seconda fetta con rape, caciocavallo
e tartufo, continuare con carne,
radicchio, caciocavallo, finire con
la carne. Avvolgere con lardo fermato
da spago, infornare a 200° per 8 minuti.

Presentazione del piatto

Guarnire ogni millefoglie con un fungo.

Tempo di preparazione

40 minuti.



VERDURE TORNITE E GLASSATE IN CESTINI DI PARMIGIANO

Ingredienti (per 6 persone)

150 gr di funghi champignon
150 gr (cad.) di zucchine, carote,
piselli, cipolline
150 gr di burro
2 cucchiaini di zucchero di canna
300 gr di parmigiano grattugiato
(per fare 3 cestini)
aceto di vino bianco, sale, pepe

Preparazione

Tagliare zucchine e carote in forma tondeggiante. Cuocere le verdure una alla volta in un tegame con il burro, lo zucchero, aceto, sale e pepe. Una volta cotte, scuoterle per glassarle col fondo di cottura ridotto e denso. Cospargere il fondo di una padella antiaderente da crêpes con parmigiano grattugiato, lasciar fondere fino a formare una crosta compatta ma morbida. Girare con una spatola e rosolare; mettere il composto ancora caldo in forma su una ciotolina rovesciata fino al raffreddamento.

Presentazione del piatto

Porre le verdure nei cestini di parmigiano e spolverare con un po' di prezzemolo tritato.

Tempo di preparazione

40 minuti.



GELATO AL TÈ VERDE

Ingredienti (per 6 persone)

1 confezione di tè verde in foglie
(tipo Gunpowder)
1 litro di latte intero
8 tuorli
250 gr di zucchero

Preparazione

Mettere in infusione le foglie di tè in un litro di latte per almeno 12 ore. Filtrare e porre sul fuoco con 125 gr di zucchero. A parte, sbattere senza incorporare aria 8 tuorli con la parte restante di zucchero. A bollire appena iniziato stemperare il composto con il latte caldo filtrato e rimettere sul fuoco. Girare delicatamente e cuocere fino a che il composto vela il cucchiaino. Versare in un recipiente, coprire con la pellicola direttamente a contatto con il composto per evitare le bolle di aria e raffreddare subito immergendo il recipiente nell'acqua fredda. Montare il tutto nella gelatiera.

Presentazione del piatto

Accompagnare il gelato con cialde o lingue di gatto.

Tempo di preparazione

20 minuti più il raffreddamento.



LEMON PIE CON MERINGA FIAMMATA

Ingredienti (per 6 persone)

1 panetto di pasta frolla
crema al limone
2 uova, 2 albumi
2 limoni
200 gr di zucchero
2 cucchiaini di maizena
meringa all'italiana
125 gr di zucchero

Preparazione

Grattugiare le bucce dei limoni, spremere e filtrare il succo, bollire in acqua. Sbattere le uova con lo zucchero e aggiungere maizena. Stemperare e versare il tutto nell'acqua e limone, mescolare fuori dal fuoco e completare con scorza di limone grattugiata. Lasciare raffreddare. Cuocere 100 grammi di zucchero nell'acqua fino a 121 gradi. Versarlo sugli albumi con il restante zucchero e montare con le fruste fino a raffreddamento. Stendere la frolla in uno stampo imburrato e infornarla a 180° per 15 minuti. Sfnare, lasciare raffreddare. Spalmare la crema al limone sulla frolla e coprire con la meringa. Passare la torta al grill per ottenere una leggera colorazione.

Presentazione del piatto

Decorare la torta con fette di limone tagliate a julienne.

Tempo di preparazione

35 minuti.