

MENU'

A cura di Flavia Coccozza



Sabato cena

- Minestra primavera
- Tortino di uova e verdure
- Tocchetti di feta e olive

Domenica pranzo

- Antipasto
 - Tranci di polenta gialla
 - Carciofi crudi marinati alla senape
 - Ricottine di rughetta con olive di Spagna verdi
- Primo: garganelli alla crema di carciofi
- Secondo: arrosto al latte con le noci
- Contorni
 - Masticanza con scorzette di limone
 - Insalata di finocchi e arance
- Dolce:
 - Torta mimosa

RICETTE

Arrosto al latte con le noci

- Pepe
 - Aglio 2 spicchi
 - Burro 30 gr
 - Farina
- Latte 1/2 lt
Noci gherigli 80 gr
Olio di oliva extra
Rosmarino 1 rametto
Sale
Timo
Vitello magatello 800 gr
Panna fresca 1 dl

1 Rosola la carne. Infarina il magatello. Scalda 2 cucchiaini di olio nella padella antiaderente e rosolalo uniformemente a fuoco medio, girandolo su tutti i lati.

2 Cuoci il magatello. Scalda il burro nella casseruola con gli spicchi d'aglio schiacciati e non spellati e il rametto di timo o di rosmarino. Disponi il magatello rosolato nella casseruola e irroralo con il latte caldo. Chiudi con il coperchio e cuoci a fuoco medio-basso per 20-30 minuti: dipende se ti piace più o meno rosato. Scoperchia, sala, pepa, alza leggermente la fiamma e prosegui la cottura per altri 10 minuti, in modo che il fondo di cottura si restringa.

3 Fai la salsa e servi. Estrai il magatello dalla casseruola e avvolgilo in un foglio di alluminio. Elimina aglio ed erbe aromatiche e trasferisci il fondo di cottura nel mixer. Frullalo con i gherigli di noce. Versa il mix nella casseruola, unisci la panna, regola ancora di sale e pepe e cuoci la salsina per 3-4 minuti mescolando, in modo che si addensi. Taglia il magatello a fette e servilo con la salsina al latte e noci preparata.

Pasta con crema di carciofi

- per 4 persone
- 3 carciofi grandi
3 cucchiaini di panna fresca
olio extravergine d'oliva
cipolla
mezzo litro di brodo vegetale
due cucchiaini di parmigiano
succo di un limone
sale, pepe
380g di pasta

Lavate i carciofi, tagliatene le punte e togliete le foglie più esterne. Tagliateli in quattro parti e metteteli per mezz'ora in acqua con succo di limone.

Trascorso tale tempo, soffriggere la cipolla e mettere i carciofi. Coprire col brodo vegetale e fare cuocere almeno 45 minuti (i carciofi devono risultare morbidi).

Trascorso tale tempo, togliere i carciofi dalla padella e frullarli. Riversare la crema in una padella, su fiamma bassa, ed aggiungere la panna.

Mescolare ed aggiungere parmigiano, sale e pepe.

Cuocere la pasta in abbondante acqua salata.

Qualche minuto prima che sia pronta, saltarla in padella con qualche cucchiaio di acqua di cottura, fino a che non sarà pronta.

Servire spolverizzando di parmigiano.

Polenta fritta

- circa 25 pezzi
- 900ml di acqua
un cucchiaino di sale
150g di farina gialla per polenta

Fate bollire l'acqua salata ed aggiungete poco a poco la farina per polenta.

Girate continuamente la polenta, facendola cuocere a fiamma bassa per circa venti minuti.

Quando la polenta si sarà addensata, spegnere il fuoco.

Io l'ho poi versata su della carta da forno, sopra ne ho steso un altro foglio e con l'aiuto del matterello l'ho spianata fino ad ottenere uno spessore di circa un centimetro e mezzo.

Far raffreddare completamente e tagliare dei triangolini di polenta.

Ungete leggermente una padella antiaderente calda e friggervi gli scagliozzi.

Fate dorare 3-4 minuti per lato, trasferiteli poi su carta assorbente.

Servire gli scagliozzi caldi. Volendo potete accompagnarli con funghi, salsicce o ciò che preferite.