

E la chiamano estate...

PANE FORMAGGIO E FANTASIA, TROFIE AL PESTO E BUFALA, GRIGLIATA MISTA, NSALATA VERDE , GELO DI ANGURIA, MORE E PISTACCHI

PANE FORMAGGIO E FANTASIA

ingredienti per 4 persone

olio sale pepe

8 fettine di baguette

un avocado

un formaggio caprino

tabasco

Guarnire delle fettine di baguette con piccole quenelle di formaggio caprino (lavorato con sale e tabasco) e dadini di avocado (già conditi con olio e limone). Spolverare con una macinata di pepe nero.

4 fette di pan carrè

una robiola

½ carota

½ zucchina

sedano

Togliere la crosta al pan carrè, dividere la fetta in due triangolini e tostarli leggermente. Guarnire con ciuffi di robiola e dadini piccolissimi di verdure crude (carota, zucchina, sedano, già conditi con olio, sale e pepe).

4 fette di pane di segale

100g di Camembert

8 olive nere denocciolate

buccia d'arancia

Dividere a metà le fette di pane integrale di segale, mettere sopra una fettina di formaggio Camembert, le olive nere a pezzettini e guarnire con filetti di buccia d'arancia sottilissimi.

TROFIE AL PESTO E BUFALA

ingredienti per 4 persone

500 g di trofie fresche

tre cucchiaini di pesto ligure

150 di mozzarella di bufala

4 pomodorini pachino

basilico

olio sale pepe

Mettere su l'acqua per la pasta. Tritare la mozzarella a pezzi piccolissimi. Lessare la pasta, condire con il pesto e aggiungere un po' di acqua di cottura per lasciare la pasta abbastanza umida. Dividerla in quattro piatti, mettere al centro la mozzarella tritata e sopra un pomodorino diviso a metà con una foglia di basilico nel mezzo.

GRIGLIATA MISTA

ingredienti per 4 persone

4 lombatine con l'osso di maiale

4 salsicce

4 cosce di pollo

Potete scegliere la carne che più vi aggrada: manzo, vitello, maiale, pollo, abbacchio; nelle forme che volete: salsicce, bistecche, spiedini. La bistecca deve avere qualche venatura di grasso, perché così sarà più morbida e saporita e va incisa leggermente sui bordi (così non si ariccica). Gli spiedini sono più gustosi se intervallati da verdure. Le salsicce vanno bucherellate o aperte a metà. I pezzi di pollo vanno aperti se troppo grandi (ad esempio le cosce) e messi a marinare per qualche ora, con olio, succo di limone, rosmarino e salvia, sale e olio. Se non si ha un barbecue, si può optare per il forno in questo caso scegliere degli spiedini misti. Una chicca: intervallare i pezzi di carne e le verdure da cubetti di pane raffermo e un'ora prima di infornarli spennellarli con un intingolo fatto con erbe aromatiche, aromi per arrostiti, sale e olio.

Qualche salsa per accompagnare:

CIPOLLINA FRESCA

ingredienti:

3 cipolline fresche

prezzemolo abbondante

olio, sale e pepe

Tritare cipolle e prezzemolo, stufarle con tre cucchiaini di olio d'oliva, senza farle colorire, salare, pepare e passare in salsiera per accompagnare bistecche, spiedini di carne o verdure, formaggi.

CAPPERI E ACCIUGHE

ingredienti

3 cucchiaini di capperi

4 filetti di acciughe sott'olio

olio d'oliva, pepe

Frullare tutti gli ingredienti e usare la salsina su carne, pesce o formaggio, verdure, tutto molto caldo.

ROSSO PEPERONE

ingredienti

peperoni carnosi anche leggermente piccanti

cipolle, aglio, prezzemolo, aceto, sale, pepe, olio d'oliva

Pulire le verdure, tagliare i peperoni a pezzi, stufare le cipolle e l'aglio con l'olio, aggiungere i peperoni, salare, cuocere per una mezz'ora, unire uno spruzzo d'aceto, pepare, aggiungere il prezzemolo tritato, lasciare insaporire, quando è tiepido frullare.

INSALATA VERDE

ingredienti per 4 persone

400g di insalate miste

olio sale

il succo di un limone

Lavare e tritare le insalate. Fare una citronette con olio sale e il succo del limone. Versare sull'insalata.

GELO DI ANGIURIA, MORE E PISTACCHI

ingredienti per 4 persone

750 g di cocomero

100 g di more

75 g di zucchero

70 g di maizena

2 limoni

20 g di pistacchi

olio di riso

Tagliare a cubetti la polpa dell'anguria e frullarla finemente. Se disponete di una centrifuga, potete utilizzarla per ottenere direttamente il succo senza filtrarlo.

Stemperare in un tegame la maizena nel succo del limone e in quello di anguria necessario per diluire l'amido senza formare grumi. Incorporare lo zucchero e, a filo, il resto del succo di anguria.

Mettere la pentola sul fuoco e mescolare in continuazione finché il colore dal rosa diventerà di un bel rosso anguria brillante e inizierà ad essere più consistente e leggermente vischiosa. Appena raggiunge il punto di bollitura, levare dal fuoco.

Dividere il composto in 4 piccoli stampi spennellati con un velo d'olio di riso (o un unico stampo grande); lasciare intiepidire e poi sistemare qualche ora al centro di ciascuno. Sistemarli in frigorifero finché non saranno del tutto rappresi (meglio se per una notte).

Sformare le gelatine e decorare coi pistacchi, già tritati e tostati brevemente in una padella. Servire il dolce ben freddo.