

Zuppa di cipolle gratinata



Con le cipolle di Breme a disposizione non potevo esimermi dal cucinare una zuppa! Te la propongo in versione gratinata, ottima sia come primo piatto che come piatto unico se vuoi! Facilmente adattabile alla dieta senza glutine sostituendo opportunamente gli ingredienti!

GLUTENFREE: Questa zuppa è adatta anche per l'intolleranza al glutine, sostituendo opportunamente la farina ed il pane.

★ INGREDIENTI ★

1. 750 gr di cipolle sbucciate, io avevo quelle di Breme
2. 50 gr di burro
3. 25 gr di farina

4. 1 litro di brodo
5. 6 fette di pane casereccio tostato in forno
6. 200 gr di groviera
7. parmigiano grattugiato
8. Sale e pepe q.b.

★ PROCEDIMENTO ★

- In una pentola antiaderente, a fuoco basso, fai imbiondire le cipolle nel burro mescolando di tanto in tanto per non farle attaccare al fondo.
- Quando incominciano a prendere un po' di colore aggiungi la farina e mescola per un minuto; per ultimo aggiungi il brodo.
- Fai cuocere per 25 minuti.
- Nel frattempo spezzetta ogni fetta di pane in 3 e ricopri il fondo di 6 ciotole individuali di terracotta da forno o pirofiline da soufflé con 1 fetta di pane tostato.
- Con un mestolo versa sopra un po' della minestra di cipolle, una manciata di groviera e ripeti questa operazione terminando con la fetta di pane tostato su cui, oltre al groviera, aggiungerai qualche fiocco di burro.
- Fai subito gratinare in forno fino a quando si sarà formata una crosticina dorata.

Sforna la tua zuppa di cipolle gratinata, servila ancora fumante e...buon appetito!!!



Pasticciamocongiusy



Linguine in insalata



Queste linguine sono spettacolari, l'ideale

per l'estate, pronte in 10 minuti d'orologio e super sfiziose!!!! Mentre cuoci la pasta, prepari il condimento e sentirai che bella sorpresa il sapore della pasta fumante mischiata al condimento freddo! Come sempre facile, veloce e gustoso!

★ INGREDIENTI ★

1. linguine
2. pomodorini pachino
3. 2 spicchi d'aglio
4. basilico
5. capperi
6. peperoncino
7. olio EVO (Extra Vergine Oliva)

★ PROCEDIMENTO ★

- metti sul fuoco la pentola per la pasta
- in una zuppiera capiente, condisci, come se fosse un'insalata, i pomodori con sale, aglio, capperi, peperoncino basilico e olio qb.
- scola le linguine e rovesciala ancora bollenti nel condimento freddo

Servi subito per gustare al meglio il contrasto delle tue linguine in insalata fumanti con il condimento freddo e...buon appetito!!!

- Metti sul fuoco la pentola per la pasta
- in un padellino metti una quantita' generosa di olio

- (almeno un dito) , aglio, peperoncino e fai soffriggere a fuoco lento (non bruciare l'aglio!)
- Poco prima che l'acqua giunga a bollore, metti il sale grosso e aggiungi la cima di rapa
 - quando l'acqua bolle, aggiungi le linguine
 - NON scolare la pasta con lo scolapasta (perderesti tutto il sapore presente nell'acqua di cottura) ma aiutati con una schiumarola al fine di lasciare le linguine scivolose...SCIUE' SCIUE'
 - Togli dal fuoco il soffritto, elimina aglio, peperoncino e butta il condimento sulle linguine

Mescola bene le tue linguine con cime di rapa e...buon appetito!

[Pasticciata al forno](#)



La pasticcciata al forno è un altro di quei piatti che propongo quando ho amici o la domenica in alternativa alle lasagne. Se la fai d'estate l'unica nota negativa è il forno...ma se poi la servi all'ombra di un albero ai commensali di un'allegra tavolata o la porti come pranzo per un pic nic, al caldo non ci pensa più!

★ INGREDIENTI ★

1. 500 gr di maccheroni
2. 250 gr di carne trita
3. salsa di pomodoro
4. 2 melanzane medie
5. 6 uova
6. 4 mozzarelle
7. fette di salame a piacere
8. formaggio grana qb
9. farina qb
10. cipolla per soffritto
11. mezzo bicchiere di vino bianco per sfumare
12. peperoncino qb
13. olio evo

★ PREPARAZIONE INGREDIENTI ★

- lessa i maccheroni al dente, scolali e tienili da parte aggiungendo un filo d'olio per evitare che si incollino
- taglia le melanzane a fette
- fai bollire in acqua bollente 4 uova per renderle sode, falle raffreddare e sbucciale e tagliale a fette

- affetta abbondanti fette di salame
- affetta le mozzarelle
- grattugia abbondante formaggio grana

★ PROCEDIMENTO ★

- in una pentola fai soffriggere la cipolla con l'olio, aggiungi la carne trita e falla sfumare con il vino bianco, aggiungi la salsa di pomodoro, aggiusta con sale, peperoncino se vuoi, aggiungi un bicchiere di acqua circa per diluire e fai cucinare fino a quando raggiunge la densità desiderata
- impana le fette di melanzane con la farina, passale nell'uovo sbattuto e friggile fino a quando sono dorate: disponile su carta assorbente, salale
- comincia a scaldare il forno portandolo a 180°
- condici i maccheroni con metà del sugo, il resto lo userai per condire gli strati
- disponi gli ingredienti in una teglia da forno capace, componendo gli strati cominciando dai maccheroni, poi le melanzane, il salame, la mozzarella, le uova, il grana ed infine il sugo
- continua fino ad esaurimento degli ingredienti, terminando con lo strato di pasta al quale aggiungerai il sugo ed il grana
- fai sciogliere in forno per 10' tutti gli ingredienti e per 5' fai gratinare

La tua pasticciata al forno è pronta...buon appetito!!!!



[Insalata d'orzo](#)



Con l'insalata d'orzo inauguro la stagione

dei colori, del sole, del caldo. della voglia di cucina fresca e perchè no...anche della voglia di stare più leggeri! La ricetta che ti propongo è ricca di ingredienti: dagli stessi puoi prendere spunto per farne una versione più leggera, orzo e tonno, orzo e pomodori ecc...

★ INGREDIENTI ★

1. una conf di orzo
2. una conf di wurstel
3. 2 scatole di tonno)
4. un etto di olive verdi denocciolate
5. una scatola di mais
6. una decina di pomodorini
7. qualche dadino di formaggio che avete in casa (emmenthal, galbanino, asiago)
8. capperi qb
9. olio EVO qb
10. sale qb
11. aceto balsamico qb

★ PREPARAZIONE INGREDIENTI ★

- In acqua bollente e salata fai cuocere l'orzo: il tempo dipende dalla marca che trovate, quello che utilizzo io è pronto in 10'
- lavate i pomodorini e tagliali a spicchi di quattro
- taglia a rondelline i wurstel

★ PROCEDIMENTO ★

- scolate l'orzo e lasciatelo raffreddare

- in un'insalatiera capiente mettete insieme tutti gli ingredienti: pomodorini, wurstel, mais, olive...
- aggiungete l'orzo raffreddato, olio e aceto qb
- mescola bene e lascia insaporire la tua insalata in frigorifero per almeno una mezz'oretta

Metti in tavola la tua insalata d'orzo e...buona stagione!

Frittata di pasta



La frittata di pasta è una ricetta furbissima, mia mamma la preparava sempre quando andavo in gita con la scuola in alternativa ai soliti panini che diventano ciccosi. Validata idea di riciclo, se ti avanza della pasta o se hai sbagliato le dosi. Anche d'estate, se hai voglia di primo ma non lo

vuoi fumante è ottima anche fredda. La frittata di pasta, pur con semplici ingredienti è un piatto completo, lo puoi preparare la sera per il giorno dopo e si presta ad accompagnare i tuoi pranzi nelle prossime scampagnate!

★ INGREDIENTI ★

1. 500 gr di pasta , si prestano le linguine o gli spaghetti
2. 6 uova grandi
3. formaggio grana abbondante
4. olio evo qb
5. sale qb
6. pepe qb

★ PROCEDIMENTO ★

- Cucina gli spaghetti come normalmente fai
- scolali, condisci con un pò d'olio per non farli incollare troppo e lasciali intiepidire
- in una zuppiera capiente sbatti uova,sale,pepe e formaggio
- aggiungi la pasta e amalgama bene
- in una padella metti olio abbondante, rovescia il composto e dai forma alla tua frittata
- quando ha raggiunto la compatezza, girala e cuoci l'altro lato
- adagiala su un piatto ricoperto di carta assorbente

La tua frittata di pasta è pronta, buon appetito!!!!

Carbonara di pesce – “la sbagliata”



Questa carbonara di pesce è un piatto che arriva dritto dritto dallo chef del Ristorante Il Quadrifoglio a Milano, che ringrazio per avermi spifferato la ricetta! Provala è strabuona!!!!

★ INGREDIENTI ★

x 4 persone

1. Un paio di sepioline o una confezione di sepioline surgelate tagliate ad anelli
2. 80/100 gr di linguine o spaghetti a persona
3. 2 scalogni

4. 5 tuorli
5. mezzo bicchiere di vino bianco
6. 1 peperoncino
7. olio EVO
8. sale qb

★ PREPARAZIONE INGREDIENTI ★

- Lava e asciuga le sepioline e tagliale ad anelli
- metti a bollire la pentola per la pasta

★ PROCEDIMENTO ★

- In una wok fai imbiondire lo scalogno tagliato a fettine sottili
- aggiungi le sepioline, sfuma con il vino bianco
- aggiungi il sale ed il peperoncino
- separa i tuorli dagli albumi e sbattili
- quando il vino bianco è sfumato, spegni il fuoco e non riaccenderlo più
- Scola e versa le linguine nella wok e mescola bene
- aggiungi i tuorli e mescola velocemente

Servi la carbonara di pesce fumante e...buon appetito!



Risotto gamberetti e limone



Che sorpresa questo risotto gamberetti e limone! Un sapore che non puoi immaginare! Il limone è il protagonista d'eccellenza: oltre a dare un buon profumo rende delicatissimo questo piatto! Merita di essere preparato con i gamberetti freschi!

★ INGREDIENTI ★

1. Una confezione di gamberetti surgelati già sgusciati o gamberetti freschi
2. Riso qb x 4 persone 350 gr circa, io doso a pugni ed

avendo le mani piccole faccio 2 pugni dei miei a persona

3. 1 limone
4. Dado per Brodo vegetale
5. Mezzo bicchiere di vino bianco
6. Un porro
7. Burro
8. Sale qb
9. Pepe qb

★ PREPARAZIONE INGREDIENTI ★

- Sbollenta in acqua salata per 3/4 minuti i gamberetti sgusciati (surgelati o freschi)
- Scolali con la schiumarola: l'acqua la userai come brodo
- Lava e affetta a rondelle sottili il porro, se vuoi puoi usare anche la cipolla
- Lava bene il limone, grattugia la buccia e spremine il succo

★ PROCEDIMENTO ★

- Aggiungi il dado nel pentolino con l'acqua dove hai scottato i gamberetti e mettilo sul fuoco con fiamma bassa
- In una pentola metti il burro e soffriggi il porro
- Quando si è appassito, aggiungi il riso e fallo tostare
- Sfuma con il vino bianco, aggiungi il succo di limone e mescola bene
- Aggiungi il brodo man mano che occorre
- A cottura ultimata del riso, aggiungi i gamberetti, la buccia del limone grattugiata, il pepe e mescola

bene

- Spegni il fuoco aggiungi una noce di burro per mantecare

Servi il tuo risotto gamberetti e limone fumante e...buon appetito!

Pennette con dadolata di zucchine e salmone



L'idea di pasta per stasera era panna e zucchine, poi mi sono ricordata dei tranci di salmone e così alla fine ho messo insieme entrambi gli ingredienti ed ho preparato questa pasta salmone e zucchine! Il taglio a dadini ha fatto poi la differenza!

★ INGREDIENTI ★

1. 500 gr di pennette
2. 2 tranci di salmone surgelati
3. 1 zuccina grande
4. 1 panetto di philadelphia
5. Olio evo
6. 1 spicchio d'aglio
7. Una spolverata di zenzero (con il pesce lo aggiungo sempre)
8. Sale q.b.

★ PREPARAZIONE INGREDIENTI ★

- Taglia a dadini le zucchine e il salmone
- Metti sul fuoco l'acqua per la pasta

★ PROCEDIMENTO ★

- Metti in una padella l'olio e soffriggi l'aglio
- Togli l'aglio ed aggiungi le zucchine
- Quando sono quasi cotte, aggiungi il salmone, sale, zenzero
- Quando anche il salmone è cotto, sciogli il panetto di philadelphia e manteca
- Scola le penne e condisci

La tua pasta salmone e zucchine è pronta...Buon appetito!

Maccheroni al pesto di broccolo



Stasera il menù era risotto con i peperoni, avevo dimenticato però due broccoli giganti che avevo comprato per cucinarli come contorno! Quindi? I due broccoli sono diventati un pesto che ha accompagnato egregiamente i maccheroni! In famiglia hanno fatto il bis...

★ INGREDIENTI ★

1. broccoli qb
2. maccheroni
3. 1 panetto di Philadelphia
4. 2 cucchiari di passata di pomodoro
5. olio evo
6. aglio
7. peperoncino
8. sale

★ PREPARAZIONE INGREDIENTI ★

- Lava e taglia a piccoli pezzi solo i fiori del broccolo
- metti a bollire l'acqua per la pasta

★ PROCEDIMENTO ★

- In una wok fai rosolare aglio e olio e peperoncino
- togliti l'aglio e fai rosolare i broccoli fino a quando si sfaldano, aggiungendo la salsa e salando
- a cottura ultimata aggiungi il formaggio e amalgama insieme
- scola i maccheroni, buttali nella wok e manteca il tutto

Impiatta e buon appetito!

[Zuppa di ceci e gamberetti](#)



Questa zuppa la propongo in due versioni: la versione con gli ingredienti surgelati pronti e l'altra con gli ingredienti freschi. Entrambe le versioni sono buonissime!

★ **INGREDIENTI** ★

1. ceci in scatola o secchi
2. gamberetti surgelati o freschi
3. 2 spicchi d'aglio
4. peperoncino
5. olio EVO (Extra Vergine Oliva)
6. una noce di burro
7. sale q.b.

★ **PREPARAZIONE INGREDIENTI** ★

- **Ceci secchi:** vanno preparati la sera prima, mettendoli a bagno con acqua e bicarbonato. **Ceci in**

scatola: eliminate l'acqua di conservazione. Entrambi vanno passati con il passaverdure (aiutati aggiungendo un pò d'acqua).

- **Gamberetti freschi:** lavalì e sgusciali e se hai voglia elimina il filo nero presente lungo tutta la pancia (io lo faccio da quando quella rompi di mia figlia ha scoperto essere l'intestino!) **Gamberetti surgelati:** lavalì e sgusciali

★ PROCEDIMENTO ★

- Soffriggi con il burro uno spicchio d'aglio
- aggiungi la passata di ceci: se quelli in scatola basta il tempo che la crema di ceci sia densa, per quelli freschi cuoci almeno mezz'ora quarto d'ora aggiungendo sale q.b.
- in un pentolino soffriggi aglio, olio e peperoncino.
- aggiungi i gamberetti e fai rosolare fino a cottura
- impiatta la zuppa
- Togli dal fuoco il soffritto, elimina aglio, peperoncino e condisci con i gamberetti

Buon appetito !