

Grigliata di melanzane alla Totò



Le melanzane alla Totò, sono le melanzane che il mio papy, tutte le estati mi preparava nonostante il caldo afoso! E' l'aceto balsamico che principalmente le rende appetitose ed accompagnano egregiamente qualsiasi pietanza!

★ INGREDIENTI ★

1. melanzane qb
2. aceto balsamico
3. aglio
4. prezzemolo
5. olio EVO qb
6. sale qb
7. capperi per guarnire

★ PROCEDIMENTO ★

- scalda la griglia, quella in giardino o la solita bistecchiera sul fornello
- adagia le melanzane tagliate a tondi non troppo fini
- a cottura adagiale in un piatto , aggiungi aceto balsamico , un filo d'olio, sale, aglio,prezzemolo e procedi con la cottura di altre fette
- prepara e condisci man mano facendo diversi strati fino ad esaurimento delle melanzane

Le tua grigliata di melanzane alla Totò è pronta:
ricorda che più macerano nel condimento è più sono
gustose!

[Platessa tricolore](#)



Un secondo come sempre semplice, veloce e gustoso! Sei come sempre trafelata da mille cose da fare, arrivi di corsa dall'ufficio e devi anche cucinare! Accendi il forno, disponi in una teglia il pesce, condiscilo e..a tavola!!!! Questo piatto è anche bello da vedere, ricorda i nostri colori della bandiera!

★ INGREDIENTI ★

1. filetti di platessa surgelati
2. pomodorini pachino
3. aglio
4. prezzemolo
5. olio EVO qb
6. Sale qb

★ PROCEDIMENTO ★

- accendi il forno a 180°
- foderà una teglia con carta stagnola o carta forno
- metti un filo d'olio ed un pizzico di sale su tutta la superficie
- adagia i filetti di platessa e condiscili con i pomodorini a pezzetti, il prezzemolo l'aglio
- sala e condisci con l'olio
- inforna per un quarto d'ora, volendo gli ultimi 5 minuti puoi farli gratinare

La tua platessa tricolore è pronta...buon appetito!

Peperoni fritti con olive e acciughe



Pasticciamocoingiusy □ Peperoni fritti □

Questi non sono peperoni fritti, per me sono "i peperoni" !!!!

Sono i peperoni della domenica, quelli che mia mamma prepara per accompagnare l'arrosto, quelli che vanno a ruba ogni volta che li metti in tavola, quelli che il loro sapore lo conosci da sempre.

★ INGREDIENTI ★

1. 4/6 peperoni carnosì e sodi, rossi o gialli, o rossi e gialli, scegli tu
2. olive nere, a piacere
3. 2 spicchi d'aglio
4. 4/5 acciughe (quelle sott'olio che trovi in vasetto)
5. olio evo q.b.
6. sale q.b.

★ PREPARAZIONE INGREDIENTI ★

- pulisci i peperoni togliendo tutta la parte bianca ed i semi (mi raccomando, danno un sapore amaro al peperone)
- taglia i peperoni a strisce

★ PROCEDIMENTO ★

- In una padella metti a rosolare l'aglio nell'olio a fuoco lento per non bruciarlo
- dopo aver insaporito l'olio con l'aglio, togliilo ed aggiungi i peperoni
- alza la fiamma per una cottura vivace, per

consentire ai peperoni di friggere

- quando i peperoni sono cotti, aggiungi le acciughe e falle sciogliere
- assaggia ed aggiusta di sale se necessario
- aggiungi le olive, mescola bene e fai insaporire insieme gli ingredienti

Accompagnali con un arrosto, una bistecca o mangiali soli su una bruschetta di pane casereccio!

Linguine sciue' sciue'



Il periodo invernale per me è caratterizzato da questa verdura, oltre a ricordarmi i pranzetti della mia infanzia, ne vado matta! Le cime di rapa le faccio e le mangio in mille modi, cime di rapa con la pasta, cime

di rapa con salsiccia, cime di rapa come contorno: ne faccio scorpacciate perché purtroppo non si trova tutto l'anno!

La ricetta che ti propongo puoi considerarla un piatto unico, pasta e verdura con un fondo che si presta ad una generosa scarpetta...mi raccomando con pane casereccio!

★ INGREDIENTI ★

1. linguine (80 gr circa a persona)
2. 500 gr di cime di rapa
3. 2 spicchi d'aglio
4. peperoncino
5. olio EVO (Extra Vergine Oliva)

★ PREPARAZIONE INGREDIENTI ★

1. Prima di lavare la verdura, elimina le foglie grosse esterne, le foglie e fiori gialli: se ce ne sono non è più freschissima. Tendenzialmente mantieni il fiore che è la parte più buona, la meno amara.

★ PROCEDIMENTO ★

- Metti sul fuoco la pentola per la pasta
- in un padellino metti una quantità 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!