

## 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*



---

## Roast beef sdolcinato



*La tagliata di roast beef sembra  
la protagonista di questa ricetta, in realtà*

*è ancora la cipolla di Breme a farla da padrona. Cucinata con aceto balsamico e zucchero è un'ottimo accostamento per gli amanti della carne rossa!*

## INGREDIENTI

1. 800 gr di roast beef o controfiletto
2. 500 gr di cipolle rosse (io avendole, ho utilizzato quelle di Breme)
3. una noce di burro
4. olio qb
5. 30 ml di aceto balsamico
6. un cucchiaino colmo di zucchero
7. sale e pepe qb

## PREPARAZIONE INGREDIENTI

- elimina il grasso dalla carne
- fai insaporire in olio, sale, pepe, rosmarino il roast beef qualche ora per renderlo più gustoso alla veloce cottura che farai alla griglia
- affetta a spicchi spessi le cipolle

## PROCEDIMENTO

- in una padella antiaderente fai scaldare l'olio e quando caldo aggiungi la noce di burro
- quando anche il burro si è sciolto aggiungi le cipolle e lasciale soffriggere delicatamente
- quando le cipolle si sono ammorbidite, aggiungi aceto balsamico e zucchero
- aggiungi il sale e lasciale stufare fino a quando saranno morbide ma NON sfatte!

- riscalda bene la bistecchiera o una padella antiaderente e fai scottare la carne da entrambi i lati, fino a raggiungere la cottura desiderata: se preferisci che la parte interna rimanga rosata, 4/5 minuti per lato sono sufficienti
- taglia a fette spesse un cm il pezzo di roast beef
- foderà un piatto da portata con le cipolle in agrodolce ed adagia la tagliata di roast beef sul letto di cipolle

Servi con una birra freschissima e buon appetito!!!!





---

[Tonnato di cipolle](#)



*Domenica, di quelle che hai voglia di rilassarti e dedicare un po' di tempo per te stessa e non vuoi però rinunciare ad un buon pranzetto? Con il tonnato di cipolle, (codone di vitello con cipolle) salvi capra e cavoli: prepari un secondo ed hai gratis il sugo per la pasta! Una bontà!*

### ★ INGREDIENTI ★

1. 500 gr circa di codone
2. Una rete di cipolle dorate
3. 5/6 foglie di salvia
4. Olio evo qb
5. Un cartoccio di vino bianco
6. Sale qb
7. 500 gr. di maccheroni
8. Grana grattugiato abbondante

### ★ PREPARAZIONE INGREDIENTI ★

- Pela le cipolle e tagliale a fette

### ★ PROCEDIMENTO ★

- In una wok metti l'olio, aggiungi le cipolle e falle imbiondire
- Sfuma con vino bianco ed aggiungi la salvia
- Adagia la carne, sala e copri con un coperchio
- Fai cuocere almeno un paio d'ore, girando di tanto in tanto la carne
- Togli l'arrosto e mettilo in un piatto a raffreddare
- Metti a bollire l'acqua per la pasta
- Rovescia le cipolle in un recipiente e frullale con

il minipimer

- Tieni da parte qb di crema di cipolle che utilizzerai per condire la pasta
- In un piatto da portata, confeziona la carne: fai uno strato di crema ed uno di carne finendo con la crema e per scaldare il tutto metti il piatto nel forno acceso a 50° oppure fai gli strati nella wok e scaldi a fuoco lentissimo coprendo con un coperchio
- Scola la pasta, condiscila con la crema che hai tenuto da parte e servi con un'abbondante spolverata di formaggio

Il tempo di finire il primo, il tuo tonnato di cipolle è pronto per essere gustato!





Pastisistamooongiusy



Pasaboclamocongius