

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!

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°
- foderla 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!

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!

Linguine con mazzancolle e pomodorini – “Kinguine”



La ricetta di queste linguine con mazzancolle e pomodorini, nasce per caso: avevo comprato le mazzancolle per fare gli spiedini ma non avendo più tempo per prepararli, ho deciso per qualcosa di più veloce ed è nato questo

piatto. E' diventato un primo gettonatissimo in famiglia e grande soddisfazione per me : piace un sacco a Nonna Angela, cuoca esigente ed avara di complimenti se a cucinare non è lei! Le ho battezzate KINGUINE...linguine da re!

★ INGREDIENTI ★

1. linguine (80 gr circa a persona)
2. 500 gr di pomodorini pachino
3. 20/25 mazzancolle (calcola 4/5 per piatto) vanno bene anche le code di gambero
4. 2/3 filetti di acciuga
5. prezzemolo (facoltativo)
6. olio EVO, aglio, peperoncino, sale q.b.

★ PREPARAZIONE INGREDIENTI ★

1. Lava i pomodorini e tagliali a metà
2. Lava le mazzancolle , sguscialle 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!)

★ PROCEDIMENTO ★

- Metti sul fuoco la pentola per la pasta
- In una padella alta, (io utilizzo la wok) metti olio, aglio , un gocchino d'acqua (trucchetto per non far bruciare il soffritto), le acciughe e fai soffriggere fino a quando le acciughe si sciolgono.

- Aggiungi i pomodorini e fai appassire fino a quando assumono una consistenza morbida.
- Butta le linguine, saranno pronte insieme al sugo
- Aggiungi le mazzancolle ,il peperoncino, assaggia il sughetto e aggiusta con il sale, se necessario.
Amalgama bene gli ingredienti e cuoci il tutto fino a cottura del pesce, bastano 5 minuti se fresche o scongelate.
- Scola le linguine, rovesciale e condiscile direttamente nella padella lasciando acceso il fuoco al minimo.

Servi le linguine con mazzancolle e pomodorini con una spolverata di prezzemolo fresco se ti piace e...buon appetito!