

# SPAGHETTI INTEGRALI CON CREMA DI PISTACCHI PESCE SPADA E CAOZEN

Gli spaghetti integrali con crema di pistacchi pesce spada e **CaoZen** seed mix di Melandri Gaudenzio sono un primo molto delicato e sfizioso. Il nuovo mix che Roberta ha creato è davvero particolare e si presta perfettamente a tantissimi abbinamenti. Si tratta di semi di zucca, semi di girasole, granella di fave di cacao tostate e zenzero candito, la prima volta che Roberta me lo ha fatto assaggiare era abbinato al gelato allo yogurt e me ne sono subito innamorata.

Io ho pensato ad un abbinamento con il pesce spada e la crema di pistacchi, devo dire che l'abbinamento è risultato molto buono!!



# SPAGHETTI INTEGRALI CON CREMA DI PISTACCHI PESCE SPADA E CAOZEN



▪ **Ingrediente** per 4 persone

▪ 320 g di spaghetti integrali

▪ 350 g di pesce spada fresco

▪ scorza di 1 limone bio

▪ 1 cucchiaino di coriandolo in polvere

▪ erba cipollina

▪ pepe nero (sale)

▪ olio extravergine d'oliva

▪ 2 spicchi di aglio

▪ 40 g [CaoZen seed mix](http://melandrigaudenzio.com/prodotto.aspx?id=164&idM=7&idT=106)

▪ **Per la crema di pistacchi**

▪ 80 g di ricotta fresca

▪ 80 g di pistacchi non salati

▪ 40 g di olio extravergine d'oliva

▪ sale (pepe)

1. In una padella fate tostare i pistacchi e tenete da parte.
2. Nella stessa padella fate scaldare dell'olio extravergine d'oliva e fate rosolare gli spicchi di aglio interi sbucciati, aggiungete il pesce spada tagliato in piccoli dadini. Fate rosolare, togliete dal fuoco eliminate gli spicchi di aglio ed insaporite il

pesce con la scorza di limone ed il coriandolo.

3. Frullate i pistacchi assieme alla ricotta, l'olio e gli spicchi di aglio, frullate fino a formare una crema, tenete da parte.
4. Cuocete gli spaghetti in abbondante acqua salata.
5. Con l'acqua di cottura della pasta allungate la crema di pistacchi fino a renderla morbida. Scolate gli spaghetti e metteteli in padella, unite la crema e i dadini di pesce spada.
6. Completate con l'erba cipollina tritata, il CaoZen seed mix e a piacere un filo di olio extravergine d'oliva.
7. Servite subito.







---

# LASAGNA CON MELANZANE BURRATA PESCE SPADA E BESCIAMELLA AL PISTACCHIO

Buon lunedì a tutti!!! Ebbene sì.. è lunedì, per me è sempre un giorno tragico, il pensiero di una lunga settimana di lavoro davanti un pochino mi affatica ma cercherò di essere positiva!! Allora passiamo alle cose serie.. parliamo di cibo!!

Solitamente sono piuttosto attenta alle regole dei contest e quando mi sono resa conto di non aver pubblicato la foto della pasta per la mia prima lasagna per l'MTC, mi sono data della stordita.. "ma com'è possibile, proprio sulla pasta fresca mi cadi??" che dire, non mi restava altro che fare una seconda lasagna!!

Ho visto che giustamente molti si sono ispirati a ricette di famiglia, tradizionali, magnifiche, io ci avevo pensato ma siccome ho fatto tante volte la versione classica della mamma, questa volta ho voluto sperimentare.

Mi sono ispirata ad una pasta mangiata durante il festival internazionale del cibo di strada che si è tenuto a Cesena qualche settimana fa. Si trattava di spiedini di paccheri con ripieno di burrata ricotta melanzane e pesce azzurro, a me il pesce azzurro non piace, anche se nell'insieme ci stava, l'unico che mangio è il pesce spada e siccome quello fresco ha un sapore molto delicato che si sarebbe "perso" nell'insieme dei sapori, ho pensato di usare quello affumicato decisamente più saporito. La consistenza è piuttosto cremosa ovviamente, ma l'aspetto non molto invitante si fa perdonare all'assaggio, in famiglia è stata molto apprezzata!!ps. per chi dovesse inorridire alla vista dei bordi secchi, voglio dire che la mia mamma l'ha sempre fatta così, giusto o meno io la faccio come lei perché a me la crosticina piace, chi non l'apprezza basta semplicemente che tagli la pasta più piccola, metta più besciamella sopra ed eventualmente in cottura copra la teglia



con un foglio di alluminio.



**LASAGNA CON MELANZANE, BURRATA, PESCE SPADA  
E BESCIAPELLA AL PISTACCHIO**

per 4 persone

per la pasta

200 g di farina 0

2 uova

per la farcitura

350 g di melanzana

125 g di burrata

100 g di ricotta di mucca

110 g di pesce spada affumicato

1 spicchio d'aglio

sale, pepe  
per la besciamella

500 g di latte fresco intero

60 g di pistacchi tostiti salati al netto degli scarti

50 g di farina

40 g di burro

sale grosso

Dopo aver lavato la melanzana riducetela a piccoli cubetti. In una larga padella fate scaldare dell'olio extravergine d'oliva, il minimo indispensabile altrimenti le melanzane risulteranno intrise e unte, soffriggete le melanzane con uno spicchio d'aglio intero mescolando spesso. Regolate di sale e pepe e fate raffreddare.

Per la pasta, rompete le uova intere all'interno di una ciotola per verificare che siano buone. Versatele poi al centro della farina e iniziate a lavorarle con una forchetta prendendo sempre più farina. Quando non sarà più possibile lavorare con le mani ed impastate con i palmi.

Dovrete eseguire dei movimenti alternati facendo forza sulla pasta ottenendo un panetto allungato. Ripiegate la pasta portando i due lati verso il centro riprendete a lavorarlo e proseguite così fino a raggiungere un impasto liscio, servono circa 15 minuti. Mettete la pasta sotto ad un piatto e lasciare riposare 15 minuti.

Riprendete la pasta e iniziate a lavorarla con il mattarello, inizialmente stendetela facendo semplicemente pressione e girandola spesso in modo da mantenere la forma rotonda. Quando sarà poco più sottile iniziate ad avvolgerla sul mattarello e fate pressione con le mani

spostandovi più volte dall'esterno verso l'interno della pasta.

Continuate con lo stesso procedimento girando spesso la pasta di 90° per volta finché avrete raggiunto uno spessore di pochi millimetri. I bordi solitamente rimangono più grossi, dovrete quindi stesi ulteriormente. Lasciate asciugare la pasta per circa 30 minuti.



l'ombelico di Venere





Nel frattempo mettete nella ciotola del minipimer mettete la burrata tagliata a pezzi, la ricotta, 1/4 di melanzane e lo spicchio d'aglio, frullate fino a formare una crema. Per la besciamella, mettete a scaldare il latte. In un tegamino fate sciogliere il burro, versatevi dentro la farina e incorporatela al burro, versate ora il latte e mescolate per evitare la formazione dei grumi. Salate e sempre mescolando proseguire la cottura, quando inizia a sobbollire toglietela dal fuoco. Frullate i pistacchi assieme a 2/3 cucchiaini di besciamella finché saranno quasi una crema, poi unite il composto alla restante besciamella ed amalgamate bene. Mettete a bollire abbondante acqua salata con la restante salvia

all'interno. Tagliate la pasta in rettangoli della medesima misura della teglia. Fate cuocere due minuti un paio di parti di pasta per volta, scolatele con l'aiuto di una schiumarola e disponetele stese su di un canovaccio pulito. Quando tutte saranno cotte ungete la teglia con poco burro e disponete il primo rettangolo di pasta, tagliate quella in eccesso. Cospargete con un terzo della crema di formaggi, distribuite una parte di melanzane a cubetti e del pesce spada tagliato a listarelle, completate con la besciamella, circa 1/4, coprite con uno strato di pasta e proseguite così per tre strati. Alla fine coprite con la pasta e cospargete con la besciamella. Cuocete in forno caldo 180°C per circa 40 minuti. Lasciate riposare la pasta circa 15 minuti e servite.





con questa ricetta partecipo all'MTC di ottobre



---

# BIGOLI AL PESCE SPADA

Circa tre anni fa ho comprato il mio primo kenwood e da allora è diventato un aiuto insostituibile in cucina, l'estate scorsa è andato in pensione ed è stato sostituito da un modello più avanzato.. quello con tutta quella marea di accessori che si possono aggiungere.. naturalmente comprandoli a parte, bene sul mitico AMAZON un mese fa c'erano dei grossi sconti su tanti accessori e a casa mia è arrivato il torchio per la pasta con due trafile... e finalmente ieri ho potuto provarla.. ero un po "agitata" perchè ho letto su diversi forum di persone che hanno avuto problemi o addirittura hanno rotto il ken.. oddio se lo rompo è un grosso guaio!!! Comunque a me è andata bene.. niente di rotto e spaghetti perfetti!



## **BIGOLI AL PREZZEMOLO CON PESCE SPADA E POMODORI CONFIT**

**ingredienti per 2 persone**

150 gr di farina integrale

50 gr di farina 00

2 uova

70 gr di pesce spada affumicato

150 gr di pomodorini

pinoli

cipolla di tropea  
prezzemolo  
pecorino  
misto aromatico (salvia, maggiorana, timo)  
olio extravergine d'oliva

Accendete il forno a 100°.

Lavate i pomodorini, tagliateli a metà ed eliminate tutti i semi, mettete il tutto in una ciotola e condite con olio, pepe, ed il trito aromatico. Mettete in forno per circa 2 ore. Frullate un uovo con del prezzemolo e impastate con mezza dose di farina, l'altra mezza dose impastatela con l'altro uovo. Io ho impastato nel kenwood e una volta raggiunto un'impasto granuloso l'ho coperto con pellicola e lasciato riposare 15 minuti. Potete fare la stessa cosa anche se impastate a mano. Io ho fatto i bigoli con il torchio, se non l'avete potete tirare la sfoglia sottile, tagliare delle strisce tipo tagliatelle e arrotolare a mano. Lasciate asciugare una mezz'ora la pasta. Scaldare l'acqua, salatela (poco perchè il pesce spada è già molto salato) e cuocete i bigoli.. ci vorranno almeno 15 minuti.

In una padella mettete un po' d'olio extravergine d'oliva e fate rosolare la cipolla di tropea tagliata grossolanamente, tagliate a striscioline sottili il pesce spada e unirlo in padella assieme ai pinoli, fate rosolare pochi minuti e sfumate con poco vino bianco, lasciate evaporare e unite i pomodorini. Togliete dal fuoco. Unite i bigoli al sugo con un po' d'acqua di cottura, condite con un filo d'olio extravergine d'oliva e del prezzemolo spezzettato. Lasciate insaporire qualche minuto, mescolando. Impiattate e mettete sopra delle scagliette di pecorino.. se il pecorino con il pesce .. in particolare col pesce spada si sposa benissimo!!