POLPETTE DI MELANZANE FILANTI AL FORNO

Le **polpette di melanzane** sono un secondo piatto molto gustoso e perfetto per chi segue una dieta vegetariana. Sfogliando un numero di qualche mese fa del magazine di Jamie Oliver mi sono soffermata su una ricetta di polpette di melanzane. Ho fatto diverse modifiche ma mi è piaciuto molto, e ho provato, il metodo di cottura di questo vegetale. E’ infatti noto che la melanzana assorbe una grande quantità di olio e quindi per non bruciarla solitamente si tende ad aggiungerne troppo ottenendo melanzane molto unte. Nella ricetta presente sul magazine invece le melanzane vengono tagliate a pezzetti e condite con qualche cucchiaio di olio, stese poi su un foglio di carta forno e cotte in forno coperte da un foglio di alluminio, in questo modo otterrete melanzane cotte, saporite e per nulla unte.

POLPETTE DI MELANZANE FILANTI AL FORNO
CON SUGO DI POMODORO
ingredienti per 4 persone

600 g di melanzana al netto**
60 g di grissini integrali*
80 g di pecorino

50 g di asiago
1 uovo
4 cucchiai di olio
sale fino

Per il sugo
1/2 cipolla di tropea
4 pomodori rossi maturi
8 foglie di basilico
olio extravergine d’oliva
peperoncino fresco

*potete usare anche del pangrattato ma i grissini hanno molto più sapore.

** potranno sembrare tante le melanzane ma una volta cotte riducono moltissimo il loro volume.

Per prima cosa preparate il sugo, tritate la cipolla e fatela rosolare qualche minuto in un tegame con due cucchiai di olio extravergine d'oliva. Tagliate i pomodori in 4 parti ed eliminate i semi. Riducete i pododori a cubetti ed uniteli alla cipolla, proseguite la cottura per circa 40 minuti, fino ad ottenere un sugo denso e saporito. Regolate di sale ed aggiungete il basilico spezzettato e condite con un filo di

olio extravergine d’oliva a crudo.

Nel frattempo lavate la melanzana e riducetela a cubetti il più uguali possibile tra loro. Metteteli in una ciotola e irrorate con due cucchiai di olio, mescolate e fate lo stesso con altri due cucchiai, mescolate ancora. Foderate una teglia con della carta forno e disponete i cubetti di melanzane senza sovrapporli. Cuocete in forno a 180°C per 30 minuti, se vedete che le melanzane iniziano a scurirsi troppo coprite con un foglio di alluminio. Togliete le melanzane dal forno, eliminate gli eventuali pezzetti bruciacchiati (se ne erano presenti di troppo piccoli) e schiacciatele con una forchetta, fate raffreddare. In una ciotola sbattete l’uovo, frullate i grissini a farina, grattuggiate il pecorino ed unite tutto alle melanzane. Regolate di sale e formate delle palle grosse come le palline da pin pong. Con un dito formate un buco e mettete un cubetto di asiago, richiudete la polpetta. Proseguite fino a terminare gli ingredienti. Disponete le polpette su una teglia coperta con carta forno e cuocete 20 minuti a 180°C. Sfornate le polpette e mettetele nella pentola con il sugo caldo, fate insaporire mescolando bene e servite subito.

l'ombelico di Venere
l'ombelico di Venere

l'ombelico di Venere

l'ombelico di Venere
l'ombelico di Venere

LASAGNA DI ZUCCA LIGHT

Quanto piacciono a noi foodblogger i corsi di cucina!?!? Ne ho appena frequentato uno finanziato dal comune di cucina salutista con lo scopo di far apprendere uno stile di alimentazione sana e priva di grassi ma ugualmente gustosa. Il secondo scopo del corso è quello di diffondere ciò che abbiamo imparato, per questo oggi vi propongo questa lasagna di zucca deliziosa che ha conquistato tutti. Io ho fatto qualche piccolissima modifica ma la sostanza rimane la stessa. I condimenti sono molto limitati e anche se mentre le preparate vi sembreranno troppo poco condite all’assaggio vi garantisco che non ve ne renderete conto. Correte a comprare le ultime zucche rimaste e fate scorta di lasagne!!!

Le lasagne di zucca sono perfette come antipasto dimezzando le dosi, o come primo piatto.

LASAGNA DI ZUCCA LIGHT

per 6/8 persone

1 kg di zucca pulita
500 g di salsa di pomodoro
250 g di casatella o stracchino

50 g di parmigiano
50 g di olive taggiasche
1 spicchio d’aglio
1 cucchiaio di olio extravergine d’oliva
2 rametto di rosmarino
1 peperoncino

Sbucciate la zucca ed affettatela molto sottile, pesatene 1 kg. Stendete le fette su una teglia, coprite con la carta forno e fare altri strati, coprite l’ultimo con la carta. Cuocete a 180°C per 15 minuti, il tempo dipende da quanto avete tagliato sottile la zucca. Nel frattempo mettete la salsa di pomodoro in un tegame ed unite l’aglio intero, il peperoncino tagliato a metà e privato dei semi, e il rosmarino tritato molto finemente. Fate cuocere 20 minuti, regolate di sale e condite con un cucchiaio di olio extravergine d’oliva. Scolate le olive dall’olio e lavatele, tritatele finemente. In una teglia fate un primo strato con la zucca, stendete un velo di salsa di pomodoro, proseguite con qualche pezzetto di olive e qualche ciuffetto di casatella (uno ogni tanto) spolverizzate con pochissimo parmigiano e proseguite con gli strati. Io l’ho fatta molto alta ma bastano anche meno strati. Cuocete a 180°C per 30 minuti. Ottima tiepida!

l'ombelico di Venere
l'ombelico di Venere

l'ombelico di Venere
l'ombelico di Venere

l'ombelico di Venere

l'ombelico di Venere
l'ombelico di Venere

COZZE GRATINATE AL POMODORO

La sensazione quando si rientra dalle ferie è sempre quella che l’estate sia finita, e la mia speranza è sempre quella che continui a far caldo per poter indossare ancora canottiere e infradito così da sentirmi ancora per un pò in vacanza. Allora per prolungare l’estate, che per me sa sempre di mare, oggi si mangia pesce. In generale adoro il gratinato ed adoro farlo con il pane fresco frullato e non con il pane grattugiato, in questo modo rimane grossolano e croccante, vi mostro come lo preparo in questa semplicissima ricetta.

COZZE GRATINATE AL POMODORO

per 2 persone

1 kg di cozze
2 spicchio d’aglio
500 g di pomodoro molto maturo
30 g di vino bianco secco1 peperoncino

3 fette di pane toscano o altro pane insipido
prezzemolo
olio extravegine d’oliva

Eliminate la barbetta dalle cozze tirandola con un movimento secco, verso la parte chiusa, con un coltello raschiate le eventuali incrostazioni bianche che si formano sul guscio.

Infine con una paglietta di acciaio grattane la superficie e sciacquate bene con acqua fredda.
Lavate ed asciugate il prezzemolo, tritatene finemente una parte assieme ad uno spicchio d’aglio. Fate scaldare dell’olio extravergine d’oliva in una padella di acciaio e soffriggete il trito di aglio e prezzemolo per un minuto, unite le cozze, mescolate bene e sfumate con il vino bianco. Coprite con un coperchio e fate cuocere per circa 5-6 minuti finché le cozze saranno tutte ben aperte. Mettete un panno bianco pulito all’interno di un colapasta e filtrate le cozze raccogliendo il sugo un contenitore sottostante.
Lavate i pomodori e incidete a croce il loro dorso, versateli per un minuto in acqua bollente. Scolateli e metteteli in una ciotola di acqua fredda. Eliminate la buccia, tagliateli in quattro parti ed eliminate i semi. Tagliateli a cubetti.
Nella padella di cottura delle cozze fate scaldare dell’olio, unite gli spicchi d’aglio interi sbucciati ed il peperoncino tritato. Fate soffriggere ed unite il pomodoro. Fate rapprendere per circa 20 minuti ed aggiungete il sugo filtrato delle cozze. Fate cuocere per circa 30 minuti, se dovesse essere troppo salato aggiungete dell’acqua e allungate la cottura. Terminate la cottura facendo restringere molto il sugo.
In un mixer frullate il pane lasciandolo piuttosto grossolano, tritate il prezzemolo con lo spicchio d’aglio ed unitelo al pane. Aggiungete 3 cucchiai abbondanti di sugo al pomodoro* e mescolate bene, il composto dovrà risultare piuttosto umido. Aprite le cozze e tenete solo la metà con il mollusco. Riempite le valve con il gratinato e pressate leggermente. Condite con un filo d’olio extravergine d’oliva. Cuocete a 200°C con modalità grill per 7-8 minuti facendo attenzione a non bruciarle, tenete la teglia a metà altezza. Servite calde.

*il restante sugo può essere utilizzato per condire la pasta.

l'ombelico di Venere
l'ombelico di Venere

l'ombelico di Venere
l'ombelico di Venere

COZZE AL SUGO E SPAGHETTI CON LE COZZE

Oggi doppia ricetta, anzi una ricetta ed un consiglio. Si perché quando cucinate le cozze al sugo oltre che a mangiarle semplici dovete per forza condirci due spaghetti, davvero ottimi!

A me è capitata la gran fortuna di ricevere circa 4-5 kg di cozze, appena pescate, con un profumo di mare delicato e meraviglioso, io che solitamente odio l'odore del pesce crudo, enormi fuori e pienissime dentro, dal colore meraviglioso. Grazie Pongo e grazie a Raffa che le ha pescate!

L'unico inconveniente è doverle pulire, ma nonostante il tempo ne è valsa davvero la pena!

COZZE AL SUGO

per 2 persone (compreso condimento per gli spaghetti)

1,5 kg di cozze
500 g di pomodoro molto maturo
4-5 cucchiai di salsa al pomodoro*
50 g di vino bianco secco

4 spicchi d’aglio
1-2 peperoncini (in base ai gusti)
prezzemolo
olio extravergine d’oliva

*SALSA AL POMODORO
1/2 cipolla
pomodori maturi
5-6 foglie di basilico
1 pizzico di zucchero
sale
olio extravergine d’oliva

Per prima cosa preparate la salsa, anche il giorno prima. Lavate i pomodori, tagliateli a metà ed eliminate i semi, tagliateli ora a pezzi. In un tegame fate scaldare dell'olio extravergine d'oliva, tritate finemente la cipolla e fatela soffriggere. Aggiungete i pomodori, mescolate ed unite anche le foglie di basilico e lo zucchero. Fate cuocere finché il sugo sarà piuttosto denso, circa un'ora e trenta minuti. Dieci

minuti prima del termine della cottura regolate di sale. Mettete il pomodoro in un passaverdure e ricavate la salsa. A piacere conditela con un filo d’olio. Potete conservarla anche in freezer.

Eliminate la barbetta dalle cozze tirandola con un movimento secco, verso la parte chiusa, con un coltello raschiate le eventuali incrostazioni bianche che si formano sul guscio. Infine con una paglietta di acciaio grattane la superficie e sciacquate bene con acqua fredda.
Lavate ed asciugate il prezzemolo, tritalo finemente assieme a due spicchi d’aglio. Fate scaldare dell’olio extravergine d’oliva in una padella di alluminio e soffriggete il trito di aglio e prezzemolo per un minuto, unite le cozze, mescolate bene e sfumate con il vino bianco. Coprite con un coperchio e fate cuocere per circa 5-6 minuti finché le cozze saranno tutte ben aperte. Mettete un panno bianco pulito all’interno di un colapasta e filtrate le cozze raccogliendo il sugo un contenitore sottostante.
Lavate i pomodori e incidete a croce il loro dorso, versateli per un minuto in acqua bollente. Scolateli e metteteli in una ciotola di acqua fredda. Eliminate la buccia, tagliateli in quattro parti ed eliminate i semi. Tagliateli a cubetti.
Nella padella di cottura delle cozze fate scaldare dell’olio, unite gli spicchi d’aglio interi sbucciati ed il peperoncino tritato. Fate soffriggere ed unite il pomodoro e la salsa. Fate rapprendere per circa 20 minuti ed aggiungete il sugo filtrato delle cozze. Fate cuocere per circa 30 minuti, se dovesse essere troppo salato aggiungete dell’acqua e allungate la cottura. Quando il sugo inizia a rapprendersi aggiungete le cozze, mescolate bene e terminate la cottura, circa 10 minuti. Servite calde con dei crostini di pane. A mio parere il giorno dopo riscaldato è più buono.

SPAGHETTI CON LE COZZE

per 2 persone

1/3 delle cozze al sugo
180 g di spaghetti

Sgusciate le cozze, tenetene alcune per decorare i piatti.

Tagliatene a pezzi circa la metà.
Cuocete gli spaghetti al dente e conditeli con del sugo delle cozze, le cozze intere e a pezzetti. Se il sugo fosse poco aggiungete un pò di salsa di pomodoro. Servite caldo, anche se a me piacciono di più tiepidi.

l'ombelico di Venere
l'ombelico di Venere

l'ombelico di Venere
l'ombelico di Venere

HAMBURGER ALL’ITALIANA

Non ce la faccio!!! questa volta non ce la faccio, non ho avuto la “folgorazione”.. e poi all’improvviso.. una serie di coincidenze mi hanno portato alla meta, nel senso opposto a quello che dovrebbe essere, ma l’importante è arrivare!!

lui.. “ho tanta voglia di hamburger!!”

io.. “Sabato prendiamo il treno e facciamo un giro a Bologna, ci sono i saldi, c’è il McDonald’s, c’è l’Eataly.. “

alla fine però il pranzo a base di “panini” salta per un gustoso pranzetto proprio all’ Eataly, e qui compriamo gli Hamburgher di strolghino realizzati con l’impasto fresco del famoso strolghino di
culatello, il rè della norcineria italiana, con poco sale di Cervia e tipiche spezie naturali.

“ma te lo faccio io l’hamburger!!!”

Ho sempre conosciuto lo strolghino come salame tipico parmense e in quella versione lo trovo eccellente per questo non potevo non provare l’hamburger, e devo dire che non mi ha deluso, è molto saporito e gustoso, si presenta con un colore rosato diverso dalla solita svizzera.

Quindi oggi mi dedico subito alla realizzazione dei panini, per la ricetta ho preso ispirazione da qui, ma ho variato alcune dosi e sopratutto ho aumentato la quantità di lievito giusto perchè avevo neccessità di accorciare i tempi di lievitazione rispetto ai suoi anche se comunque servono circa 5 ore più la cottura.

Ed eccola… la “folgorazione”, anche se l’origne di questa tipologia di alimento pare sia Europea (da amburghese.. Amburgo) la diffusione è avvenuta in America tramite le catene di fast food.

Io ho voluto usare tutti ingredienti nostrani e quindi oggi mentre lo preparavo ho pensato, *“il mio hamburger vuole fare l’americano.. ma se sotto sotto è tutto italiano!!”* e così con questa ricetta posso partecipare al contest di Elisa che questo mese prevedeva la contaminazione con la musica !!

HAMBURGER ALL’ITALIANA

per 6 pezzi

per i panini

340 gr di farina manitoba
215 ml di latte
13 gr di lievito di birra
25 gr di burro
10 gr di strutto
14 gr di zucchero
10 gr di sale
1/2 cucchiaino di malto d’orzo
latte
semi di sesamo
semi di lino

per la farcitura

6 hamburger di strolghino
300 gr di mozzarella di bufala per pizza
radicchio variegato
1 pomodoro da insalata

Fate intiepidire il latte e scioglietevi dentro il malto e il

lievito di birra. Unite la farina, mescolate bene e coprite con la pellicola, fate lievitare per circa un’ora a 26/28°
Mettete l’impasto nella planetaria, avviatela a bassa velocità, unite il latte e la farina, quando saranno assorbiti unite il sale poi il burro e lo strutto.Quando il tutto sarà incordato, ci vorranno una decina di minuti, rimettete l’impasto nella ciotola e lasciate lievitare un’ora.
Sgonfiate l’impasto, prendete un’estremità e portatela verso il centro del composto, fate in questo modo tutto attorno per due giri.
Rimettete a lievitare per un’altra ora. Ora formate i panini da circa 95 gr, teneteli molto distanti tra loro. Fate lievitare un’ora, spennellateli con il latte e cospargete con i semi di lino e di sesamo.
Cuocete a 180° per circa 20 minuti.

Tagliate il pomodoro a fette sottili e conditelo assieme alle foglie di radicchio variegato, con poco olio d'oliva e sale.
Cuocete gli hamburger e tagliate la mozzarella a fette sottili.
Lasciate intiepidire i panini, tagliateli a metà. Mettete alcune fette di mozzarella, una fetta di pomodoro, una di radicchio, l'hamburger poi di nuovo il radicchio il pomodoro e la mozzarella, chiudete il panino e passatelo in forno caldo per pochi minuti.
Servite a piacere con degli spicchi di patate cotti al forno o fritti.

ombelli di venere.bolgspot.it

ombelicodivenere.bolgspot.it

con questa ricetta partecipo al contest della carissima Elisa
inoltre vorrei ringraziare di cuore Paola per avermi donato
questo premio

PIZZA DI CHICAGO

Durante il nostro bellissimo viaggio coast to coast in U.S.A. abbiamo fatto tappa a Chicago, vi siamo giunti dopo un lunghissimo viaggio in auto di quasi 10 ore da Niagara Fall. E' una città che mi ha stupito per la sua bellezza perchè nonostante sia una metropoli con altissimi grattaceli l'ho trovata molto vivibile e particolare, il Millenium Park è un posto magnifico con monumenti unici come il Jay Pritzker Pavillion un'innovativo spazio per concerti all'aperto costruito con forme particolari realizzate in acciaio inossidabile.
Inoltre gran parte della città si estende sul lago Michigan, numerose sono le spiagge sulle sue rive e ho trovato questo aspetto inconsueto e bellissimo!! E' la città dei teatri del jazz blues che noi purtroppo non abbiamo avuto tempo di apprezzare ma che sicuramente le conferisce un grandissimo valore.
Abbiamo trovato gente gentilissima durante tutto il nostro viaggio ma qui addirittura ci fermavano per chiederci se avessimo bisogno di informazioni.. per noi decisamente una novità!!!
E poi c'è la famosissima pizza alta di Chicago e da Giordano's la fanno decisamente buona, ma credetemi una pizza piccola basta e avanza per almeno due persone e la mia dose è per tre.. o due che mangiano tanto!!
Quando ho visto il contest di Monique mi è subito venuta in mente perchè è tanto tempo che voglio provare a farla ed ecco l'occasione…

PIZZA DI CHICAGO

per una teglia da 22 cm

per la base della pizza

200 gr di farina di grano tenero 00 per pizza
120 ml di acqua tiepida
10 gr di lievito di birra fresco
15 gr di olio evo
5 gr di sale
1 pizzico di zucchero

per la salsa

passata di pomodoro
olio evo
2 foglie di basilico fresco

sale q.b.
1 pizzico di zucchero
per il ripieno
300 gr di mozzarella per pizza
150 gr di formaggio tipo galbanino
1/2 melanzana
150 gr di salsiccia

Per la pizza, impastate la farina con l'acqua, l'olio, il lievito sbricciolato, il sale e un pizzico di zucchero, formate una palla mettete in una ciotola e coprite con un canovaccio. Lasciate lievitare un'ora e trenta minuti circa o comunque finchè non sarà raddoppiato il volume.
Nel frattempo mettete la salsa di pomodoro in una padella con qualche foglia di basilico spezzettata e un pizzico di sale e zucchero, allungate con dell'acqua e lasciate cuocere circa un'ora aggiungendo acqua se necessario. Grigliate la melanzana e cuocete la salsiccia.
Tagliate a piccoli pezzi la mozzarella il formaggio la melanzana e la salsiccia , mettete tutto assieme.
Su un foglio di carta forno stendete la pizza considerando che dovrà coprire il fondo dello stampo e i bordi per circa 5 cm di altezza. Posizionare l'impasto all'interno di uno stampo a cerniera di 22 cm e riempite con il composto di formaggi, livellate bene e ricoprite con la salsa di pomodoro, condite con un filo d'olio e cuocete almeno 30 minuti a 200-220°
Attenzione, prima di sformare la pizza aspettate 10 minuti in modo che si compatti un po.

con questa ricetta partecipo al contest di Monique

BOLLE CREMOSE CON GUSCIO AL POMODORO

Mi sembra di aver corso una staffetta, solo che invece del testimone ho passato budini e bombe cremose.. si un pò monotematica questa settimana, c’era da masticare poco,

sarebbe dovuto capitare un mese fa quando il mio ragazzo, reduce da un tour dentistico, poteva buttar giù solo roba liquida o comunque non da masticare. Vi prometto solennemente che passerò decisamente ad altro, ma per ora fatevi conquistare da queste bombe che sono davvero cremose, leggere, fresche, l'ideale per un calda giornata, almeno.. domenica mette bello quasi in tutta Italia!!! buona serata!!!!

BOMBE CREMOSE CON GUSCIO AL POMODORO

per 4 bombe

220 gr di ricotta
180 gr di philadelphia
220 gr di panna fresca
erbe aromatiche miste (basilico, timo, maggiorana)

1 cucchiaio di olio evo

sale
6 gr di colla di pesce
300 gr di pomodoro
40 ml di acqua
sale, pepe
5-6 foglie di basilico
5 gr di agar agar

Mettete in ammollo in acqua fredda al colla di pesce.
Amalgamate la ricotta e il philadelphia con le erbe tritate l'olio e il sale, in una tazza scaldate qualche cucchiaio di panna e metteteci la colla di pesce ben strizzata, fate sciogliere poi unite un cucchiaio di crema di formaggi, amalgamate e a questo punto mescolate tutto assieme. Montate la restante panna ed unitela delicatamente. Riempite degli stampi monodose a sfera, quelli in silicone, e mettete a congelare.
Il giorno seguente sormate le sfere e scaldate con le dita le parti piatte, a questo punto unite assieme due semisfere e formate una palla, avvolgetele nella pellicola e rimettetele in freezer.
Frullate i pomodori con il basilico, sale e pepe e scaldate nel microonde a 70 gradi.
In una tazza mettete l'agar agar e unite l'acqua, mescolate bene, unite alla salsa di pomodoro, fate un po rafreddare.
Prendete le sfere e infilzatele con uno spiedino, a questo punto immergetele nella salsa di pomodoro e mettete in frigo a rassodare.

con questa ricetta prtecipo al contest di
ESSENZA IN CUCINA
MY TASTE FOR FOOD

Inoltre colgo lìoccsione per ringraziare di cuore Lecoq del blog
IL BLOG DI LECOQ CHANTE
per avermi donato questo premio, non mi stancherò mai di ripetere quanto sia piacevole essere nei pensieri di qualcuno!!! grazie!!!