

TACCHINO AL BALSAMICO CON PATATE ALLA SENAPE

Le amiche spesso mi chiedono idee su cosa preparare la sera per cena perchè dicono che l'unica cosa a cui loro pensano è la bisteccina con l'insalata, a parte la mia amica della pizza che sa fare solo quella aahhhh, beh confesso che anche io tante sere non so cosa preparare, sarà che per quello che vorrei fare magari non ho gli ingredienti, sarà che a volte la preparazione dei secondi richiede molto tempo.. insomma spesso mi trovo ad improvvisare e spesso mangio la famosa bisteccina con insalata o un'omlette o la minestrina in brodo, eppure mi sento chiedere con stupore "scusa ma tutte quelle cose che pubblichiamo le mangiate solo voi due??" io rimango un'attimo in silenzio e penso "sembra che mangiamo così tanto??" ma io dico voi non mangiate almeno tre volte al giorno?? io pubblico una ricetta ogni 3-4 giorni.. non mi sembra di abbuffarmi!! Ma probabilmente chi sta dall'altra parte recepisce in modo diverso.. tornando al discorso cene tempo fa ho preparato questo secondo a mio parere semplice ma davvero buono, mi sono ispirata da una ricetta di Donna Hay ma ho cambiato le dosi e qualche ingrediente di marinatura e la salsa l'ho fatta a modo mio.



TACCHINO MARINATO AL BALSAMICO CON PATATE ALLA SENAPE

2 petti di tacchino da 200 gr

50 ml di aceto balsamico di Modena

60 ml di succo di limone

100 ml di acqua

2 cucchiaini di zucchero

2-3 pizzichi di sale

salvia

1 spicchio d'aglio

olio evo

per le patate

4 patate piccole
10 gr di senape
50 gr di panna
5 gr di succo di limone
sale, pepe

In una terrina mettete l'aceto, l'acqua, il succo di limone, lo zucchero, il sale, l'aglio a spicchi tagliati a metà e la salvia, mescolate bene e adagiatevi i petti di tacchino, lasciate marinare 20 minuti, se non fossero completamente coperti lasciate marinare circa 10-15 minuti per parte. Scolateli e grigliateli e condite con un filo di olio evo. Mentre la carne si marina lessate la patate lasciandole sode, scolatele e sbucciatele, tagliatele a rondelle spesse. Per la salsa, mescolate assieme la panna, la senape, il succo di limone sale e pepe, condite le patate appena prima di servire facendo attenzione a non romperle.



ombelicodiverdere.blogspot.it



SCALOPPINE ALL' ARANCIA E CURRY CON ZUCCHINE GRIGLIATE

AL PESTO DI ANACARDI

Ho un'amica che va matta per i viaggi.. come me del resto, ogni volta che se ne va da qualche parte, se puo, mi porta un ricordino culinario, e quando è andata in India mi ha prtato un bel barattolino di curry.. non lo uso molto spesso ma è un peccato perchè mi piace moltissimo, ha un sapore piuttosto delicato e non è particolarmente piccante.

Quando utilizzo queste spezie mi immagino un po il luogo da cui provengono e inizio a viaggiare con la mente.. lo faccio decisamente spesso, soprattutto quando non riesco a dormire perchè penso al lavoro o a qualche "problema" allora distolgo i pensieri e faccio finta di essere in qualche posto che mi piacerebbe tanto visitare, a parte che a me fantasticare piace moltissimo, poi per me è stata una bella scoperta per riuscire ad addormentarmi serenamente!!! Praticamente posso dire che ormai "ho visitato" una gran parte del mondo ;-)))

Questo mese la ricetta per l'MTC è stata proposta dalla fantastica Elisa, e devo dire che con gli argomenti son stata fortunata anche questa volta perchè a me la carne piace molto e la scaloppina è una delizia, seguite i suoi suggerimenti preziosissimi per la preparazione di questa fantastica portata!!!

Ho preparato una scaloppina all'arancia e curry, accompagnata da zucchine condite con un pesto di anacardi che sinceramente ho inventato sul momento un po a caso e non mi sarei mai aspettata che fosse deliziosa e sorprendente!!



**SCALOPPINE ALL'ARANCIA E CURRY
CON ZUCCHINE GRIGLIATE AL PESTO DI ANACARDI**

250 gr di petto di tacchino sottile

1/2 arancia rossa

vino bianco

250 ml di brodo vegetale

1/2 cucchiaino di curry

burro chiarificato

olio evo

sale

farina q.b.

2 zucchine

per il pesto di anacardi

10-12 anacardi

2 cucchiaini di olio evo
2 cucchiaini di succo di arancia
2 cucchiaini della salsa delle scaloppine
un cucchiaino di prezzemolo tritato

Coprite la carne con della pellicola trasparente e battetela per assottigiarla, cospargetela da entrambe le parti con della farina. In una padella mettete a scaldare del burro chiarificato, poi mettete le scaloppine a cuocere pochi minuti per parte, salate toglietele dalla padella e deglassare con una tazzina di succo d'arancia e due cucchiaini di vino bianco, lasciate appena restringere e unite il brodo vegetale caldo nel quale avrete sciolto il curry. Rimettete le scaloppine in padella e lasciate cuocere qualche minuto ma senza che la salsa si asciughi troppo!!

Nel frattempo grigliate le zucchine. Per il pesto riunire tutti gli ingredienti in un mixer e frullate finchè si sarà creata una salsa abbastanza omogenea!

Servite le scaloppine con le zucchine e condite con il pesto.





con questa ricetta partecipo all'MTC di giugno

APPELLO: "Si cercano insegnanti che volontariamente diano una mano per i periodo di luglio e agosto presso i centri scolastici estivi delle zone terremotate. I ragazzi avranno un'età compresa fra i 3 e i 14 anni. Il progetto si chiama INSIEME LA SCUOLA NON CROLLA. Per aderire l'email di riferimento è insiemelascuolanoncrolla@flcgil.it

Chiedo per favore a tutti i miei contatti di incollare questo link nella loro bacheca. Almeno un insegnante, nella lista amici di ciascuno, c'è sempre."