Polpette di salmone e ricotta con finocchi arrosto

Le **polpette di salmone e ricotta** sono semplicissime e molto veloci da preparare, l’aggiunta di capperi, cipolla, timo e scorza di limone le rende molto gustose e profumate. I **finocchi arrosto** sono stati per me una rivelazione dell’inverno 2018/19, si perché non li avevo mai cotti in questo modo e devo amettere che mi hanno stupita e ormai li preparo almeno 2 volte a settimana. A volte si rimane stupiti quando le cose estremamente semplici si rivelano deliziose, quindi a chi non li ha mai provati consiglio di farlo presto!

Per le polpette

- 180 g di salmone fresco
- 110 g di ricotta di siero*
- 20 g di capperi sott’aceto
- 1/2 cipolla rossa
- 2 rametti di timo o prezzemolo
- scorza di 1/2 limone bio
- sale (pepe nero)

Per i finocchi

- 3 finocchi
- 3 cucchiaini di olio extravergine d’oliva
- sale (pepe nero)

Lavate i finocchi, eliminate i gambi, tagliateli a spicchi non troppo spessi e metteteli in una ciotola, condite con olio sale e pepe e mescolate bene.

Disponete i finocchi su una teglia ricoperta di carta forno e metteteli in forno caldo a 180°C per 40 minuti girandoli a metà cottura.

Nel frattempo in una ciotola mettetet la ricotta, aggiungete sale e pepe, scorza di limone

grattuggiata, timo o prezzemolo, capperi e cipolla tutto tritao.

Unite il salmone crudo tritato e mescolate, formate tante palline grosse come una noce, disponetele su di una teglia e cuocete in forno caldo 180°C per 15 minuti.

Servite le polpette con i finocchi.

*fatta con solo siero di latte di mucca senza crema di latte e senza panna con 3% di grassi

Non prolungate troppo la cottura altrimenti le polpette veraano troppo asciutte

l'ombelico di Venere

bambole di Venere

Zuppa di cachi piccante ai 5 gusti

La **zuppa di cachi piccante ai 5 gusti** è una portata particolare e molto sfiziosa, perfetta per chi ama i contrasti. In questa zuppa troverete tutti i sensi.. il salato e saporito dei formaggi, l'amaro delle fave di cacao, il dolce del caco e l'acido dello yogurt.. in più anche il piccante. A questo si aggiungono anche le varie consistenze dal cremoso della quenelle, il liquido del caco ed il croccante del pane e delle fave.

Questa ricetta la potete trovare anche nell'ultimo numero di Taste&More assieme ad altre fantastiche ricette per un capodanno "Crazy" ricco di stuzzichini che alieteranno l'ultimo giorno di questo 2017. Cliccate sulla finestrella in fondo al post per visualizzare il magazine!!

l'ombelico di Venere

Zuppa di cachi piccante ai 5 sensi

- 300 g di polpa di cachi
- 10-12 gocce di tabasco
- 4 cucchiai di olio extravergine
- Per le quenelle
- 200 g di caprino
- 150 g di ricotta fresca
- 4 cucchiai di olio extravergine d’oliva
- Per completare
- 4 cucchiai di yogurt bianco magro
- 2 fette di pane nero ai semi
- 1 spicchio di aglio
- olio extravergine d’oliva
- timo fresco
- maggiorana fresca
- fave di cacao tostate Melandri Gaudenzio

1. Tagliate i cachi, circa 3, eliminate la parte chiara all’interno e prelevate la polpa. Frullatela con il tabasco e l’olio e distribuitela in quattro ciotoline. Variegate la zuppa con un cucchiaio di yogurt bianco magro (un cucchiaio per ogni porzione). Lavorate assieme la ricotta, il caprimo e l’olio fino ad ottenere una crema liscia, con due cucchiai formate le quenelle e ponetene una al centro di ogni ciotola. In una padella

fate rosolare uno spicchio di aglio intero con due cucchiai di olio, unite il pane tagliato a dadini molto piccoli, fate tostare il pane, togliete dal fuoco, eliminate l’aglio e completate con le erbe aromatiche. Distribuite il pane sulla zuppa, completate con le fave di cacao tostato e servite.

Lombelico di Venere

PATATE CARCIOFI E CIPOLLE GRATINATE AL FORNO

Un profumo inebriante che arriva dal forno si espande per tutta la cucina, **patate carciofi e cipolle gratinate** con un composto saporito a base di mollica, pecorino, pomodori secchi e olive taggiasche, garantisco una vera bontà!!

Combelico di Venere

PATATE CARCIOFI E CIPOLLE GRATINATE AL FORNO

- 3 patate medie
- 3 cariofi
- 1 grossa cipolla rossa
- 1 limone
- Per la gratinatura
- 40 g di mollica di pane
- 40 g di pecorino media stagionatura
- 15 olive taggiasche
- 15 g di pomodorini secchi sott'olio
- 1 spicchio d'aglio
- sale
- pepe
- 2 rametti di timo

1. Sbucciate la cipolla, tagliatela a metà e ogni metà in 4 parti, mettete gli spicchi in una ciotola facendo attenzione che non si dividano gli strati e riempite con acqua fredda, lasciate possibilmente riposare qualche ora.
2. In un’altra ciotola mettete dell’acqua fredda ed unite il succo del limone.
3. Eliminate le foglie esterne dei carciofi, tagliate il gambo lasciandone un pezzo e sbucciatelo.
4. Tagliate la punta dei carciofi, tagliateli a metà ed eliminate l’eventuale barbetta interna.

5. Metteteli nell’acqua e limone per non farli annerire.
6. Sbucciate le patate, lavatele e tagliatele in 4/6 spicchi l’una in base alle dimensioni.
7. Preparare a gratinatura, in un mixer mettete la mollica del pane, il pecorino a pezzetti, i pomodorini secchi e le olive taggiasche ben scolati dall’olio, lo spicchio d’aglio, e i rametti di timo, frullate tutto.
8. Fate bollire abbondante acqua e lessate 10 minuti gli spicchi di patate, scolate e fate asciugare su un canovaccio.
9. Dopo lessate i carciofi 10 minuti, scolateli bene dall’acqua.
10. Aprite qualche foglia del carciofo e farcite con una parte di composto della gratinatura.
11. Scolate anche le cipolle sempre facendo attenzione che non si sfaldino.
12. Ungete leggermente un teglia da forno e disponete tutte le verdure, irrorate con un filo d’olio e coprite con il rimanente composto per la gratinatura.
13. Coprite la teglia con un foglio di alluminio e mettete in forno caldo a 190°C per circa 50 minuti, provate a forare le verdure con una forchetta per verificare la cottura.
14. Togliete il foglio di alluminio e terminate la cottura per 20 minuti in modo che sulla superficie si formi una leggera crosticina.
15. Servite subito.

l'ombelico di Venere

Bombelico di Venere

l'ombelico di Venere

l'ombelico di Venere

l'ombelico di Venere

PEPERONCINI RIPIENI

Quando il sole inizia a scaldare la pelle e la primavera stà arrivando a me piace comprare tante bustine di semi e creare il mio piccolo orto in vaso. Naturalmente non mancano mai le erbe aromatiche ma quest’anno ho trovato anche i semi per i peperoncini piccanti da far ripieni e non ho potuto fare a meno di comprarli. Ricordo di averli preparati diversi anni fa quando la mia amica Angela me ne regalò parecchi, e ricordo che erano buonissimi. Ma si sa, io non ho il pollice verde e così li ho piantati a casa della mamma che li ha visti crescere in modo esponenziale e ha fortunatamente pensato di travasare le piantine nate in vasi molto più grandi.. per non dire enormi. Ebbene sono nati una valanga di peperoncini e non ho potuto far altro che preparare tanti bei vasetti.

PEPERONCINI RIPIENI
per 4 vasetti

550 g di peperoncini (peso al netto)
350 g di tonno sott’olio (peso scolato dall’olio)
30 g di olive verdi denocciolate
70 g di cipolline sott’aceto

5-6 foglie di basilico
timo fresco
300 g di aceto di vino bianco
olio di semi

Lavate i peperoncini, tagliate la calotta ed eliminate i semi, lavateli bene. Fate bollire l’aceto con altrettanta acqua e

cuocete i peperoncini per 2-3 minuti. Scolateli e lasciateli asciugare. Scolate molto bene il tonno dall’olio, frullatelo e dividetelo a metà in due ciotole.

Tritate finemente le cipolline e le olive separatamente. Aggiungete le olive alla prima metà assieme alle foglie di timo a piacere. Nella seconda metà mettete le cipolline e delle foglie di basilico tritate finemente.

Riepite i peperoncini con i ripieni preparati e metteteli nei vasi il più fitti possibile ma senza schiacciarli troppo. Riempite i vasi con l’olio e lasciate riposare un’ora, se fosse necessario rabboccate con l’olio. Chiudete i vasi e metteteli in una pentola capiente, riempite di acqua e cuocete 20 minuti da quando inizia a bollire* lasciate raffreddare i vasi dentro l’acqua.

*L’olio raffreddandosi diventerà un pochino tobido ma bollire i vasi serve a garantire una migliore sterilizzazione.

l'ombelico di Venere
Tonno & cipollina

l'ombelico di Venere
l'ombelico di Venere

l'ombelico di Venere
l'ombelico di Venere

CAROTE AGRODOLCI ALLA SENAPE

Da piccola andavo letteralmente ghiotta per le carote, ricordo ancora un piccolo quiz a scuola, probabilmente le elementari, in cui era richiesto di indicare un alimento che ci faceva venire l’acquolina, io scrissi le carote. Non so perché ricordo questo episodio, probabilmente è perché adesso trovo fosse un’affermazione quantomeno buffa per una bambina che normalmente dovrebbe dire la nutella, una torta, le patatine fritte.. invece no, dissi le carote. Di certo se oggi mi facessero la stessa domanda non risponderei più allo stesso modo ma comunque le carote continuano a piacermi molto.

Oggi vi propongo un veloce e gustoso contorno di carote che potete servire con un semplice pollo alla grigia o magari utilizzarle per insaporire un’insalata o una pasta.

CAROTE AGRODOLCI ALLA SENAPE
MIELE E TIMO

ingredienti per 2 persone

6 carote novelle
1 cucchiaino di senape al pepe verde
1 cucchiaino di miele d’acacia

2 spicchi d’aglio
una noce di burro
timo fresco

Lavate accuratamente le carote, eliminate le estremità e tagliatele a metà. In una padella fate sciogliere una noce di burro, aggiungete gli spicchi d’aglio sbucciati e le carote.

Fate rosolare qualche minuto per lato e allungate con una tazza d’acqua*. Verificate con uan forchetta la cottura delle carote ed eventualmente aggiungete altra acqua**. Aggiungete la senape , il miele e regolate di sale se avete utilizzato l’acqua. Terminate la cottura senza seccare troppo il liquido, al termine della cottura sul fondo della padella dovrà rimanere una cremina. Lavate il timo e unitelo alle carote.

*se avete del brodo vegetale potete sostituirlo all’acqua.

**Aggiungete poco liquido per volta in modo da non cuocere in modo eccessivo le carote.

l'ombelico di Venere
l'ombelico di Venere

l'ombelico di Venere
l'ombelico di Venere

POMODORI CONFIT RIPIENI

Finalmente un weekend bello!!! E son convinta che tutt'Italia sta facendo la ola!! Io avevo già fatto i miei programmini ma "qualcuno" si è ammalato.. 0.0 Ma io dico.. hai tutto l'inverno per ammalarti.. proprio adesso!!!! lasciamo perdere vah!
Qualche giorno fa sfogliavo un catalogo di famosi cocci per la conservazione del cibo e uno di questi conteneva dei simpatici pomodori ripieni, mi è piaciuta tanto l'idea che ho voluto provare a farli inventandomi un ripieno che può assomigliare a quello del polpettone.

POMODORI CONFIT RIPIENI

per 6 persone

12 pomodori rossi medi

erbe miste (maggiorana, timo, salvia)

origano secco

prezzemolo-basilico

200 gr di macinato di vitello

200 gr di macinato di bovino

100 gr di salsiccia

100 gr di ricotta

50 gr di mozzarella per pizza

50 gr di provola dolce

1 uovo

30 gr di Parmigiano Reggiano

1 cucchiaio di tabasco*

olio extravergine d’oliva

sale, pepe*se non vi piace il piccante si può omettere o se non lo avete potete usare peperoncino in polvere.

Accendete il forno a 120°.
Tagliate la calotta dei pomodori e svuotateli, lavate e tritate le erbe aromatiche (tranne basilico e prezzemolo) unitele a una manciata di origano secco e a dell'olio extravergine d'oliva, salate e condite i pomodori e le loro calotte sia esternamente che dentro. In una teglia ricoperta con carta forno posizionate i pomodori a testa in giù in modo che il liquido che si formerà possa uscire. Cuocete per circa due ore.
Nel frattempo preparate il ripieno, unite le carni, la ricotta il parmigiano, la mozzarella e la provola grattugiate con una grattugia a fori grossi, tritate una manciata di prezzemolo e

6-7 foglie grosse di basilico, unitele al composto assieme al tabasco, salate.
Togliete i pomodori dal forno, lasciateli riposare dieci minuti e riempiteli con abbondante ripieno in modo che fuoriesca dai pomodori, coprite con la calotta e mettete a cuocere in forno a 160° per circa 35-40 minuti.
PS. se avanza il ripieno potete fare delle polpette sempre da cuocere al forno perchè visto che ci sono la mozzarella e la provola queste si attaccherebbero alla padella.

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!!!

CUBETTI DI RISO

Ce l’ho fatta!!!!! da quando ho visto il contest di ELY sul riso mi son detta che dovevo assolutamente partecipare perchè a me piace molto.. ho spulciato nella mia testa per tutto il tempo ma nessuna idea esaltante, ho fatto anche qualche risotto, buono si ma niente di adatto a partecipare al contest e mi ero quasi rassegnata.
Stamattina in giro per i blog mi sono imbattuta in uno sformatino molto simile a uno che faccio pure io a base di panna, pecorino e albumi, ha sempre riscosso un gran successo, sopratutto perchè lo abbino ad una magnifica marmellata di pomodori verdi (quando nell’orto della mia mamma nasceranno i pomodori vi proporrò la mia ricetta), così mi vien voglia di rifarlo.. e TAC si illumina la lampadina.. lo faccio col riso!!!
Ho ricercato la ricetta, catalogata sotto antipasti alla categoria formaggi c’è lui in prima pagina, l’ho un po adattata, anche per quello che avevo in frigo.. che fortuna ho pure la panna!!! Non sapevo bene cosa sarebbe saltato fuori, se gli sformatini si sarebbero sgretolati o sarebbero rimasti in forma, se il risultato sarebbe stato asciutto.. beh la forma è rimasta perfetta e sono cremosi e saporiti al punto giusto!! una sorpresa!!

CUBETTI DI RISO SU CREMA DI ZUCCHINE

per due persone

2 cucchiai di riso venere
60 gr di riso basmati
200 ml di panna
80 gr di parmigiano
3 albumi
1 cipollotto
2 zucchine
sale, pepe
olio extravergine d'oliva
salvia, timo, basilico
2-3 cucchiai di latte

Mettete a bollire due pentolini con acqua salata, in uno cuocerete il riso venere per 25 minuti nell'altro il basmati per 12 minuti.

Nel frattempo mettete a scaldare la panna con il parmigiano, quando questo si sarà sciolto togliete dal fuoco, lasciate leggermente intiepidire e unite gli albumi che avrete precedentemente sbattuto.

PS. se il composto si raffredda troppo si possono formare dei grumi, quindi meglio frullarlo con il frullatore ad immersione.

Accendete il forno statico a 180°
Scolate benissimo il riso e unitelo al composto di panna, imburrate degli stampini e riempiteli fin quasi all’orlo, metteteli dentro una teglia alta che riempirete fino a metà degli satampini con dell’acqua, mettete in forno dai 30 ai 40 minuti in base alla grandezza degli stampi.
Mentre gli sformatini cuociono tritate il cipollotto e tagliate a rondelle le zucchine, in una padella mettete un filo d’olio e fate cuocere le verdure con le erbe, tranne il basilico, salate pepate. Tenete da parte qualche rondella di zucchina per le decorazioni mentre frullate le restanti con il basilico e qualche cucchiaio di latte, eventualmente regolate di sale.
Sul piatto di portata disponete un po di crema di zucchine e adagiate sopra gli sformatini, decorate con le rondelle di zucchina e un filo d’olio!!