



1 pasticci di Ciaredda



Ospiti a casa mia...
Dall'antipasto.....
al dolce!!!!!!

Questa raccolta di ricette Vi offre la possibilità di scelta tra due menù:

“Mare & monti”

dall'antipasto al dolce per offrire ai vostri commensali un pasto gustoso e raffinato da preparare anticipatamente permettendovi così di trascorrere una lieta giornata a tavola con i vostri cari!!!!

Seguimi sulla mia pagina facebook: <https://www.facebook.com/IPasticciDiCiaredda>

Raccolta di ricette in PDF a cura di Licia Kap.

Scarica il ricettario gratuitamente a questo indirizzo

<http://blog.giallozafferano.it/ipasticcidiciaredda/>

Ogni riproduzione, anche parziale, dei contenuti è assolutamente vietata se non espressamente autorizzata dalla sottoscritta.

Menù:..... "Mare"

Indice ricette:

Antipasti:

- *Insalata di polpo;*
- *Pepata di cozze;*
- *Frustine*

Primi piatti:

- *Paccheri con cozze e rosmarino;*
- *Gnocchi al polpo fresco*

Secondi piatti:

- *Pesce persico con pomodorini;*
- *Spigola al cartoccio;*

dolci:

Biscotti al limone

Menù:..... "Monti"

Indice ricette:

Antipasti:

- *Tortino di peperoni;*
- *Gateau di patate;*
- *Patate maritate*

Primi piatti:

- *Risotto alla crema di peperoni;*
- *Lasagne al forno*

Secondi piatti:

- *Salsiccia piccante con peperoni e patate ;*
- *Bocconcini di pollo variegato;*

dolci:

plumcake allo yogurt



Antipasti:

Insalata di polpo

Il piatto che vi propongo oggi è l' Insalata di polpo e patate, ricetta gustosa tipicamente estiva, L'insalata di polpo e patate può essere servita come antipasto o se preferite come

secondo piatto preferibilmente in un menù a base di pesce.

Preparazione

Per prima cosa bisogna pulire bene il polpo eliminandogli occhi, il becco e la vescichetta aiutandovi con un coltello.

Risciacquate il polpo sotto l'acqua corrente;

mettere sul fuoco una pentola piena d'acqua salata e portare a bollore;

Quando l'acqua bolle immergere tenendo ben fermo il polpo per 3-4 volte, noterete che all'improvviso i tentacoli si arricceranno immediatamente.

Ora potete immergere completamente il polpo, dopodiché chiudete la pentola con un coperchio e abbassate la fiamma. Fate cuocere per circa mezz'ora.

Mentre il polpo cuoce, lessare le patate per circa 30 - 35 minuti (se avete la pentola a pressione dimezzate i tempi di cottura).

Fate anche qui la prova stecchino per verificare la cottura.

Pulirle dalla buccia e tagliarle a grossi pezzi.

In una ciotola, mettere il polpo, le patate, prezzemolo fresco tritato, sale e un buon olio extra vergine.

Servire il polpo tiepido o freddo a piacere con l'aggiunta di succo di limone o un po' di aceto.

Pepata di cozze;

La pepata di cozze è un piatto tipico delle mie parti, la mia amata puglia, da gustare tutto l'anno ma ancora meglio d'estate, magari in riva al mare, accompagnato da un mix di salumi e formaggi tipo provolone magari "piccante" e dalla nostra buona focaccia barese..del buon vino..... ed è quello che ho fatto ieri sera

La pepata di cozze può essere servito in tavola come antipasto o come contorno in un menù a base di mare.... ma a casa mia....



Ecco gli ingredienti per la preparazione:

- 1 kg. di cozze;
- olio;
- prezzemolo;
- sale e pepe;
- aglio;
- pomodorini;
- vino bianco;

Procedimento: prima di tutto occorre pulire benissimo le cozze eliminando tutte le impurità e quei filamenti che fuoriescono dalle stesse, lavarle bene sotto l'acqua corrente magari con una spugnetta abrasiva....

Nel frattempo mettere sul gas con fiamma moderata una padella, olio, aglio a tocchetti, qualche pomodorino tagliato a metà, prezzemolo e ovviamente le cozze..... aggiungere il vino e farlo evaporare..... sale e "molto pepe".....portare in cottura per qualche minuto magari coprendo con un coperchio. Non appena le cozze si apriranno, significa che sono cotte..... ancora una manciata di prezzemolo crudo e servite in tavola!!!!

Frustine con olive nere e origano

ideali come antipasto se volete stupire i vostri ospiti o ancor meglio potete semplicemente gustare le frustine come snacks, o magari perché non gustarli proprio davanti al nostro pc?



INGREDIENTI per la preparazione delle Frustine di semola con olive nere e origano:

300 gr. Di farina 00,
300 gr. Di semola,
300 gr. Di acqua,
12 gr. Di lievito
oppure 6 gr. di lievito secco,
10 gr. Di sale,
olio, rosmarino, aglio, olive nere, jnduia (a piacere), origano q.b..

Procedimento: Prepariamo l'impasto delle frustine con farina, semola, lievito sciolto in acqua e infine come sappiamo perfettamente aggiungiamo il sale lontano dal lievito.

Ricordiamo che possiamo preparare le frustine di semola anche con la planetaria o l'impastatrice seguendo l'ordine pocanzi descritto;

impastiamo il tutto e lasciamo riposare l'impasto per qualche minuto.

Nel frattempo in una padella preferibilmente antiaderente, mettiamo un pò d'olio, aglio e rosmarino, facciamo rosolare per un paio di minuti, eliminiamo il rosmarino e l'aglio; aggiungiamo le olive nere tagliate a rondelle e le lasciamo cuocere per 3 minuti.

Far raffreddare le olive, mentre nel frattempo stendiamo l'impasto dandogli una forma rettangolare e versiamo le olive con olio, aggiungiamo l'origano, sale e pepe.

Per formare le frustine, basta tagliare delle striscioline, piegarle in due e girarle su se stesse.

In forno caldo su carta forno fino a cottura!!!!

(dal programma televisivo di Sara Papa)

Primi piatti

Paccheri con cozze e rosmarino



Paccheri con cozze e

rosmarino piatto decisamente gustoso a base di mare al profumo di rosmarino.

Ingredienti per due persone:

200 gr di paccheri o pasta similare;
Mezzo kg di cozze;
rosmarino possibilmente fresco;
uno spicchio di aglio;
olio evo q.b;
sale e pepe qb;
pochissima salsa di pomodoro;
pomodorini ciliegine
vino bianco
maizena q.b.

Preparazione:

- Lavare le cozze sotto l'acqua corrente per eliminare tutte le impurità;
- Pulire le cozze togliendole dalle valve, lasciando magari qualcuna intera (per coreografia del piatto stesso)
- Lavare i pomodorini e tagliarli a metà;
- mettere sul fuoco una padella antiaderente e versare l'olio, aglio tritato finemente, peperoncino e lasciare soffriggere per qualche minuto;
- aggiungere le cozze, e lasciare che si aprano le valve delle cozze che abbiamo lasciato intere;
- aggiungere vino bianco e lasciare sfumare;
- aggiungere i pomodorini, sale e rosmarino e un cucchiaio di salsa di pomodoro;
- lasciamo cuocere per qualche minuto;
- qualche minuto prima di scolare la pasta, togliere mezza tazzina da caffè di acqua e sciogliere la punta di un cucchiaino di maizena o amido di mais..... versarla nella padella delle cozze e vedrete come all'improvviso la salsina diventerà più densa;
- nel frattempo mettere sul gas una pentola con abbondante acqua che andremo a salare poco prima del bollore;
- cuocere la pasta seguendo le indicazioni di cottura che troviamo sulla confezione;
- scolarla e versare i paccheri in padella del condimento e spadellare;
- infine spolverizzare con una manciata di prezzemolo crudo.

Servire in tavola e gustare questo delizioso primo piatto di **paccheri con cozze e rosmarino!!**

Gnocchi al polpo fresco

Gnocchi al polpo fresco è un piatto molto gustoso e saporito a base di mare al profumo del polpo fresco, ideale per chi ama i piatti leggeri!!!

Iniziamo la preparazione di questa ricetta con la pulizia del polpo sotto l'acqua corrente e la bollitura dello stesso.

Prendiamo una pentola capiente, la facciamo bollire e immergiamo il polpo... **Trucco!!!** (per ottenere il riccio dei tentacoli immergiamo il polpo tenendolo dalla testa per due- tre volte tipo un Sali-scendi e vedrete che i tentacoli si arricceranno subito!!!) e lo lasciamo cuocere per 15 minuti o fino a che si sarà "ammorbidito"

Per la preparazione e gli ingredienti degli **Gnocchi al polpo fresco** seguiamo la ricetta e vediamo come ho fatto.....

- **Ingredienti per due persone:**
- 300gr. Di gnocchi;
- olio evo q.b.;
- sale e pepe q.b.
- uno spicchio d'aglio tritato;
- 5 pomodorini;
- prezzemolo;
- vino bianco
- peperoncino (facoltativo)



Preparazione:

- Lavare i pomodorini e tagliarli a metà;
- Nel frattempo scolare il polpo e tagliarlo a tocchetti;
- mettere sul fuoco una padella antiaderente e versare l'olio, l'aglio, peperoncino e lasciare soffriggere per qualche minuto;
- aggiungere il polpo e lasciarlo rosolare per qualche minuto;
- sfumare con il vino bianco;
- aggiungere i pomodorini e parte del prezzemolo tritato;
- salare e pepare e lasciare cuocere per 15 minuti ca;
- nel frattempo mettere sul gas una pentola con abbondante acqua che andremo a salare poco prima del bollore..... **TRUCCO!!!** (versare un filo d'olio in acqua dove andremo a cuocere gli gnocchi per evitare che si attacchino);
- versiamo gli gnocchi e cuociamoli;... **TRUCCO!!!** (togliere un po' d'acqua di cottura e versarla dentro la punta di un cucchiaino di maizena e sciogliere il tutto. Versarla nella padella con il polpo e vedrete che all'improvviso la salsa si addenserà);
- Versare gli gnocchi e spadellare.
- infine spolverizzare con una manciata di prezzemolo fresco.

Servire in tavola e gustare questo delizioso primo piatto di Gnocchi al polpo fresco!!

Secondi piatti

Pesce persico con pomodorini



Pesce persico con pomodorini, piatto gustoso e raffinato per niente elaborato..... facile da preparare ideale per una serata romantica a base di pesce.

Ingredienti per due persone:

1 pesce persico da 500 gr.;	10 pomodorini;	olio evo q.b.;
sale e pepe q.b.	due spicchi d'aglio;	burro vino bianco

Preparazione:

- prima di tutto bisogna lavare accuratamente i pomodorini che taglieremo in due e li metteremo in una ciotolina;
- laviamo accuratamente sotto l'acqua corrente il pesce persico e se dovesse essere troppo grande lo tagliamo in due parti, lo infariniamo.....
- prendiamo una padella antiaderente abbastanza capiente e facciamo sciogliere a fiamma non troppo bassa olio e burro (aggiungiamo l'olio perché così evitiamo al burro di raggiungere il punto di fumo) e aggiungiamo il pesce persico, saliamo e pepiamo, abbassiamo la fiamma e lasciamo cuocere per un minuto;
- giriamo le fette di pesce persico, saliamo e pepiamo;
- aggiungiamo due spicchi d'aglio tagliati per metà;
- giriamo le fette e saliamo e pepiamo ancora...ovviamente senza esagerare;
- versiamo ora mezzo bicchiere di vino bianco e abbassiamo la fiamma;
- aggiungiamo i pomodorini precedentemente tagliati a metà e lasciamo cuocere per qualche minuto, non dobbiamo cuocerli esageratamente, dobbiamo sentirne il sapore.....
- noterete una fantastica cremina che si addenserà sotto i vostri occhi;
- eliminate l'aglio e versate un trito di prezzemolo crudo;
- Impiattare e servire in tavola

Spigola al cartoccio



Quanti di voi hanno desiderato assaporare una fantastica e fresca spigola di mare al cartoccio evitando che si asciughi? Oggi avete “risolto” il vostro problema, il piatto che vi sto per presentare oggi vi stupirà e lascerà a bocca aperta soprattutto i vostri ospiti se decidete di preparare la spigola al cartoccio che vi sto proponendo....

Infatti grazie al sapore del sughetto dei pomodorini, della cipolla e del nostro superbo olio EVO, il pesce risulterà molto succoso...

Per la preparazione e gli ingredienti della Spigola al cartoccio seguiamo la ricetta e vediamo come ho fatto.....

Ingredienti per due persone: 2 spigole; olio evo q.b.; sale e pepe q.b.
cipolla; basilico; alloro; rosmarino; aglio; pomodorini ciliegine

Preparazione per il ripieno:

- Prima di tutto, lavare il pesce;
- Mettiamo all'interno della spigola un foglio di alloro;
- Aglio tritato;
- Sale e pepe.

PROCEDIMENTO: Lavare i pomodorini e tagliarli a metà; Affettare finemente una cipolla; Prendere una teglia capiente oppure sulla leccarda, stendere un foglio d'alluminio, adagiare il pesce e versare sopra i pomodorini, sale, pepe, cipolla, olio e basilico; Chiudere il cartoccio; Mettere in forno già caldo a 180°C per 15 minuti o fino a giusta cottura.

Servire in tavola e gustare questo delizioso secondo piatto a base di mare di Spigola al cartoccio !!!

dolci:

Biscotti al limone

Questi buonissimi gustare la mattina ancor di più durante un amici e perché no anche davanti ad una tazza di thè.



biscotti si possono durante la colazione ma caffè con i parenti o

Ingredienti per due persone:

100 gr. Di burro a temperatura ambiente; 1 uovo; 110 gr. Di zucchero semolato; una buccia grattugiata di un limone; succo di mezzo limone; 250-270 gr. Di farina (io ho utilizzato quella per dolci); mezza bustina di lievito per dolci zucchero a velo q.b.

Preparazione:

- Mettere nella planetaria o in una ciotola il burro ammorbidito e lo zucchero, sbattere;
- Aggiungere l'uovo e continuare a sbattere;
- Versare la buccia del limone grattugiata e il succo di mezzo limone continuando a mescolare;
- Aggiungere la farina e infine il lievito e impastare;
- Formare una palla, e metterla in frigo (io l'ho avvolta nella pellicola trasparente) per un'ora;
- Carta forno su una leccarda, formare delle palline, passarle prima nello zucchero semolato e poi in quello a velo.... Continuare fino a terminare l'impasto;
- In forno a 180°C in forno per 8/10 minuti, vedrete sotto i vostri occhi che inizieranno a formarsi delle crepe, è NORMALE!!!!

Servire e gustare questi deliziosi **Biscotti al limone** da soli o in compagnia dei vostri amici!!

Antipasti:

Tortino di peperoni

Fresco e gustoso antipasto o contorno realizzato con peperoni arrostiti e ingredienti immancabili nella nostra cucina come capperi, pomodorini e basilico.

Per la preparazione e gli ingredienti del tortino di peperoni seguiamo la ricetta e vediamo come ho fatto.....



Ingredienti per due persone: 3 peperoni arrostiti; olio evo q.b.; sale e pepe q.b.
aglio; basilico; formaggio q.b.; pomodorini ciliegine; capperi;
1 sottiletta; 1 scatoletta di tonno pangrattato



Preparazione:

- Arrostitiamo i peperoni mettendoli in forno su carta forno per mezz'ora o fino a giusta cottura
- Prima di tutto lavare i pomodorini e dividerli a metà e riporli in una ciotolina;
- Puliamo i peperoni arrostiti come vi ho indicato nel link di cui sopra;
- Prendiamo una pirofila in ceramica (io ho usato quella) e versiamo un filo d'olio;
- Tagliamo a listarelle i peperoni e li adagiamo nella tortiera e iniziamo a farcire con capperi, sottiletta, pomodorini, tonno, sale, pepe, basilico e formaggio (se avete a disposizione più peperoni fate il secondo strato di ripieno);
- Aggiungere il pangrattato e un filo d'olio;
- Infornare a 180°C per 20 minuti o fino a cottura desiderata.

Servire in tavola e gustare questo delizioso contorno di tortino di peperoni !!!

bon apètit.....

Gateau di patate



Gateau di patate, ottimo pasto unico o antipasto, ben farcito con mozzarella e prosciutto cotto, delizia del palato!!!!

Ingredienti per due persone: 3 patate di media grandezza; olio evo q.b.; sale e pepe q.b. burro, 1 uovo; 1 mozzarella; prosciutto cotto; latte; formaggio q.b.; pangrattato

Preparazione:

- Prima di tutto lavare le patate e metterle in una pentola colma d'acqua e far bollire le patate

.....**IDEAA** (per dimezzare i tempi di cottura, utilizzare la pentola a pressione, versare le patate con la buccia e riempire d'acqua fino al livello indicato e seguire la cottura come di consueto);

- Nel frattempo tagliamo a tocchetti il prosciutto e la mozzarella e lasciamoli in un ciotola
- Usciamo dal frigo il burro;
- Quando le patate saranno bollite alla perfezione e dopo che si saranno raffreddate, le sbucciamo mettendole in un ciotola capiente;
- Provvediamo ora a schiacciarle con lo schiaccia patate;
- Ora mettiamo le patate in pentola alta, accendiamo il fuoco e versiamo il latte e mescolare sempre..... versare il latte e mescolare fino a quando diventerà una crema omogenea e sfiorerà il bollore;
- Spegnerò il gas e lasciare raffreddare leggermente;
- Versare il formaggio, la mozzarella, il prosciutto, sale e un pò di pepe e mescolare;
- Prendiamo un pirofila (io uso quella in ceramica), versare un filo d'olio e spalmarla su tutta la superficie, versare il composto e coprirlo interamente con il pangrattato e un filo d'olio;
- In forno caldo a 180°C per 30 minuti fino a che la crosticina diventi bella croccante e scura

Servire in tavola e gustare questo delizioso Gateau di patate!!!

Patate maritate

oggi vi propongo una ricetta saporita, le **Patate maritate** ottima come antipasto, contorno o secondo piatto, semplicissimo da preparare ma soprattutto ottimo da gustare!!!

È molto apprezzato anche dai bambini, quindi se siete non sapete cosa cucinare per i vostri bimbi ma cercate qualcosa di sfizioso questa è la ricetta giusta per voi.



Per la preparazione e gli ingredienti delle Patate maritate seguiamo la ricetta e vediamo come ho fatto.....

Ingredienti per due persone:

3 patate;
olio evo q.b.;
sale e pepe q.b.
provolone semi piccante;
2 fette di mortadella;
formaggio grattugiato q.b.;
pangrattato;
prezzemolo.

Preparazione:

- Pelare le patate e tagliarli a fettine sottili con una mandolina e metteteli in una ciotola con acqua;
- In una ciotola capiente mettere il pangrattato, formaggio sale, pepe, la mortadella tritata grossolanamente, e il provolone anch'esso tritato grossolanamente;
- Mescolare il tutto;
- mettere in una padella antiaderente la carta forno, oliarla e distribuire le patate in modo omogeneo e iniziare la farcitura con il composto.... Ancora un pò d'olio e continuare con patate, composto e olio.... Fino a terminare gli ingredienti;
- per evitare che si asciughi in fase di cottura, coprire con un foglio d'alluminio e mettere in forno a 180°C per 20 minuti ;
- togliere la carta forno e rimettere in forno fino a cottura desiderata;
- eventualmente passare per qualche minuto sotto il grill.

Primi piatti:

Risotto alla crema di peperoni

Oggi vi presento un piatto decisamente delizioso: il risotto alla crema di peperoni, un primo piatto al profumo dei peperoni



Preparatelo anche se avete a casa degli ospiti per una serata informale con gli amici..... vi assicuro che vi chiederanno il bis!!!!

Io ho utilizzato le pennette, ma se preferite potete preparare questa ricetta anche con i tortiglioni, fusilli.... Ma l'importante che sia una pasta corta.

Per la preparazione e gli ingredienti del Risotto alla crema di peperoni seguiamo la ricetta e vediamo come ho fatto.....

Ingredienti per due persone:

300 gr. Di riso per risotti;
olio evo q.b.;
sale e pepe q.b.
burro q.b.
mezza cipolla tritata;
1 peperone giallo;
1 peperone rosso;
un dado di brodo vegetale;
prezzemolo fresco;
vino bianco.

Preparazione:

- Lavare i peperoni e tagliarli a tocchetti;
- mettere sul fuoco una padella antiaderente e versare l'olio, aggiungere i peperoni, salare e pepare e lasciare in cottura per 10 minuti;
- prepariamo il brodo, con un litro di acqua che faremo bollire facendo sciogliere il dado;
- dopo aver cotto i peperoni frullarli al fine di ottenere una crema;
- nel frattempo mettere sul gas una pentola capiente dove aggiungeremo l'olio e il riso;
- lo facciamo tostare e versiamo il vino e lo facciamo sfumare;
- iniziamo la cottura del risotto;
- a metà cottura versiamo la crema di peperoni e proseguiamo la cottura del riso aggiungendo man mano il brodo;
- a fine cottura, spegniamo la fiamma e aggiungiamo un fiocco di burro e amalgamiamo;
- alla fine aggiungiamo prezzemolo fresco tritato...

- **Lasagne al forno**

Oggi vi delizio con una ricetta gustosa,
Le **lasagne al forno**, o anche **lasagne alla Bolognese**, ricco e gustoso piatto tipico della domenica oppure in occasione di feste e ricorrenze speciali, preparato con pasta all'uovo e ragù con carne macinata



Ingredienti per due persone:
una confezione di pasta all'uovo precotta;
200 gr. Di carne tritata;
vino bianco;
un barattolo di pelati;
una bottiglia di salsa di pomodoro,
olio evo q.b.;
sale e pepe q.b.
mortadella q.b.;
una mozzarella;
trito di sedano carota e cipolla;
formaggio grattugiato q.b.;
basilico

Preparazione del ragù:

- Iniziamo con un mixer frulliamo i pelati dopo averli messi in una ciotola;
- In una pentola versare olio e il trito di sedano, carote e cipolla, lasciare rosolare;
- Aggiungere la carne tritata e farla rosolare;
- Aggiungere il vino bianco e sfumare;
- Aggiungere la passata e i pelati frullati;
- Basilico, sale e pepe e portare a giusta cottura;

Preparazione delle lasagne: seguendo questo procedimento fino ad esaurimento degli ingredienti

- In una pentola antiaderente capiente e non troppo alta, versare un mestolo di ragù, formaggio, copriamo con una fila di lasagne all'uovo e aggiungiamo la carne tritata, formaggio, mortadella tagliata a pezzetti e la mozzarella anch'essa tagliata a dadini, un mestolo su sugo, formaggio e via via... Proseguiamo sempre allo stesso modo
- Terminiamo con la copertura con le strisce lasagne, sugo e formaggio;
- In forno già caldo a 180°C per mezz'ora o fino a giusta cottura tenendo d'occhio la temperatura del vostro forno!!!!
- Lasciarla riposare qualche minuto e....

Servire in tavola e gustare questo delizioso primo piatto di **Lasagne al forno!!**

Secondi piatti:

Salsiccia piccante con peperoni e patate



Salsiccia piccante con peperoni e patate, piatto decisamente gustoso, saporito grazie al profumo dei semi di finocchio sprigionati durante la cottura.

Ingredienti per due persone:

200 gr. Di salsiccia di piccante;
2 patate di media grandezza;
1 peperone giallo;
olio evo q.b.;
sale e pepe q.b.
cipolla;
curry e spezie aromatiche

Preparazione:

- Prima di tutto, pelare le due patate e tagliarle a tocchetti;
- Metterle in una ciotola con acqua per un paio di minuti in maniera tale possano perdere l'amido che le contengono;
- Pulire il peperone sotto l'acqua corrente eliminando le parti bianche e i semi;
- Tagliarli a tocchetti o listarelle;
- mettere sul fuoco una padella antiaderente e versare l'olio e la cipolla tritata e lasciare soffriggere per qualche minuto;
- aggiungere la salsiccia sbriciolata da cui avremo tolto la pelle;
- salare e pepare;
- aggiungere le patate e il peperone;
- lasciare ancora per qualche minuto;
- aggiungere un po' di passata di pomodoro diluita in mezzo bicchiere d'acqua;
- lasciamo ancora insaporire per qualche minuto;
- aggiungere le spezie e un cucchiaino di curry;
- lasciamo cuocere per 20 minuti o fino a cottura desiderata.

Servire in tavola e gustare questo delizioso secondo piatto di Salsiccia piccante con peperoni e patate!!!

Bocconcini di pollo variegato

Ma come si preparano si preparano i **bocconcini di pollo variegati**?

Semplicemente mettendo in padella tutti gli ingredienti e in forno per mezz'ora!!!!

Ingredienti per due persone:

un petto di pollo intero da 400 gr. circa;
olio evo q.b.;
sale e pepe q.b.
mezza cipolla tritata;
1 peperone giallo;
formaggio grattugiato q.b.;
3 pomodorini;
capperi;
basilico
olive nere q.b.;
pangrattato



Preparazione:

- Lavare i pomodorini e tagliarli a metà;
 - Lavare il peperone e tagliarlo a tocchetti;
 - Tagliare il pollo a cubetti;
 - Passare sotto l'acqua corrente i capperi per eliminare il sale o l'aceto;
 - mettere in una teglia (io antiaderente) tutti gli ingredienti sopra elencati, versare l'olio e amalgamare il tutto;
-
- coprire con un foglio di carta alluminio e passare in forno a 180°C per 15 minuti circa, questo per evitare che il pollo si asciughi in fretta;
 - eliminare la carta alluminio e continuare fino a giusta cottura...

Servire in tavola e gustare questo delizioso secondo piatto di Bocconcini di pollo variegati accompagnato da una fresca insalata di lattughino!!!

dolci:

plumcake allo yogurt

oggi vi propongo una ricetta dolce, il Plumcake allo yogurt – ricetta con e senza bimby soffice e profumato è l'ideale per la colazione dei vostri bimbi o per una gustosa merenda accompagnata da una buona tazza di cioccolata calda!!!

Per la preparazione e gli ingredienti del **Plumcake allo yogurt – ricetta con e senza bimby** seguiamo la ricetta e vediamo come ho fatto.....

Ingredienti:

1 vasetto yogurt bianco;
180 gr di farina per dolci;
2 uova;
180 gr. di zucchero;
120 gr. di olio di semi;
1 bustina di lievito per dolci;
60 gr di cacao amaro(facoltativo),



Versione bimby:

nella versione bimby il semplicissimo, basta ingredienti nel lievito vel. 8 per 3'; se con il cacao quest'ultimo....;

procedimento è versare tutti gli boccale compreso il preferite la versione aggiungete anche

Versione senza il bimby:

- se avete una planetaria versare lo zucchero con le uova e sbattere per due minuti circa;
- aggiungere lo yogurt, la farina, il cacao (facoltativo) l'olio e infine il lievito;

Per entrambe le versioni

- Nel frattempo accendete in forno;
- nello stampo del plum cake, infarinare e imburrare la base e le pareti del tegame;
- versare il composto e mettere nel forno preriscaldato a 160° per 35/40 min. circa o fino a giusta cottura, tenendo conto che ogni forno ha le sue temperature....;
- Lasciarla raffreddare e spolverizzarla di zucchero a velo e.....

Servire in tavola e gustare questo delizioso dolce **Plumcake allo yogurt – ricetta con e senza bimby!!**