

La Cucina di Loredana

presenta

Le Ricette per San Valentino



L'amore è come la buona cucina, le cose speciali nascono sempre da ingredienti semplici, ma sono rese magiche dalla fantasia...

Paul Mehis

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

dall'Antipasto al Dolce...

Cornetti salati speck e scamorza

Piccoli cornetti salati ripieni: un antipasto sfizioso per stupire il vostro Amore



Ingredienti per la pasta lievitata: 400 grammi di farina, 12 grammi di lievito di birra, un cucchiaino di zucchero, 30 grammi di burro, un cucchiaino di sale, acqua appena tiepida q.b. **Per il ripieno:** 120 grammi di speck, 200 grammi di scamorza (bianca o affumicata). **Per decorare:** 50 ml di latte tiepido, semi di sesamo.

Preparazione: In una ciotola fate sciogliere il lievito di birra con lo zucchero e poca acqua. Aggiungete la farina ed il burro e tanta acqua quanta ne occorre per avere un impasto soffice e morbido, ma non appiccicoso. Aggiungete in ultimo il sale. Trasferite l'impasto sul piano di lavoro e lavoratelo a lungo, per almeno 10 minuti, stendendolo e riavvolgendolo più volte su se stesso. Se preferite, potete tranquillamente preparare e lavorare l'impasto con una impastatrice. Trasferite l'impasto in una ciotola infarinata, copritelo con un telo e lasciatelo lievitare in un luogo tiepido per circa 2 ore. Riprendete l'impasto lievitato e trasferitelo sul piano di lavoro infarinato. Stendetelo a formare una base rotonda di circa 30 cm di diametro e tagliatela con un coltello in tante fette triangolari: prima a metà, poi in 4 parti, poi in 8 e infine avrete 16 triangoli (per capire meglio: come 16 fette di una torta). Farcite ogni triangolo con pezzi di speck e scamorza e arrotolatelo a partire dalla base fino alla punta, curvandolo alla fine leggermente a formare un **cornetto**. Stendete un foglio di carta da forno su una teglia e adagiatevi sopra i **Cornetti salati speck e scamorza**, tenendoli leggermente distanziati. Spennellateli con il latte tiepido e decorateli con i semi di sesamo. Lasciateli lievitare circa 40 minuti prima di cuocerli in forno preriscaldato a 180° per circa 15 minuti.

Insalata radicchio e melograno

Un'insalata dai sapori e colori insoliti da servire come antipasto al nostro innamorato/a



Ingredienti: un cespo di radicchio trevisano, 2 melograni, 100 grammi di gherigli di noci, olio evo, aceto balsamico, sale e pepe.

Preparazione: Lavate e pulite il radicchio. Tagliatelo a striscioline spesse. Pulite e sgranate un melograno, ricavandone le graziose bacche rosse, cariche di vitamina C. In un largo piatto da portata adagiate il radicchio, i semi del melograno e i gherigli di noci a pezzi non troppo piccoli. Tagliate a metà l'altra melagrana e spremetene il succo con uno spremiagrumi. Mettete in una piccola ciotola il succo filtrato della melagrana, 3-4 cucchiari di aceto balsamico, 5 cucchiari di olio evo, sale e pepe. Mescolate bene e con questo condimento dal meraviglioso colore rosso scuro condite l'**Insalata radicchio e melograno**. Perfetta come contorno, deliziosa come antipasto e porta anche fortuna..

Cestini di parmigiano con valeriana, noci e mele

Una deliziosa insalata con valeriana, noci e mele servita in un delizioso cestino di parmigiano per uno stuzzicante antipasto da condividere con il vostro Amore.



Ingredienti: 100 grammi di valeriana, un mazzetto di rucola, 10 noci, una mela verde, 3 fette di pancarrè, 100 grammi di formaggio asiago. **Per 2 cestini:** 100 grammi di parmigiano grattugiato. **Per condire:** olio evo, aceto balsamico, sale.

Preparazione: per prima cosa preparate i cestini di parmigiano: mettete a riscaldare una padella antiaderente, versateci dentro uniformemente un sottile strato di parmigiano, appena il formaggio si scioglie togliete la padella dal fuoco, sollevate delicatamente ai lati e capovolgete la sfoglia di parmigiano su una ciotolina capovolta, premendola leggermente per farla aderire. Lasciatela raffreddare e poi staccatela delicatamente. Preparate nello stesso modo tutti i cestini. Pulite e lavate la valeriana e la rucola, sgusciate le noci, pulite e tagliate a cubetti la mela, tagliate a cubetti il formaggio asiago. Tagliate a cubetti le fette di pancarrè e fatele tostare in forno o in una padella antiaderente. In una ciotola mescolate tutti gli ingredienti dell'insalata, condite con una vinaigrette di olio evo, sale e aceto balsamico e servite nei cestini di parmigiano.

Risotto radicchio e pancetta

Un risotto gustoso e saporito ideale per una cenetta romantica nella sera di San Valentino.



Ingredienti per 2 persone: 180 grammi di riso carnaroli (ideale per i risotti), 200 grammi di radicchio trevigiano, 50 grammi di pancetta affumicata, 30 grammi di burro, una cipolla piccola, un bicchiere di vino rosso, circa 500-600 ml di brodo vegetale, sale.

Preparazione: Tritate finemente la cipolla e fatela soffriggere leggermente in un tegame largo con il burro insieme alla pancetta tagliata a filetti sottili. Aggiungete il radicchio lavato e tagliato a listarelle. Mescolate bene e versate nel tegame il riso. Fate tostare per un paio di minuti, aggiungete il vino rosso e lasciate sfumare. Bagnate poco per volta con il brodo vegetale caldo, continuando a mescolare spesso. La cottura dipenderà dal tipo di riso che adoperate, quindi vi consiglio di assaggiare. In ultimo regolate di sale. Spegnete il fuoco, mantecate con una noce di burro e lasciate riposare qualche minuto prima di servire.

Ravioli rossi di San Valentino

Una idea super romantica per un primo piatto da servire al vostro Amore nella cenetta più romantica dell'anno: Ravioli rossi a forma di cuore assolutamente irresistibilmente romantici.



Ingredienti per 2 persone: 150 grammi di farina, un uovo, 50 grammi di rape rosse bollite o 2 cucchiaini di concentrato di pomodoro, 200 grammi di ricotta, un cespo di radicchio trevisano, 30 grammi di formaggio grattugiato, olio evo, sale e pepe. **Per condire:** burro e salvia.

Preparazione: Impastate la farina con l'uovo e la rapa bollita e frullata o il concentrato di pomodoro. Se necessario aggiungete poca acqua o altra farina. L'impasto dev'essere morbido, ma non appiccicoso. Fate riposare un pò l'impasto. Intanto fate cuocere le foglie di radicchio per 10 minuti in forno a 180° in una pirofila unta d'olio. In una ciotola mescolate la ricotta con il radicchio spezzettato e il formaggio grattugiato, regolate di sale e pepe. Con il matterello o con la macchinetta sfogliatrice ricavate delle sfoglie molto sottili. Con una formina a cuore ricavate tanti cuori dalla pasta. Mettete al centro di metà dei cuori rossi un mucchietto di composto di ricotta, Ricoprite con un altro cuore e fate aderire bene ai bordi; se necessario inumidite prima intorno al cuore con le mani umide per far aderire meglio i due cuori tra loro. I **Ravioli rossi di San Valentino** sono pronti, non vi resta che cuocerli per pochi minuti in acqua bollente salata e condirli semplicemente con burro e salvia.

Sacchetti di crepes con i funghi

Delle sottili e leggere crepes chiuse a sacchetto con un ripieno di gustosi funghi per stupire il vostro Amore con un piatto delizioso.



Ingredienti: crepes pronte (calcolatene almeno 4 a persona), 200 grammi di funghi champignon, 150 ml di besciamella, 30 grammi di formaggio grattugiato, olio evo, uno spicchio di aglio, sale. **Per le crepes:** 2 uova, 100 grammi di farina, 2 dl di latte, 2 cucchiai di burro fuso, un pizzico di sale.

Procedimento: Preparate prima le crepes: Sbattete le uova con una frusta, unite la farina e il burro fuso. Aggiungete il latte e un pizzico di sale. Frullate bene per non formare grumi. Lasciate riposare la pastella per mezz'ora. Cuocete le **Crepes** su una crepiera elettrica o su una padella antiaderente unta di burro, girandole dopo pochi secondi. Mettetele man mano su di un piatto. Pulite e lavate i funghi, tagliateli a pezzi e metteteli in una padella con 2 cucchiari di olio e lo spicchio di aglio. Salate e lasciate cuocere a fuoco medio coperto per circa 10 minuti, lasciandoli cotti ma ancora croccanti. Eliminate lo spicchio dell'aglio. Stendete le crepes su un piano di lavoro, mettete su ognuna un cucchiario di funghi, un cucchiario di besciamella e una manciata di formaggio grattugiato. Richiudete ogni crepes a sacchetto, chiudendole con un filo di erba cipollina o, un mio trucchetto, dei fili tirati da un gambo di sedano. Mettete i sacchetti in una pirofila e ricopriteli con qualche cucchiario di besciamella. Infornate a 180°C per pochi minuti.

Bocconcini di pollo all'arancia

Una salsina all'arancia riveste dei piccoli e teneri bocconcini di pollo per un piatto delizioso da servire per la cena



Ingredienti: 400 grammi di petto di pollo, farina, 50 grammi di burro o olio evo, un'arancia, sale.

Preparazione: Tagliate il petto di pollo a piccoli pezzi, infarinatelo e lasciatelo cuocere a fuoco medio in una larga padella con il burro o l'olio, rigirandolo spesso. Quando sarà cotto bagnatelo con il succo dell'arancia e regolate di sale. Lasciate cuocere coperto a fuoco dolce per 2 minuti, finché si sarà formata una delicata salsina di un bellissimo colore arancione. Servite in tavola, con dei filetti di scorza d'arancia per decorare il piatto.

Spiedini con Gamberi, Tonno e Seppie

Dei deliziosi Spiedini con gamberi, tonno e seppie sono ideali per festeggiare alla grande la serata dedicata all'Amore.



Ingredienti per 6 spiedini: 12 gamberi, 12 seppioline, 200 grammi di tonno fresco, pangrattato, prezzemolo, uno spicchio d'aglio, olio evo, sale

Preparazione: Pulite e lavate i gamberi e le seppioline. Tagliate il tonno a cubetti. In un largo piatto preparate l'impanatura per gli spiedini: pangrattato, aglio e prezzemolo tritati finemente. Infilate in ogni spiedino di legno 2 gamberi, 2 seppioline e due cubetti di tonno. Impanate bene gli spiedini con il composto preparato. Metteteli in una pirofila, salateli leggermente e spruzzateli con olio evo. Fate cuocere gli Spiedini con gamberi, tonno e seppie in forno caldo a 200° per 10-15 minuti.

Filetti di platessa all'arancia

I Filetti di platessa all'arancia sono un secondo piatto di pesce dal sapore delicato dell'arancia per stupire piacevolmente il nostro innamorato.



Ingredienti per 2 persone: 5 filetti di platessa (anche scongelati), 2 arance, un mazzetto di prezzemolo, pangrattato, olio evo, farina q.b., sale.

Preparazione: Se adoperate i filetti di platessa surgelati, lasciateli scongelare. Tagliate ogni filetto in 2 parti nel senso della lunghezza. Infarinate ogni filetto di platessa e farcitelo con un composto di pangrattato e prezzemolo tritato. Arrotolate delicatamente e mettete tutti i filetti di platessa in un cestello e lasciateli cuocere a vapore per circa 10-15 minuti. Prendete delicatamente i filetti e metteteli in una padella unta di olio, irrorateli con il succo di un'arancia. Lasciateli cuocere appena 3-4 minuti in modo che si insaporiscano, regolate di sale e decorateli con la scorza d'arancia grattugiata.

Posso resistere a tutto tranne alle tentazioni... Oscar Wilde

Dolcissime tentazioni...

Cuori alla nutella

Piccoli cuori rossi ripieni di golosa nutella per "tentare" il nostro Amore nella serata più romantica dell'anno.



Ingredienti per la pasta: un uovo, 40 grammi di zucchero, 40 grammi di burro, 100 ml di latte, 300 grammi di farina, un pizzico di sale, un pizzico di colorante rosso in polvere., olio di semi per friggere. **Per il ripieno:** nutella e miele per decorare.

Preparazione: Impastate, su un piano di lavoro, la farina con il burro, l'uovo e un pizzico di sale. Aggiungete poi lo zucchero, il latte poco per volta e il colorante rosso, appena un pizzico. Formate un panetto, avvolgetelo nella pellicola e lasciate riposare l'impasto per 30 minuti in frigo. Riprendete l'impasto e stendetelo molto sottile con il mattarello o con la macchina sfogliatrice. Con una formina a cuore ritagliate tanti cuori. Mettete sulla metà dei cuori mezzo cucchiaino di nutella al centro. Appoggiate un altro cuore sopra a formare una specie di raviolo e sigillate bene ai bordi, se necessario inumidendoli prima con le dita bagnate in una ciotolina di acqua. Formate in questo modo tutti i **Cuori alla nutella**, ricavandone altri anche dai ritagli di pasta. Friggete i Cuori in una padella con olio di semi bollente e fateli asciugare su fogli di carta da cucina. Serviteli irrorati di miele.

Torta al vino rosso e cioccolato

L'insolita presenza del vino rosso rende questa Torta particolarmente deliziosa esaltando il sapore del cioccolato e perfetta per terminare in assoluta dolcezza la cena di San Valentino.



Ingredienti: 4 uova, 200 grammi di burro, 300 grammi di zucchero, 330 grammi di farina, una bustina di lievito per dolci, 100 grammi di cioccolato fondente, 150 ml di vino rosso, 2 cucchiaini di cacao in polvere, 1 e 1/2 cucchiaino di cannella.

Preparazione: Montate il burro con lo zucchero fino ad ottenere un composto spumoso. Incorporate gradatamente le uova e ogni volta che ne aggiungete una mescolate bene prima di aggiungerne un'altra. Setacciate la farina con la bustina del lievito e unitela all'impasto. Unite la cioccolata tagliata a piccoli pezzi e infine il vino rosso. Scegliete sempre vini di buona qualità e soprattutto della vostra zona anche per la cucina, io ho adoperato un buon bicchiere di **Nero di Troia**. Infine aggiungete il cacao e la cannella e mescolate bene. Versate il composto in uno stampo di 24-26 cm di diametro, meglio se a cerniera, imburrato e infarinato. Fate cuocere la **Torta al vino rosso e cioccolato** nel forno preriscaldato a 180° per circa 30-40 minuti, controllando la cottura con uno stuzzicadenti che dovrà uscire asciutto.

Profiteroles al cioccolato

Anche il più freddo degli uomini si scioglierà dinanzi a tanta dolcezza...



Ingredienti: circa 30 **bignè** pronti. 300 ml di panna da montare, un uovo intero e un tuorlo, 100 grammi di zucchero, 500 ml di latte, 4 cucchiari di farina, 100 grammi di cioccolato fondente.

Preparazione: Montate la panna e con essa farcite i bignè (se adoperate la panna non zuccherata aggiungete anche circa 50 grammi di zucchero). Fate sciogliere a bagnomaria il cioccolato fondente. Fate riscaldare il latte in un pentolino. Sbattete in una ciotola l'uovo intero ed il tuorlo con lo zucchero con l'aiuto di una frusta, per circa 5 minuti. Aggiungete la farina e il latte caldo. Rimettete il composto di uova e latte nel pentolino e fate addensare a fiamma bassa, continuando a mescolare, aggiungendo anche il cioccolato sciolto. Fate raffreddare la crema al cioccolato. Intanto mettete i bignè farciti di panna in un piatto a formare una piramide. Versateci sopra la crema appena tiepida e fate raffreddare in frigo i **Profiteroles al cioccolato** prima di servire in tavola.

Profiteroles alle Fragole

Un meraviglioso colore per questi dolcissimi Profiteroles ricco di panna e fragole per un fine serata assolutamente irresistibile...



Ingredienti: Bigné pronti, 200 ml di panna montata, 400 grammi di fragole fresche o surgelate, 100 grammi di zucchero.

Preparazione: Lavate e pulite le fragole, tagliatele a piccoli pezzi. Se utilizzate le fragole surgelate, lasciatele scongelare a temperatura ambiente. Mescolate una metà delle fragole alla panna montata e con questa farcite i bigné. Mettete le rimanenti fragole in un mixer e riducetele a purea. Mettetele in un pentolino con lo zucchero e lasciatele cuocere a fuoco basso per 10 minuti girandole con un cucchiaio, finché si formerà una glassa di un meraviglioso colore rosso brillante. Lasciatela raffreddare. Ponete i bigné farciti su un piatto sovrapponendoli leggermente e lasciate cadere delicatamente su di essi la glassa di fragole. Mettete i **Profiteroles alle fragole** in frigo fino al momento di servirli.

E voi la conoscete “La storia di San Valentino”...

La storia di San Valentino

San Valentino, nato a Interamna Nahars, l'attuale Terni, nel 176 d.C. e morto a Roma il 14 febbraio 273, era un vescovo romano che era stato martirizzato. Valentino dedicò la vita alla comunità cristiana e alla città di Terni dove infuriavano le persecuzioni contro i seguaci di Gesù. Fu consacrato vescovo della città nel 197 dal Papa San Feliciano, poi divenne il protettore dell'amore in tutto il mondo.

È considerato il patrono degli innamorati poiché la leggenda narra che egli fu il primo religioso che celebrò l'unione fra un legionario pagano e una giovane cristiana. Si dice che un giorno San Valentino sentì passare, vicino al suo giardino, due giovani fidanzati che stavano litigando. Allora gli andò incontro con in mano una rosa che regalò loro, pregandoli di riconciliarsi stringendo insieme il gambo della stessa, facendo attenzione a non pungersi e pregando affinché il Signore mantenesse vivo in eterno il loro amore. Qualche tempo dopo la coppia gli chiese la benedizione del loro matrimonio. Quando la storia si diffuse, molti decisero di andare in pellegrinaggio dal vescovo di Terni il 14 di ogni mese, il giorno dedicato alle benedizioni. Poi la data è stata ristretta solo a febbraio, perché in quel giorno del 273 San Valentino morì.