

IL LIBRINO DELLA PASTA ESTIVA

La pasta d'estate ...
calda o fredda,
una raccolta di ricette golose per tutti i gusti ...



***Una raccolta di ricette trovate nel web pensate per sopravvivere
nel periodo estivo ...***

GNOCCHI DI RICOTTA VELOCISSIMI

300 gr ricotta

150 gr farina

1 uovo

3 cucchiai di parmigiano

sale

pepe

noce moscata

Impastare tutto e tagliare a tocchetti.

Sono pronti quando vengono a galla. Condire con pomodoro fresco e basilico e una bella spolverata di grana o pecorino e pepe!!oppure aggiungere olive nere o peperoni a dadini.

TROFIE AL PESTO ESTIVE

500 gr di trofie

300 gr. di tonno al naturale

150 gr. di pesto

15 pomodorini

olio extravergine d'oliva

ciuffi di basilico

Cuocete le trofie in abbondante acqua salata.

Preparate una capiente insalatiera dove poter condire e girare bene la pasta.

Mettete il tonno sbriciolato, il pesto e unite la pasta.

Aggiungete i pomodorini e guarnite con ciuffi di basilico.

Potete aggiungere un filo di olio d'oliva.

PASTA AL PESTO DI PEPERONI

tre peperoni rossi maturi

prezzemolo q.b.

uno spicchio d'aglio

7 cucchiaini d'olio

100 gr. di formaggio grana

20 gr. di pecorino romano

1 acciuga sott'olio

Passare al grill del forno i peperoni per poterli spellare (o sulla fiamma del fornello) dopo averli tenuti pochi minuti a raffreddare nella carta alluminio; quindi, appena l'esterno appare abbrustolito, spellarli della pellicina esterna; pulirli dei semi; tagliarli a tocchetti e porre nel frullatore unitamente a tutti gli altri ingredienti ed al formaggio grattugiato; aggiungere sale q.b. e frullare i componenti ottenendo, così il pesto, con il quale saranno condite le bavette
N.B. ove dovesse risultare troppo liquido, aggiungere altro formaggio grattugiato.

CAVATELLI ESTIVI

per i cavatelli:

1 kg di farina

acqua tiepida q.b.

sale

oppure pasta pronta

- per il condimento:

pomodori "appesi" (in alternativa, Pachino) circa 20

mollica di pane pugliese raffermo

erbe fresche (timo maggiorana basilico...)

olio d'oliva

Preparare i "cavatelli", tipica pasta pugliese, impastando la farina con l'acqua tiepida ed il sale, quando la pasta raggiunge la consistenza giusta (elastica), formare i cavatelli tagliando dei piccoli tondini (un pò come gli gnocchi!) e scavandoli con il dito. Cuocere la pasta al dente per poi metterla in una pirofila di terracotta e condirla con i pomodori tagliati in due (se sono piccini, in 4 se sono più grandi), abbondante olio d'oliva, sale e abbondante timo fresco. Sbriciolare la mollica di pane e mescolare il tutto, ricondere con un altro filo d'olio e una manciata di parmigiano grattugiato. Infornare per pochi minuti (fino a quando la pasta non si dori un pò..

TABULÈ

In una terrina metti un etto o due di cuscus, poi pomodori, peperoni, una gamba di sedano, un cetriolo se ti piace, il tutto a pezzetti. Se vuoi, un po' di cipolla tritata fina.

Abbondante prezzemolo tritato, sale pepe, olio, il succo di due limoni.

Chiudi e lascia in frigo tutta la notte.

L'acqua delle verdure e i limoni faranno gonfiare e "cuocere" il cuscus.

INSALATA DI RISO E GRANCHIO ALLA CREOLA

Ingredienti per 4 persone: 250 gr di riso basmati, 1 cetriolo, 1/2 piccolo peperone rosso, 2 fette di ananas fresco o conservato al naturale, 1 cipollotto, qualche foglia di scarola, 2 scatole di polpa di granchio da 120 gr l'una, 2 uova sode, 6 cucchiaini d'olio d'oliva, 1 spicchio d'aglio, sale, curry, peperoncino macinato.

Lessate il riso in abbondante acqua salata per circa 12 minuti o fino a quando sarà cotto al dente. Nel frattempo, scaldate metà dell'olio in un padellino a fuoco medio e fatevi soffriggere l'aglio sbucciato e leggermente schiacciato. Quando l'aglio è dorato, scartatelo e gettate nella padella la polpa di granchio sgocciolata. Salate leggermente e unite un po' di curry e di peperoncino.

Lasciate insaporire per 2 minuti e spegnete la fiamma.

Lavate bene il cetriolo, eliminate le estremità e tagliatelo in due per il lungo. Eliminate la parte centrale con i semi e tagliate a fette sottili. Mondate il mezzo peperone e tagliate a strisciole. Tagliate l'ananas a dadini. Lavate e sgrondate le foglie di scarola e tagliatele a strisciole sottili. Sgusciate le uova e tritatele grossolanamente.

Scolate il riso e passate il colino sotto l'acqua corrente fredda per 1 minuto per farlo raffreddare. Lasciatelo sgocciolare bene e versatelo in una insalatiera. Condite con l'olio rimasto e mescolatevi le verdure preparate. Sistemate il granchio raffreddato in centro e distribuite tutt'attorno l'ananas, il cipollotto affettato e l'uovo sodo.

oppure con palline di melone, speck o prosciutto crudo e condito con olio, limone e un cucchiaino di senape

UN'INSALATA DI RISO VENERE (QUELLO NERO)

con:

- pomodorini ciliegia a spicchi
- carciofi e gamberetti appena saltati in padella
- erbe aromatiche: menta ed erba cipollina

Il risultato era gradevole, si presta comunque ad altre varianti (ad esempio: asparagi al posto dei carciofi?)

ti dico le insalate di riso che piacciono di più ai miei amici:

- 1) con salmone affumicato a dadini + carciofini sottolio + maionese
- 2) gamberoni lessi + basilico tritato, condita solo con olio e limone e guarnita con rondelle di limone.
- 3) formaggio a dadini (emmental o feta, il risultato cambia, ma è buono in entrambi i casi) + zucchine appena scottate in padella (non lesse, per intenderci, ma neppure fritte) + dadini di pomodorini secchi sottolio.

Non sono proprio la solita insalata di riso con l'uovo sodo e il wurstel.

Fai bollire il riso per insalate insieme a 2 bustine di zafferano (dipende dalla quantità di riso). Fallo raffreddare poi aggiungi uno spicchio di aglio a pezzetti, gamberetti, pachino tagliati, dadini di mozzarella e prezzemolo condita con olio d'oliva e una spruzzata di limone! . E' buona e l'effetto dei colori e' notevole

Inventata al volo: polpa di granchio, gamberetti, mais in scatola, patatine lesse a dadini, olio, limone & prezzemolo

INSALATA DI RISO ALLA PUGLIESE

*Riso Arborio 280 g
Pomodori secchi g 100
uova di quaglia n. 12
Bocconcini di mozzarella g 100
Burro g 100
Rucola g 50
Basilico g 20
Fette di pan carrè n. 3
Valeriana g 50
Origano q.b.
Olio extravergine di oliva g 80
sale e pepe q.b.*

Lessare il riso in abbondante acqua salata per 15 minuti circa, colatelo e raffreddatelo. Tagliate i pomodori secchi a quadretti. Tagliate i bocconcini di mozzarella in piccoli spicchi e la rucola semplicemente spezzettata. Unite il tutto al riso, aggiungete la valeriana lavata, l'origano e il basilico spezzettato. Condite con l'olio, aggiustate di sale e di pepe. Fate dorare le fette di pan carrè nel burro, tagliatele in 4 pezzi e disponetele a cornice nel piatto in cui avrete riposto l'insalata di riso. In ultimo cuocete le uova di quaglia in un padellino con il rimanente burro e adagiatele sopra il pan carrè (3 per piatto). Servite immediatamente

SALSA ALLA POVERELLA

Ingredienti

*7 pomodori S. Marzano maturi e duri tagliati a pezzi; 2 peperoncini verdi tagliati a rondelle; 20 capperi dissalati; 1 piccola costa di sedano; sale; 10 foglie di basilico stracciate a mano; un pizzico di origano; uno spicchio d'aglio ben tritato, pepe e un dl. Di olio extra.
7 * pomodoro sodi San Marzano a pezzetti
2 * peperoncini verdi dolci taglio a rondelle
20 * Capperi grandi
1 costa sedano bianco senza foglie
10 foglie basilico asciutte e stracciate a mano
1 pizzico origano *
1 spicchio aglio ben tritato
q.b * pepe *
1 dl. olio extraver. **

Istruzioni

Mescolate i pomodori sgocciolati, i peperoncini verdi dolci, l'aglio tritato, i capperi dissalati in acqua e ben asciugati, una piccola costa di sedano bianco tagliata a rondelle, il basilico, l'origano, il pepe e l'olio. Versate il tutto, senza scolarlo nel vasetto di vetro, Chiudete bene il coperchio avvitato e tenere in frigo fino ad un'ora prima dell'uso. Salare al momento e condire la pasta al dente e far raffreddare. Ottimo nei periodi estivi.

N.B. detta salsa dura in frigo per 5-6 gg

ANELLO FREDDO DI RISO

Ingredienti: pomodori g 450 - riso g 350 - pinoli g 50 - basilico (foglie) g 30 - alloro - olio extravergine d'oliva - sale - pepe. - Per il condimento: cozze kg 1 - olive snocciolate g 80 - una falda di peperone verde - origano - olio extravergine - sale

Lessate il riso in abbondante acqua salata aromatizzata con una foglia di alloro. Intanto, pelate i pomodori e riduceteli a dadini che raccoglierete in una capace ciotola. Frullate il basilico, i pinoli, g 100 di olio, sale, pepe; trasferite questo pesto nella ciotola con i pomodori e con il riso lessato, caldo. Mescolate, salate, pepate, quindi versate il riso in uno stampo ad anello e lasciatelo raffreddare per alcune ore. Spazzolate le cozze, fatele aprire in un tegame a caldo, sgusciatele, raccoglietele in una ciotolina, aggiungetevi la falda di peperone a dadini, le olive, origano, sale e un filo d'olio; tenete questo condimento in luogo fresco e servitelo con l'anello di riso sformato nel piatto da portata. Guarnite a piacere.

INSALATA DI RISO ALLA MARINARA

Ingredienti: cozze kg 1 - seppie, da pulire, g 700 - riso g 300 - 4 pomodori - cipolla - alloro - zafferano - olive nere - timo - aglio - prezzemolo - limone - Tabasco - vino bianco secco - olio extravergine d'oliva - sale

Raccogliete il riso in una casseruola, copritelo con g 600 di acqua calda, unite una fetta di cipolla, una foglia di alloro, una bustina di zafferano, un pizzico di sale, coprite il tegame con un foglio di alluminio e passatelo in forno a 200; per circa 20', o finché tutta l'acqua sarà stata assorbita; sfornate il riso, allargatelo su un vassoio e lasciatelo raffreddare. Lessate per 15' le seppie pulite, coperte d'acqua aromatizzata con un dito di vino e una foglia di alloro. Spazzolate bene le cozze liberandole dall'eventuale bisso (barbe) poi fatele aprire in padella, su fuoco alto, con un filo d'olio e uno spicchio d'aglio, quindi sgusciatele. Raccogliete il riso freddo in una ciotola, mescolatelo con le cozze, le seppie tagliate a listarelle, 24 olive spezzettate, i pomodori ridotti a rondelle e condite il tutto con un trito fine di timo e prezzemolo, succo di limone, abbondante olio extravergine crudo e alcune gocce di Tabasco.

INSALATA DI RISO CON BOTTARGA

Ingredienti: riso carnaroli g 300 - un peperone rosso, da arrostire, circa g 300 - bottarga g 60 - basilico - insalatina - olio extravergine d'oliva - sale - pepe bianco in grani

Lessate il riso in abbondante acqua salata, scolatelo al dente, raffreddatelo sotto l'acqua corrente, sgocciolatelo bene e raccoglietelo in una ciotola insieme con il peperone arrosto, pelato, pulito e ridotto a dadini. Frullate g 20 di bottarga con circa g 80 d'olio e, con questa salsina, condite il riso; mescolatelo, completatelo con un trito fine di basilico e lasciatelo marinare per circa un'ora prima di servirlo, su un letto di insalatina, guarnito con la restante bottarga ridotta a lamelle sottilissime; completate con un filo d'olio e una macinata di pepe.

INSALATA DI RISO CON POLPO E GRANCHIO

Ingredienti: una piovra (polpo) kg 1 - riso parboiled g 350 - pomodori g 350 - piselli sgranati g 200 - una scatola di polpa di granchio - un avocado - alloro - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

Eviscerate il polpo, privatelo di becco e occhi quindi lessatelo per circa 50' in pentola normale (o 20' in quella a pressione), ponendolo inizialmente in acqua fredda non salata, aromatizzata da una foglia d'alloro. Appena cotto, spellatelo, lasciandogli, se volete, le ventose, quindi tagliatelo a rondelle. Lessate al dente i piselli. Sbollentate i pomodori, svuotateli dei semi e riducete la polpa in dadolata. Nel frattempo lessate e raffreddate il riso sotto acqua corrente, raccogliendolo in una ciotola adatta. Unitevi i piselli, la polpa di granchio sgocciolata del liquido di conservazione e liberata dalle eventuali cartilagini, l'avocado ridotto a dadini, le rondelle di polpo e la dadolata di pomodoro. Condite il tutto con un filo d'olio, sale e pepe, quindi servite.

INSALATA DI RISO GIALLO CON SCAMORZA E PEPERONE

Ingredienti:riso parboiled g 300 - peperone rosso g 300 - scamorza affumicata g 130 - piselli sgranati g 100 - cipolla - alloro - basilico - zafferano - limone - Tabasco - olio extravergine d'oliva - sale - pepe Mettete il riso in una casseruola insieme con mezza cipolla, una foglia di alloro, un pizzico di sale e g 600 d'acqua nella quale avrete sciolto 2 bustine di zafferano. Incoperchiate e fate cuocere il riso lentamente, finché avrà assorbito tutto il liquido, quindi lasciatelo raffreddare. Intanto arrostite il peperone, spellatelo e tagliatelo a dadini. Sbollentate i piselli, scolateli e raccoglieteli in una insalatiera. Unite i dadini di peperone, il riso freddo, la scamorza ridotta a cubetti, abbondante basilico tritato. Conditte il tutto con g 100 d'olio, il succo di mezzo limone, poche gocce di Tabasco, sale, pepe.

INSALATA DI RISO NEL MELONE Ingredienti:riso Basmati g 250 - lonza di maiale g 150 - fagiolini lessi g 100 - code di gamberetto lesse g 80 - falda di peperone verde g 60 - 2 piccoli meloni - salsa di soia - olio extravergine d'oliva - sale - pepe in grani Tagliate i meloncini a metà, in senso orizzontale, svuotateli dei semi e della polpa (potrete utilizzare quest'ultima per fare una macedonia), quindi metteteli in frigorifero. Lessate in abbondante acqua bollente, salata, il riso Basmati; scolatelo, raffreddatelo sotto l'acqua corrente, sgocciolatelo bene e raccoglietelo in un ciotola. Riducete la lonza a bocconcini che cuocerete per 10', a fuoco vivo, in un filo d'olio caldo. Mescolate il riso freddo con i fagiolini lessi, la falda di peperone ridotta a quadretti, le code di gamberetto e la lonza rosolata. Conditte il tutto con un filo d'olio, pochissimo sale e abbondante salsa di soia. Spolverizzate i mezzi meloni con una macinata di pepe e riempiteli con l'insalata di riso.

Lessare il riso (al dente), scolarlo, sciaquarlo e metterlo in una insalatiera e aggiungervi un po' di succo di limone e poi mettere in frigo. Condirlo successivamente con :- pomodori verdi tagliati a dadini e conditi con olio e sale- tonno sgocciolato- olive verdi dolci a pezzettini- wurstel a rotelline- rughetta- dadini di mozzarella Guarnire con uova sode a spicchi e.... funghi sott'olio e le cipolline in agrodolce

invece del condiriso ci metto un vasetto di giardiniera tagliata a pezzetti piu' piccoli, NON ci metto il pomodoro fresco, ma ci metto un paio di uova fatte strapazzate ma ben cotte e MOLTO strapazzate, funghetti sott'olio e a volte formaggio (tipo fontina) a dadini

Il riso freddo era condito con pezzetti di melone giallo, salmone affumicato e rucola.

PASTA VELOCE CON TONNO, MANDORLE E POMODORI

Più veloce di così..... Mentre aspettate che cuociano gli spaghetti, mettete nel frullatore: una manciata di mandorle pelate tritate, una scatola di pelati o pomodori freschi sbollentati e pelati, uno spicchio d'aglio, prezzemolo tritato, pecorino grattugiato, una scatola di tonno, sale e olio. Frullate il tutto e conditeci la pasta....noi ne andiamo matti!! (da Paola)

PASTA CON TONNO PICCANTE

- *Ingredienti: 400g di linguine, 300g di tonno, pelati quanto basta, aglio, sale, pepe, noce moscata e peperoncino.*
- *Procedimento: cucinare la pasta, intanto rosolare ben bene in una padella 3 spicchi di aglio tritato, quando ben dorati toglierli dalla padella e aggiungere il tonno, dopo un paio di minuti aggiungere il pelato e fare cucinare 10 min. Scolata la*

pasta farla saltare su fuoco col condimento, un pizzico di noce moscata, pepe peperoncino e l'aglio tolto in precedenza. Servire ben calda. (da Giovyx

PASTA CON PROSCIUTTO CRUDO

- *Fate fondere il burro in una padella. aggiungete il prosciutto crudo tagliato a piccolissimi pezzi e fate rosolare. Scolate le penne e saltatele nella padella del burro e prosciutto aggiungendo se necessario un pizzico di sale. servite ben calde ebuon appetito!!!! (Da Simo)*

PENNETTE DELICATE AI CARCIOFI

- *Pulisci i **carciofi**, tagliali a fettine abbastanza sottili, mettili in una padella con un po' di olio e un po' di acqua. Li fai stufare.*
- *A parte, in una terrina metti circa 200 g di **ricotta** di pecora, un bel po' di parmigiano, un uovo e mischi il tutto.*
- *Fai cuocere le mezze penne, quando sono quasi cotte (non del tutto) le metti a mantecare nella padella con i carciofi e ci butti sopra, mescolando, l'intruglio fatto con la ricotta ecc. Fai mantecare per qualche minuto e mangi. Credimi, sono eccezionali!*

SPAGHETTI CON IL TONNO

Oggi ho fatto gli spaghetti con questo sugo, velocità incredibile, sapore buono

- *Soffriggere cipolla e aglio, aggiungere pomodoro, poi tonno in scatola, filetti di alici, capperi, sale, peperoncino e prezzemolo.*
- *La volete in versione "chef" ? Soffriggere rondelle di cipolla rossa di Tropea. poi aggiungere uno spicchio di aglio intero che deve solo insaporire. Unire la passata di pomodoro rigorosamente fatta da voi e non dalle vostre mamme (pena 40 frustate), aggiungere tonno pescato da voi e capperi che vi siete fatti mandare dalle tremiti.....(da Maria Luisa)*

SUGO DI CARCIOFI PER LA PASTA

Taglia i carciofi a spicchi e mettili in una ciotola con acqua e limone (per non farli annerire),

Fai scaldare in una padella uno spicchio d'aglio, olio, peperoncino (facoltativo), aggiungi i carciofi, un po' di brodo e fai stufare fino a quando non diventano teneri.

Dopo passali nel frullatore (devono diventare una crema).

Puoi condire sia gli spaghetti che il riso e se ti rimane della crema la puoi anche congelare per 1 anno. (da Ciccio66)

PRIMI VELOCI

Ruola e speak: rosolare nel burro lo speak tagliato a dadini e la ruola spezzettata. Cuocere 5 minuti e aggiungere della panna (meglio quella per dolci che è più liquida) Continuare la cottura per circa 10 minuti.

Peperoni e ruola: Rosolare la cipolla, unire un peperone giallo e lasciar cuocere a fuoco basso per 15 minuti. Frullare i peperoni. Condire la pasta lessata e cospargere con la ruola spezzettata, il pepe e parmigiano o pecorino a scaglie.

Alle verdure: tagliare a dadini piccolissimi 1/2 peperone giallo, 1/2 peperone rosso, 1/2 cipolla, 1 pomodoro, sedano, capperi olive nere.

Lasciar macerare il tutto con olio, sale e origano per almeno 1 ora.

Amalgamare il tutto sul fuoco aggiungendo abbondante basilico tritato.

PASTA AI FILETTI DI PESCE (MEGLIO MISTI)

Cernia, merluzzo, pollack, nasello...

Aglione fresco

Olio

Filetti pomodoro o passata o pomodorini

Basilico fresco

Sale

Peperoncino

Insaporire aglio nell'olio, unire pesce, salare e solo 5 minuti prima della fine poco pomodoro e il peperoncino. Scolare la pasta al dente (meglio bavette garofalo) e versarci sopra il sugo con i pezzi di pesce ancora interi.

Variante: unire olive nere toste o normali a rondelle a fine cottura (buona anche fredda)

FARFALLE ROBIOLA E VERDURE

- farfalle gr.500
- 5 zucchine di pezzatura media
- 250 gr di robiola fresca
- 4 pomodori
- tanto basilico
- olio extra vergine
- sale
- pepe

Lessare la pasta al dente, tagliare le zucchine in piccoli cubetti regolari e passarli in padella nell'olio avendo cura di lasciarli al dente. Aggiungere la pasta alle zucchine, poi la robiola il pomodoro crudo tagliato a cubetti come gli zucchini (non occorre pelarli), ed amalgamare il tutto su fuoco bassissimo per brevissimo tempo (mezzo minuto) aggiungere il basilico tritato e servire immediatamente.

FUSILLI RICOTTA E RUCOLA

350 gr. di fusilli (o altra pasta corta che raccolga bene il sugo)

- 1 confezione di ricotta
- 2 mazzetti di rucola
- olio e.v.
- succo di limone
- 1 spicchio d'aglio

Lavare e tritare la rucola; mettere la ricotta in una ciotola e mescolarla bene con la rucola (aggiungere un po' di acqua di cottura della pasta se l'impasto risultasse troppo denso).

Preparare un'emulsione con olio, succo di limone e l'aglio tagliato a piccoli pezzetti; scolare (non troppo) la pasta, condirla subito con l'emulsione, mescolare bene e aggiungere infine il composto di ricotta e rucola.

A piacere aggiungere noce moscata o pepe nero macinato al momento.

Questo composto è ottimo anche spalmato su fette di pane integrale.

PASTA FREDDA CON VERDURE CRUDE

300 g di farfalle

- due zucchine piccole
- due carote
- due pomodori verdi (o 10 pomodorini pachino)
- 1/2 peperone rosso
- 1/2 peperone giallo
- 12 olive nere
- 8 foglie di basilico
- 100 g di feta
- olio extravergine d'oliva

Intanto che cuocete la pasta, grattugiate le carote e le zucchine e ponetele in un piatto di portata con le altre verdure tagliate a dadini. Salate e completate con il formaggio sminuzzato, il basilico spezzettato con le mani e le olive. Condite con l'olio e versatevi la pasta dopo averla scolata e raffreddata sotto il getto dell'acqua. Mescolate il tutto e servite dopo qualche minuto.

PASTA FREDDA ROBUSTA

- 1 tubetto di maionese
- 2 cucchiaini di latte
- 3 cucchiaini di salsa di soia
- tabasco q.b.
- paprika q.b.
- pepe e sale
- 2 pomodori grandi
- 1 cipolla rossa
- 1 scatola di tonno grande
- 300 gr di fusilli

Amalgamare la maionese, il latte, la salsa di soia con il tabasco, la paprika, sale e pepe.

Tagliare i pomodori a pezzettini togliendo i semi.

Tagliare la cipolla molto fine, unire la scatola di tonno.

Cuocere la pasta, raffreddarla con acqua fredda, scolarla bene e condirla con tutti gli ingredienti precedentemente preparati.

Lasciare in frigo due ore prima di consumare.

PASTA AROMATICA

- 400 gr. pasta corta
- prezzemolo
- basilico
- salvia
- rosmarino
- menta romana
- erba cipollina
- sedano
- rughetta
- timo ecc

- 50 gr. burro
- 80 gr. Parmigiano

Mentre l'acqua bolle, frullare tutte le erbe col parmigiano. Di alcune erbe tipo salvia e rosmarino mettere solo alcune foglie, mentre si può abbondare con quelle che hanno un sapore meno deciso. Scolare la pasta e ripassarla in padella con abbondante burro fuso e il trito di erbe e parmigiano. Volendo un sapore più deciso si può aggiungere del gorgonzola o del taleggio e anche dei gherigli di noce.

PASTA DEI MOROSI

- 4 pomodori medi al grappolo
- 4 spicchi di aglio
- 150 gr di ricotta
- 200 gr di pesto genovese
- 1 cucchiaio di olio
- sale
- 500 gr di pasta (corta o lunga)

Frullare i pomodori e l'aglio insieme per 5 secondi, in modo da avere dei pezzetti di pomodoro.

A parte mescolare il pesto con la ricotta, aggiungere olio e sale e mischiare il tutto. Usare la salsa ottenuta per condire la pasta.

PASTA FREDDA ALLA PAPRIKA

Dosi 4 persone: 150 g. di pasta corta (conchiglioni, maccheroni corti, mezze maniche) – 50 g. di olive nere snocciolate – 4 pomodori – 1 piccolo finocchio. Per il condimento: 1, 5 dl di yogurt – 2 pomodori – il succo di ½ limone – 1 cucchiaino di paprika – 1 spruzzata di salsa di soia – 2 cucchiaini di basilico tritato - sale e pepe macinato al momento.

Portare a bollire in una capace pentola abbondante acqua salata, gettatevi la pasta, cuocetela al dente, quindi scolatela e fatela raffreddare.

Preparate il condimento unendo i pomodori pelati e passati agli altri ingredienti, mescolando fino a ottenere una miscela omogenea, poi unitevi la pasta raffreddata.

Tagliate a pezzettini le olive nere, pelate e tritate i pomodori e tagliate a dadini il finocchio, poi uniteli alla pasta e servite.

MEZZE MANICHE AL GRANCHIO (PASTA FREDDA)

Ingredienti per 4 persone

240 gr. di mezze maniche

200 gr. di mais in scatola

185 gr. di polpa di granchio (surimi)

125 gr. di gamberetti

4 zucchine
olio extra vergine di oliva
sale
pepe
prezzemolo

Preparazione

Lessate al dente la pasta, raffreddatela sotto l'acqua corrente, sgocciolatela bene e conditela con un filo d'olio.

Sgocciate poi il mais e unitelo alla pasta, aggiungete la polpa di granchio e i gamberetti lessati, spuntate le zucchine e riducetele a rondelline finissime, unitele al resto della pasta con il prezzemolo fresco.

Completate il tutto con 3 cucchiari di olio extra vergine di oliva e un po' di pepe.

SPAGHETTI ALLA CARBONARA ESTIVA

- 320 g. di spaghetti (meglio se all'uovo)
- 4 uova
- 3 spicchi di aglio
- 50 g. di formaggio grattato
- un bel ciuffo di basilico
- sale q. b.
- pepe q. b.

Far cuocere gli spaghetti in abbondante acqua salata.

In un tegamino fare rosolare gli spicchi di aglio senza bruciarli.

In una zuppiera sbattere 2 uova intere e 2 tuorli buttando via le due chiare e aggiungere il formaggio grattato, il basilico tritato non troppo fine amalgamando il tutto. Scolare bene la pasta e versarla nella zuppiera aggiungendo l'olio insaporito ben caldo dopo tolto l'aglio.

Rigirare bene e servire.

PASTA AI TRE PEPERONI

450 gr. di penne rigate

un peperone rosso

un peperone verde

un peperone giallo

abbondante basilico

1/2 cipolla

8 pomodorini Pachino

olio

sale

parmigiano grattugiato

Tagliate i peperoni a pezzi, metteteli nel frullatore con abbondante basilico e con mezza cipolla a fettine e frullate il tutto. Versate in un tegame il composto ottenuto, aggiungendovi un filo d'olio, i pomodorini e sale quanto basta. Cuocete per circa 25/30 minuti. A parte cuocete la pasta al dente, scolatela e versatela nel tegame dei peperoni, facendola saltare per 2 minuti. A scelta potete aggiungere parmigiano grattugiato.

PENNE VESUVIO

400 gr. di penne

250 gr. di pomodori grossi già pelati

25 olive nere snocciolate

una manciata di foglie di basilico

3 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva

50 gr. formaggio pecorino

un peperoncino (meglio se un mix di aglio e peperoncino)

3 spicchi d'aglio

In una teglia soffriggere l'olio con l'aglio.

Appena biondo togliere l'aglio e versare i pomodori tagliati a spicchi oltre l'eventuale peperoncino. Far cuocere a mezza fiamma per 4'.

Aggiungere le olive snocciolate e far cuocere ancora 2'.

Cotta al pasta, versarla nella teglia col sugo, unirvi il pecorino e girare.

Guarnire col basilico e servire caldo.

PENNE CAROTE E PANNA

3/4 carote medie

1 cipolla grossa

3 dl di panna per cucinare

150 gr parmigiano

sale e pepe

Grattugiate molto finemente la cipolla (meglio se con il tritatutto) mettetela in una pentola bassa dove avrete fatto scaldare un po' di olio quando diventerà trasparente (attenzione a non farla imbriondire troppo !) aggiungere le carote tritate anche queste molto finemente; far cuocere il tutto girando spesso per 5 minuti, aggiungere la panna liquida, continuando a girare aggiungete poco a poco anche i parmigiano, il sale ed il pepe.

Il composto dovrà risultare non troppo denso ma neanche troppo liquido, scolare la pasta e condirla immediatamente con il sugo facendolo amalgamare bene

(utilizzare solo pasta corta come mezze penne rigate, farfalle, fusilli corti ecc.)

PENNE UOVA E RUCOLA

320 gr. di penne rigate

4 tuorli d'uovo

180 gr. di panna da cucina

4 cucchiaini colmi di pecorino

2 mazzetti di rucola

sale pepe q. b.

Lavare e tagliare la rucola eliminando i gambi.

Mettere i tuorli in una ciotola e lavorarli insieme alla panna, il pecorino sale e pepe.

In una pentola portare a bollire l'acqua, cuocere le penne per il tempo necessario, scolatele e versatele nuovamente nella pentola di cottura ancora calda, unitevi la salsa all'uovo mescolando con cura, aggiungete la rucola e servite subito.

ORECCHIETTE ESTIVE

180 gr di orecchiette secche

4 cipollotti freschi

100 gr circa di ricotta fresca

una manciata di foglie di menta fresca

sale

pepe

olio extravergine d'oliva

Mondare i cipollotti, eliminare la parte verde e tagliarli a fettine sottili.

Farli saltare per qualche minuto con dell'olio d'oliva fino a che saranno morbidi.

Nel frattempo stemperare la ricotta, con un cucchiaino di olio extravergine d'oliva con un po' si pepe fino ad ottenere una crema morbida e soffice.

Quando i cipollotti sono cotti aggiungerli alla ricotta.

Tritare finemente la menta.

Far cuocere le orecchiette scolarle e unirle al composto. Mangiare!

ORECCHIETTE ITALIA 90

500 gr. di orecchiette (pasta)

1 cespo di lattuga

5 pomodori rossi

1 cespo di radicchio

100 gr. di ricotta salata grattugiata (quantità variabile in base al proprio gusto)

sale (poco)

Olio d'oliva q.b.

Si mettono a cuocere le orecchiette (far bollire una quantità d'acqua maggiore del normale per evitare che le orecchiette si attacchino), intanto si lavano tutte le verdure ed i pomodori e dopo aver asciugato tutto si taglia a pezzettini separatamente ogni ingrediente, si condiscono con poco sale (in quanto la sapidità sarà data dalla ricotta salata) ed olio sempre mantenendo i pomodori, la lattuga ed il radicchio in contenitori separati.

Una volta cotta e scolata la pasta, si aggiunge una piccola quantità d'olio per evitare che si attacchino fra loro le orecchiette e si mettono in un grande piatto ovale avendo cura di ricoprire tutto il piano, dividendo in tre sezioni la superficie della pasta, si procede a riempire una alla volta le tre parti con un diverso ortaggio riprendendo i colori della bandiera italiana ed alla fine cospargere il tutto con la ricotta salata.

Una volta ammirato il vostro capolavoro, mescolate bene il tutto e servite.

TAGLIATELLE LIPARI

- 300 gr. tagliatelle all'uovo
- 20 pomodorini ciliegia
- una manciata di pinoli
- una bustina di zafferano
- olio evo
- sale

Taglio a metà i pomodorini e li metto in padella quando l'olio è caldo premendoli leggermente con un cucchiaino di legno. Li lascio a sobbollire per qualche minuto con il coperchio. Dopo qualche minuto aggiungo i pinoli. Nel frattempo cuocio le tagliatelle in abbondante acqua salata e dopo averle scolate le verso nella padella con la salsa dopo aver aggiunto ad essa lo zafferano. Lascio ancora un po' sul fuoco mescolando e servo con una spruzzata di parmigiano grattugiato.

SPAGHETTINI VELOCISSIMI

Mentre la pasta cuoce mettere 3 spicchi d'aglio in una conf di salsa mutti con due pizzichi di sale grosso e pepe o peperoncino e 4 cucchiari d'olio.

Scolare pasta condire e spolverare di pecorino o grana e basilico.

PASTA AL PESTO ROSSO

Ingredienti per 4 porzioni

*500 gr. di spaghetti n. 3
un pugno di mandorle (con tutta la pellicina)
un pugno di basilico fresco
30 gr di parmigiano grattugiato
30 gr. di pecorino salato grattugiato
un cucchiaio di olio di oliva extravergine
2 spicchi d'aglio
1 pomodoro da insalata (rosso ma non completamente maturo)
1 pomodoro da insalata (rosso e ben maturo)
un cucchiaio di zucchero
sale e pepe (q.b.)*

Tritare ben tutti gli ingredienti con un frullatore.

Scolare gli spaghetti al dente e metterli in piatto di portata.

Versare sopra il composto e mettere il tutto in frigorifero (parte bassa)

Si può mangiare dopo alcune ore.

SEDANI ALLO ZAFFERANO CON NOCI E SALSICCIA

320 g di pasta allo zafferano 100 g di salsiccia 2 cucchiari di gherigli di noce un cucchiaio di cipolla tritata una bustina di zafferano un cucchiaio di vino bianco mezzo dl di panna un rametto di rosmarino olio sale, pepe 1) Spellate la salsiccia, sbriciolatela e fatela rosolare in padella con un filo di olio, la cipolla e il rosmarino. 2) Stemperate lo zafferano nel vino, versatelo sulla salsiccia e proseguite la cottura per qualche minuto. Eliminate il rosmarino, aggiungete la panna, regolate di sale, pepate e cuocete ancora per 10 minuti. 3) Cuocete la pasta in abbondante acqua salata, scolatela al dente, trasferitela nella padella con il sugo e mescolatela al condimento lasciandola su fuoco vivo per qualche minuto. Togliete dal fuoco, aggiungete le noci tritate, un cucchiaino di aghi di rosmarino tagliati fini e servite.

RUOTE CON POLLO AL CURRY

400 g di ruote

250 g di petto di pollo

200 g di ananas fresco già mondato

1 gambo di sedano con le foglie

3 cipollotti

1 cucchiaio di curry

sale pepe

6 cucchiai di olio extravergine d'oliva

Private il petto di pollo dell'ossicino centrale e delle cartilagini. Apritelo a libro, e battete leggermente con un pestacarne le quattro fette ottenute. Tagliatelo a listarelle e fatelo rosolare in un tegame con 4-5 cucchiai di olio. Unite il sedano mondato e tritato e 2 cipollotti mondati e affettati. Spolverizzate con il curry. Salate e pepate, bagnate con un mestolino di acqua calda e cuocete per circa 10 minuti. Unite l'ananas tagliato a pezzetti. Mescolate bene e continuate la cottura per 5 minuti. Spegnete e lasciate raffreddare. Lessate la pasta in acqua bollente salata. Scolatela. Condite con il sugo di pollo. Unite il cipollotto rimasto affettato finemente, le foglie di sedano, un filo di olio crudo e servite

CONCHIGLIE RICOTTA E VERDURE

400 gr di pasta formato conchiglie

400 gr di ricotta

400 gr di zucchine

400 gr di peperoni

olio extravergine d'oliva

sale e pepe

Far cuocere in una padella antiaderente le zucchine tagliate a dadini e i peperoni tagliati a listarelle con l'aggiunta di sale e un paio di cucchiai di olio. Lasciarle raffreddare.

Cuocere le conchiglie.

In una insalatiera condire la ricotta con olio, sale e pepe girandola fino ad avere una crema.

Una volta cotte le conchiglie raffreddarle sotto l'acqua, unirle alla ricotta, aggiungere le verdure ed eventualmente ancora un po' di olio se risultasse troppo asciutto.

Chi avesse problemi di dieta come me può cuocere le verdure senza olio con un pochino di acqua ed il risultato è comunque ottimo.

SPAGHETTI PESTO TRAPANESE

6 etti di spaghetti (o quattro se siete un po' a regime!!)

mezzo chilo di pomodori da salsa maturi

10 foglie di basilico

6 spicchi d'aglio

40 gr di mandorle pelate

1 etto di pecorino grattugiato

olio extra vergine d'oliva

sale e pepe

Pestate assieme l'aglio, il basilico e le mandorle, aggiungendo un filo di olio (già a questo punto potete aprire le finestre e anche se fuori piove e fa freddo vi sentirete nel bel mezzo dell'estate: magia dell'arte culinaria).

Versate il tutto in una capiente ciotola aggiungendo anche un po' di pecorino grattugiato. Mettete i pomodori in acqua calda qualche minuto, poi pelateli, privateli dei semi, spezzettateli e pestateli nel mortaio. Aggiungeteli agli altri ingredienti, condendo con sale, pepe e altro extravergine. Cuocete la pasta in abbondante acqua salata, scolatela al dente e versatela nella ciotola (o meglio ciotolona) con il sugo. (tenete pure aperte le finestre, il freddo non lo sentirete).

Mescolate bene e servite subito.

PESTO DI MANDORLE

mandorle spellate e tritate grossolanamente

aglio tritato piccolo piccolo

basilico fresco

pomodoro fresco tritato con la mezzaluna

parmigiano

un pochino di pepe (quello solito misto)

sale

peperoncino

SPAGHETTI AL PESTO BIANCO DI SALINA

500 gr. di spaghetti

una melanzana

4 acciughe

una manciata di capperi sotto sale (possibilmente quelli di taglia piccola di Salina)

una manciata di olive bianche

una cipolla

un bel mazzo di basilico

una scatoletta grande di tonno

6 pomodorini

olio extra vergine d'oliva

sale

peperoncino

olio per friggere

Tagliate la melanzana a piccolissimi tocchetti (di circa un cm.) e friggetela, scolate bene e aggiungete pochissimo sale (per togliere l'olio in eccesso potete versare le melanzane dentro uno scolapasta pressarle con un piatto sopra cui avrete messo un barattolo pieno e lasciare che l'olio scoli via).

A parte rosolate la cipolla tagliata a pezzetti con l'olio, unite le acciughe e fate scurire la cipolla unite il pomodorino tagliato a pezzetti e lasciate cuocere per circa 3 o 4 minuti a questo punto unite i capperi lavati sotto l'acqua corrente e le olive tagliate a pezzetti, in fine il tonno e il peperoncino. Fate insaporire e per ultimo aggiungete le melanzane e un bel po' di basilico tagliuzzato, aggiustate di sale. Scolate gli spaghetti al dente e fateli saltare in una larga padella con la "salsa bianca".

PENNE AL PROVOLONE

400 gr. di polpa di pomodoro

300 gr. di penne

150 gr. provolone dolce

aglio

prezzemolo

olio d'oliva

sale

Scaldate in una padella 4 cucchiaini d'olio con uno spicchio d'aglio poi unite la polpa di pomodoro, salate e cuocete il sugo a fuoco basso.

Lessate intanto le penne.

Tagliate a dadini il provolone e tritate un ciuffo di prezzemolo.

Scolate la pasta e versatela nella padella del sugo.

Aggiungete il provolone e il prezzemolo, mescolate bene e quando il formaggio sarà quasi completamente fuso servite.

PENNE ALLA VODKA

penne q.b.

1 barattolo di passata di pomodoro

120 gr. di panna liquida fresca

dadini di pancetta magra

1 bicchiere di vodka

peperoncino

sale

Scaldare in un padellino con un po' di olio la pancetta.

Nel frattempo, in una padella cuocere la passata di pomodoro con il peperoncino ed un po' di sale.

Quando inizia ad addensarsi, aggiungere la vodka ed alzare il fuoco.

Aggiungere anche la panna, un poco alla volta, e portare il sugo in ebollizione.

Aggiungere la pancetta.

Lessare la pasta, scolarla e condire con il sugo nella padella mescolando a fuoco alto per un paio di minuti.

SPAGHETTI: IDEE VELOCI

Taglia in pezzetti piccoli 4-5 fiori di zucca, li metti in una padella con un po' di olio, aggiungi dei gamberetti tagliati a pezzettini e fai cuocere 5 minuti. Scoli gli spaghetti, li metti a mantecare nella padella e ci metti sopra del pecorino fresco e dolce (tipo pecorella o Bel Paese). Io per far presto, dato che se il formaggio è morbido non si riesce a grattugiare, lo frullo. (Da Nanni 48)

RICETTE VELOCI PER SPAGHETTI

Gli spaghetti si possono mangiare in mille modi (io sono di Napoli!!!!). Ti posso dare questa ricetta molto veloce: mentre fai cuocere gli spaghetti, in una padella metti olio, cipolla affettata, peperoncino (se ti piace), fai soffriggere un poco, poi metti una scatoletta di tonno, fai rosolare ancora un poco, poi ci aggiungi qualche pomodorino (tipo ciliegina). Fai rapprendere la salsina e quando sono cotti gli spaghetti li fai saltare in questo sughetto. Buon appetito! (da Ciccio 66)

Mentre l'acqua per la pasta e' sul fuoco affetta sottilmente alcuni funghi. Fai soffriggere una piccola cipolla, quando e' trasparente aggiungi i funghi metti il coperchio e abbassa la fiamma, mescola di tanto in tanto. Due minuti prima di scolare la pasta sala i funghi con un dado ai funghi e spegni subito il fuoco. Scola la pasta e condiscila con questo sughetto e un po' di formaggio preferibilmente mozzarella grattugiata. Per fare presto tengo la mozzarella nel freezer cosi la posso grattugiare con facilità' (da Lina)

Io quando sono in crisi li faccio così...mio marito diventa matto. allora prendo due o tre filetti d'acciuga quelli nel vasetto li metto in padella, aggiungo olio e aglio che poi levo (un paio di spicchi in carnicia). scolo gli spaghetti e poi metto prezzemolo alla fine prima di servire. è una fantasticheria: costo zero, tempo ai fornelli zero! (da Linda)

Metti in una padella un po' di olio, uno spicchio d'aglio e fai colorire lentamente, aggiungi del passato di pomodoro e fai restringere la salsa. aggiungi le vongole (surgelate, già sgusciate) e del prezzemolo tagliato fine. Se ti piace puoi mettere un pò di peperoncino. Porta a cottura la pasta e spadella con il sugo. A crudo un filo di olio extravergine e buon appetito... (da Naish)

PASTA CON SALSICCIA E PEPERONI (OVVERO GOLOSA)

Fate rosolare una cipollina nell'olio, poi aggiungete della salsiccia sbriciolata. Quando la salsiccia è ben rosolata, aggiungete 1 o 2 peperoni rossi frullati. Fate cuocere per 10 min. poi aggiungete un vasetto di Fiorello (o panna) mescolate e spegnete. Conditte le penne e cospargete di parmigiano grattugiato.....mmmmhhhh una bontà! (da Paola)

PENNETTE FILANTI

Salsa Pomodoro

Aglio

Basilico

Mozzarella non acquosa

Sale e pepe

Addensare la salsa con olio e aglio sale e pepe. Quando la pasta è pronta buttare la salsa e porre basilico e mozzarella a dadini piccoli. Servire subito!!!!

SPAGHETTI ALLO SCOGLIO "LE PALME"

500 g di spaghetti,

1 scorfano di media grandezza (200 g c.a)

20 rampatelle (patelle)

8 sconcioglie

2 polpetti di scoglio

2 pomodori rossi a dadini

un sasso raccolto in mare

un bicchiere di vino rosso

olio

1 spicchio d'aglio

peperoncino a piacere

prezzemolo

Far soffriggere in 2 cucchiai d'olio extravergine d'oliva lo spicchio d'aglio, il peperoncino ed i polpetti tagliati a pezzi, dopo circa 10 min aggiungere il pomodoro, il bicchiere di vino, le sconcioglie e lo scorfano intero ed eviscerato, ancora dopo 10 min. aggiungere le rampatelle ed il sasso raccolto in mare.

Unire infine il prezzemolo tritato.

Dopo una cottura di circa 15/20 min. togliere lo scorfano ed unire agli spaghetti al dente e ben scolati.

PASTA ESTIVA ALLE VERDURE

Ingredienti per 4 porzioni

1 grosso peperone rosso

1 grosso peperone giallo

3-4 zucchine

peperoncino fresco

2 spicchi d'aglio fresco

basilico fresco

olio extravergine

ricotta salata grattugiata in abbondanza

Profumare l'olio con l'aglio e il peperoncino a fuoco vivace, aggiungere i peperoni e le zucchine tagliati a julienne alle zucchine togliete un po' di polpa, se no, diventa un purè.

Lessate spaghetti o bavette, scolateli al dente, metteteli nella padella con le verdure, fateli saltare per qualche minuto, aggiungete la ricotta salata grattugiata (o del pecorino, se preferite) e abbondante basilico spezzettato grossolanamente

RIGATONI AI PEPERONI

INGREDIENTI

400 g rigatoni

2 peperoni rossi

80 gr pancetta

1 cipolla piccola

1 cucchiaio farina

1 ciuffo basilico

2 cucchiai olio extravergine

1 bicchiere vino bianco

sale, pepe

Sbucciare e tagliare la cipolla. In un tegame far rosolare la cipolla con la pancetta tagliata a dadini e il basilico. Aggiungere la farina amalgamando il tutto. Unire il vino e far evaporare. Unire le falde dei peperoni, aggiungere sale e pepe e cuocere a fuoco lento. Quando i peperoni saranno teneri, frullare tutto e condire la pasta.

'PASTASCIUTTA SVELTA'

Per 4 persone: una cipolla media - circa 2 hg. di salsiccia - burro - vino rosso - concentrato di pomodoro - droga 'la saporita' (fondamentale per la buona riuscita del piatto!)

Tritare la cipolla, e soffriggerla in una noce di burro. Quando è 'bionda', aggiungere la salsiccia (semplice, non aromatizzata, ma di buona qualità - noi abbiamo i 'nonni' che la fanno in casa!!!) e farla rosolare spezzettandola col cucchiaino di legno. Bagnare con mezzo bicchiere di vino rosso, far evaporare e cuocere per un paio di minuti, quindi aggiungere un cucchiaino di concentrato di pomodoro e temperarlo nel sugo (ev. aggiungere ancora un goccio di vino).

Il sugo è pronto! Scolare la pasta e farla saltare nel sugo, aggiungendo, prima di servire, un'abbondante spolverata di saporita.

PASTA AL TONNO FRESCO

di paola petrini

Ingredienti x4-6 persone

pasta lunga, tipo spaghetti

circa 400 g di filetto di tonno fresco (in alternativa molto gustoso anche con un trancio di pesce spada)

3-4 pomodori perini

1 spicchio d'aglio

una puntina di peperoncino

prezzemolo tritato abbondante

Descrivo la ricetta con la tempistica, per ottimizzare la rapidità della preparazione.

Si mette l'acqua a bollire. Mentre l'acqua raggiunge il bollore, si prepara una padella capace (tipo wok o saltapasta) con olio ev (quantità a piacere, io abbondando un pochino, tenendo presente la quantità che userei per condire la pasta con il solo olio, ma se la preparo per me sola ne metto meno di un cucchiaino) soffriggere l'aglio tagliato a metà e una puntina di peperoncino.

A questo punto si toglie l'aglio (scelta di gusto personale) e aggiungo la fetta di filetto o il trancio e lo faccio cuocere a fuoco vivo da entrambi. Dopo circa 1-3 minuti lo taglio a cubetti (circa 1 cm lato), mentre cuoce, direttamente nella padella con una paletta di legno: vengono dei pezzettini ben regolari se il filetto è cotto solo per un certo strato superficiale (se non si taglia bene bisogna far cuocere un altro pochino, se si sfalda vuol dire che ha cotto troppo). Si tolgono eventuali lisce.

Si scottano nell'acqua bollente (quella della pasta, direttamente) i pomodori si sbucciano, si tagliano a cubetti circa delle dimensioni dei cubetti di tonno e si aggiungono al tonno praticamente già cotto (ma non troppo se no diventa stopposo).

Se si usa pasta fresca, a questo punto è ora di scolarla ben al dente e farla saltare nel sughetto.

Dopo un paio di minuti si aggiunge il prezzemolo tritato e buon appetito!

Note: ora gli amici abruzzesi mi sgrideranno, so che si mangiano con l'agnello, ma io preparo di solito gli spaghetti alla chitarra per questa ricetta (210 g farina, 90 semola, 1 uovo e 110 g di acqua).

Ho provato ad aggiungere a volte anche capperi e/o olive, ma secondo me nascondono il saporino delicato del tonno. La preferisco così come è semplice...

PASTA E PORCINI

400 gr. di pasta rigata tipo maccheroni - 400 g di funghi porcini - 50 g di burro - 150 g di panna- 1/2 bicchiere di vino bianco secco - 1/2 cipolla - prezzemolo tritato - 4 cucchiaini di olio - sale - pepe

In olio e burro soffriggere la cipolla tritata, poi unire i funghi affettati e versarci il vino. Cuocere a fuoco lento, poi salare, pepare e aggiungere la panna e il prezzemolo. Intanto cuocere la pasta, scolarla e condirla col sugo preparato.

GNOCCHETTI SARDI AL SUGO FREDDO

350 gr. di gnocchetti - 200 g tonno sott'olio - 2 acciughe sotto sale - 2 uova - olio - 1 limone - prezzemolo - basilico - 1 spicchio aglio – salsa Worcester - 1 pomodoro sodo - sale

Cuocere la pasta, scolarla al dente e raffreddarla sotto l'acqua.

Rassodare le uova.

1. Frullare: dette uova, prezzemolo, basilico, 1 pezzetto di scorza di limone, aglio, il succo del limone, una spruzzata di Worcester e l'olio.

2. Scolare e spezzettare il tonno, lavare, asciugare e diliscare le acciughe.

Condire la pasta con 1. e 2.

SPAGHETTI BARONE ROSSO

Per circa 10 persone: 1 e 1/2 bottiglia di passata di pomodoro, due mazzetti di basilico, 2 spicchi d'aglio, 200 g di pinoli, pecorino marzolino a dadini

Si fa soffriggere l'aglio nell'olio, si mette la passata, si fa insaporire. Poi si aggiunge il basilico sforciciato, si fa cuocere un altro po' e si aggiungono i pinoli, 150 gr tritati e il resto interi. Si fa cuocere ancora 5 minuti. Alla fine, si aggiunge il pecorino marzolino, si fa sciogliere appena, si buttano gli spaghetti cotti al dente e si spadella.

TAGLIATELLE VELOCI AI PORCINI

Far riprendere tonno ai porcini secchi, unire i porcini e un po' di sughetto a una conf di besciamella (o metà besc e metà panna UHT o solo panna). Salare pepare mettere prezzemolo. Condire pasta e servire con grana!

Versione rossa: scolare porcini, soffriggerli con aglio e/o cipolla in olio e buttarci una scatola di pomodoro. Far addensare bene e servire con grana!

SUGO A CRUDO PER PASTA FREDDA

Il procedimento base e' semplice inserisco nel robot i pomodori (se sono quelli a buccia fina lascio anche la buccia altrimenti gli do' una pelata) abbondante basilico , olio e parmigiano; accendo et voilà il sugo e' pronto senza passare nemmeno vicino al

fuoco.

Naturalmente questa e' sola la base poi si puo' aggiungere quello che passa il convento , magari uno spicchio d'aglio , oppure sostituire il basilico con della rughetta , o magari quel mezzo peperone crudo rimasto in frigo , oppure preparare una sorta di pesto alla genovese con l'aggiunta del pomodoro , insomma lasciare andare la fantasia .

PASTA AL POMODORO CRUDO

1) 300 gr pennette rigate o garganelli (che sono maccheroncini fatti a mano al pettine), 150 gr pomodoro maturi -25 gr. pinoli - 1 mazzetto basilico - 1/2 peperoncino piccante, 50 gr. grana grattugiato - 30 gr. olio - 1/2 spicchio aglio - sale q.b.

Scottare i pomodoro, tagliarli a cubetti, porli in una terrina, unire i pinoli, il basilico, il peperoncino a pezzetti, il grana, l'aglio e l'olio e mescolare il tutto.

Cuocere al dente la pasta, scolarla e condirla con quanto sopra.

2) Prendi dei pomodorini ciliegia e tagliali a metà, uniscili a dei filetti di acciuga tagliati a piccoli pezzi, aglio tritato finissimo basilico olive nere possibilmente kalamata private del nocciolo e tagliate a pezzi.

Condisci il tutto con olio extra sale e aceto balsamico e lascia riposare almeno un' ora. Cuoci la pasta metà del tempo consigliato e una volta scolata passala subito sotto un getto di acqua fredda. Aggiungi quindi alla pasta e servi, meglio non subito.

PASTA FREDDA ALLE ERBE

Foglie di menta tagliate fini, possibilmente con le forbici o a mano. Pecorino, abbondante, metà' grattugiato e metà' a scagliette sottili. Crema di olive nere. Olio di oliva profumato d'aglio. (lasciare uno spicchio per qualche tempo nell'olio, o, per un profumo piu' pronunciato, schiacciare lo spicchio nell'olio.)

Io condisco subito la pasta , vanno bene le penne, con il pecorino, in modo che la pasta abbia una prima "fascia" di pecorino. Gli altri ingredienti, compreso l'olio, li aggiungo dopo

PASTA FREDDA 1

Ditaloni, zucchine a dadini infarinate e fritte, mozzarella a dadini, piselli, prosciutto cotto a dadini, indivia, affettata ed intera per decorazione, pomodori secchi julienne. Condisci con senape dolce, creme freche, olio d'oliva, sale e pepe macinato fresco.

PASTA FREDDA 2

peperoni arrostiti, melanzane alla piastra, pomodorini tagliati a pezzettini, mozzarella tagliata a cubetti...odori vari...origano prezzemolo, mentuccia, basilico e tocco finale olio in abbondanza con spicchi d'aglio messi in infusione dal giorno prima...chiaramente da togliere prima di condire...facile e buonissima

PASTA FREDDA 3

nell'acqua della pasta metti lo zafferano, poi condiscila con dell'ottima ricotta, olive nere tritate grossolanamente e prezzemolo. Se ti va, anche un pochino di pepe. E' una ricetta molto semplice che è sempre piaciuta, quando l'ho preparata. Ovviamente metti anche dell'olio d'oliva, altrimenti si impasta "monoblocco".

PASTA FREDDA 4

*Condita con un pesto di basilico, prezzemolo, capperi e poco tonno sott'olio sgocciolato. Abbonda pure con le spezie, frulla tutto e condisci la pasta con un paio d'ore di anticipo.
Di solito ha un buon successo, e non ti obbliga a fare tutto di corsa all'ultimo minuto.*

PASTA FREDDA ALLA PIZZAIOLA

*Per 400 g di pasta: mettere in infusione in mezzo bicchiere d'olio extra vergine uno spicchio d'aglio, sbucciato e schiacciato.
Lasciarvelo per almeno due ore.*

Mentre la pasta cuoce (va bene una pasta corta, come le conchiglie rigate o le mezze maniche), preparare il condimento. Tagliare a tocchetti una bella mozzarella di bufala, affettare quattro pomodori ramati, ben rossi e sodi, dissalare una manciata di capperi e tagliare a pezzetti sette od otto filetti d'acciuga sott'olio. Preparare le foglie di un rametto di basilico e il vasetto dell'origano secco. Quando la pasta sarà cotta al dente, versare nella pentola un bicchiere d'acqua fredda, scolarla, e unirvi uno o due cucchiai d'olio di semi, mescolando bene. Distenderla su un largo vassoio per farla raffreddare completamente. Quando la pasta sarà fredda condirla con tutti gli ingredienti preparati e con l'olio all'aglio (senza questo), spolverarla abbondantemente di origano e spargervi sopra il basilico, aggiustare il sale, mescolare bene; in attesa di servirla non metterla in frigorifero, ma tenerla a temperatura ambiente, coperta.

PASTA

*Potresti fare una pasta fredda, un formato tipo fusilli o farfalle, conditi con pomodorini ciliegina, olive nere disossate, basilico tagliuzzato con le forbici, scaglie di grana e dell'ottimo olio d'oliva, è un piatto che è sempre gradito.
-un'altra possibilità che io utilizzo quando partiamo per le vacanze e si rende necessario preparare il pranzo al sacco è sempre una pasta fredda (stessi formati) condita con un sugo così preparato: soffriggere la cipolla, aggiungere del prosciutto cotto tritato non troppo finemente e farlo appassire assieme alla cipolla già soffritta, aggiungere del marsala, fare amalgamare il tutto e da ultimo una manciata di prezzemolo dopo aver aggiustato di sale, condire la pasta e far raffreddare, squisito
- uova di quaglia lessate, in una insalata di pasta fredda con salmone affumicato e cipolline sott'aceto.*

INSALATA DI PASTA

*-io la faccio con zucchine grigliate tagliate a pezzetti, mozzarella tagliata a dadini e fatta preventivamente "colare" e pomodorini. Condisco con un buon olio ev e origano.
Al posto (o in aggiunta, se vuoi) della mozzarella puoi aggiungere scaglie di parmigiano.
-alla pasta cotta aggiungi olio e.v. d'oliva, ricotta, olive nere tritate grossolanamente e prezzemolo tritato più fine. A me piace molto, ed è veloce.
-aggiungi alla pasta scolata al dente condita con olio d'oliva pomodorini rossi a pezzetti, rughetta, mozzarella e un po' di pinoli.
-prosciutto cotto tagliato a dadini o wurstel tagliato a rondelle (ma è più pesante), formaggio emmenthal o caciocavallo o scamorza, anche affumicata a dadini
-giardiniera, pisellini lessati, zucchine alla piastra o lessate molto al dente tagliate a dadini, pomodorini tagliati in 4 e prima messi a scolare con poco sale, cipolline sott'aceto ben scolate dall'aceto, magari uova sode tagliate a spicchi (però il tuorlo sbriciolandosi impasta un po', se si vuole si possono aggiungere prima di servire, a piatto pronto. (a volte, per dare colore, aggiungo un po' di zafferano prima di unire tutta questa roba).
-alla fine puoi aggiungere anche erbe aromatiche, olive verdi o neri, possibilmente snocciolate*

PASTA FREDDA AL SALMONE AFFUMICATO

*Tagliare a listarelle 180 g di salmone affumicato; scolare dal liquido di conservazione un vasetto piccolo di cipolline bianche piccole sott'aceto (quelle chiamate perline), lessare al dente, al vapore, la parte tenera di un mazzo di asparagi verdi, farli raffreddare e tagliarli a tocchetti; preparare qualche fogliolina di prezzemolo riccio.
Far lessare al dente in acqua bollente salata 400 g di pasta corta (gemelli, mezze penne), scolarla bene, unirvi un cucchiaio di*

olio di semi e farla raffreddare ben allargata su un largo vassoio. Mentre la pasta si raffredda spremere un bel limone, filtrarne il succo e mescolarlo in una ciotola con mezzo bicchiere di olio e.v., sale e pepe, sbattendo con una frustina per ottenere una salsa amalgamata. Condire la pasta ormai fredda con il salmone, le cipolline, gli asparagi e l'emulsione di olio e limone (dosare quest'ultima attentamente, assaggiando). Mescolare bene, far riposare qualche momento e portare in tavola, guarnendo, se si vuole, con il prezzemolo riccio.

Abbinamento: un Ischia bianco ben freddo.

Fuori stagione, usare asparagi conservati al naturale (meglio di quelli surgelati).

Per i semifreddi, se cerchi tra le ricette presenti del data base, ne troverai molte; le mie preferite sono le Coupelle con semifreddo alle fragole e il Semifreddo con salsa di lamponi.

GNOCCHI GAMBERETTI E CURRY

Ingredienti per 2 persone:

1/2 kg di gnocchi (in alternativa penne o farfalle) 2 o 3 hg di gamberetti (anche surgelati e precotti) panna, rucola (1 mazzetto).

Cuocere gli gnocchi (o la pasta) in una padella con poco burro fare passare i gamberetti, aggiungere un poco di panna e qualche cucchiaino da caffè (a piacere) di curry. Condire con il sugo e aggiungere la rucola fresca possibilmente sminuzzata manualmente.

E' OTTIMO.

INSALATA DI SPAGHETTI CON SALMONE AFFUMICATO, ZUCCHINE E MOZZARELLA

Ingredienti per 4 persone: Spaghetti g 280 - Zucchine g 200 - Mozzarella g 200 - Salmone affumicato g 150 - Olio g 60 - Limone ½ - Erba cipollina – sale - pepe

Tagliare il verde delle zucchine a striscioline, lessare gli spaghetti al dente e sbollentare per 1 minuto nella stessa pentola degli spaghetti le striscioline di zucchine. Scolare, condire con un filo d'olio e lasciar raffreddare su un largo vassoio, muovendoli con un forchettoni (raffreddare la pasta sul vassoio, anziché raffreddarla sotto l'acqua corrente, la mantiene ben "viva" come appena scolata e per nulla appiccicosa.) . Intanto ridurre a striscioline anche la mozzarella e il salmone; aggiungere agli spaghetti e condire con un'emulsione fatta con sale, pepe il succo del 1/2 limone, erba cipollina e olio d'oliva

Colgo lo spunto da quest'ultima osservazione per ricordare che la pasta fredda NON DEVE MAI essere raffreddata sotto l'acqua corrente: la si scola, al dente, si unisce un cucchiaino di olio di semi, mescolando bene, e la si distende su un grande vassoio o si u un'asse coperta con carta da cucina per farla raffreddare. Ogni tanto è bene darle una rimescolata.

INSALATA FREDDA DI SALMONE E CAVIALE

200 g di salmone fresco e 200 g di salmone affumicato, 600 g di spaghetti n. 11, un vasetto di succedaneo di caviale da 200 g, un limone non trattato, un mazzetto di aneto, un cucchiaino di zucchero, olio, sale e pepe, un mezzo cucchiaino di salsa di soja

Procedimento

Lessare gli spaghetti per circa 8', poi bloccare la cottura versando acqua fredda. Scolarli e passarli sotto l'acqua fredda. A parte tagliare il salmone fresco e quello affumicato a cubetti piccoli lasciandolo marinare nel succo di limone e nell'aneto con un po' di zucchero per circa 20'. Versare il composto in una ciotola con gli spaghetti, mettervi degli spicchi di limone molto fini e versarvi il vasetto di caviale. Ricordarsi di tenere da parte un po' di acqua tiepida di cottura da unire al cucchiaino di salsa di soja, da aggiungere prima di servire in quanto gli spaghetti tendono ad asciugare ed invece devono essere serviti morbidi.

INSALATA DI POLLO E GRANCHIO

Per 6: Sfilettare finissimo 300 g di petto di pollo lessato, mescolarlo a 200 g di polpa di granchio al naturale in scatola e aggiungere qualche cetriolino sott'aceto affettato fine nel senso della lunghezza. Condire con maionese non salata a cui sono stati ben amalgamati 100 g di tonno setacciato, un po' di Ketchup e qualche goccia di Tabasco. Servire su foglie di lattuga
Il lavoro più lungo consiste nella sfilettatura del pollo che deve avere le stesse dimensioni delle fibre del granchio.

FARFALLE AL SALMONE E RUCOLA

Farfalle al dente, salmone affumicato a dadini, rughetta tagliata finemente, basilico, mozzarella a cubetti

TAGLIOLINI CON SCAMPI E CREMA DI ASPARAGI

Ingredienti per 4 persone:

500 gr di scampi, 400 g di tagliolini, 300 g di asparagi lessati in acqua salata, 5 foglie di basilico, 2 spicchi d'aglio, 2 dl di olio, 2 pomodori S.Marzano ridotti in dadolata, 1 peperoncino piccolo (fresco), 1/2 bicchiere di verdicchio, un po' di prezzemolo, sale e pepe

Frullate gli asparagi (solo le parti tenere) con un cucchiaio di olio e tenete da parte questa crema.

Appassite nell'olio, che avrete messo in un tegame, i 2 spicchi d'aglio e il peperoncino a pezzetti. Unite gli scampi tagliati in piccoli pezzi e scottateli per 1 minuto, sfumate con il vino e aggiungete il pomodoro in dadolata (forse senza pomodoro è migliore), il prezzemolo e il basilico tritati finemente. Spegnete il fuoco e lasciate insaporire.

Cuocete i tagliolini, versateli non troppo asciutti nel tegame con gli scampi, alzate per un attimo la fiamma e mescolate. Versate in un largo piatto da portata la crema di asparagi, allargatela con il cucchiaio, e disponete i tagliolini nel centro, in modo che resti attorno una corona verde.

La stessa ricetta penso si possa fare con le zucchine, che d'estate sono di stagione e che stanno benissimo abbinate con i crostacei.

SPAGHETTI SFIZIOSI

In un largo tegame di coccio mettere olio, aglio, peperoncino, pancetta affumicata tagliata a dadini piccoli, olive verdi e olive nere a pezzetti. Far rosolare alla svelta.

Cuocere gli spaghetti piuttosto al dente, buttarli nel tegame e fare insaporire.

SPAGHETTI VENTO D'ESTATE

Si raccolga una manciata di erbe aromatiche: aghi di rosmarino, timo, prezzemolo una fogliolina tenera di alloro, basilico, origano. tagliuzzare il tutto con la mezzaluna, metterli in un tegamino con olio d'oliva e uno spicchio d'aglio scaldare a fuoco basso, condire gli spaghetti appena scolati e aggiungere formaggio grana grattugiato o pecorino.

MINISTRA DI RICOTTA SECCA.

Occorrono circa un etto di ricotta secca salata (non troppo secca né troppo salata) un pugno di pasta corta (il top è la fregola sarda, in mancanza vanno bene sia ditalini rigati sia gli spaghetti grossi spezzati) due pomodori da sugo a commensale.

Si grattugiano in due recipienti separati sia i pomodori che la ricotta.

Si fanno rosolare in poco d'olio i pomodori. Si aggiunge l'acqua necessaria e si fa bollire. Quando bolle si toglie poca acqua che si usa per trasformare la ricotta grattugiata in una crema molto densa. Si butta la pasta nell'acqua e si fa cuocere molto al dente. Si aggiunge la crema di ricotta e si rimesta per evitare la formazione di grumi. Se necessario aggiustare di sale.

Si pone la pentola in un recipiente pieno d'acqua fredda e la si fa raffreddare velocemente cambiando se necessario più volte l'acqua. Si mangia ben fredda. Risulta una crema densa rosata.

PENNE ESTIVE

Penne scolate e mescolate con un sugo a freddo fatto lasciando macerare in una terrina nel frigo per una buona mezzora dei pomodori (dolci e sugosi) tagliati a dadini, tanto basilico grossolanamente tritato, una mezza testa d'aglio, una grossa manciata di grana grattugiato, sale, pepe e qualche cucchiaino di un ottimo olio di frantoio.

PASTA AI CAPPERI E LIMONE

Si prenda un cucchiaino di capperi sotto sale per ogni persona. Lavarli bene sotto l'acqua e tritarli con la mezzaluna, unirli in una terrina con olio d'oliva e la buccia di limone grattugiata o tagliata a striscioline (solo la parte gialla). Condire gli spaghetti fumanti e aggiungere formaggio grana grattugiato. Si possono usare anche altri formati di pasta.

PASTA MELANZANE E PESCE SPADA

Si prendono un paio di pomodori si spellano, si privano dei semi e si fanno andare in padella con un velo d'olio e uno spicchio d'aglio, intanto si taglia una melanzana a dadini e si mette con poco sale in una scolapasta, quindi si taglia il pescespada (circa 300gr, per circa 400-550 gr di pasta) a dadini e si mette in padella con il pomodoro e un'aroma di prezzemolo, si bagna con del vino bianco (bianco d'Alcamo????) quindi si lascia cuocere a fuoco bassino per un 15-20 minuti.

Intanto si friggono i dadini di melanzane in poco olio si scolano con carta da cucina e si mettono in una ciotola con della menta romana fresca.

Si scola la pasta (io ho usato i mezzi rigatoni) si salta in padella con il pescespada e il pomodoro e si aggiungono le melanzane con la menta.

Ottimo. l'effetto cromatico, e pure quello olfattivo.

Buon appetito !!!

PASTA SAPORITA FREDDA O CALDA

Ingredienti: pomodori secchi insaporiti con aglio, prezzemolo ecc, ma se ne trovano anche già conditi molto buoni, capperi, basilico, alicette, peperoncino fresco o secco, aglio, menta

Preparate la pasta a metà cottura e freddatela con acqua:

Unite in una padellina tutti gli ingredienti e fateli saltare per 10 minuti:

unite alla pasta e servite se vi piace con una spolverata di pecorino secco o parmigiano

PASTA CON MELANZANE E RICOTTA AFFUMICATA

Dosi per 4 persone

In una padella con due cucchiainate di olio e due spicchi di aglio si fanno saltare 2 melanzane tagliate a cubetti piccoli, si

*aggiunge sale, origano, qualche foglia di basilico e mezza scatola di pomodori a pezzettoni.
Mentre di cuociono 320 gr. di spaghetti - o altra pasta a proprio gusto - si portano a cottura le melanzane.
Si scola la pasta e la si "spadella" nella salsa di melanzane, aggiungendo un'abbondante "nevicata" di ricotta affumicata a scagliette.*

FUSILLI SICILIANI

*Soffriggere in olio d'oliva, acciughe, uva sultanina, olive nere, pinoli e pomodori secchi.
Scolare i fusilli e condirli in questo soffritto con l'aggiunta di prezzemolo tritato. E una grattugiata di pecorino*

PASTA FREDDA

Cuocere 80 gr di pasta a piacere per persona tenendola ben 'al dente', scolare, raffreddare con una 'doccia' di acqua fredda, condire in una bella insalatiera con un generoso giro d'olio, una decina di pomodori ciliegini a testa, tagliati in due o in quattro a seconda delle dimensioni, e una mozzarella tagliata a dadettini, sale e pepe a piacere. Mescolare bene e tenere in frigo, aggiungendo al momento di servire un bel trito di basilico fresco (se si mette prima si annerisce!).

DITALI AI FAGIOLI

Lessare e raffreddare i ditali(300 g.),aggiungere un barattolo di fagioli sgocciolati, sciacquati e condire il tutto con olio, sale, pepe, aceto e worcester.

CONDIMENTO PER SPAGHETTI

Tagliare a fette i pomodori maturi, sistemarli in una teglia a strati come una lasagna conditi con origano, aglio, molto basilico, grana in abbondanza. Cuocere in forno. Condire gli spaghetti.

TONNO E OLIVE, CHE PASSIONE

Spaghetti conditi con tonno e olive frullati assieme lasciando un po' grossi e diluiti con olio. D'estate aggiungo un poco di succo di limone e li servo freddi. D'inverno soffrigo un poco di cipolla, aggiungo tonno e olive frullati e faccio rosolare brevemente prima di condire la pasta. Se voglio fare qualcosa di più sostanzioso aggiungo un tuorlo d'uovo sodo per il condimento "a freddo".

SPAGHETTI ALLE ERBE

In una terrina preparo il sugo con olio, grana grattugiato, un misto di erba cipollina, timo, maggiorana tritate. Cuocio gli spaghetti, scolo e condisco con questo sugo veloce da preparare e secondo me anche buono.

TAGLIOLINI AL PAGELLO

Dosi per 4 persone: Un pagello di circa gr. 800, 2 pomodori maturi, un decilitro e mezzo di brodo di pesce, uno spicchio di aglio, basilico fresco, olio d' oliva, burro, sale, pepe.

Per i tagliolini: gr.300 di farina, 3 uova. Con questi ultimi due ingredienti preparare una sfoglia stesa non troppo sottile poi procedere nel taglio dei tagliolini tenendoli larghi circa tre mm. Pelare e privare dei semi i pomodori, tagliarli a piccoli cubetti e farli saltare in padella con l' olio, l' aglio intero, il basilico sale e pepe. Eliminare gli aromi e tenere in caldo.

Togliere i due filetti al pagello, tagliarli a strisciole e cuocerli velocemente nel burro salandoli e pepandoli. Intridere di farina

una piccola nocciola di burro, scaldare il brodo di pesce e addensarlo con questo piccolo impasto. Lessare i tagliolini in abbondante acqua salata, farli saltare brevemente nel pagello, aggiungere la vellutata di pesce ed in fine i pomodori. Questa vellutata conferisce delicatezza al piatto e mantiene morbidi i tagliolini che assorbono sempre molto condimento

Brodo di pesce: Con la testa e la lisca preparare un brodo di pesce:

Fare appassire in un filo di olio; cipolla, porro sedano, carota, nella misura di due cucchiari, il tutto tagliato a piccoli cubetti, bagnare con vino bianco, lasciare evaporare, aggiungere la testa e le lisce del pesce, tostare velocemente poi coprire di acqua fredda, meglio se si usa del ghiaccio. Quando arriva al bollore, aggiungere un rametto di aneto e una mezza foglia di alloro, proseguire la cottura molto dolcemente per circa un' ora poi lasciare raffreddare, filtrare e riportare sul fuoco facendo ridurre di un terzo, prima di spegnere salare. Questo piatto nasce con le rimanenze di un grosso pagello cotto sulle braci, visto il risultato molto soddisfacente, l'ho riproposto con del pesce fresco. Non ho ancora provato a cucinarlo con altre varietà di pesce ma sono sicura della buona riuscita se si useranno varietà marine, come orata, branzino ecc.

....ACCIUGHE E AGLIO

*Per 4 persone: 400 g di pasta, fusilli o altro a piacere, 2 spicchi grandi di aglio
8 acciughe (se sono piccole il doppio!), olio, 1/2 bicchiere di vino, 1 manciata di pangrattato*

Mettete a bollire l'acqua e salatela. Nel frattempo tagliare a pezzetti piccolissimi gli spicchi d'aglio. Mettete un po' di olio nella padella e fate soffriggere senza bruciare l'aglio. Intanto tagliate fini fini le acciughe che verranno aggiunte al soffritto quando l'aglio sarà dorato.

Fate cuocere bene e poi aggiungete 1/2 bicchiere di vino bianco secco e fate cuocere a fuoco basso (il sugo dovrà essere asciutto ma non secco! se secca troppo aggiungere prima di saltare in padella un cucchiaino di acqua di cottura). Quando la pasta sarà cotta al dente fatela saltare in padella. Mescolate bene e aggiungete un po' di pangrattato che assorbirà l'unto in eccesso.

SUGO COTTO AL SOLE

Si prendono per 4 persone, otto o dieci pomodori rossi ben maturi, si spellano, sbollentandoli un attimo, si tolgono semi e acqua di vegetazione e si tagliano grossolanamente. Si mettono in un recipiente di vetro insieme a: 4 cucchiari d'olio extra vergine, otto foglie di basilico, due spicchi d'aglio tagliati a metà, sale e pepe; si sigilla il recipiente con la pellicola trasparente nella quale, con uno stuzzicadenti, si fanno alcuni forellini e si mette il tutto al sole per almeno due ore. Ci si condisce una pasta corta (farfalle o penne), cotta al dente, e (ma non è necessario) si aggiunge una grattugiata di ricotta salata.

Divido i pomodori a ciliegia e li sistemo in una teglia con la parte tagliata verso l'alto, poi preparo un trito abbondante di aglio, prezzemolo, basilico, origano, pecorino, parmigiano, pangrattato, capperi e olio extra vergine di oliva. Si distribuisce il trito sui pomodorette e si passa in forno quel tanto da ammorbidire i pomodori e gratinare la superficie. Quando i pomodori sono pronti si condisce la pasta. E' un piatto molto appetitoso.

CRUDAIOLA

Il nome non e' molto musicale, ma la pastasciutta che si ottiene e' semplice e gustosa. Per le cene estive uso 6 hg di pasta, si suggerisce di usare penne piccole rigate.

Tagliare a pezzi (dadolata) circa 1 kg di pomodori rossi, meglio se spellati.

Aggiungere due mozzarelle a dadolata, basilico, origano secco ed abbondante, sale. Lasciare riposare in una ciotola.

Mentre l'acqua della pasta bolle, la dadolata butterà' fuori un po' d'acqua.

Scolare la pasta. Eliminare dalla dadolata l'acqua rilasciata, togliere le foglie di basilico, e buttare la dadolata stessa sulla pasta. Mescolare bene. Si serve tiepida, aggiungendo il basilico fresco e poco olio, perché il condimento è dato dai pomodori e dalla mozzarella.

una variante :eliminando la mozzarella ed unendo invece foglioline di altre erbe aromatiche (nepitella, origano, menta, finocchio

ecc.) ed eventualmente scalogno tritato fine. E' abbondante olio da aggiungere da ultimo quando la dadolata ha perduto l'acqua.

Variante 2 : Prova a togliere la mozzarella e l'origano. Aggiungi invece peperoncino piccante (se piace), qualche capperone, qualche oliva nera snocciolata e olio e.v. d'oliva. La pasta non la far raffreddare per niente prima di unirli al condimento perchè il tutto deve risultare leggermente tiepido.

Variante 3: Nella versione pugliese al posto della mozzarella si aggiunge cacio ricotta grattugiato o comunque ricotta pecorina dura e (facoltativamente) qualche oliva nera snocciolata.

Variante 3: Io invece metto solo verdure: pomodorini, zucchine, cetriolo, peperone. Lascio marinare con poco aceto balsamico, olio, maggiorana, origano e basilico freschi, Lascio marinare un paio d'ore, se possibile. La stessa crudaiola può essere servita come antipasto con fette di bresaola.

MALTAGLIATI AL PREZZEMOLO CON GAMBERI E VERDURE

E' una preparazione fresca e gradevole; anche se un poco impegnativa, riesce sempre di grande effetto. E' importante la rapidità di esecuzione nella parte finale della preparazione, per conservare agli ingredienti tutta la loro naturale freschezza. Ingredienti per 4 persone. Per la pasta: farina bianca (metà 00 e metà di grano duro) 300 g - uova intere num. 3 - prezzemolo a foglie piccole e tenere. Per il condimento: pomodori rossi maturi num. 5 - code di gamberoni 300 g - zucchine piccole e tenere num. 3 - uno spicchio d'aglio - basilico, maggiorana, olio d'oliva e.v., sale e pepe.

Procedimento: Preparare i maltagliati: lavare, asciugare e separare le foglioline del prezzemolo; con la farina e le uova preparare la pasta e tirarla, un poco alla volta, in sfoglie sottili con la macchinetta; ottenuta la sfoglia, spargervi su una metà alcune foglioline di prezzemolo, raddoppiare la sfoglia in modo di racchiudervi il prezzemolo e passarla ancora una volta alla macchinetta. Con un coltellino tagliente tagliare irregolarmente a losanghe per ottenere i maltagliati, deponendoli man mano su un grande strofinaccio pulito; spolverarli con poca farina.

Preparare il condimento: sgusciare a crudo le code di gambero, togliere il budellino nero, lavarli e asciugarli; lavare e spellare i pomodori, togliere i semi e l'acqua di vegetazione e tagliarli a filetti; metterle in infusione i pomodori con lo spicchio d'aglio schiacciato, le erbe odorose tagliate, sale, pepe e tre cucchiaini d'olio. Lavare le zucchine, affettarle a dischetti e rosolarle velocemente in poco olio; salarle. Lessare i maltagliati in acqua abbondante salata. Nel frattempo, quando i maltagliati saranno quasi pronti, in una grande padella rosolare rapidamente le code di gambero in poco olio, salarle, unire il pomodoro con le erbe e l'olio dell'infusione (togliere lo spicchio d'aglio) e le zucchine, dare due minuti a fuoco vivace, unire i maltagliati scolati al dente, far saltare qualche istante in modo che si insaporiscano bene e subito servire. Accompagnare con un Ischia Bianco.

PENNETTE ALLO SPADA

Tritare finemente uno spicchio d'aglio, tagliare a piccoli pezzi due fette di pesce spada. In una capace padella, rosolare aglio e pesce con del buon olio d'oliva. Dopo circa 3/4 minuti di cottura aggiungere pomodori pachino tagliati a metà, sale e pepe.

Quando i pomodori sono morbidi e tendono a disfarsi il sugo è pronto. Scolare la pasta, spadellarla insieme al sugo e aggiungere una bella spolverata di origano. Mescolare e servire.

TROFIE ALLE MELANZANE

Ingredienti per 4 persone: 400 g trofie, 2 melanzane medie, pomodorini ciliegina 250 g, rucola, sale, peperoncino, olio d'oliva

Spellate e tagliate a dadini le melanzane. Mettetele in una pirofila a rosolare con olio e peperoncino (se piace). Nel frattempo riducete a dadini i pomodorini e tritate la rucola. Cuocete le trofie e quando sono cotte unite le melanzane i pomodorini e la rucola.

Per non far assorbire troppo olio ai dadini di melanzane le lascio per qualche minuto a rosolare da sole in una padella antiaderente fin quando non hanno perso un po' della loro acqua. Solo qualche minuto.

FARFALLE AI PISELLI

Soffriggere un quarto di cipolla in poco olio di oliva e vino bianco secco;

Aggiungere quattro manciate di piselli freschi, salare;

A parte in una padella piccola precedentemente scaldata mettere mezzo formaggio Alpino tagliato a pezzetti lasciato con la buccia: togliere subito dal fuoco e lasciare che si sciolga a contatto della sola padella calda;

Una volta cotte le farfalle scolarle e passarle in padella con i piselli, colare sopra il formaggio fuso;

Servire subito con poco parmigiano e poca erba cipollina tagliata fina.

BUCATINI MEDITERRANEI

Servono per il sugo: 2 peperoni, uno giallo e uno rosso, 3 pomodori San Marzano belli maturi, 10 zucchine, 2 spicchi d'aglio, peperoncino, basilico, origano

Far soffriggere nell'olio a fuoco lento gli spicchi d'aglio tagliati in quattro pezzetti. Appena saranno coloriti, gettarli via. Unire nella padella i peperoni mondati e tagliati a sottili striscioline, i pomodori spezzettati a mano e un bel pezzetto di peperoncino tritato. Alzare la fiamma e condire le verdure con abbondante basilico tagliato a striscioline, un cucchiaino di origano secco ben profumato e sale. Cuocere le verdure finché non saranno intenerite ma ancora croccanti, unendo se necessario durante la cottura dell'acqua.

A questo punto preparare le zucchine: tagliarle a fettine, asciugarle, infarinarle e friggerle in olio bollente finché sono ben croccanti da entrambe le parti. Unire le zucchine così preparate al sugo di peperoni e far riposare. Condire circa tre etti di bucatini (o altro formato).

Se si vuole velocizzare il tutto, evitare di fare le zucchine, è buono lo stesso: aggiungere in questo caso, se piace, 1 cucchiaio di ricotta ammorbidita con poca acqua di cottura.

SPAGHETTI ESTIVI AL CARTOCCIO

Ingredienti per 4: 350 g di spaghetti, 1 cipolla piccola, 2 carote, 4 zucchine piccole, una decina di champignons, una fettina di fesa di vitello, uno spicchio d'aglio, olio, 2 cucchiai di vino Porto, sale e pepe

Tritare la cipolla e farla soffriggere nell'olio senza che appassisca; aggiungere le carote tagliate a dadini, dopo alcuni minuti i funghi a pezzetti e le zucchine a dadini. Salare e pepare.

A parte saltare in olio profumato con l'aglio la fettina di fesa di vitello tagliata a julienne, farla fiammeggiare con il vino Porto, salare e pepare.

Nel frattempo cuocere gli spaghetti piuttosto al dente, scolarli e spadellarli con le verdure e la carne. Metterli in una pirofila rivestita con carta da forno o stagnola e chiudere il cartoccio con un altro foglio. Cuocere in forno per 5 minuti a 250°C

SPAGHETTATA PER 4 AMICI

400 g. di spaghetti, 1 bicchiere d'olio, 2 spicchi di aglio, 1 peperoncino bello piccante (o 2 non piccanti), 1 manciata di capperi sotto sale, 2 manciate di pane frullato.

Prendi del pane all'olio un po' vecchio ma non completamente secco e frullalo a bricioloni.

Intendo che la pasta si cuoce, fai un bel soffritto di aglio, olio e peperoncino e dopo un minuto aggiungi i capperi che avrai sciacquato e strizzato. Spegni lasciando ancora che il tutto soffrigga un po' con il calore residuo (l'aglio non deve scurire!).

In una padella con l'olio caldo, fai dorare le briciolone di pane a fuoco vivace. scola la pasta in un piatto da portata, aggiungi il soffritto con i capperi, cospargi di pane fritto e, se vuoi, spolvera con del pecorino grattugiato.

E' una versione della "pasta ca muddica". Si prende del pangrattato, che da noi è tritato un po' grosso, e si versa in una padella dove stiano già soffriggendo in olio degli spicchi di aglio interi. Poi si aggiungono acciughe e olive nere o bianche (quelle

piccanti) a pezzetti. Si lascia dorare. Con questo intingolo si condisce la pasta, linguine o anche pasta grossa, padellandola.

SPAGHETTI CIPOLLA ED ACCIUGHE

400 g di spaghetti, 200 g di cipolle bianche, 80 g di acciughe salate, olio, sale, pepe

Affettate molto sottilmente le cipolle e fatele imbiondire in un poco di olio. Aggiungete un po' d'acqua e continuate la cottura. Nel frattempo pulite accuratamente le acciughe. Lavatele, privatele delle lisce e tagliatele a pezzetti, quindi unitele alle cipolle. Lasciate cuocere il tutto fino a quando le acciughe si saranno completamente disfatte. Contemporaneamente fate lessare gli spaghetti in abbondante acqua salata. Scolateli al dente, versateli su piatto di portata e conditeli con il sugo di acciughe e cipolle preparato. alla fine io aggiungo un po' di prezzemolo fresco tritato fine!

BAVETTE SCORFANO ED ASPARAGI

Bavette, Asparagi, Scorfano, Olio, un paio di Pomodori freschi, Cipolla, Pepe bianco, Sale, Erba cipollina. Rosolare mezza cipolla tritata in un cucchiaio d'olio, unire la polpa di scorfano tagliata a cubetti. Tagliare gli asparagi a rondelle lasciando le punte intere. Saltarli in padella con un cucchiaio d'olio e la restante cipolla tritata. Aggiungere un bicchiere d'acqua e finire di cuocere, unire lo scorfano e cuocere per alcuni minuti.

Sbollentare, pelare, privare dei semi i pomodori e tagliarli a cubetti. Tagliare l'erba cipollina finemente. Cuocere le Bavette in abbondante acqua salata, scolare al dente e saltare con la salsa preparata, aggiungendo i cubetti di pomodoro e l'erba cipollina.

Il tutto va salato a piacimento e alla fine una spolveratina di pepe bianco non ci sta male

PESTO DELLE LIPARI

Per 4 persone: 320 g di spaghetti, 2 cucchiai di mandorle spellate, 2 cucchiai di gherigli di noci, 2 cucchiai di pinoli, 2 pomodori San Marzano privati di pelle e semi, 4 foglie di basilico, un po' di aglio (se piace), un po' di peperoncino piccante, 2 cucchiai di olio, sale.

Mentre cuoce la pasta frullare molto finemente tutti gli ingredienti, diluendo con un po' di acqua della pasta. Con la salsa ottenuta condire gli spaghetti (sono molto buone anche le tagliatelle)

PESTO ALLA SICILIANA

-Ingredienti: 1 spicchio d'aglio a persona, 1 mandorla a persona, due manciatone (circa 20 foglie) di basilico a persona, la polpa di 2 pomodori perini maturi a persona, 5 foglie di menta (su 4 porz.), olio, sale, pepe, facoltativo: 1 filetto d'acciuga, una cucchiajata di formaggio grattugiato a piacere sul totale.

Pestare nel mortaio, aggiungendo olio extravergine d'oliva, fino a ridurre gli ingredienti in crema. Condire la pasta appena scolata.

-Pestare nel mortaio 1 mazzetto di basilico, tre spicchi d'aglio, 60 g di pinoli, un mazzetto di prezzemolo, qualche foglia di sedano, dei pezzetti di pomodoro fresco, olio extra vergine saporito possibilmente siciliano, sale pepe fino a ottenere una soffice poltiglia.

-50 g di pinoli, 3 spicchi d'aglio, 2 pomodori maturi, basilico, prezzemolo, sedano, olio, sale, pepe.

Pestare in un mortaio i pinoli, i pomodori pelati e senza semi, un trito di basilico e prezzemolo, una foglia di sedano tagliuzzata e l'aglio schiacciato, fino a formare un composto omogeneo. Aggiungere l'olio, il sale e il pepe, continuando a mescolare.

PESTO ALLA TRAPANESE

-Pestare nel mortaio, mandorle, aglio, basilico, pinoli, sale aggiungendo l'olio, poi pomodorini privati dei semi e della pelle e fatti spurgare dell'acqua di vegetazione ed alla fine aggiungere del pecorino o ricotta.

-io lo faccio pestando in un mortaio aglio (per me, al massimo uno spicchio), un mazzetto di basilico e sale. Quando sono ridotti in crema, unisco sei pomodori maturi, spellati e privati dei semi), 100 g di mandorle sgusciate, l'olio e il pepe, pestando finché si ottiene un composto omogeneo

SPAGHETTI ALL'EOLIANA

Per 400 g di spaghetti snocciolare 100 g di olive miste verdi e nere e tritarle grossolanamente con due cucchiaini di capperi, poi mettere tutto in padella con uno spicchio d'aglio e fare appassire dolcemente. Infine aggiungere 10 o 15 pomodorini a pezzetti, basilico, origano e peperoncino. Aggiustare di sale e portare a cottura il sughetto. Squisito!!!

ORECCHIETTE CON CODA DI ROSPO (O RANA PESCATRICE)

Ingredienti per 4: 320 gr di orecchiette, una coda di rospo da circa 3/4 di chilo, pomodorini, olive verdi, sale, pepe, olio d'oliva, uno spicchio d'aglio o scalogno, prezzemolo, 1/2 bicchiere di vino e l'immancabile peperoncino. Spinare la coda di rospo e mettere in un po' d'acqua l'osso centrale della coda e la testa del pesce a bollire per circa 5 minuti. In un tegame mettere a soffriggere l'olio d'oliva con l'aglio (si può sostituire anche con un bel scalogno: io lo preferisco)il peperoncino e i pezzetti di pesce. Aggiungete un 1/2 bicchiere di vino bianco e fate sfumare. Quindi mettete i pomodorini tagliati a pezzetti (circa 4 o 5 pezzi) le olive a continuare a cuocere aggiungendo un po' del brodo di pesce fatto con la testa ecc. Lasciate un po' consumare il sughetto. Alla fine spolverizzate di prezzemolo e condite le orecchiette che nel frattempo avrete fatto cuocere in acqua salata.

FRESCO FRESCO

Ingredienti: 6 pomodorini, 2 spicchi d'aglio, 6 foglie di basilico, 6 cucchiaini di parmigiano, 400 g di penne. Frullate i pomodorini con l'aglio. Altrove frullate parmigiano e basilico insieme per ottenere un formaggio verde profumatissimo. Cotta la pasta versatela subito nella zuppiera, aggiungete la salsa di pomodorini e poi il formaggio verde. Incoperchiate qualche attimo e servite. Si può fare con una aggiunta di olive nere ed di qualche pinolo.

FUSILLI AL TONNO

In una padella mettete due cucchiaini di olio d'oliva extra vergine (io preferisco il ligure d'Imperia) due spicchi d'aglio (se lo amate anche tritato) qualche capperi salato, un ciuffetto di prezzemolo e dopo un paio di minuti il contenuto di una scatola di tonno sott'olio sgocciolato. Aggiungete una spruzzata di vino bianco (Cortese alto monferrato) che farete evaporare velocemente e dei pomodorini pachino spaccati e fateli appena scottare. I fusilli intanto saranno cotti (al dente) quindi li fate passare in padella e sono sicuramente pronti da gustare. Un po' di parmigiano non guasta.

INSALATA CAVALLINA

Lessare delle farfalle, scolarle e farle raffreddare. Condirle con sfilacci di cavallo, pomodorini tagliati a metà, trito di basilico e un filo d'olio.

..dimenticavo, anche farci un sughino per gli gnocchi di patate con poca panna o gorgonzola è un'ottima idea, per non parlare della pizza, pizza "bianca" con mozzarella di bufala e sopra abbondante spolverata di sfilacci a crudo.

PENNETTE INDIAVOLATE

Per 4 persone: 4 hg di mezze penne rigate, 1 spicchio d'aglio, peperoncino, prezzemolo, basilico, olio, 150 g di tonno sott'olio, 80 g di olive snocciolate piccanti, 2 grossi pomodori rossi, un cucchiaio di capperi sotto aceto

In una larga padella versare l'olio (1/4 di bicchiere) e l'aglio, il prezzemolo, il basilico, il peperoncino (secondo i gusti) e i capperi (tutto tritato) e far soffriggere leggermente. Aggiungere i pomodori ridotti a dadolata e le olive spezzettate e far cuocere per 3/4 minuti. A questo punto aggiungere il tonno sminuzzato e le pennette cotte al dente. Far indriavolare per bene le pennette e...buon appetito!

FARFALLE FREDDE

200 g di mozzarella, 5/6 pomodori perini, 1 ciuffo di basilico e 1 di prezzemolo, 2 acciughe sott'olio, un cucchiaio di capperi sotto sale, 2 spicchi di aglio, farfalle per 4

Taglia a dadini la mozzarella e mettila a scolare, fai altrettanto con i pomodorini spellati (per almeno 20 minuti), cuoci le farfalle e falle raffreddare allargandole su una teglia, metti i pomodori in una ciotola e condiscili con un poco di olio e basilico spezzettato.

Frulla le acciughe, i capperi, l'aglio ed il prezzemolo, rendi omogeneo con olio. Condisci quindi le farfalle con il pomodoro, la mozzarella, la salsina di acciughe, lascia riposare un poco in frigorifero e.. buon appetito.

CON LE VERDURE GRIGLIATE

Questa sera mi sono ritrovata con delle melanzane e zucchine grigliate di cui sono sapevo cosa fare ma che non volevo eliminare. Così, assecondando la mia poca voglia di formelli di questi giorni, le ho ridotte in fettine più piccole e le ho fatte saltare in padella con uno spicchio d'aglio tagliato a metà e sale per farle "rinvenire" un po', ho aggiunto pomodori maturi spellati e tagliati grossolanamente, aromatizzato con foglioline di timo e maggiorana e spento il gas. Una volta lessata la pasta (corta), l'ho fatta saltare brevemente nella padella di verdure e portato in tavola con una bella grattugiata di ricotta dura.

LA MIA AMATRICIANA

Per una serata un po' fresca :

Dosi per 4 o 5 persone: 500 g di pasta a scelta tra paccheri napoletani o pasta fresca (maccheroni alla chitarra o troccoli)- comunque una pasta di formato "sostenuto", 2 confezioni dadini pancetta dolce, una cipolla di misura media 3/4 di bottiglia di passata di pomodoro, pecorino romano da grattugiare(altrimenti va benissimo anche il pecorino siciliano col pepe), una puntina di peperoncino, olio, sale q.b. (attenzione al formaggio che usate!

Affettare la cipolla fine fine e metterla in una casseruola insieme ai dadini di pancetta col l'olio e il peperoncino.

Quando il soffritto inizia a "profumare" e la cipolla è trasparente ma non colorita aggiungere la passata di pomodoro.

Nel frattempo cuocere al dente la pasta che avete scelto.

Un minuto prima della fine della cottura scolare la pasta e buttarla nella casseruola col sugo, girarla ben bene per quel poco che manca alla fine della cottura. Prima di spegnere il fuoco aggiungere il formaggio e mescolare ancora finché non si è ben sciolto.

CARBONARA VEGETARIANA

Per 4 persone: verdure fresche: 2 piccole zucchine, 1 carota, 2 piccoli porri, una manciata di pisellini freschi, qualche fava fresca sbucciata, una piccola falda di peperone rosso, qualche fiore di zuccina; 350 g di spaghetti; 1 uovo intero;

2 cucchiai di formaggio grattugiato; 2 cucchiai di ricotta magra; qualche foglia di basilico fresco, sale.

Tagliare a julienne tutte le verdure lasciando da parte 4 fiori di zuccina. Farle saltare in padella con due cucchiai di olio di oliva, pochi minuti, in modo che le verdure rimangano croccanti. Nel frattempo sbattere l'uovo con il sale, il formaggio grattugiato e la ricotta (qualora risultasse troppo densa unire un cucchiaio di acqua di bollitura della pasta). Versare sull'uovo sbattuto la pasta cotta al dente ed unire le verdure a julienne. Mescolare il tutto, versare nei piatti e spolverizzare con il basilico fresco spezzato a mano e un fiore di zuccina per commensale.

E' un piatto unico e dalla preparazione rapida.

CARBONARA DI ZUCCHINE

Zucchine a dadini

2 uova

100 gr grana

pepe

sale

poco dado

insaporire zucchine con aglio e dado e poca acqua della pasta. Sbattere uova con grana ed event aggiungere un po' di latte o panna liq e molto pepe. Scolare pasta, buttare nelle zucchine coprire di uova e mescolare bene. Servire subito.

PENNE LISCE CACIO E PEPE

150 gr pecorino romano

acqua bollente

pepe appena macinato

penne lisce

scolare pasta al denticissimo e buttarla nella padella con pecorino grattugiato e pepe, tirare a cottura aggiungendo man mano l'acqua della pasta finchè la pasta è cotta e cremosa.

PASTA CON POMODORINI GRATINATI

Dosi per 4 persone

500 g pomodorini di Pachino, 320 gr. pasta (sedani - orecchiette - penne...), prezzemolo, origano, sale, peperoncino, aglio, 6 foglie basilico, 1 cucchiata di capperi, 100 g crescenza

Tagliare a metà i pomodorini e metterli sul fondo di una teglia antiaderente, con la parte tagliata rivolta verso l'alto. Distribuirvi sopra le erbe aromatiche tritate finemente, il sale, un filino di olio e mettere in forno a gratinare.

Quando la pasta è cotta versarla nella teglia dei pomodori, aggiungere un po' di olio crudo, i capperi e la crescenza fatta a pezzetti, rimescolare molto bene il tutto e servire.

SEDANINI AL SUGO DI SPADA

per quattro persone: pomodori ramati da sbollentare, pelare e tagliare in concassè, circa 200 g di pescespada, uno spicchio di aglio, olio, sale, pepe, menta fresca, sedanini o altra pasta liscia.

Tagliare il pesce spada a cubetti e farli rosolare in padella fino a farli dorare. sale e pepe. Saltare il concassè di pomodoro in padella con uno spicchio di aglio schiacciato solo per 3' - 4', salare, aggiungere lo spada e dopo 2' aggiungere la menta tritata. Spegnerne il fuoco.

Cuocere i sedanini lisci al dente e ripassarli in padella con il sugo.

PASTA AL SALMONE

Per 6 persone: 300 g di salmone fresco, 320 g tagliolini, pomodorini freschi circa 3 a persona, scalogno, sale peperoncino, spruzzatina prezzemolo.

Intanto che cuocete la pasta, preparate in una padella (possibilmente antiaderente) il sugo: in un filo d'olio soffriggete lo scogno con il peperoncino, unite il salmone pulito e tagliato a dadini, fatelo rosolare.

A parte tagliate i pomodorini in 4 e salateli un pochino.

Una volta cotta la pasta conditela con il salmone, i pomodorini e la spruzzativa di prezzemolo.

FARFALLE CON I CALAMARETTI

Per 4 persone: 320 g di farfalle, 300 g di calamaretti, sale, peperoncino, scalogno, un po' di vino bianco. Se vi piace la versione in rosso dei pomodori ben maturi.

In una padella antiaderente soffriggete lo scalogno e il peperoncino con l'Olio.

Unite poi i calamaretti e il vino fate sfumare e poi concludete la cottura dei calamaretti (circa 5 10 minuti).

Cuocete la pasta e condite con il sugo.

Se vi piace la versione in rosso prima di unite i calamaretti scottate nell'olio con scalogno e peperoncino due pomodori tagliati a dadini e poi unite i calamaretti.

PATÈ DI POMODORI SECCHI

salsa veloce per pasta:

Puoi semplicemente frullare i pomodori secchi aggiungendo a filo l'olio fino ad ottenere la consistenza desiderata, in genere cremosa. Se i pomodori secchi sono già sott'olio usa meno olio e comunque, finchè puoi, quello di conserva. Se non sono sott'olio, dovresti insaporirli anche con capperi, aglio e basilico inserendoli nel mixer. Io uso quelli sott'olio che sono già aromatizzati di per sè.

Mia mamma frulla quelli sott'olio (che sono già un pò piccantini) insieme ad origano e aglio, poco.

Sono veramente buoni anche spalmati sui crostini di pane

Io li ho tritati poi li ho messi in padella con poca acqua ed ho aggiunto basilico uno spicchio di aglio spremuto e qualche capperi, quando i pomodori sono rinvenuti ho spento ed aggiunto olio crudo. Ottimi per condire pasta

PESTO ALLA TRAPANESE

Pomodorini

Pinoli

Mandorle

Basilico

Pecorino stagionato o ricotta salata

Sale

Aglione

Peperoncino

Olio EVO

PASTA FREDDA DELLA ISABELLA

Melone

Feta a dadini

Menta fresca a pezzetti

Pepe in salamoia o pepe bianco macinato

BAVETTE GUADALUPE

250 gr bavette

3 spicchi d'aglio

5 cucchiai di olio

filetti di pomodoro

sale

pepe o peperoncino macinati o 1 peperoncino fresco

parmigiano

PENNETTE AI POMINI

200 gr penne

1 scatola di pomini a fettine

olio crudo qb

2 spicchi di aglio fresco(marinare nell'olio)

pepe

basilico fresco

PENNETTE TRICOLORI

1 scatola di pomini a fettine

200 gr penne

½ confezione di mozzarella per pizza a dadini

olio crudo qb

2 spicchi di aglio fresco(marinare nell'olio)

pepe

basilico fresco

PENNETTE FRESCHE ROSSE

200 gr penne

1 peperone rosso sbucciato e a dadini

1 scatola di pomini a fettine

olio crudo qb

pepe

basilico fresco

STROZZAPRETI ALL'ACERO ROSSO

strozzapreti

olive nere

1 peperone sbollentato

1 pomodoro sbollentato

olio

peperoncino

sale

tritare tutti insieme gli ingredienti o sminuzzarli a mano

forse saltare con poco vino rosso il sugo e farlo ben insaporire.

STROZZAPRETI MAMMA RUGGIA

Strozzapreti

Pomodorini asciugati in forno

Erbe miste(maggiorana,basilico,prezzemolo,dragoncello..)

scalogno

pepe

mettere tutto in padella con un bel po' di olio(erbe verso la fine). Saltare la pasta e condire con grana o pecorino o ricotta salata

BAVETTE ALLO SPADA

spada a dadini

aglio

olio

peperoncino

filetti di pomodoro

poco vino bianco

BAVETTE ALLO SCOGLIO

vongole

cozze

pesce misto (merluzzo, cernia, nasello...)

canocchie

gamberoni

pomodori

aglio

olio

prezzemolo

PASTA GIALLA(FREDDA O CALDA) MANDUK

1 peperone rosso a dadini piccoli

10 pomodori ciliegia a fettine

6 foglie basilico

1 spicchio aglio (marinare nell'olio)

2 bustine di zafferano (nell'acqua della pasta)

pinoli, mandorle, anacardi...

pecorino stagionato grattugiato

sale e pepe

condire la pasta a caldo o a freddo (con pecorino a scaglie o ricotta salata)

varianti:

peperoni gialli verdi e rossi a dadini

tritare tutto nel mixer (tipo pesto trapanese)

Variante generale: l'aggiunta dello zafferano alla pasta si presta con molti sughi veloci (es. pesce misto, vongole, verdure miste, piselli e pomodoro, tonno...)

RISO

Proprio ieri sera una mia amica mi ha detto di aver mangiato un ottimo riso a base di:

- riso a chicco lungo al vapore
 - riso venere (nero) cotto nel tè verde
 - condito con olio, sale, pepe, gamberetti e pomodorini
-

INSALATA DI RISO VENERE

2 etti di riso venere una confezione di gamberetti del banco frigo, quelle piccole, già sgusciati e lessati. la confezione più piccola che trovate di salmone affumicato, sempre banco frigo 1 piccola zucchina 1 piccola carotina mezzo limone sale olio extravergine. Lessate il riso come al solito. Scolatelo e sciacquatelo sotto l'acqua corrente così si raffredda subito, si ferma la cottura e non si appiccica. Mettete il riso in una bella insalatiera, versateci i gamberetti e il salmone affumicato tagliato a listarelle, poi aggiungete la carota tagliata a julienne e lo stesso la zucchina tagliata a julienne, crude entrambe. Un pizzico di sale, una spruzzata di limone, un filo d'olio e buonappetito a tutti

Stefania Martino

ANELLO DI RISO FREDDO

Lessare del riso adatto per insalate, raffreddarlo sotto l'acqua corrente, condirlo con olio, limone, sale, rucola tritata e uno spruzzo di vodka. Disporlo in uno stampo a ciambella e tenerlo in frigo per almeno una notte. Scottare dei gamberi, sgusciarli, tagliarli a pezzetti; scottare a vapore anche del salmone fresco tagliato a dadini. Condire gamberi e salmone con una salsa rosa (salsa cocktail) e disporli al centro dell'anello di riso sfornato. Decorare l'anello con pomodorini verdi tagliati a metà, una pioggerellina di basilico e prezzemolo e filetti di scorza di limone. giovanna esposito

INSALATA DI RISO AL PESCE

Ma mamma ne fa una buonissima a base di pesce. Gli ingredienti (per le quantità va ad occhio) sono polpo lessato a pezzetti, merluzzo lessato a pezzetti, gamberetti, sedano e pomodorini. Condisce tutto con olio e.v.o. e una spruzzata di succo di limone

INSALATA DI RISO NERO

Ingredienti per 2:

- 110g. riso venere
- 6 asparagi verdi
- 3 carciofi piccoli
- un grappolo di pomodorini ciliegia
- 1 cipolla di Tropea
- aromi: erba cipollina, santoreggia

- olio e.v., sale

Ho lessato il riso venere lasciandolo un po' indietro di cottura (16 min invece di 18), l'ho scolato e l'ho condito con un po' d'olio. Nel frattempo ho tagliato a dadini gli asparagi e li ho cotti al vapore con il cestello di bambù.

Nel wok ho fatto stufare la cipolla tagliata ad anelli, quindi ci ho fatto saltare i carciofi a fettine sottili sfumandoli con del vino bianco (non devono veramente cuocere, devono restare croccanti). Infine ho aggiunto il riso e gli asparagi e ho saltato il tutto ancora per un paio di minuti. A fuoco spento ho aggiunto i pomodorini a spicchi precedentemente conditi con olio, sale ed erbe aromatiche.

Noi l'abbiamo mangiata tiepida, ma credo sia buona anche fredda.

SUGO DI POMODORI AL FORNO

Sulla leccarda metti tanti pomodorini tagliati (col taglio in alto), spolverizzi con pangrattato mescolato a formaggio grattugiato e odori, fai un giro d'olio e inforna (devono gratinare a non asciugarsi). Ecco il tuo sugo, buonissimo e veloce.

PAGLIA E FIENO AL MASCARPONE

DOSI: per 4 persone

TEMPO D'ESECUZIONE: 15'

DIFFICOLTA':

INGREDIENTI:

- 200 g di tagliolini all'uovo
- 200 g di tagliolini verdi
- 150 g di mascarpone
- 60 g di parmigiano grattugiato
- 30 g di burro
- 2 tuorli
- pepe bianco
- sale

ESECUZIONE: Lessare i tagliolini gialle e verdi in acqua bollente salata, scolatele al dente e conditele con il burro fuso e con il mascarpone sbattuto insieme ai tuorli. Terminate di condire con il formaggio, un pizzico di pepe e mescolate.

SUGGERIMENTI: in questo modo si possono fare anche le tagliatelle.

ORECCHIETTE O TROFIE AI POMODORINI E CIPOLLOTTI

per 4

500 gr orecchiette o trofie fresche (banco frigo)

500 gr pomodorini piccoli (più dei pachino)

2 cipollotti piccoli

150 gr di ricotta salata

sale, pepe, olio, basilico, zucchero

mentre la pasta cuoce tagli fini fini i cipollotti e li fai cuocere in un pò di olio, sale, pepe. appena sono appassiti spegni la padella (bella grande)

taglia in 4 i pomodorini e condiscili con sale e mezzo cucchiaino di zucchero (toglie l'acido e diventano squisiti)

mettili nella padella a fuoco spento e fai insaporire. unisci basilico spezzettato e la pasta appena scolata. servi con abbondante ricotta salata grattugiata. servire subito prima che si raffreddi troppo!

PASTA FREDDA

La mia pasta fredda preferita: pesto, pomodorini ciliegia crudi e olive nere. Al posto del pesto se ne può mettere una versione destrutturata (la facevo in campeggio quando non avevo il frullatore): basilico a striscioline, fettine sottili di aglio, pinoli interi e scaglie di parmigiano o pecorino.

CRUDAIOLA DI PESCE (TIPO MARO)

Spaghetti al dente (n° 7)

Pomodori tosti a dadini piccoli (lasciati in olio e aglio)

Basilico fresco o prezzemolo

Pesce spada o tonno o trota a listarelle sottili crude (affum??) salati e marinati in olio e poco limone, sale

Abbondante olio evo

Pepe o peperoncino

Servita calda-tiepida