Menu invernale 10

LINGUINE AI 4 SAPORI

Ingredienti per 4 persone:

350 g di linguine,
250 g di asparagi,
350 g di pomodorini ciliegia,
6 triglie,
1 spicchio di aglio,
l ciuffo di prezzemolo tritato,
6 cucchiai di olio di oliva,
sale,
pepe.

Pulite gli asparagi eliminando la parte legnosa dei gambi; tagliateli quindi a fettine diagonali e cuoceteli al vapore per cinque minuti.
Pulite le triglie e sfilettatele; riducetele a pezzettini.
Lavate i pomodori, asciugateli e divideteli a metà.
In una larga padella fate scaldare l'olio con lo spicchio di aglio pelato e schiacciato e fatevi saltare i pomodorini su fiamma vivace, per un paio di minuti.
Unite gli asparagi, abbassate la fiamma e lasciateli insaporire.
Aggiungete quindi le triglie e fatele cuocere per tre minuti, mescolando delicatamente con un cucchiaio di legno.
Alla fine, eliminate lo spicchio di aglio.
In una pentola portate a ebollizione abbondante acqua e quando bolle, salatela.
Tuffatevi le linguine e lessatele al dente; scolatele e rovesciatele nella padella con il condimento.
Fate saltare il tutto, spolverizzate con il prezzemolo e portate subito in tavola.

SPIEDINI GOLOSI

Ingredienti per 4 persone:

450 g di salsiccia a metro,
1 pollo da 1,5 kg,
12 fette di pancetta,
1 rametto di rosmarino,
1 manciata di foglie di salvia,
8 cucchiai di olio di oliva,
1/2 bicchiere di vino rosso,
sale,
pepe.

Pulite il pollo, disossatelo e tagliatelo in ventiquattro pezzettini.
Riducete la salsiccia in ventiquattro bocconcini.
Tagliate a metà le fette di pancetta.
Avvolgete ciascun pezzetto di pollo e di salsiccia nelle fette di pancetta.
Preparate otto spiedini infilando in lunghi stecchini di legno il pollo alternato alla salsiccia.
Mettete sei cucchiai di olio in una ciotola e profumatelo con gli aghi di rosmarino e la salvia tritati; spennellate gli spiedini e cuoceteli per sei minuti in una padella con il resto dell'olio.
Bagnateli con il vino e lasciatelo sfumare; serviteli caldi.

ZUCCHINE IN TECIA

Ingredienti per 4 persone:

500 g di zucchine,
1 cipolla,
1 spicchio di aglio,
1 ciuffo di prezzemolo tritato,
2 cucchiai di olio di oliva,
25 g di burro,
sale,
pepe.

Mondate le zucchine eliminando le estremità.
Lavatele, asciugatele e tagliatele a rondelle sottili.
Pelate e tritate finemente la cipolla e l'aglio.
In una padella antiaderente, scaldate l'olio e il burro; unite il trito di cipolla e aglio e lasciatelo soffriggere fino a quando diventa trasparente.
Mettete le zucchine nella padella,
salatele, pepatele e lasciatele cuocere fino a quando diventano tenere e leggermente dorate. Mescolate di tanto in tanto con un cucchiaio di legno per evitare che le zucchine si attacchino al fondo della padella.
Se necessario, durante la cottura, irrorate con qualche cucchiaio di acqua.
Spolverizzatele con il prezzemolo, mescolate e servite.

CRESPELLE ALLE MELE

Ingredienti per 4 persone:

Per le crespelle:

120 g di farina,
1 pizzico di sale,
2 uova,
3,10 dl di latte,
3 cucchiaini di burro ammorbidito,
olio per friggere,
nastrini di buccia di limone.

Per la farcia:

500 g di mele,
90 g di zucchero,
60 g di uvetta,
1 cucchiaio di succo di limone,
1 pizzico di cannella.

Mettete in ammollo l'uvetta in poca acqua.
Preparate la pasta delle crespelle mescolando la farina setacciata con il sale, le uova, il latte e il burro lavorando fino a ottenere una pastella liscia e omogenea.
Riscaldate in un padellino un po' di olio, quindi versatevi dentro tre cucchiai di pastella e rigirate il padellino in modo che la pastella ne ricopra tutto il fondo.
Cuocete per un minuto, poi rigirate la crespella e fatela dorare dall'altra parte. Continuate fino a esaurire la pastella e tenete al caldo le crespelle via via pronte.
Preparate il ripieno: pelate e affettate le mele.
Fatele ammorbidire in un tegame, su fuoco basso, con 1,5 dl d'acqua e lo zucchero; passatele quindi al setaccio ottenendo una purea.
Mettete la purea sul fuoco e lasciatela cuocere per cinque minuti; unite l'uvetta scolata e strizzata, il succo di limone e la cannella e cuocete ancora per un minuto, mescolando in continuazione.
Distribuite la farcia sulle crespelle e chiudetele a fagottino che legherete con nastrini di buccia di limone.