Menu di primavera 18

RISO CON GAMBERI E PISELLI

Ingredienti per 4 persone:

320 g di riso per risotti,
500 g di code di gambero già sgusciate,
800 g di piselli freschi,
1 porro,
1 rametto di prezzemolo,
10 g di dragoncello,
10 g erba cipollina,
50 ml di vino bianco secco,
40 ml di olio di oliva,
1 litro di brodo vegetale,
pepe bianco.

Lavate i gamberi e asciugateli con carta da cucina.
Pulite il porro eliminando le radichette, la foglia esterna e la parte verde finale.
Tritatelo finemente su un tagliere con la mezzaluna.
Scaldate l'olio in una casseruola.
Unite il porro e soffriggetelo 1 minuto mescolando con un cucchiaio di legno.
Aggiungete i gamberi e fateli rosolare 2 minuti.
Raccoglieteli con un mestolo forato e teneteli da parte in caldo, coperti con un piatto.
Aggiungete al fondo di cottura i piselli sgranati e il riso, fate insaporire 1 minuto, mescolando bene con il cucchiaio.
Spruzzate con il vino bianco.
Alzate la fiamma e lasciate sfumare 1 minuto.
Bagnate con 2 mestoli di brodo caldo.
Cuocete 15 minuti, irrorando con altro brodo man mano che il precedente è evaporato e mescolando spesso.
Togliete la casseruola dal fuoco, amalgamate al risotto i gamberi.
Unite il prezzemolo, il dragoncello e l'erba cipollina.
Assaggiate e, se necessario, regolate di sale.
Spolverizzate con il pepe.
Mescolate bene con il cucchiaio di legno.
Distribuite il risotto in 4 piatti individuali.
Servite.

BRANZINO AL CARTOCCIO

Ingredienti per 4 persone:

2 branzini,
1/2 cipolla,
2 foglie di alloro,
30 ml di vino bianco,
2 cucchiai di pinoli,
4 rametti di timo,
1 limone,
40 ml di olio di oliva,
pepe,
1 cucchiaino di sale grosso.

Lavate e asciugate i pesci.
Praticate un taglio lungo il ventre di ogni pesce con un paio di forbici.
Estraete le interiora, risciacquate l'interno sotto l'acqua corrente, asciugate con carta assorbente da cucina.
Sbucciate la cipolla, affettatela, separate i mezzi anelli.
Pulite il timo e l'alloro con carta da cucina inumidita.
Riempite i pesci con 2 rametti di timo ciascuno e l'alloro.
Metteteli in una teglia, cospargeteli con la cipolla.

Spruzzate il pesce con il vino.
Lasciate marinare 15 minuti.
Tagliate 2 pezzi di carta da forno più lunghi della misura dei pesci.
Scaldate il forno a 180°.
Sgocciolate i pesci dalla marinata, asciugateli con carta da cucina.
Sistemate ogni pesce su un pezzo di carta da forno.
Scolate le cipolle e farcite il ventre dei pesci, pepate, cospargete con il sale e i pinoli, irrorate con l'olio.
Chiudete i cartocci e sistemateli su una placca, infornate e cuocete 40 minuti.
Lavate e asciugate il limone, tagliatelo a fettine sottili.
Sfornate il pesce e appoggiate ogni cartoccio su un piatto, apritelo e contornate con le fettine di limone; servite.

VERDURE AI PINOLI

Ingredienti per 4 PERSONE:

1 melanzana,
2 zucchine,
1 porro,
3 pomodori perini,
2 peperoni rossi e gialli,
1 spicchio di aglio,
3 coste di sedano bianco,
1 cipolla,
100 g di olive verdi piccanti snocciolate,
50 g di pinoli,
2 rametti di timo,
60 ml di olio di oliva,
qualche goccia di tabasco,
sale fino,
1 peperoncino piccante.

Eliminate il picciolo alla melanzana, lavatela, asciugatela e tagliatela a tocchetti rettangolari.
Lavate le zucchine, spuntatele e tagliatele a tocchetti come le melanzane.
Tagliate la parte verde al porro, dividetelo a pezzi.
Staccate il picciolo ai peperoni, privateli dei semi e dei filamenti interni.
Lavateli, asciugatele e tagliateli a striscioline.
Fate lo stesso con i pomodori spellati.
Spellate l'aglio, tritatelo finemente, sbucciate la cipolla e tagliatela a spicchi.
Staccate foglie e filamenti esterni al sedano, lavatelo bene, asciugatelo e tagliatelo a tocchetti.
Versate 40 ml di olio in una padella, scaldatelo senza farlo fumare.
Rosolate le melanzane 5 minuti.
Scolatele e cuocete 10 minuti le zucchine e i peperoni, la cipolla e il sedano.
Unite i pomodori e cuocete 2 minuti.
Unite tutte le verdure in una ciotola, aggiungete le olive scolate, tabasco e sale.
Mescolate bene.
Completate con il timo pulito, i pinoli e il peperoncino pulito e tritato.
Irrorate con l'olio rimasto, servite.

POMPELMI RIPIENI

Ingredienti per 4 persone:

4 pompelmi galli,
1 pompelmo rosa,
150 g di fragole,
2 kiwi,
60 g di mandorle a lamelle,
40 g di zucchero semolato,
20 g di zucchero a velo,
1 limone,
1/2 arancia.

Lavate e asciugate i pompelmi.
Tagliate quelli gialli a metà, ricavate la polpa, incidendola con un coltellino in modo da non rompere la scorza.
Pelate gli spicchi di tutti i pompelmi al vivo, tagliateli a tocchetti, metteteli in una ciotola.
Lavate e asciugate le fragole, eliminate il picciolo e tagliatele a dadini.
Uniteli alla frutta già tagliata.
Sbucciate i kiwi, tagliateli a dadini e uniteli alla frutta nella ciotola.
Spremete il limone e l'arancia.
Filtrate il succo attraverso un colino a maglie fitte.
Irrorate la frutta con il succo di agrumi.
Spolverizzatela con lo zucchero semolato, mescolate bene e fate insaporire la frutta 15 minuti.
Versate le mandorle in una padella, meglio se antiaderente, fatele tostare 1 minuto, mescolando in continuazione con un cucchiaio di legno.
Fatele raffreddare.
Lavate bene i pompelmi gialli all'interno, eliminate tutta la pellicola bianca rimasta.
Asciugateli bene, tamponandoli con carta assorbente da cucina.
Dividete la frutta nei mezzi pompelmi, in parti uguali.
Completate con le mandorle.
Spolverizzate con lo zucchero a velo.
Servite.