Menu di primavera 25

ZUPPETTA ROSSA AL GRANCHIO

Ingredienti per 6 persone:

50O g di polpa di granchio,
2 pomodori,
1 zucchina,
1 patata,
1 spicchio di aglio,
1 ciuffetto di prezzemolo tritato,
3 cucchiai di olio di oliva,
1,5 l di brodo di pesce,
6,fette di pane casereccio,
sale,
pepe.

Sbucciate la patata, lavatela e tagliatela a cubetti.
Eliminate le estremità della zucchina, lavatela e tagliatela a rondelle.
Pelate il pomodoro e tagliatelo a pezzi.
Tritate lo spicchio di aglio.
In una casseruola fate rosolare l'aglio con due cucchiai di olio; unite le verdure e lasciatele rosolare per qualche minuto.
Versate il brodo, aggiustate di sale, pepate e fate cuocere per venti minuti.
Trascorso il tempo di cottura indicato passate il tutto al passaverdura e poi rovesciatelo di nuovo nella casseruola.
Sgocciolate la polpa di granchio, spezzettatela e unitela al resto; riportate a bollore e fate cuocere per altri dieci minuti.
Nel frattempo passate le fette di pane sotto il grill del forno per cinque minuti.
Spegnete il fuoco, unite il prezzemolo e l'olio rimasto.
Distribuite la zuppetta nei piatti e servitela accompagnata dal pane tostato.

BACCALA' AL SEDANO, POMODORO, UVETTA, PINOLI E OLIVE

Ingredienti per 4 persone:

800 g di baccalà norvegese già ammollato,
500 g di sedano,
300 g di pomodori,
30 g di uvetta sultanina,
30 g di pinoli,
1 manciata di olive nere snocciolate,
1 cipolla,
olio di oliva,
sale,
pepe.

Pulite il baccalà eliminando la pelle e tagliatelo a pezzi.
Mondate e lavate il sedano ed eliminate i filamenti; tagliatelo a fettine non troppo sottili e scottatelo per pochi minuti in acqua bollente salata.
Mondate e tritate finemente la cipolla.
Pelate i pomodori, divideteli a metà ed eliminate i semi e la loro acqua di vegetazione; tritate grossolanamente la polpa.
In una padella, scaldate un filo di olio e soffriggetevi la cipolla.
Aggiungete i pomodori e lasciateli cuocere per pochi minuti.
Unite quindi i pezzi di baccalà e fateli insaporire.
Aggiungete il sedano, i pinoli, l'uvetta e le olive e proseguite la cottura su fiamma bassa, aggiungendo un po' di acqua nel caso il fondo di cottura si asciugasse troppo.
A fine cottura, regolate di sale e pepate; servite.

PADELLATA DI CAROTE, FAGIOLINI E MAIS

Ingredienti per 4 persone:

300 g di carote,
200 g di fagiolini verdi,
200 g di pannocchiette di mais in salamoia,
1 spicchio di aglio,
2 cucchiai di salsa di soia,
125 ml di olio di arachidi,
1 cucchiaio di olio di sesamo,
sale fino,
sale grosso,
pepe.

Spuntate le carote, lavatele, asciugatele e raschiatele con un coltellino o con un pelapatate.
Tagliatele a rondelle.
Lavate l'aglio senza sbucciarlo, asciugatelo bene, schiacciatelo con la lama di un coltello.
Sgocciolate le pannocchiette in un colino, sciacquatele e sistematele in un piatto.
Spuntate i fagiolini, eliminate il filo laterale, lavateli in abbondante acqua fredda e scolateli.
Portate a bollore in una pentola 2 litri d'acqua, salatela con il sale grosso.
Tuffate i fagiolini nell'acqua bollente.
Lessateli 10 minuti.
Scolateli in un colapasta e trasferiteli in una terrina.
Scaldate l'olio di arachidi in una padella antiaderente, unite l'aglio e fatelo rosolare 2 minuti, poi eliminatelo.
Versate nella padella le rondelle di carota, mescolate con un cucchiaio di legno.
Aggiungete la salsa di soia e l'olio di sesamo, sempre mescolando.
Proseguite la cottura a fuoco vivo 3 minuti, senza smettere di mescolare.
Abbassate la fiamma, cuocete 10 minuti; poi aggiungete i fagiolini e le pannocchiette.
Salate e pepate.
Mescolate con un cucchiaio di legno e proseguite la cottura 1 minuto.
Trasferite le verdure in una ciotola da portata.
servite subito.

SORBETTO DI MELONE

Ingredienti per 4 persone:

1 melone maturo,
50 g di frutta candita,
100 g di zucchero semolato,
30 g di farina di mandorle,
1 cucchiaio di succo di limone,
2 gocce di estratto di mandorle amare,
12 foglie di menta fresca,
1 cucchiaio di gelatina di albicocca.

Tritate la frutta candita con la mezzaluna.
Mettete in una ciotola 40 g di zucchero, la farina di mandorle, la frutta candita e la gelatina d'albicocca; lavorate l'impasto 5 minuti con le mani per renderlo omogeneo.
Versate l'impasto in una pentola e trasferitela sul fuoco dolce.
Mescolate fino a quando si sarà asciugato, senza farlo caramellare.
Prendete uno stampo rettangolare e ricopritelo con 1 foglio di carta di alluminio.
Stendete l'impasto preparato con un forchetta, in uno strato uniforme di circa 1,5 cm e lasciatelo raffreddare.
Versate in una casseruola l'acqua e lo zucchero rimasto.
Portate a ebollizione inclinando la casseruola per distribuire il calore, sobbollite 2 minuti, togliete dal fuoco e lasciate raffreddare.
tagliate in 2 parti il melone.
Eliminate semi e filamenti.
Sbucciatelo e tagliate 3/4 della polpa a pezzetti.
Versate nel frullatore melone a pezzetti, succo di limone, estratto di mandorle amare, sciroppo di zucchero e la pasta di mandorle preparata.
frullate finemente e versate la preparazione nello stampo rettangolare; ponete in freezer almeno 1 ora.
Tagliate il melone rimasto a fettine e distribuitele a cerchio, su piatti individuali.

Disponete al centro 2 palline di sorbetto.
Guarnite con le foglie di menta fresca.
servite.