

Menu sandwiches e piadine 01

SANDWICH DI ROQUEFORT

Ingredienti per 4 persone:

8 fette di pan carré senza crosta,
30 g di formaggio Roquefort ammorbidito,
1 cucchiaio di groviera grattato,
1 cucchiaino di cognac,
40 g di margarina light,
1 cucchiaio di erbe fresche tritate (prezzemolo, erba cipollina...).

Mettere in una cavità la margarina ammorbidita con il Roquefort ed il groviera, e rimuovere fino ad ottenere una crema omogenea.

Unire il cognac e le erbe tritate.

Ungere 4 fette di pane con il preparato di Roquefort ed erbe; coprire con le altre 4 fette e pressare il ripieno.

Tagliare diagonalmente i sandwich a metà, in triangoli, e servirli.

SANDWICH DI SALMONE E GAMBERI

Ingredienti per 4 persone:

fette di pan carré senza crosta,
4 fette di salmone affumicato,
125 g di gamberi cotti,
4 foglie di lattuga,
3 cucchiaini di maionese light,
30 g di margarina light.

Tagliare il salmone affumicato della stessa grandezza del pane.

Lavare bene le foglie di lattuga e tagliarle sempre della stessa grandezza del pan carré. Ungere la parte superiore di 4 fette spalmate con la margarina ammorbidita e coprire col salmone, la lattuga e la maionese.

Suddividere sulla superficie della preparazione i gamberi sgrassati.

Ungere con un po' di margarina le 4 fette di pane restanti e coprire con queste i sandwich, collocando la parte imburata sui gamberi.

SANDWICH DI TACCHINO E BROCCOLI

Ingredienti per 4 persone:

8 fette di pan carré bianco senza crosta,
formaggio crema tipo Philadelphia light,
100 g di broccoli,
80 g di tacchino,
10 anacardi,
senape dolce.

Lavare il broccolo, tagliarlo in rametti, tagliare a pezzi i gambi e cuocere in acqua con sale.

Sgocciolare e frullare con tre parti di formaggio ed un po' di salsa di senape.

Tritare finemente gli anacardi ed incorporarli al composto preparato in precedenza.

Ungere quattro fette di pan carré con il preparato di formaggio e broccoli e collocare sopra al tutto il tacchino tritato.

Mettere sopra le 4 fette restanti, pressare leggermente i sandwich e tagliarli diagonalmente a metà.

SANDWICH APERTO DI MOZZARELLA E MELANZANA

Ingredienti per 4 persone:

8 fette di pan carré integrale,
1 melanzana media di circa 600 g,
100 g di mozzarella,
8 pomodori secchi sott'olio,
1 cucchiaio di olio,
1/4 di cucchiaino di peperoncino secco tritato,
1 cucchiaino di origano secco,
1 rametto di prezzemolo,
sale.

Riscaldare il grill.

Lavare bene la melanzana e tagliarla a fette di circa 5 mm di spessore.

Metterle nella base del grill e spennellarle da ambo le parti con un poco di olio.

Arrostire circa 12 minuti o finché si vedano dorate e rigirarle.

Mescolare in una ciotola con una forchetta origano, qualche pizzico di peperoncino, un po' di sale e l'olio che resta.

Spennellare il pan carré con il preparato e coprirlo con le fette di melanzane arrostite al grill e la mozzarella tagliata a fettine.

Mettere sopra il rametto di prezzemolo e i pomodori sgocciolati.

Servire immediatamente, molto caldo.

RICETTA BASE PER PIADINA

Ingredienti per 6 persone:

300 g di farina,
130 g di strutto (o olio),
mezzo cucchiaino di lievito in polvere,
sale.

Impastate la farina con un pizzico di sale, lo strutto, il lievito e un dl circa di acqua tiepida; lavorate la pasta fino a renderla compatta, copritela e lasciatela riposare per mezz'ora.

Dividetela in 6 parti e stendetela in dischi sottili del diametro di 16-18 cm.

Scaldare una piastra o una padella di ferro e cuocetevi le piadine per 3-4 minuti, girandole una volta.

CONSIGLI PER LA FARCITURA:

TRADIZIONALE CON IL LARDO

Lavate e asciugate gli aghi di 2 rametti di rosmarino e metteteli sul tagliere con 150 g di lardo tagliato a fettine e uno spicchio di aglio sbucciato e schiacciato.

Scaldare sulla fiamma la lama di un pesante coltello o di una mezzaluna e tritate insieme lardo, rosmarino e aglio fino a ottenere un morbido "pesto".

Spalmate 4 piadine calde con un velo di paté di olive verdi, distribuitevi sopra il battuto, arrotolatele e servite.

VEGETARIANA CON RATATOUILLE

Tagliate a dadini una melanzana, una zucchina e un peperone.

Fate soffriggere in una padella uno scalogno tritato con 2 cucchiai di olio, unite le verdure e fatele saltare a fuoco vivo per qualche minuto.

Aggiungete una manciata di olive nere, regolate di sale, pepate, coprite il recipiente e continuate la cottura per una decina di minuti, finché le verdure saranno morbide.

Spolverizzatele di prezzemolo, distribuitele sulle piadine e servite.

RUSTICA CON WURSTEL E CIPOLLE

Tagliate a metà 16 piccoli wurstel da cocktail, cuoceteli su una griglia per un paio di minuti e teneteli in caldo.

Affettate sottile una grossa cipolla rossa e fatela soffriggere in un tegame con 20 g di burro; salate leggermente, profumate con foglioline di timo fresco, unite un cucchiaino di senape in grani e mescolate.

Distribuite le cipolle sulle piadine calde, completatele con i wurstel, richiudetele e servite subito.

AROMATICA CON SCAMORZA

Tagliate a metà 2 pomodori maturi, strizzateli leggermente per eliminare i semi e parte dell'acqua di vegetazione, poi affettateli.

Tagliate a fettine una piccola scamorza affummicata.

Mescolate in una ciotola una decina di foglie di basilico, un pizzico di timo e origano, 4 filetti di acciuga a pezzetti e un filo di olio.

Distribuite tutti gli ingredienti preparati sulle piadine, arrotolatele e passatele in forno a 200° per qualche minuto.