



Rev. 24/06/2022

BIO SERRA

1

eugeni
Tecnologie

SN3 Information Technology
& Web Solutions


MARCHE
Fondi strutturali
e di investimento europei



**REGIONE
MARCHE**

www.europa.marche.it

DIECI AROMI PER 50 RICETTE

ROSMARINO

PATATE AL ROSMARINO

Ingredienti:

Patate 1 kg
Rosmarino 1 rametto
Olio extravergine d'oliva 100 ml
Aglio 2 spicchi
Noce moscata 1 pezzetto
Sale q.b.
Pepe q.b.

Procedimento:

Pelare, lavare e tagliare a spicchi le patate.
Lavare il rosmarino, sbucciare e schiacciare l'aglio.
Olio in padella e far rosolare l'aglio poi aggiungere le patate e un filo d'acqua.
Quando le patate saranno ben dorate aggiungere il rosmarino, sale, pepe e noce moscata.
Abbassare la fiamma aggiungere poca acqua e cuocere per 20 minuti.

RISOTTO AL MIELE E ROSMARINO

Ingredienti:

Riso 360 g
Scalogno 1
Vino bianco 1/2 bicchiere
Miele 1 cucchiaino
rosmarino fresco
olio extravergine di oliva
Burro 50 g
Acqua calda
Parmigiano reggiano grattugiato q.b.
Pepe nero

Procedimento:

Tritate lo scalogno finemente e farlo rosolare in padella con un filo di extravergine e il burro 20g.
Quando diventerà trasparente, unite il riso e tostatelo mescolando sempre per non bruciarlo.
Sfumate con il vino bianco e lasciate evaporare poi aggiungere un mestolo di acqua calda.
Fate cuocere il riso e aggiungete acqua calda quando sta per finire fino a cottura del riso.
Quando mancheranno 5 minuti alla cottura del riso aggiungere il rosmarino tritato
Mantecate con il burro restante 30 g, parmigiano reggiano grattugiato a piacere, il pepe e il miele.
Servire il riso e aggiungere un giro di miele sopra.

BURGER DI CECI AL ROSMARINO

Ingredienti:

Ceci cotti 300g
Pangrattato 2 cucchiari
Paprika dolce 2 cucchiari
Rosmarino q.b.
Pepe q.b.
Sale q.b.
Noce moscata q.b.
Spicchio di aglio q.b.
Olio al rosmarino

Procedimento:

Per preparare l'olio al rosmarino prendete un mazzetto di rosmarino fresco e lavatelo.
Mettere in un mortaio il rosmarino e dell'olio e cominciare a girare fino ad ottenere un composto uniforme.
Lasciar riposare il composto tutta la notte in frigo coperto con pellicola a contatto.
Mettere i ceci con ½ bicchiere di acqua e ½ bicchiere di olio al rosmarino in un mixer.
Frullare il tutto fino ad avere un composto omogeneo, deve diventare una crema.
Trasferirete in una ciotola il composto e aggiungete il pangrattato, paprika dolce, sale, pepe, noce moscata e amalgamate bene, formare dei burger con l'impasto aiutandosi con uno stampo rotondo.
In una padella antiaderente e mettete un giro di olio con l'aglio e fate cuocere i vostri burger 1 minuto per lato a fuoco alto.

TORTA DI PERE CON OLIO D'OLIVA E ROSMARINO

Ingredienti:

Stampo 24 cm
Ingredienti:
Farina "00" 220 g
Farina integrale 120 g
Zucchero 150 g
Bustina di lievito 1
Uova 3
Olio d'oliva 300g
Pere 4
Rosmarino q.b.
Vaniglia q.b.
Sale q.b.

Procedimento:

Unire in una ciotola le farine con lievito (setacciare insieme), zucchero e il sale.
Sbattere le uova insieme all'olio, poi unire alle farine e mescola bene.
Sbuccia e tagliale a cubetti le pere e saltare in paella per 3 minuti le pere e il rosmarino con un filo d'olio.
Aggiungi poi la vaniglia e la spadellata di pere con il liquido di cottura.
Imburrare e infarinare la tortiera, versa il composto e cuocere a 180° per 45 minuti forno statico.

TORTA SALATA PATATE, COTTO, SCAMORZA E ROSMARINO

Ingredienti:

Stampo 24 cm

Ingredienti basta brisè:

Farina integrale 200 g

Burro al rosmarino 100 g

Acqua 60 g

Sale q.b.

Ingredienti ripiano:

Patate 250g

Prosciutto cotto 250g

Scamorza 200g

Olio q.b.

Sale q.b.

Pepe q.b.

Rosmarino q.b.

Parmigiano grattugiato q.b.

Procedimento:

Prima cosa preparare il burro al rosmarino

Lavare il rosmarino e tritarlo molto finemente quasi una polvere poi sciogliendo il burro in un tegame alto e inserire la polvere di rosmarino, il burro non deve bollire.

Unire insieme farina, il burro freddo tagliato a cubetti acqua e sale, poi far riposare la pasta in frigo.

Pulire, pelare e tagliare le patate con una mandolina, per poi metterle a bagno in acqua fredda per 10 minuti.

Scolarle e condirle con sale, pepe, olio e rosmarino.

Riprendere la pasta e stenderla sottile e foderare uno stampo da forno imburrato e infarinato.

Bucherellare la pasta e farcire con uno strato di patate, poi il cotto, scamorza e ancora patate.

Spolverizzare con il parmigiano e in forno a 180° per 30 minuti.

MENTA

ZUCCHINE ALLA SCAPECE

Ingredienti:

Zucchine 500 g
Olio extravergine d'oliva 70 g
Aceto di vino bianco 40 g
Aglio 2 spicchi
Menta q.b.
Sale fino 20 g
Pepe nero q.b.
Olio di semi q.b.

Procedimento:

Lavare e tagliare le zucchine a rondelle e salare
Lasciare scolare le zucchine in uno scolapasta per 30 minuti
Unire in una ciotola olio, aceto e sale per poi aggiungere la menta e l'aglio tritato.
Friggere le zucchine per poi unirle al condimento, unire alla fine il pepe.
Far raffreddare e servire.

TORTA ALLA MENTA

Ingredienti:

Stampo 24 cm
Ingredienti:
Zucchero 100 g
Burro ammorbidito 100 g
Uova (4 medie, a temperatura ambiente) 200 g
Latte intero a temperatura ambiente 125 g
Fecola di patate 80 g
Farina 00 200 g
Lievito in polvere per dolci 16 g
Per lo sciroppo:
Foglie di menta 50 g
Zucchero 200 g
Acqua 200 g

Procedimento:

Mettere nel mixer le foglie di menta e lo zucchero, frullate il tutto poi mettere in un pentolino insieme all'acqua e portare a bollore, per poi far riposare lo sciroppo tutta la notte in frigo.
In una ciotola unire burro, zucchero e montare con delle fruste elettriche quando il composto sarà liscio unire le uova una alla volta continuando a montare.
Aggiungere continuando a montare il latte a filo e poi lo sciroppo di menta.
Infine unire al composto la farina setacciata insieme al lievito con una spatola.
Imburrare e infarinare uno stampo da forno e cuocere a 180° forno statico per 40 minuti.

PANNA COTTA ALLA MENTA

Ingredienti:

Panna fresca 400 ml
Latte intero 200 ml
Zucchero semolato 70 g
Gelatina in fogli 10 g

Sciropo:

Foglie di menta 25 g
Zucchero 100 g
Acqua 100 g

Procedimento:

Mettere nel mixer le foglie di menta e lo zucchero, frullate il tutto poi mettere in un pentolino insieme all'acqua e portare a bollire, per poi far riposare lo sciropo tutta la notte in frigo.
Mettete in ammollo la gelatina in acqua fredda fino a quando non sarà morbida.
Mettere in un pentolino panna, latte e lo zucchero e far arrivare a bollire mescolando spesso.
Levare il pentolino dal fuoco e unire la gelatina strizzata e mescolare qualche secondo per farla sciogliere.
Aggiungere poi lo sciropo di menta e mettere il liquido in bicchieri.
Mettere i bicchieri in frigo per 6 ore.
Decorare a piacimento come per esempio cioccolato.

TORTINO DI ZUCCHINE E MENTA

Ingredienti:

Uova 3
Zucchine 400g
Menta fresca 2 rametti
Aglione 1 spicchio
Farina di mais 2 cucchiaini
Brodo vegetale 100g
Olio q.b.
Sale q.b.
Pepe q.b.

Procedimento:

Lavate e tagliate con una mandolina le zucchine poi mettele a cuocere in padella con l'olio e l'aglio.
Unite poi il brodo vegetale sale e pepe.
Tagliare la menta e unire in padella, sbattere le uova in una ciotola, salare e pepare le uova.
Prendere uno stampo per tortini oliarlo e infarinarlo con la farina di mais.
Quando le zucchine saranno cotte metterle nello stampo del tortino, versare sopra le uova.
Finire la cottura in forno a 180° per 20 minuti.

TAGLIATA DI TONNO CON PESTO DI MENTA

Ingredienti:

Tonno (un filetto fresco) 600 g

Per la marinatura:

Olio extravergine d'oliva 10 g

Aglione 1 spicchio

Erba cipollina da tritare 1 cucchiaio

Pepe nero q.b.

Sale fino q.b.

Succo di limone ½

Per il pesto di menta:

Menta 20 g

Olio extravergine d'oliva 100 ml

Pinoli 20 g

Sale fino q.b.

Pepe nero q.b.

Procedimento:

Si comincia con il pesto di menta unendo in un mixer tutti gli ingredienti del pesto e azionare le lame fino ad ottenere una salsa omogenea.

Per la marinatura tagliare finemente aglio e erba cipollina e mettere in una ciotola insieme agli altri ingredienti.

Lasciar marinare il tonno per mezz'ora nella marinatura.

Ora scaldare molto bene una padella antiaderente e cuocete 1 minuto per lato il tonno, per poi tagliarlo a fette di circa 1 cm.

Disporre le fette di tonno su di un piatto accavallandole leggermente una sopra l'altra e coprire con il pesto di menta.

SALVIA

SALVIA FRITTA

Ingredienti:

Salvia fresche e sane 40 foglie
Farina 00 100 g
Birra fredda da frigorifero 200 ml
Sale q.b.
Olio di semi di girasole 1l

Procedimento:

Lavare in acqua fredda la salvia e asciugare bene
Unite alla farina la birra fredda poco alla volta mescolando con una frusta
Salare a piacere
Mettere l'olio a scaldare su una padella
Immergere le foglie di salvia nella pastella e friggere in olio fino a doratura

TAGLIATELLE LIMONE E SALVIA

Ingredienti:

Tagliatelle 300g
Limone non trattato 1
Foglie di salvia 12
Burro 80g
Sale q.b.
Pepe q.b.

Procedimento:

Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, e nel frattempo far sciogliere il burro in padella.
Poi aggiungere il succo di limone insieme alla buccia tagliata a piccole strisce sottili.
Tagliare la salvia finemente e aggiungere al burro in modo che rilasci il sapore.
Quando la cottura della pasta sarà ultimata scolare la pasta nella padella e saltarla, infine servire.

RIGATONI AL PESTO DI SALVIA

Ingredienti:

Rigatoni 300g
Foglie salvia 10 g
Pinoli 30g
Parmigiano 40g
Spicchio aglio 1
Olio di oliva 100g
Sale q.b.

Procedimento:

Cuocere la pasta in abbondante acqua salata, nel frattempo preparate il pesto.
Lavare e tagliare il gambo delle foglie di salvia, asciugate bene le foglie.
Grattugiare il formaggio e mettetelo in un mixer da cucina.
Azionare il mixer e unire pinoli, aglio, olio e sale, quando avrete ottenuto una crema versatela in padella.
Scolare in padella la pasta insieme a qualche cucchiaio di acqua di cottura, saltare la pasta a fuoco spento.

ORIGANO

FOCACCIA ALL'ORIGANO

Ingredienti:

Farina tipo 0 500 g
Acqua 320 g
Lievito di birra fresco ½ cubetto
Miele di acacia 1 cucchiaino
Olio d'oliva 30 g
Origano q.b.
Sale q.b.

Salamoia:

50 g di olio extravergine di oliva
50 g di acqua
15 g di sale

Procedimento:

Unire in una ciotola acqua, lievito, miele e mescolare fino a sciogliere il lievito
Aggiungere poi la farina a pioggia e quando l'impasto sarà ancora grumoso aggiungere olio e sale
Impastare fino ad ottenere un impasto liscio e far riposare 50 minuti in frigo
Versare il composto in una placca da forno e far lievitare per 30 minuti
Fare pressione con i polpastrelli per formare dei piccoli buchi
Versare sopra la focaccia la salamoia e cospargere con l'origano
Cuocere in forno per circa 20 minuti a 250°

POLPETTE DI POLLO CON RICOTTA E ORIGANO

Ingredienti:

Macinato di pollo 700g
Ricotta fresca 500g
Uova 2
Origano 20g
Pangrattato q.b.
Sale q.b.
Per la panatura:
Uova 3
Farina
Pangrattato

Procedimento:

Unire in una ciotola la carne e la ricotta, poi le uova e l'origano e una manciata di pan grattato.
Lasciar riposare per mezz'ora.
Formare delle palline che andranno passate nella farina, uova e pan grattato.
Friggete in olio a 170° fino a quando non diventeranno dorate.

POLPETTE IN UMIDO CON ORIGANO

Ingredienti:

Pomodori 800g
Manzo macinato 600g
Provola grattugiata 350g
Fette di pane 2 fette
Uovo medio 1
Spicchio di aglio 1
Olio d'oliva
Sale q.b.
Peperoncini, secchi 2
Origano fresco q.b.

Procedimento:

Tostare il pane in padella con un filo d'olio
Unire in una ciotola la carne, pane, uovo, sale e origano e formare 12 palline.
Rosolare le polpette a fuoco alto uniformemente.
Unire in una ciotola i pomodori, aglio, sale, olio e peperoncino; mescolare e rompere i pomodori.
Versare la salsa in un piatto adatto essere inserito nel forno, insieme inserire anche le polpette.
Cuocere a 200° per 22 minuti, poi aggiungere la provola affumicata in superficie e cuocere a 220° per 3 minuti modalità GRILL.
Aggiungere dell'origano fresco e servire.

VELLUTATA DI ZUCCA CON ORIGANO CROCCANTE

Ingredienti:

Zucca 800g
Cipolla 1
Olio d'oliva 2 cucchiari
Brodo di verdura 900G
Limone 1
Miele d'acacia 10g
Sale q.b.
Pepe q.b.

Origano croccante:

Olio d'oliva q.b.
Rametti d'origano 8

Procedimento:

Tagliate la zucca e cipolla e fare un soffritto, Coprite con il brodo e lasciate cuocere per 30 minuti.
Aggiungete il succo del limone, il miele e frullate il tutto, infine sale e pepe.
Cuocere l'origano in padella con dell'olio fino a farlo diventare croccante (tostatura).
Mettete la vellutata in ciotole e aggiungere con l'origano croccante.

FINOCCHIETTO SELVATICO

FRITTELLE DI ZUCCA E FINOCCHIETTO SELVATICO

Ingredienti:

Zucca 300g
Farina 00 100g
Parmigiano grattugiato 60g
Uova 2
Mazzetto finocchietto selvatico 1
Olio extravergine d'oliva q.b.
Sale e pepe q.b.

Procedimento:

Grattugiare la zucca e asciugarla bene con della carta assorbente, salare e pepare a piacere.
Unire alla zucca uova, parmigiano, finocchietto tritato e la farina setacciata e mescolare.
Scaldare una padella e inserire poco olio per poi mettere la pastella con un mestolo direttamente in padella.
Cuocere da tutti e due i lati fino a doratura poi farle riposare 1 minuto su un panno assorbente.

PUPPIES AL FINOCCHIETTO SELVATICO

Ingredienti:

Farina di mais 200g
Farina 00 100g
Latticello 200g
Uovo medio 1
Cipolla bianca 1
Finocchietto selvatico 1 mazzetto
Lievito istantaneo 10g
Sale fino q.b.

Procedimento:

Unire le farine e setacciarle insieme, poi aggiungere un cucchiaino raso di sale e il lievito istantaneo.
Aggiungere poi il latticello e l'uovo, cipolla e finocchietto selvatico tagliato molto finemente.
Scaldare abbondante olio di arachidi in una pentola dai bordi alti e friggete i puppies versando l'impasto a cucchiaiate all'interno dell'olio.
Scolate i puppies quando saranno dorati e croccanti, lasciateli asciugare su carta assorbente.

PENNE AL FINOCCHIETTO SELVATICO

Ingredienti:

Penne rigate 300 g
Passata di pomodori 400 g
Finocchietto selvatico 2 mazzetti
Pangrattato 50 g
Cipolla bianca 1
Aglione 1 spicchio
Acciughe (alici) sott'olio 4
Olio extravergine d'oliva 5 cucchiari
Sale q.b.
Pepe q.b.

Procedimento:

Tagliare il finocchietto selvatico lavarolo e cuocerlo in acqua bollente e salata per 5 minuti.
Nella stessa acqua di cottura cuocere la pasta e nel frattempo preparare la salsa.
Fare un soffritto con olio, aglio e cipolla, continuare la cottura aggiungendo le acciughe.
In fine aggiungere il pomodoro, sale e pepe e dopo 8/10 minuti di cottura aggiungere il finocchietto selvatico.
Tostare il pangrattato con u filo d'olio.
Unire la salsa con la pasta e spolverizzare con il pangrattato tostato.

PANELLE AL FINOCCHIETTO SELVATICO

Ingredienti:

Farina di ceci 200g
Acqua 500g
Finocchietto selvatico 1 mazzetto
Sale fino q.b.
Pepe q.b.

Procedimento:

Setacciare la farina di ceci in una ciotola a aggiungere l'acqua facendo attenzione che non si formino grumi.
Unire poi sale, pepe, e il finocchietto tagliato finemente e mescolare ancora.
Preriscaldare il forno a 200°.
Foderare una teglia da forno con cartaforno e versare il composto al suo interno e infornare.
Cuocere per 20-25 minuti e una volta raffreddati tagliate a quadratoni.

ERBA CIPOLLINA

SPAGHETTI AL LIMONE ED ERBA CIPOLLINA

Ingredienti:

Spaghetti 250 g
Limone 1
Erba cipollina 1 ciuffo
Cipollotto 1
Sale q.b.
Pepe q.b.
Olio extravergine d'oliva q.b.

Procedimento:

Cuocere gli spaghetti in abbondante acqua bollente
In una padella far rosolare il cipollotto, aggiungere un cucchiaio d'acqua di cottura della pasta
Unire il succo di limone, metà delle scorze grattugiate, sale e pepe, lasciare cuocere per qualche minuto.
Scolare gli spaghetti, unire al condimento in padella, abbassare la fiamma e cuocere per 1 minuto in padella.
Unire alla fine l'erba cipollina e l'altra parte di scorza di limone.

CANEDERLI ALLA TIROLESE

Ingredienti:

Brodo di carne q.b.
Pane raffermo 250 g
Speck 150 g
Cipolle bianche 50 g
Uova 2
Latte 200 g
Burro 10 g
Pepe nero q.b.
Erba cipollina q.b.

Procedimento:

Scaldare il brodo di carne e far rosolare in paella la cipolla e lo speck con il burro e tenere da parte.
Tagliare il pane raffermo a cubetti e tritare l'erba cipollina e mischiare in una ciotola con sale e pepe.
Aggiungere poi il latte e le uova, se l'impasto risulta duro aggiungere altro latte.
Infine aggiungere il soffritto e formare delle palline di circa 5 cm.
Cuocerli nel brodo di carne per 15 minuti.

RISOTTO ARANCIA E ERBA CIPOLLINA

Ingredienti:

Riso 350 g
Cipolle 1
Burro 50 g
Arance biologica 1
Grana da grattugiare 30 g
Vino bianco q.b.
Erba cipollina tritata 3 cucchiari
Sale fino e pepe q.b.
Brodo vegetale 1 l

Procedimento:

Lavare le arance spremere il succo e mettere le scorze in acqua bollente per qualche minuto, scolarle e conservare il brodo.
Fare un soffritto di cipolla con il burro, per poi aggiungere il riso e tostarlo per qualche minuto, sfumando poi con il vino, infine aggiungere il succo d'arancia.
Terminare la cottura del riso aggiungendo poco brodo alla volta quando serve, aggiungere l'erba cipollina a qualche minuto dalla fine della cottura insieme alle bucce d'arancia.
Spegnete il fuoco mantecate con burro e grana, aggiustate di sale e pepe.

CREPE AI GAMBERI E ERBA CIPOLLINA

Crema di gamberi:

Gamberi sgusciati 500 g
Mascarpone 300 g
Brandy 35 g
Aglione 1 spicchio
Burro 40 g
Olio extravergine d'oliva 2 cucchiari
Erba cipollina tritata 2 cucchiari
Paprika 2 g
Sale fino e pepe nero q.b.

Ingredienti:

Farina 00 80 g
Uova 1
Latte intero 170 ml
Burro 40 g
Sale fino 1 pizzico

Procedimento:

Per prima cosa fare le crepe unire in una ciotola farina, latte, uova, sale con una frusta (pasta liscia).
Aggiungete in fine il burro sciolto e poi fate riposare in frigo per 30 minuti.
Ungete una padella tonda antiaderente con del burro e stendete un velo di impasto, cuocere da entrambi i lati
Ripetete l'operazione per tutto l'impasto.
Tagliate l'aglio e fatelo rosolare in padella con dell'olio e quando sarà dorato toglietelo, unite i gamberi puliti e privati del budello, unite il brandy e fate sfumare per poi ultimare la cottura.
In un'altra padella sciogliete il mascarpone, unite i gamberi, paprika e erba cipollina tagliata finemente.
Fate cuocere per 3 minuti, aggiustate di sale e lasciate riposare 2 minuti.
Farcire le crepe con la salsa e aggiungere altra erba cipollina tagliata.

PREZZEMOLO

POLLO AL PREZZEMOLO

Ingredienti:

Petto tagliato a pezzi o 4 petti
Olive nere denocciolate 100 gr
Zafferano 2 bustine
Olio d'oliva 4 cucchiari
Burro 1 cucchiario
Spicchi d'aglio 4
Prezzemolo 50g

Procedimento:

Scaldare l'olio ed il burro in padella e arrostite il pollo.
Quando il pollo sarà rosolato, unire gli spicchi d'aglio schiacciati e tutte le altre spezie
Regolate di sale e di pepe.
Ricoprire il pollo con dell'acqua e aggiungete il prezzemolo tagliato cuocete a fuoco basso fino a cottura.
Aggiungete alla fine le olive.
Continuate la cottura fino a ridurre la salsa

RIGATONI AL PREZZEMOLO

Ingredienti:

Rigatoni 320 g
Prezzemolo 100g
Olio di oliva 100g
Spicchio di aglio 1/2
Pinoli 30g
Filetti di acciughe 2
Pecorino 80g
Sale q.b.

Procedimento:

Mettere in un mixer il prezzemolo lavato, aglio, acciughe e pinoli
Poi aggiungere anche olio e il pecorino fino ad avere una crema
Salare e lasciar riposare per 10 minuti
Cuocere la pasta in acqua bollente e scolare tenendo da parte poca acqua di cottura
Condire con il pesto di prezzemolo la pasta fuori dal fuoco aggiungendo se serve l'acqua di cottura

POLPETTONE CON SALSA AL PREZZEMOLO

Ingredienti:

Macinato di vitello 400g
Grana Padano grattugiato 80g
Uovo 1
Pangrattato 50g
Carote 2
Patate 2
Gambi di sedano 2
Cipolla 1/2
Prezzemolo q.b.
Sale q.b.
Pepe q.b.

Per la salsa al prezzemolo:

Prezzemolo 100g
Mollica del pane 50g
Spicchio d'aglio 1
Cucchiaino di capperi 1
Filetti d'acciuga dissalati 1
Aceto 10g
Olio 10g

Procedimento:

Unire in una ciotola la carne, uovo, grana, prezzemolo, pangrattato, sale e pepe e formare il polpettone. Preparare un soffritto in una padella molto ampia con carote, cipolla, sedano e patate a cubetti. Scottare il polpettone in padella su tutti i lati per poi spostarlo in una teglia da forno con il soffritto. Aggiungere poca acqua nella teglia da forno e infornare per 30 minuti a 200°. Nel frattempo preparare la salsa al prezzemolo unendo tutti gli ingredienti e mixarli per 30 secondi. Tagliare il polpettone a fette e cospargere con la salsa al prezzemolo.

POLPETTE DI PATATE AL PREZZEMOLO

Ingredienti:

Patate 500 g
Caciocavallo 100 g
Pangrattato 80 g
Grana Padano DOP da grattugiare 60 g
Uova 2
Prezzemolo q.b.
Sale fino q.b.
Pepe nero q.b.

Procedimento:

Lessare le patate per circa 30/40 minuti e nel frattempo grattugiare il caciocavallo. Quando le patate saranno pronte sbucciarle e schiacciarle ancora calde con lo schiacciapate in una ciotola. Unire e amalgamare con caciocavallo, sale, pepe, uova, pangrattato, grana e infine il prezzemolo. Fare delle palline che andremo a friggere in olio bollente fino a quando non saranno dorate

LAVANDA

RISOTTO ALLA LAVANDA

Ingredienti:

Riso 400 g
Burro 1 noce
Cipolla bianca 1
Vino bianco 1 bicchierino
Rosmarino 1 rametto
Lavanda fiori secchi q.b.
Acqua q.b.
Sale q.b.
Pepe q.b.
Parmigiano Reggiano 30g

Procedimento:

Rimuovendo i fiori dalla lavanda e rosmarino
Tagliate finemente la cipolla e fatela cuocere con burro e il rosmarino a fuoco basso.
Tostare il riso il riso per poi aggiungerlo in padella insieme a burro e cipolla, sfumare con il vino.
Aggiungete l'acqua poco alla volta in più volte fino a cottura ultimata del riso, salando a piacere.
Spegner la fiamma e aggiungete i fiori di lavanda, un altro po' di burro, pepe, formaggio e mantecare.

BISCOTTI ALLA LAVANDA

Ingredienti:

Farina 375g
Burro 180g
Zucchero 180g
Uova 3
Cucchiaino di miele 1
Sale 1 pizzico
Fiori di lavanda secchi 3/4 cucchiari
Zucchero a velo q.b.

Procedimento:

Mettete tutti gli ingredienti in una ciotola tranne i fiori di lavanda.
Prendere i fiori di lavanda eliminando il rametto e fateli tostare 1 minuto in padella muovendoli sempre.
Unire i fiori all'impasto e impastare tutto.
Stende l'impasto allo spessore di 1cm e coppare con un coppapasta poi mettere i biscotti su una teglia.
Infornare per 15 minuti a 180°.
Spolverizzare con zucchero a velo.

MUFFIN ALLA LAVANDA

Ingredienti:

2 cucchiaini di fiori essiccati di lavanda

1/2 bustina di lievito per dolci

2 uova

200 g di farina

90 g di zucchero

100 ml di latte

50 g di burro

Procedimento:

Mettere il latte sul fuoco insieme ai fiori secchi alla lavanda e portare a bollire per poi lasciarlo riposare.

Mescolare in una ciotola zucchero, farina e lievito per dolci.

In un'altra ciotola unire burro, uova, latte e mescolare fino ad ottenere un impasto liscio.

Unire i due composti in una sola ciotola e mescolare fino ad avere un impasto cremoso.

Trasferire l'impasto nei pirottini da cottura, cuocere in forno a 180° per 25 minuti.

TIMO

SALMONE AL PROFUMO DI TIMO

Ingredienti:

Filetto di salmone 250g
Timo mazzetto
Aglio q.b.
Sale q.b.
Pepe q.b.
Salsa di soia q.b.

Procedimento:

Scaldare dell'olio in padella e quando sarà caldo mettere il salmone dalla parte della pelle. Girare il pesce e rimuovere la pelle, ora sarà semplice toglierla. Inserire poi aglio, timo, sale, pepe e cuocere a fuoco vivace per 5 minuti da entrambi i lati. Servire con un filo di salsa di soia.

SCALOPPINE AL TIMO

Ingredienti:

Scaloppine di vitello 4
Sale q.b.
Pepe q.b.
Farina 2 cucchiari
Uova 2
Parmigiano Reggiano grattugiato 60 g
Olio di Oliva 3 cucchiari
Burro 2 cucchiaini
Timo fresco 1 mazzetto

Procedimento:

Appiattare le scaloppine di vitello e condirle con sale e pepe. Sbattere le uova e unire il parmigiano. Passare le scaloppine prima nella farina poi nell'uovo. Unire burro e olio in padella e scaldare e cuocete le scaloppine 3 minuti per lato con il timo. Importante che il timo venga cotto insieme alla carne.

FAGOLINI AL TIMO

Ingredienti:

Fagiolini freschi 750g
Succo di 1 limone
Timo fresco 2 cucchiaini
Burro 20g
Sale q.b.

Procedimento:

Cuocere i fagiolini in abbondante acqua bollente e salata fino a quando non saranno teneri. In una padella fate sciogliere il burro insieme al succo di limone e il timo, il timo deve prendere calore. Unite in padella i fagiolini e lasciate cuocere per un minuto in modo da insaporire bene la verdura.

ARISTA AL TIMO

Ingredienti:

Arista di maiale 1 kg

Rametti di timo 6

Olio extravergine di oliva q.b.

Sale q.b.

Pepe q.b.

Arancia succo 2

Procedimento:

Tritare finemente il timo e tostarlo per 1 minuto in padella, unire poi insieme timo, olio, sale e pepe.

Prendere la buccia delle arance e tagliatele e fettine sottilissime e spremere il succo.

Scottare l'arista in padella insieme all'olio aromatizzato, per poi trasferire tutto in una teglia da forno.

Aggiungere il succo delle arance e cuocere in forno a 180° per 20 minuti.

Quando sarà cotta tagliare a fettine sottilissime e immergere nel liquido di cottura.

MAGGIORANA

REGINETTE ALLA MAGGIORANA

Ingredienti:

Reginette 200 g
Brodo vegetale 1L
Uova 2
Grana grattugiato 80g
Maggiorana tritata 1 cucchiaio
Aglione 1 spicchio
Olio 4 cucchiari
Sale q.b.

Procedimento:

Prima cosa da fare è preparare il condimento versando in una ciotola uova, aglio, maggiorana tritata, grana, olio, sale mescolare il tutto e tenete da parte.
Portare a bollire il brodo e cuocere le reginelle per 10 minuti, 2 minuti prima della fine della cottura versare il condimento nell'acqua e lasciar cuocere fino a quando le reginelle non saliranno a galla.
Servire in delle ciotole alte.

CREMA DI PATATE ALLA MAGGIORANA

Ingredienti:

Cipolla 1
Sedano rapa 100g
Patate 500g
Olio 1 cucchiaio
Spicchio d'aglio 1
Brodo di vegetale ½ L
Maggiorana 1 mazzetto
Noce moscata q.b.
Sale q.b.
Pepe q.b.

Procedimento:

Tritare cipolla, sedano e patate a pezzettini.
Soffriggere la cipolla e sedano nell'olio, poi aggiungere le patate e l'aglio e infine il brodo e metà maggiorana.
Continuate la cottura per 20 minuti per poi frullare il tutto.
Condite la crema con sale, pepe e noce moscata e infine cospargete con la maggiorana rimasta tritata.

FRITTELLE CON FARINA DI CECI E MAGGIORANA

Ingredienti:

Farina di ceci 200g

Acqua 120g

Sale q.b.

Maggiorana ½ mazzetto

Lievito di birra secco 1 cucchiaino

Olio per friggere q.b.

Procedimento:

Setacciare la farina e unire in una ciotola insieme all'acqua e il sale

Aggiungere poi il lievito e amalgamare bene e far riposare tutta la notte in frigo.

Il giorno successivo stendete dei pezzi di impasto di forma rotonda molto sottili.

Friggere le frittelle in olio bollenti fino a doratura.

OMELETTE ALLA MAGGIORANA

Ingredienti:

Uova 6

Emmental in scaglette 2 cucchiari

Panna 2 cucchiari

Parmigiano grattugiato 30g

Burro 30g

Maggiorana q.b.

Sale q.b.

Pepe q.b.

Procedimento:

Per prima cosa rompere e sbattere le uova per poi salarle e peparle.

Tagliare la maggiorana finemente

Aggiungere alle uova i formaggi la panna e la maggiorana.

Sciogliere il burro in padella e quando sarà caldo aggiungere le uova

Girare con una forchetta le uova mentre è in cottura e appena comincia a rapprendere ma le uova sono ancora un po' liquide spegnere il fuoco e portare le uova sul bordo della padella e girare le uova su se stesse.

Dovrete ottenere un tubo schiacciato e al taglio all'interno le uova dovranno risultare ancora un po' liquide.

BASILICO

FOCACCIA CON MOZZARELLA E PESTO DI BASILICO

Ingredienti:

Mozzarelle 250g
Pasta sfoglia 400g
Basilico 100g
Mandorle a scaglie 50g
Grana grattugiato 20g
Pinoli 20g
Uovo 1
Olio q.b.
Sale q.b.
Pepe q.b.

Procedimento:

Mettere in un mixer basilico, olio, pinoli, sale e grana, far diventare una crema.
Stendere la pasta sfoglia e fare dei cerchi con un coppapasta.
Tagliare la mozzarella a cubetti e unire al pesto di basilico.
Mettere un po' di ripieno sul cerchio di pasta sfoglia e coprire con un altro cerchio.
Bucherellare in superficie la sfoglia e spennellare con un l'uovo sbattuto e ricoprire con le mandorle a scaglie.
Cuocere in forno a 210° per 10 minuti.

CRESPELLE AL PESTO DI BASILICO

Ingredienti:

Farina 130g	Basilico 100g
Burro 60g	Patate 600g
Latte fresco 150g	Grana 50g
Uova 2	Fagiolini 400g
Aglio 5 spicchi	Olio q.b.
Sale q.b.	Besciamella 1 confezione
Pepe q.b.	

Procedimento:

Impastare le uova, farina e latte, aggiustate di sale e pepe.
Preparare il pesto frullando insieme il basilico, pinoli, grana, olio, aglio e sale.
Cuocere le crespelle in una padella unta con del burro da tutti e due i lati.
Lessare separatamente sia le patate che i fagiolini che taglierete una volta scolati.
In uno stampo fare uno strato di pasta poi farcire con besciamella, pesto, patate e fagiolini.
Ripetere l'operazione fino a finire il composto.
Infornare a 180° per 25 minuti coperto con un foglio di alluminio e altri 5 minuti senza foglio.

CHITARRINE CON VELLUTATA AL BASILICO

Ingredienti:

Chitarrine 200g
Basilico 60g
Rucola 20g
Noci 50g
Olio q.b.
Succo di limone q.b
Sale q.b
Pepe q.b
Semi di finocchio q.b
Parmigiano grattugiato q.b

Procedimento:

Lavare e asciugare bene il basilico e rucola.
Mettere in un mixer basilico, rucola, noci, succo di mezzo limone, 6 cucchiaini di olio, sale, pepe e semi di finocchio.
Cuocere le chitarrine in acqua salata e trasferire in padella sia la pasta che la salsa, passare sul fuoco per 1 minuto muovendo sempre la pasta, impiattare e spolverizzare con il parmigiano.

FILETTO DI TROTA IN CROSTA DI BASILICO

Ingredienti:

Trota 4 filetti
Pancarrè 6 fette
Olio q.b.
Basilico 50g
Sale q.b.
Pepe q.b.

Procedimento:

Eliminare dal pane la crosta e frullare insieme al basilico, aggiungere un filo di olio.
Scottare da entrambi i lati i filetti di trota.
Appoggiare i filetti in una teglia da forno con la pelle verso il basso e cospargere la superficie con il composto di pane e basilico.
Infornare i filetti a 200° per 6/7 minuti.

ALLORO

POLLO ALL'ALLORO

Ingredienti:

Petto di pollo 4 fette

Alloro 1 rametto

Olio q.b.

Sale q.b.

Pepe q.b.

Procedimento:

Lavate il rametto di alloro.

In una ciotola mette il pollo insieme a sale, pepe, olio e allora e lasciate marinare per 30 minuti

A questo punto scaldate dell'olio in padella cuocete il pollo da entrambi i lati.

Fate cuocere il pollo insieme a un po' del liquido di marinatura e tutte le foglie di alloro.

RISOTTO ALL'ALLORO

Ingredienti:

Riso 400g

Olio di semi di girasole 200g

Burro 50g

Parmigiano reggiano grattugiato 50g

Foglie di alloro 30g

Vino bianco secco q.b.

Mandorle a lamelle q.b.

Brodo vegetale leggero q.b.

Aceto bianco q.b.

Procedimento:

Frullare insieme l'olio di girasole con le foglie di alloro e mettete su una piccola pentola e scaldate.

Trasferite il composto in una ciotola immergete la ciotola in un'altra con acqua e ghiaccio, in modo da raffreddare subito il liquido.

Tostare il riso in padella per un paio di minuti, poi sfumare con il vino bianco coprire con brodo e far cuocere per 12 minuti, aggiungendo brodo quando serve.

Spegnete il fuoco e mantecate con burro, parmigiano e olio di alloro, coprire e far riposare 1 minuti.

Se necessario aggiungere un filo di brodo per renderlo più morbido.

TORTA AL PROFUMO DI ALLORO

Ingredienti:

Farina 200g

Frumina 50g

Uova 3

Zucchero 200 g

Burro 130g

Lievito in polvere per dolci 15g

Scorza di 1 limone

Per lo sciroppo:

Acqua 50g

Zucchero 25g

Foglie 4

Procedimento:

Montare le uova insieme allo zucchero in planetaria e quando saranno montati aggiungere a filo il burro sciolto mentre continua a montare, unire la scorza del limone.

Unire farina, frumina, lievito in polvere e setacciare.

Unire la farina alle uova poco alla volta con una spatola con movimenti dal basso verso l'alto.

Prepariamo lo sciroppo portando a bollire l'acqua insieme allo zucchero e alle foglie di alloro, far bollire 1 minuto.

Quando la torta sarà fredda tagliare a metà e bagnare l'interno con lo sciroppo di alloro, se volete potete farcirla anche con delle creme.

ANETO

MAIONESE ALL'ANETO

Ingredienti:

Tuorli 2
Limone 1 fetta
Olio di semi 200g
Aneto fresco 100g
Sale q.b.
Pepe bianco q.b.

Procedimento:

Prendere l'aneto e tagliarlo molto finemente e unire all'olio, lasciare in infusione per almeno 24 ore.
Trascorso il tempo filtrare l'olio attraverso un colino a maglie strette.
Mettere i tuorli in una ciotola o in planetaria e unire qualche goccia di limone e cominciare a montare.
Mentre montano i tuorli aggiungere l'olio a filo molto lentamente, fino a quando non avrete raggiunto la giusta consistenza.
Aggiungere un pizzico di sale e una macinata di pepe bianco.

TACCHINO FREDDO ALLA TARATOR

Ingredienti:

Tacchino 500g
Sale q.b.
Pepe q.b.
Aneto q.b.
Aceto un cucchiaino
Olio d'oliva q.b.
Peperoncino q.b.

Tarator:

Cetriolo 1
Yogurt naturale 200 gr
Spicchi di aglio 2
Noci 5
Olio d'oliva q.b.
Aneto fresco q.b.
Sale q.b.

Procedimento:

Tagliare grossolanamente il cetriolo le noci e l'aglio.
Unire allo yogurt l'olio e il sale e il trito fatto in precedenza.
Tagliare finemente l'aneto e unirlo alla salsa.
In una ciotola unire le fettine di tacchino insieme a sale, pepe, aneto (tritato finemente), olio, aceto e peperoncino; lasciar marinare per 10 minuti.
Tagliate la carne a listarelle e cuocete in padella, una volta cotta fare raffreddare e servire con la salsa.

TATAKI TONNO ALLANETO

Ingredienti:

Tonno 1 filetto
Olio d'oliva ½ bicchiere
Aceto di riso 20g
Sakè 15g
Salsa di soia 20g
Scorza di limone 1/2
Aneto 1 mazzetto
Semi di sesamo q.b.

Procedimento:

Tritare finemente l'aneto e mettere insieme in una ciotola con olio, aceto, sakè e salsa di soia e scorza di limone.
Lasciar marinare il filetto di tonno con la marinatura per 30 minuti.
Trascorso il tempo fare una panatura al pesce con i semi di sesamo.
Cuocere il pesce in una padella antiaderente a fiamma forte per 2 minuti per lato.
Mettere il pesce sul piatto e tagliare a fette di 5mm per poi cospargerle con qualche cucchiaino della marinatura.
Far cadere sopra il pesce dell'aneto tritato.