

Primo Ciarlantini

**PRIMO IN CUCINA
(Ricette sperimentate..)**

Opera 095

~~> ELENCO PIATTI

1. PRIMI

Riso in bianco + formaggio

Riso coi funghi

** Spaghetti pomodoro

in bianco (con olio)

** carbonara

pesto

aglio olio peperoncino

tonno

**Pasta (Spaghetti/Fischioni) al ragù

cappelletti in brodo o al ragù

cannoli

ravioli

tortellini pasticciati

tortellini panna prosciutto e funghi

penne gratinate al forno

2. SECONDI

2a. CARNE

Polpette

Polpettone

Coniglio

petti di pollo fritti (impanati)

Pizza

crostini

Hamburger

**Fettine pizzaiola
alla piastra

bistecca ai ferri

2b. PESCE

Pesce alla griglia

Sardoncini

3. VERDURE E LEGUMI E FRUTTA

Cece/Lenticchia

**Fricò/Bandiera

Melanzane alla parmigiana

Fiori di zucca

Mele al forno: 200° a 3 il forno acqua+vino (Frida consiglia spicchi di arancio, anche)

Patate arrosto

Purè

~~> 1. CARBONARA

INGREDIENTI

pancetta: 80 gr a testa

se si vuole una carbonara molto saporita usare pancetta affumicata, altrimenti pancetta non affumicata, oppure un misto di ambedue i tipi di pancetta

uova: 1/1½ a testa

sale e pepe

pasta (spaghetti, tagliatelle..), 80-100 gr a testa

una padella abbastanza larga da contenere prima la pancetta e poi anche la pasta

PREPARAZIONE

a) sbattere le uova in un piatto con parmigiano, sale e pepe

se si usano solo i tuorli la carbonara avrà un colore più giallo, altrimenti usare le uova con tutto l'albume

b) far soffriggere la pancetta nella padella finché non indora (con un po' di olio iniziale)

(per insaporire, si può far prima indorare un po' di aglio e di cipolla e poi toglierli)

c) cuocere la pasta in abbondante acqua salata

ESECUZIONE

Versare la pasta nella padella della pancetta e farla saltare un paio di minuti

versare l'uovo

far saltare più o meno a seconda se si vuole che l'uovo sulla pasta abbia l'aspetto di frittatina o no

~~> 2. FETTINE PIZZAIOLA

INGREDIENTI

Fettine
Olio
aglio
sale
Passata di pomodoro (Mutti)

una padella abbastanza larga da contenere le fettine senza doverle mettere una sull'altra

ESECUZIONE

Scaldare l'olio soffriggendovi uno spicchio d'aglio che poi togliamo
Versare la passata e far scaldare qualche minuto

Aggiungere le fettine

~~> 3. FRICO' (bandiera)

(con Maria, mia suocera, il 21 Gennaio 2006)

INGREDIENTI

- 1) Olio abbondante che copra il fondo della casseruola e anche più)
- 2) Cipolla tagliata fine (1/4 di cipolla)
- 3) 4 Melanzane
- 4) Mezzo gambo di sedano
- 5) 2 Pomodori rossi (a grappoli) togliendo i semi
- 6) 1 peperone giallo e 1 rosso
- 7) sale grosso e pepe

[altri ci mettono patata e altri ancora zucchina]

PROCEDIMENTO

- 1) Sminuzzare tutti gli ingredienti
- 2) Cuocere a fuoco semilento
- 3) smuovere ogni tanto
- 4) un po' d'acqua dopo circa 10 minuti
- 5) bollire circa 20-25 minuti
 fino a che non è cotto il sedano

~~> 4. SPAGHETTI AL POMODORO

1. Far cuocere insieme

olio nel tegame

un po' di cipolla tritata (oppure far imbiondire un po' di cipolla e aglio e poi toglierli)

un gambo di sedano tritato

un po' di burro (da mia suocera)

una carota tritata

pomodori pelati (150 gr a persona)

sale (grosso)

2. Passare il tutto (quando le verdure sono abbastanza cotte)

3. Aggiungere

parmigiano

una punta di zucchero

un pizzico di peperoncino

il basilico

4. Preparare gli spaghetti in abbondante acqua salata

~~> 5. SUGO AL RAGU' DI CARNE

(con Maria, mia suocera, il 21 Gennaio 2006)

Ingredienti (x 4 persone)

Olio
Carne macinata (120 gr)
bistecca
Salsiccia (2 lunghe)
burro (un po')
lardo (un cucchiaino)
cipolla (poca)
sedano (1/3 di gambo)
1 Chiodo di garofano
aglio (poco più di mezzo spicchio)
Sale grosso
pepe (poco)
uno-due confezione di pelati

- 1) Olio sul fondo della casseruola
- 2) tagliuzzare la cipolla
- 3) aggiungere l'aglio
- 4) mettere carne macinata e salsiccia sbriciolata
- 5) la bistecca
- 6) il burro
- 7) il sedano
- 8) il chiodo di garofano
- 9) sale e pepe

- 10) a fuoco lento

- 11) smuovere ogni tanto (sfarinare bene la carne)

- 12) aggiungere i pelati col passino
(aggiungendo l'acqua solo per pulire il passino)
- 13) aggiungere un po' di passata di pomodori

- 14) parmigiano

- 15) coperchio e bollire senza mescolare a fuoco lento
per circa mezz'ora

~~> 6. SPAGHETTI (O FUSILLI) ALLE OLIVE E POMODORO

(Spaghetti alla puttanesca, di origine napoletana)

Ingredienti

Usare una casseruola sufficientemente larga per poi poterci saltare gli spaghetti

Passata Mutti (o simile) (100 gr a persona)
Confezione di olive nere snocciolate
Confezione di olive verdi snocciolate
Cipolla (Peperone)
(Pancetta a cubetti)
Aglio
Olio, Sale, Pepe, Peperoncino, (Origano)
Parmigiano
Capperi, Prezzemolo
Filetti di acciughe

Esecuzione

Esecuzione

- 1) Olio sul fondo della casseruola
 - 2) tagliuzzare la cipolla
 - 3) aggiungere l'aglio e i filetti di acciughe e i capperi tritati
 - 4) far soffriggere qualche minuto
 - 5) togliere aglio e cipolla (e, volendo, capperi e filetti di acciughe)
(aggiungere, se si vuole, pancetta a cubetti e peperone a listarelle)
 - 6) aggiungere la passata e farla cuocere a fuoco lento
 - 7) Aggiungere sale e pepe (c'è chi mette anche un po' di origano)
 - 8) dopo 10 minuti aggiungere le olive, già tagliate in piccole rondelle e far cuocere per qualche minuto
 - 9) Aggiungere il prezzemolo tritato a cottura finita
- 9) Far cuocere gli spaghetti in abbondante acqua salata
- 10) Saltare per un minuto la pasta scolata nella casseruola del sugo

~~> 7. FRITTATA CON CIPOLLE E PASSATA DI POMODORO

Ingredienti

Passata di pomodoro (Mutti, preferita) (150 gr a persona)

Cipolle

Uova fresche (una a persona)

Olio, sale, pepe

Esecuzione

1. Sbollentare le cipolle e tritarle
2. Olio, cipolle e passata di pomodoro in una teglia e far cuocere fino a che la passata si è ristretta
3. Aggiungere l'uovo e far cuocere per qualche minuto

8 ~> Insalata di riso (dalla Dody)

- 1) Riso apposito per l'insalata (Gallo)
- 2) Cuocerlo al dente
- 3) Sottoli della giardiniera sottolio, scolati (non l'olio dentro al barattolo). I pezzi grossi vanno sminuzzati.
- 4) wurstel crudi tagliati a fettine sottili
- 5) Dadini di prosciutto cotto
- 6) Emmenthal a dadini
- 7) Fontina a dadini
- 8) Tonno scolato
- 9) uovo sodo

Scolato il riso, farlo raffreddare (se no il formaggio si fonde)
in una terrina mettere tutti gli ingredienti fatti e ci butti il riso scolato

Amalgamare il tutto

se piace la maionese, c'è chi la mette (se no un po' d'olio crudo)

e poi in frigo da mangiare freddo

9 ~> UOVO SODO

ho la mamma che è cuoca...lei dice che devi mettere l' acqua sul fuoco, quando bolle metti le uova, aspetti 8 minuti, spegni il fuoco e lasci 2 minuti le uova in acqua...passi le uova nell' acqua fredda per raffreddarle e in seguito le pulisci...nn subito altrimenti viene via pure il bianco dell' uovo..

10 ~> PENNE GRATINATE AL FORNO

INGREDIENTI:

320g di pasta corta
1 melanzana
100g polpa di pomodoro
olio d'oliva
1 cipolla
1 spicchio d'aglio
foglie di basilico
sale e pepe
150g di Ricotta Santa Lucia
10g di mandorle filettate

PREPARAZIONE:

Tagliare a pezzetti la melanzana e soffriggerla in padella con olio, aglio e cipolla, quindi aggiungere il pomodoro, sale e pepe, lasciando cuocere per pochi minuti. Cuocere la pasta in acqua salata; scolarla e unire metà della Ricotta Santa Lucia. Disporre il tutto in una pirofila unta. Cospargere con le mandorle e la restante parte della Ricotta Santa Lucia prima di passare in forno a 240° per una veloce gratinata

11 ~> POMODORI E PEPERONI AL FORNO

INGREDIENTI:

4 peperoni e 4 pomodori grandi
270 g di Galbanino
prezzemolo, sale, pepe
2 cipolle
1 spicchio d'aglio
2 foglie di menta tritata
8 cucchiaini di riso
5 cucchiaini di olio
prosciutto crudo tagliato alla barese
e foglie di rucola

PREPARAZIONE:

Tagliare la parte superiore dei peperoni e dei pomodori e conservarla, togliere la polpa dai pomodori utilizzando un cucchiaino e tritarla deponila in un recipiente tritare l'aglio, il prezzemolo, la menta e le cipolle. Prendere il contenitore con la polpa ed inserire 8 cucchiaini di riso crudo, versare il mix di aglio menta prezzemolo e cipolle, tagliamo il nostro Galbanino a cubetti e versiamolo nel contenitore mescoliamo e aggiungiamo 5 cucchiaini di olio infine sale e pepe QB. Dopo aver mescolato tutto per bene prendiamo i pomodori e i peperoni e inseriamo nel loro interno il nostro preparato di riso. Inseriamo un sottile strato di Galbanino sulla parte superiore e chiudiamo il tutto con parte conservata dei peperoni e pomodori. Deponiamo i peperoni e i pomodori uno vicino all'altro per aiutarsi nella cottura all'interno di una pirofila, inforniamo il tutto a 250° per circa un'ora. Infine prendiamo le foglie di rucola, il prosciutto crudo tagliato alla barese e altri cubetti di Galbanino e deponiamoli nei piatti. Inseriamo 1 pomodoro, 1 peperone, un filo d'olio crudo attorno e serviamo. Buon appetito a tutti..

12 ~> PASTA ALLA RICOTTA

INGREDIENTI:

80g pasta a persona

250g Ricotta Santa Lucia

Per chi lo desidera Cannella: 3 cucchiaini da caffè'

Zucchero

Mettete a cuocere la pasta. Nel frattempo mettete la Ricotta Santa Lucia sul fondo di una zuppiera. A cottura quasi ultimata, versate sulla ricotta 3 cucchiai circa di acqua di cottura della pasta e schiacciatela con la forchetta. Scolate la pasta, versatela nella zuppiera e servite.

13 ~> AGLIO (+CIPOLLA), OLIO e PEPERONCINO

INGREDIENTI:

110g pasta a persona (preferisco barilla numero 3 o numero 5)
Aglio (2 spicchi)
Cipolla (un bello spicchio)
Prezzemolo q.b.
Peperoncino q.b.
Olio di oliva
Olio extravergine di oliva
Parmigiano
Sale - pepe

Pasta cotta in abbondante acqua salata.

Preparazione del condimento in padella:

- 1) Preparare tutto e poi farlo rosolare negli ultimi tre minuti della bollitura della pasta, in modo che la fine della bollitura coincida con il riversare la pasta nella padella del condimento (particolarità!)
- 2) Tritare cipolla e aglio a piccolissimi dadini
- 3) far friggere un minuto l'olio d'oliva
- 4) Far aggiungere aglio e cipolla
- 5) dopo un minuto e mezzo aggiungere peperoncino e prezzemolo
- 6) aggiungere la pasta e far saltare per un paio di minuti
- 7) servire su piatto piano, allargando gli spaghetti in modo da occuparne tutta la superficie
- 8) Aggiungere il parmigiano e una spruzzata di olio extravergine di oliva

14 ~> SUGO DI POMODORO E CARNE MACINATA

INGREDIENTI:

80g pasta a persona

250g Ricotta Santa Lucia

Per chi lo desidera Cannella: 3 cucchiaini da caffè'

Zucchero