

VITA IN CASA **CUCINA**

di Terry e Toni Sarcina
(altopalato@altopalato.it)
foto di Claudia Ruggiero



MENU

di settembre

L'ESTATE STA PER FINIRE E GIÀ SI SENTONO, DAL PUNTO DI VISTA GASTRONOMICO, SEGNALE D'AUTUNNO. IL NOSTRO PRANZO IDEALE? GNOCCHETTI AL RAGÙ DI POLLO, UOVA STRAPAZZATE CON SEDANO, CREMA DI NOCCIOLE AL CAFFÈ.

Vino consigliato a tutt pasto

Seiano - **Cantina d'Isera** (rosso - Trentino) da servire a 16'.

Gnocchetti sardi al pollo

1 Lavare i petti di pollo e tagliarli a dadini. Scottare i pomodori in acqua in ebollizione, scolarli, privarli della buccia, dei semi e tritarli; sbucciare la cipolla, lavarla e tritarla finemente.

2 Mettere in un tegame un poco d'olio, scaldarlo e rosolarvi i dadini di polpa di pollo, facendoli colo-

rare leggermente da tutte le parti; insaporirli con un pizzico di sale e pepe, scolarli e tenerli da parte.

3 Nello stesso tegame di cottura aggiungere l'olio rimasto e far appassire la cipolla tritata, senza lasciarla colorire; unirvi i pomodori tritati, lo zafferano, il basilico lavato e tritato e un pizzico di sale e pepe.



Tempo di preparazione:
40 minuti

Ingredienti

per 4 persone:

- 350 g di pasta del tipo gnocchetti sardi
- 200 g di petti di pollo
- 200 g di pomodori maturi e sodi
- una cipolla
- un mazzetto di basilico
- una bustina di zafferano
- 1 dl di olio d'oliva extravergine
- 2 cucchiaini di formaggio
- pecorino grattugiato
- sale e pepe

4

Cuocere la salsa, a fuoco moderato, per 10 minuti circa, mescolando di tanto in tanto con un cucchiaino di legno; aggiungervi i dadini di pollo tenuti da parte e continuare la cottura per altri 10 minuti circa.

5

Nel frattempo, in una pentola portare a ebollizione abbondante acqua, salarla e cuocervi la pasta; scolarla al dente, condirla con il ragù di pollo, cospargerla con il formaggio pecorino grattugiato e servirla calda.

Note e suggerimenti

- Il formaggio pecorino può essere sostituito con formaggio grana.
- Il ragù di pollo è adatto a condire vari tipi di pasta corta: maccheroncini, farfalle eccetera.

Uova strapazzate con corona di sedano

1

Staccare i gambi dei sedani, eliminare le foglie e gli eventuali filamenti, tagliarli a pezzi della lunghezza di 7-8 cm, lavarli e cospargerli con un pizzico di sale e pepe; cuocerli a vapore per 8-10 minuti circa, finché risulteranno teneri.

2

In una terrina, battere leggermente le uova con una forchetta insieme con il latte e un pizzico di sale e pepe; far ammorbidire il burro a temperatura ambiente.

3

Versarle in una casseruola sul fuoco e cuocerle per pochi minuti a fuoco dolcissimo, mescolandole continuamente con un cucchiaino di legno. Le uova dovranno risultare appena rapprese e molto morbide.

no risultare appena rapprese e molto morbide.

4

Togliere la casseruola dal fuoco, aggiungere il burro diviso a pezzetti e mescolarlo con un cucchiaino di legno.

5

Distribuire i sedani caldi sul piatto di portata e versarvi sopra le uova strapazzate. Servire il piatto caldo.

Note e suggerimenti

- I gambi dei sedani possono essere cotti anche in acqua salata in ebollizione.
- Il tempo di cottura, sia al vapore sia in acqua bollente, dipende dalle loro dimensioni e, soprattutto, dalla freschezza.



Tempo di preparazione:
30 minuti

Ingredienti

per 4 persone:

- 4 uova
- 4 cuori di sedano
- 20 g di burro
- 150 g di latte
- sale e pepe



famiglia cristiana - n. 37/2009 - 117

VITA IN CASA

CUCINA

MENÙ DI SETTEMBRE

Crema di nocciole al caffè

1
Tritare finemente le nocciole, frullandole con un cucchiaino di zucchero e riducendole in polvere.

2
Portare a ebollizione il latte in un tegame sul fuoco e aggiungervi il caffè.

3
Nel frattempo, in una terrina lavorare i tuorli con lo zucchero rimasto, fino a ottenere un composto omogeneo e unire, poco alla volta, il latte al caffè, mescolan-

do rapidamente con un cucchiaino di legno.

4
Versare il composto in un tegame, porlo sul fuoco e portarlo quasi a ebollizione, mescolando continuamente, finché la salsa avvolgerà il cucchiaino. Togliere dal fuoco, versarla in una ciotola, filtrandola attraverso un colino, unirvi le nocciole in polvere e farla raffreddare; incorporare, delicatamente, la panna montata a parte.

5
Distribuire la crema nelle coperette individuali e decorarla con ciuffetti di panna montata e chicchi di caffè; conservarla in frigorifero fino al momento di servirla.

Note e suggerimenti

Quando si desidera ottenere la frutta secca in polvere: nocciole, mandorle eccetera, è bene frullarle, aggiungendo un poco di zucchero che aiuta ad assorbire la parte oleosa contenuta; diversamente, si otterrebbe quasi una crema.



Tempo di preparazione:
30 minuti

Ingredienti per 4-6 persone:

- 60 g di nocciole tostate
- una tazzina di caffè molto ristretto (oppure un cucchiaino di caffè solubile)
- 6 tuorli d'uovo
- 2 dl di latte
- 1,5 dl di panna
- 100 g di zucchero

Per la decorazione

- 4 cucchiaini di panna montata
- qualche chicco di caffè

L'ANGOLO DEL BON TON

SE MANCASSE IL PANE FRESCO

Nel caso in cui ci si accorgesse all'ultimo momento di non averlo fresco ma del giorno precedente, si potrà ovviare all'inconveniente passandolo in forno caldo (180 gradi) per 8-10 minuti a seconda del formato e averlo a disposizione croccante. Se si trattasse di pane di grosse dimensioni, è bene metterlo in forno intero e affettarlo prima di portarlo in tavola. Questa operazione si può fare una sola volta poiché dopo averlo riscaldato diverrà irrimediabilmente duro e potrà essere riutilizzato solo come pangrattato.