

Cuciniamo INSIEME!



Il ricettario delle famiglie del gruppo Babele

Festa finale "Aspettando l'estate" 8 giugno 2012

Ricette salate

Insalata di riso Veg

Famiglia Celli
Provenienza: italiana

Ingredienti:

Riso parboiled
Mais
Piselli
Peperone rosso
Olive verdi
Olive nere
Pomodorini ciliegino
Olio extra vergine d'oliva
Sale
Spezie a piacere (origano, prezzemolo, coriandolo, cumino...)

Preparazione:

bollire il riso in acqua salata. Nel frattempo, preparare una ciotola piuttosto capiente, aggiungendovi mais e piselli precedentemente lessati, il peperone già fatto saltare per qualche minuto in padella con un filo d'olio, olive verdi e nere sminuzzate e i pomodorini tagliati a dadini.
Scolare il riso non appena la sua cottura risulta al dente, quindi versarlo nella ciotola preparata in precedenza, condire il tutto con olio extravergine d'oliva e profumare con eventuali spezie.
Lasciare raffreddare a temperatura ambiente, poi coprire la ciotola con pellicola trasparente e riporre in frigorifero per almeno 2 ore.

Coxinha

(coscetta)

Famiglia De Santis

Provenienza: Brasile

Ingredienti:

500 g di farina

1 L di brodo di pollo

Noce di burro

Sale

Petto di pollo (per il ripieno)

Preparazione:

bollire il brodo di pollo con il burro, aggiungere tutta la farina, mescolare fin che non si stacca l'impasto.

Fare delle palline e riempire con il pollo macinato, passare nell'uovo sbattuto e nel pan grattato.

Friggere in abbondante olio.

Pizzette di Nonna Lucia

Famiglia Del Prete

Provenienza: Napoli

Ingredienti:

farina, sale, olio per la pasta della pizza.

Pomodori pelati, grana grattugiato, basilico, olio, origano per il sugo.

Preparazione:

impastare la pasta lasciare riposare e quando sarà lievitata formare delle palline con le dita e schiacciarle. Friggere le palline.

Poi si mette il sugo preparato con pomodoro, olio, basilico e origano, e il formaggio grattugiato sopra.

Si usa prepararle il giorno prima e mangiarle fredde.

Empanadas

(panzerotti di carne)

Famiglia De Rose

Provenienza: Argentina

Ingredienti:

macinato bovino

cipolla

peperoni

patate

uova.

Impasto: farina, acqua, olio e sale.

Preparazione: si cuoce il macinato insieme alla cipolla, ai peperoni e alle patate. Si cuoce per mezz'ora. Si fanno bollire le uova e si tagliano a pezzi piccoli. Dopo si fa l'impasto si dispone a circolo e si riempie con il macinato e si mette in forno.

Pizza di pasta

Famiglia Grazioli

Provenienza: Napoli

Ingredienti:

spaghetti

uova

formaggio grattugiato

affettato a dadini

Preparazione: lessare gli spaghetti, unitevi gli affettati e formaggi a dadini con le uova e formaggio grattugiato. Ungere una teglia da forno versare il tutto e cuocere fino a che diventa dorata.

Pollo fritto

Famiglia Jin
Provenienza: Cina

Ingredienti:

12 cubetti di petti di pollo
(per la pastella)
Un cucchiaino di fecola di patate
2-3 uova
Un cucchiaino e mezzo di vino bianco
Farina bianca q.b.
Acqua q.b.
Sale q.b.

Preparazione:

Mescolare gli ingredienti della pastella in una ciotola. Aggiungere la farina setacciandola con un setaccio per non formare grumi, finché la pastella non diventa abbastanza densa. Immergere i cubetti di pollo nella pastella e friggere in olio di semi molto caldo per 7-10 minuti. Aggiungere sale solo alla fine.

Frittata di spaghetti

Famiglia Giordano
Provenienza: Napoli

Ingredienti: (per 4 persone)

500 g di spaghetti
3 uova
Pancetta a cubetti
Sale e pepe q.b.
Formaggio grana q.b.

Preparazione:

cuocere gli spaghetti. Sbattere le uova in una terrina con sale, pepe e formaggio grana. Rosolare la pancetta. Quando gli spaghetti sono pronti gli si aggiunge la pancetta e il resto del condimento. Riscaldare una padella con l'olio e quando si è scaldata metterci dentro gli spaghetti e fare rosolare da entrambi le parti. Tagliare e servire.

Treccia di pan brioches ripiena

Famiglia Però
Provenienza: Emilia Romagna

Ingredienti:

550 g di farina
250 g di latte
50 g di olio d'oliva
1 cucchiaino di zucchero
10 g di sale fino
1 cubetto lievito di birra
1 uovo
1 tuorlo per spennellare
PER IL RIPIENO:
100 g speck e 100 g di scamorza aff.ta

Preparazione:

impastare tutti gli ingredienti per la pasta insieme (tranne il tuorlo). Deve risultare un impasto morbido e se si appiccica aggiungere un cucchiaino di farina. Coprire l'impasto e farlo lievitare per circa un'ora. Nel frattempo tritare lo speck ed il formaggio. Quando l'impasto è lievitato è raddoppiato di volume, farlo sgonfiare e stenderlo con il matterello, formando un rettangolo da dividere in 3 parti uguali. Su ogni pezzo di pasta, stendere una parte del composto (speck e formaggio) chiudere delicatamente, formando 3 cilindri da intrecciare fra loro. Lasciare lievitare ancora per 30 min., poi spennellare la treccia con il tuorlo sbattuto. Cuocere in forno caldo a 200 gradi per circa 30 min.

consiglio:

si può sostituire lo speck con prosciutto crudo, cotto o verdure e formaggi a piacere.

Ghros

Famiglia Ikram Jarmouni

Provenienza: Marocco

Ingredienti:

½ Kg di farina
un pò di lievito di birra
un po' di burro
sale q.b.

Preparazione:

mescolare gli ingredienti tutti insieme trasformare delle palline grosse, riempirle a piacere.

Cous cous

Famiglia khalifi

Provenienza: Marocco

Ingredienti:

verdura
carne
pepe
acqua
salsa di pomodoro grano.

Preparazione:

si mette l'acqua con un po' di sale sul cous cous, si cuoce e si aggiunge la carne, la verdura e le spezie. Si rimette l'acqua sul cous cous si lascia cuocere, si rimette per l'ultima volta l'acqua sul cous cous si controlla il sugo e poi si mette sul piatto.

Focacce ripiene

Famiglia Musarò

Provenienza: produzione propria!

Ingredienti:

farina
acqua
lievito
sale
olio
ricotta
spinaci
salsiccia
formaggio
pomodoro
cotto
mozzarella
crema di formaggio

Preparazione:

1)750g. di farina. 2) versare il lievito nell'acqua calda per farlo sciogliere. 3) versare l'acqua con il lievito nella farina. 4) Aggiungere sale e un cucchiaino di olio di oliva. 5) Impastare. 6) mettere l'impasto in un contenitore e coprirlo con un coperchio, fare lievitare per un'ora e mezza. 7) prendere una padella e aggiungere 150g di burro, tritare mezza cipolla, fare soffriggere il tutto. 8) spelare la salsiccia e aggiungerla a piccoli tocchi nella padella, aggiungere mezzo bicchiere di vino e cuocere fino a sfumare il vino, aggiungere un pizzico di sale e pepe, togliere dai fornelli. 9) fare bollire 250g. di spinaci, prendere una ciotola versare la ricotta a piacere e gli spinaci, aggiungere un po di formaggio e mescolare il tutto, unire la salsiccia e fare un impasto unico. 10)lievitata la pasta la si tira e la si deposita in una teglia, versare tutto l'impasto che diventa uniforme, poi si tira dell'altra pasta e copriamo il tutto. Si sparge sopra un goccio di olio di oliva e sale. Si bucherella con la forchetta e si inforna a 250° per 45 minuti. Una volta cotta lasciare raffreddare per mezz'ora prima di servirla.

Parmigiana

Famiglia Valentini

Provenienza: Catania

Ingredienti:

1,5 Melanzane
100g Prosciutto cotto
300g Mozzarella
1 bottiglia Pomodoro
2 spicchi aglio
2 uova sode
6 uova
Pecorino

Preparazione:

Per preparare la parmigiana di melanzane per prima cosa bisogna preparare il sugo di pomodoro. Far rosolare l'aglio tritato con 4 cucchiaini di olio d'oliva in un tegame, facendo soffriggere per qualche minuto, poi aggiungere il passato e lasciare bollire fino all'addensamento del sugo. In ultimo aggiungere un pizzico di sale e delle foglie di basilico. Lavare e tagliare le melanzane a fette di circa 1 cm di spessore per il verso della lunghezza. Metterle in una ciotola grande, disporle a strati e cospargere ogni strato di sale grosso, lasciarle riposare per almeno 1 ora. Trascorso il tempo di posa toglierle dalla ciotola, sciacquarle sotto l'acqua corrente e asciugarle per bene. Preparare una padella con un po' di olio e soffriggere le melanzane finché saranno dorate da entrambi i lati. Con le sei uova preparare l'impasto di una frittata, mettere metà del preparato in una padella con un filo di olio a fuoco basso, disporre a strati le melanzane, il prosciutto, la mozzarella, l'uovo sodo tagliato a fette e la salsa di pomodoro, una volta fatti tutti gli strati ricoprire con il restante preparato con l'uovo. Aspettare alcuni minuti dopo di che capovolgere il tutto per far cuocere la parte sopra. Cuocere a fuoco lento.

Lasagne Modenesi

Famiglia Bonucchi

Ingredienti x 8 persone:

700 gr. Macinato di manzo magro
250 gr. Salsiccia di maiale
1\2 Cipolla (quella dorata)
500 gr. Passata di pomodoro
500 gr. Besciamella
200 gr. Panna
400 gr. Farina
100 gr. Spinaci frullati
2 Uova
Parmigiano grattugiato q.b.
Sale q.b.
1\2 Bicchiere circa di olio d'oliva
Un po' di Prezzemolo

Preparazione:

Ragù - In un tegame antiaderente e grande, mettere olio, cipolla e prezzemolo tritati. Fate rosolare, dopo unire macinato e salsiccia e fate rosolare tenendo il fuoco basso. Aggiungere il pomodoro, il sale e 1\2 bicchiere d'acqua. Coprire con un coperchio e a fuoco basso fate cuocere il tutto mescolando ogni tanto. Quando l'olio sarà tutto in superficie, il ragù sarà pronto.

A questo punto unite la besciamella e la panna al ragù.

Pasta - Unite la farina, le uova e gli spinaci e cominciate a impastare (se avete il robot da cucina usatelo: è più pratico e viene ben impastata). Per tirare la pasta io uso la macchinetta e la tengo posizionata al n. 6 o 7.

Tagliatele per la lunghezza della teglia da forno.

Scottate le strisce di pasta in acqua bollente e salata con 3 cucchiaini d'olio per evitare che si attacchino tra loro, non più di 2 o 3 strisce alla volta per poi versarle in acqua fredda sempre con un po' d'olio, sgocciolatele e stendetele su un canovaccio per asciugarle un po'.

Prendete la teglia da forno e cominciate stendendo: un po' di ragù, uno strato di pasta e parmigiano grattugiato. Continuate così finché la teglia non sarà piena.

Alla fine coprite bene con ragù e abbondante parmigiano.

Cuocere in forno a 175°C per 45 min.

Ricette dolci

Torta alla ricotta

Famiglia Mascia
Provenienza: Sardegna

Ingredienti:

Per la base:

300 g di farina 00
100 g di zucchero
1 bustina di vanillina
100 g di burro
1 uova

Per la farcitura:

500 g di ricotta
150 g di zucchero
100 g di cioccolato in scaglie

Preparazione:

per la base amalgamare tutti gli ingredienti e formare la base.
Per la farcitura amalgamare tutti gli ingredienti e metterli sopra la base. In forno a 200°.

Torta

Famiglia Biad

Ingredienti:

uova, farina, lievito, zucchero, vaniglia, yogurt.

Preparazione: mescolare il tutto e mettere nel forno per 30 minuti a 180°.

Crostata di amarene

Famiglia Corradini
Provenienza: Fiorano Modenese

Ingredienti:

farina 00
1 uovo
3 cucchiaini di zucchero
100g. burro
1 cucchiaio olio di oliva
la buccia grattugiata di mezzo limone, lievito q.b
Per la farcitura marmellata di amarene.

Preparazione: mescolare burro e zucchero, aggiungere l'uovo, olio, buccia grattugiata, farina e lievito. Impastare tutti gli ingredienti insieme. Imburrare una tortiera stendervi la pasta, conservando una piccola quantità per fare le decorazioni. Stendere la marmellata sulla pasta. Creare con l'impasto tenuto da parte delle strisce e disporle a piacere sopra alla marmellata. Infornare per 30 minuti a 180°.

Bigné marocchini

Famiglia Frouh
Provenienza: Marocco

Ingredienti:

1 lievito di pane
1 kg di farina
1 pizzico di sale
1 vanillina
1 uovo
¼ bicchiere di olio
¼ di burro
1 bicchiere di latte
Un po' di zafferano
Acqua per impastare

Preparazione: mescolare tutto fino a ottenere una pasta morbida lo dividiamo in 3 palline. Lo stendiamo con la farina e lo tagliamo con uno stampo tondo lasciamo riposare per mezz'ora li friggiamo nell'olio e mettiamo un po' di zucchero sopra.

Cheesecake ai mirtilli

Famiglia Pifferi

Ingredienti:

250g di ricotta
250g di mascarpone
80g di zucchero
3 albumi di uova montati a neve
80g di burro
180g di biscotti secchi
1 cucchiaio di farina
200g di mirtilli

Preparazione: in una teglia con carta forno preparare un fondo con i biscotti e burro fuso. Versare il composto con ricotta, mascarpone, uova, zucchero e farina ben amalgamato sul Fondo e infornare per 30/40 minuti a 150° a freddo mettere sopra i mirtilli oppure un vasetto di marmellata di mirtilli.

Torta allo yogurt

Famiglia D'elia

Ingredienti:

150 g di preparato per crema pasticciera
130 g di preparato per forno torta
1 stampo per torte
375 g dello yogurt preferito
50 g di burro

Preparazione: Montare lo stampo per torte. Sciogliere il burro nel pentolino a fiamma moderata. Togliere il pentolino dal fuoco, e versarvi il preparato per fondo torta e amalgamare bene il tutto. Distribuire il composto sulla base dello stampo, premendo con un cucchiaio in modo di ottenere un fondo uniforme e compatto. Metti poi nel frigorifero per 10 minuti. Versa lo yogurt freddo nella terrina, e aggiungere il preparato per crema. Mescolare e montare con lo sbattitore elettrico alla massima velocità per 3 o 4 minuti. Distribuire la crema sul fondo torta e livellarla con un cucchiaio. Se vuoi con l'aiuto della forchetta praticare sulla superficie delle righe ondulate decorative. Porre in frigorifero per almeno 2 ore. E come tocco finale se volete, mettere della frutta fresca.

Torta al cioccolato

Famiglia Oubraim

Provenienza: Emilia-Romagna

Ingredienti:

3 uova
50 g di zucchero
50 g di farina
40 g di cacao
Una bustina di lievito
Un bicchiere di latte
panna q.b. (per decorare)
frutta mista q.b.

Preparazione:

Nella ciotola mescolare le uova e lo zucchero: poi aggiungere nella ciotola il latte, il lievito, la farina e il cacao e mescolare. Imburrare la teglia. Versare il contenuto della ciotola nella teglia per 30 minuti per 150 °C. Lasciare raffreddare e decorare con la panna montata a neve e la frutta.

Torta al Mars

Famiglia Russo

Provenienza: Emilia – Romagna

Ingredienti:

Burro
Riso soffiato
Mars

Preparazione:

Tagliare a dadini i mars, sciogliere il burro insieme al mars e dopo aggiungere il riso soffiato. Spianare il tutto in una tortiera .

Torta nera

Famiglia Monari

Provenienza: Emilia-Romagna

Ingredienti:

250g. zucchero

5 uova

150 cioccolato dolce in polvere

50g. cacao

50 g. fecola

1 cucchiaino di caffè in polvere

180 g. burro (anche sciolto)

Preparazione:

mescolare tutti gli ingredienti con i tuorli. Unire gli albumi montati a neve. Cuocere a bassa temperatura (150°) per un'ora circa. Al termine della cottura, lasciare raffreddare e cospargere di zucchero a velo.

Salame dolce

Famiglia Monari

Provenienza: Emilia-Romagna

Ingredienti:

1 etto di zucchero

1 etto di burro

1 uovo

125 g di biscotti secchi

Preparazione:

mescolare lo zucchero con il burro, aggiungere l'uovo e il cacao. Aggiungere i biscotti tritati, mescolare e dare la forma.

**Un ricettario per produrre scambio
e contaminazioni di storie...**

Gruppo Babele

www.gruppobabele.it