LA CUCINA ITALIANA

Mensile

Data 05-2019
Pagina 112/16
Foglio 1 / 5

L'ingrediente

FIOR DI ZUCCHINA

Al naturale su crostini e in insalata, nella pasta e nel risotto. E poi fritti, sempre deliziosi. Per dare a ogni piatto una pennellata di primavera

ricette GIOVANNI ROTA
testi VALENTINA VERCELLI
foto RICCARDO LETTIERI
styling BETTINA CASANOVA

RISOTTO AL PREZZEMOLO CON COZZE E VONGOLE

Piatto e sottopiatto del risotto, quaderni di fondo nelle foto della pagina accanto **Henriette**, bicchiere e piante **Viridea**, ciotole del pinzimonio e dei fiori fritti **Virginia Casa**, piatto della bruschetta **PiattoUnico**, piatto dell'omelette **Funky Table per Bitossi Home**.

075342

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

IN PINZIMONIO CON SALSA DI LAMPONI

Mondate 8 zucchine mignon, tagliatele in 6 spicchi per il lungo e rimuovete la parte centrale. Eliminate il pistillo di 12 fiori di zucca tagliandolo con le forbici. Frullate 50 g di lamponi con 50 g di olio extravergine, 10 g di aceto di lamponi o di mele e 10 g di acqua, sale e pepe. Servite il pinzimonio di zucchine e fiori con la salsa al lampone.

SULLA BRUSCHETTA

Mescolate 100 g di formaggio fresco tipo robiola con 1 cucchiaio di olio extravergine, un pizzico di sale, una macinata di pepe e qualche fogliolina di maggiorana. Spalmate la robiola su 4 fette di pane casareccio da circa 25 g ciascuna; adagiatevi sopra ½ fiore di zucca e completate con semi di zucca, fiocchi di sale e un filo di olio.

NELLA OMELETTE

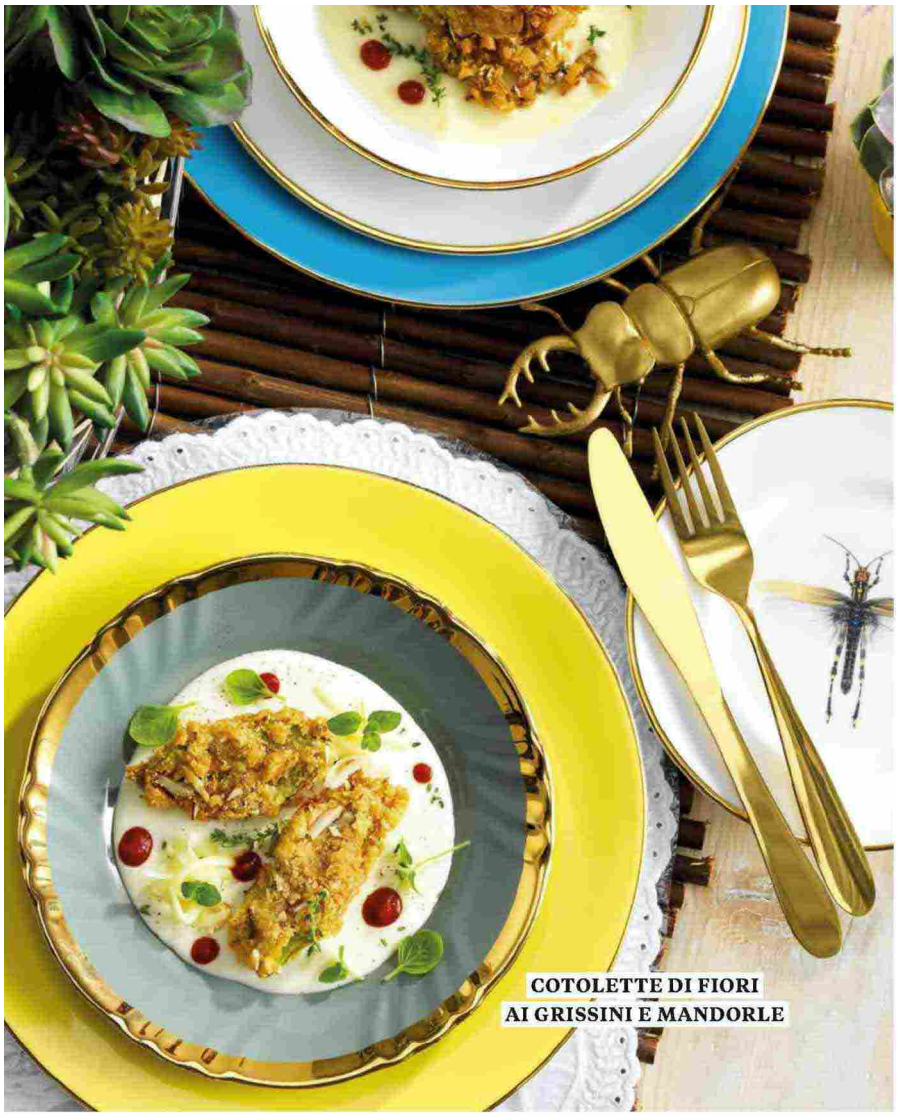
Sbattete 2 uova e mescolatele con 1 cucchiaio abbondante di Parmigiano Reggiano Dop grattugiato, 1 cucchiaio di latte, 1 fiore di zucca tagliato a pezzetti, sale e pepe. Scaldate una padella antiaderente, unta con una noce di burro, e cuocetevi l'omelette per un paio di minuti. Servitela accompagnandola con insalatina verde e rossa e petali di fiori di zucca.

FRITTI IN PASTELLA AL PROSECCO

Mescolate, utilizzando una frusta, 300 g di farina 00 con 150 g di Prosecco e 200 g di acqua, ottenendo una pastella. Intingetevi 16 fiori di zucca interi e friggeteli immediatamente in abbondante olio di arachide ben caldo per un paio di minuti. Scolateli su carta da cucina, salateli e serviteli subito, ben caldi.

075342

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.



COTOLETTE DI FIORI AI GRISSINI E MANDORLE

Cotolette di fiori ai grissini e mandorle

Impegno Medio
Tempo 45 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

250 g panna fresca
120 g formaggio pecorino fresco
75 g pangrattato
50 g grissini
30 g mandorle sgusciate
8 fiori di zucca
3 uova – 2 acciughe sott'olio
timo limone – menta
concentrato di pomodoro
olio di arachide – sale

Scaldate la panna in una casseruola e fatela ridurre per 3-4 minuti dal bollore; spegnete la fiamma e mescolatevi il pecorino grattugiato grossolanamente con un pizzico di sale, finché non si sarà fuso in modo uniforme.
Frullate 1 cucchiaio di concentrato di pomodoro con 50 g di acqua e le acciughe.
Tritate grossolanamente i grissini e le mandorle e mescolateli con il pangrattato e le foglioline di 3 rametti di timo limone.
Mondate i fiori di zucca, eliminando il fondo con il pistillo.
Sbattete le uova.
Intingete i fiori nelle uova sbattute, quindi passateli nel mix di pangrattato, grissini e mandorle e friggeteli in abbondante olio di arachide ben caldo per un paio di minuti. Scolateli su carta da cucina.
Distribuite la crema al pecorino nei piatti, adagiatevi sopra i fiori impanati e completate con puntini di salsa di pomodoro e foglioline di menta.

Risotto al prezzemolo con cozze e vongole

Impegno Facile
Tempo 50 minuti più 1 ora di spurgatura delle vongole
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

300 g riso Carnaroli
300 g vongole
300 g cozze pulite
150 g prezzemolo
8 fiori di zucca
1 spicchio di aglio
vino bianco secco – limone
formaggio pecorino
brodo vegetale – sale – pepe
olio extravergine di oliva

Spurgate le vongole in acqua salata per 1 ora, cambiando l'acqua dopo 30 minuti.
Fate aprire insieme le vongole e le cozze in una casseruola con un filo di olio, una macinata di pepe e 1 spicchio di aglio. Filtrate in un colino fine foderato di carta da cucina il loro liquido di cottura.
Sgusciate le cozze e le vongole, tenendo da parte qualcuno dei gusci più belli come guarnizione.
Mondate il prezzemolo, sbollentate le foglie in acqua salata per un paio di minuti, scolatele, strizzatele leggermente e frullatele in crema.
Tostate il riso in una casseruola unta con un filo di olio e un bel pizzico di sale per 1 minuto; sfumatelo con ½ bicchiere di vino e cuocetelo per 15-17 minuti, bagnandolo di tanto in tanto con 1 mestolo di brodo vegetale e, alla fine, con 1 mestolo di liquido delle conchiglie.
Mantecate il risotto con 3 cucchiai di olio, 1 cucchiaio di pecorino grattugiato e la crema di prezzemolo; incorporate 4 fiori di zucca tagliati a listerelle.
Distribuite il riso nei piatti, completate con tutte le cozze e le vongole, i petali dei fiori di zucca rimasti e scorza di limone grattugiata.

Cracker di pasta fillo, mozzarella e petali essiccati

Impegno Facile
Tempo 45 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

400 g 2 mozzarelle
50 g 3 fogli di pasta fillo
4 fiori di zucca
granella di pistacchio
burro
zucchero
sale

→

075342

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

LA CUCINA ITALIANA

Mensile

Data 05-2019
Pagina 112/16
Foglio 4 / 5

Vassoio dei cracker, tovaglietta ricamata e cucchiaio **Funky Table**, piatto decorato con tulipano e piatto con bordo oro delle cotolette **Funky Table per Bitossi Home**, piatti giallo e blu e piattino con libellula delle cotolette **Melody Rose**, forchetta e coltello **Innovaliving**, runner in legno e piante **Viridea**.

CRACKER DI PASTA FILLO, MOZZARELLA E PETALI ESSICCATI

075342

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Aprite a libro i fiori di zucca, eliminando il pistillo; adagiateli in una teglia rivestita con carta da forno e conditeli con sale e zucchero. Essiccateli nel forno statico a 90 °C per 30 minuti, poi spezzettateli.
Spennellate i fogli di pasta fillo con una noce di burro fuso. Piegateli a metà e spennellateli di nuovo con il burro, piegateli ancora e spennellateli con il burro un'ultima volta. Rifilate i bordi con un coltello e dividete ciascun foglio in 3 rettangoli uguali.
Rivestite una teglia con carta da forno, adagiatevi i rettangoli di pasta fillo e infornateli a 170 °C per 12-13 minuti.
Dividete ciascuna mozzarella in 8 spicchi.
Alternate nei piatti i cracker di pasta fillo, i petali di fiori essiccati e gli spicchi di mozzarella. Completate con granella di pistacchio e fiori edibili a piacere.

Spaghetti alla chitarra con crema di zucchine trombetta e alici

Impegno Facile
Tempo 45 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

350 g spaghetti alla chitarra
300 g zucchine trombetta
16 alici – 4 fiori di zucca
1 scalogno
finocchietto fresco
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Eviscerate le alici, eliminate le teste e le lische aprendole a libro.
Sbollentatele in acqua salata per 30 secondi, scolatele su carta da cucina e conditele con olio e sale.
Mondate le zucchine e tagliatele a rondelle.
Tritate lo scalogno e rosolatelo in una casseruola con 2 cucchiai di olio per un paio di minuti; unite le zucchine e cuocetele per 1 minuto, quindi bagnate con 4 mestoli di acqua calda salata e lasciate cuocere ancora per 7-8 minuti. Frullate tutto, regolando di sale e di pepe.
Cuocete gli spaghetti secondi i tempi riportati sulla confezione. Scolateli, conditeli con la crema di zucchine e i fiori di zucca tagliati a filetti.
Completate con le alici, finocchietto, pepe e altre erbe a piacere.

075342

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.