

Dispensa

Come tutti, anche noi facciamo la spesa.
Ecco quello che abbiamo messo nel carrello per la cucina di questo numero

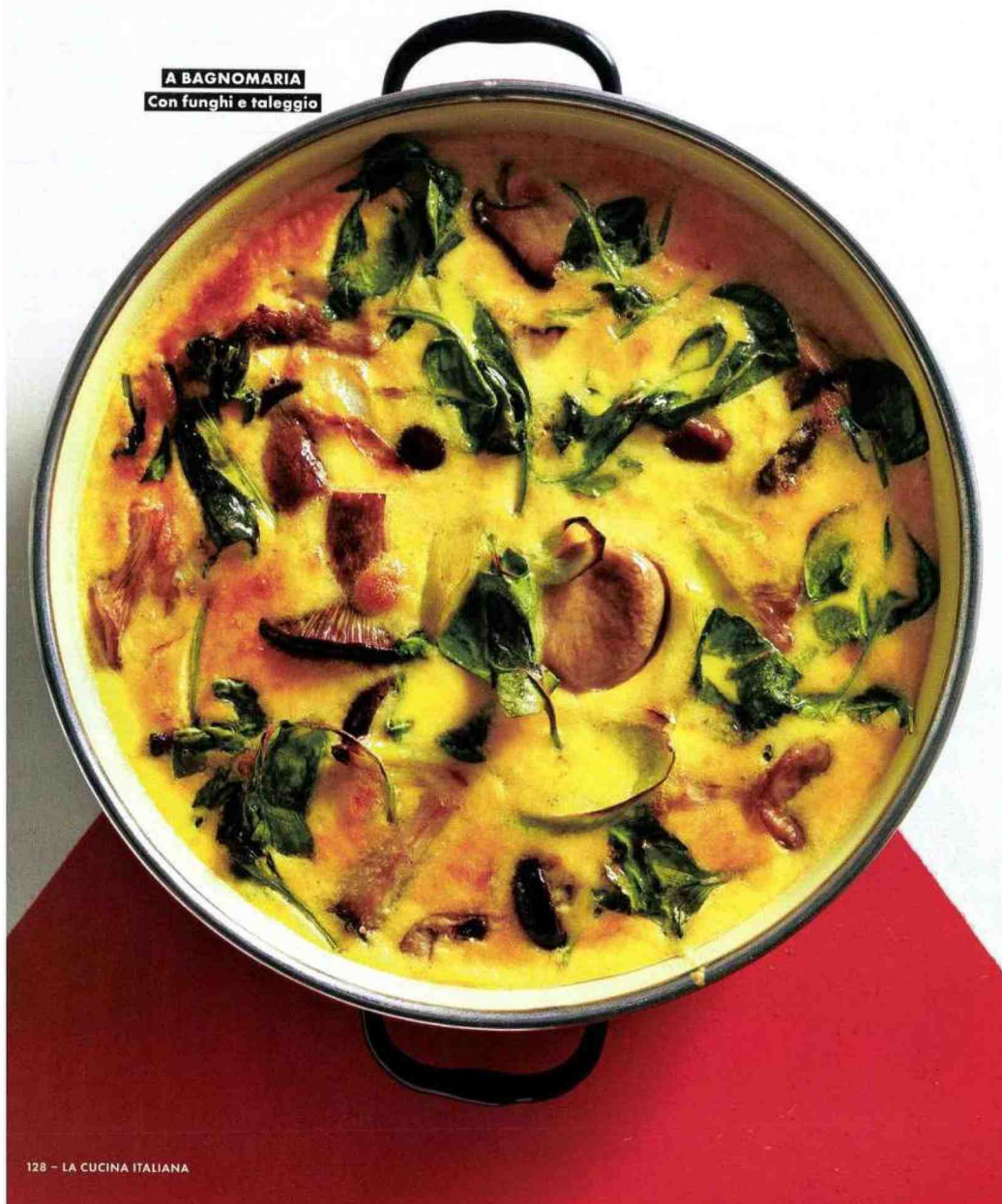


1. I frutti della composta di arance di **Patemisco**, a chilometro zero, sono lavorati artigianalmente in una crema deliziosa da spalmare sul pane o da servire con i formaggi. 2. Gustoso complemento di piatti salati e dolci, ma anche snack pronto all'uso (ricchi di proteine, sono ideali per gli sportivi), gli **American Pistachios** garantiscono alta qualità, anche in granella. 3. **MD** ha creato la linea **Lettere dall'Italia** per raccontare le specialità regionali, come le olive taggiasche della Liguria; queste sono snocciolate e sott'olio extravergine di oliva. 4. Forma squadrata, crosta sottile e pasta morbida e uniforme, il **Taleggio** ha origini antichissime; oggi è una delle nostre grandi Dop e il **Consorzio Tutela Taleggio** veglia sulle corrette modalità di produzione. 5. Ottenuto al 100% da frutta italiana, l'aceto di mele **Ponti** è un'alternativa delicata per condire verdure e preparare salse. 6. La sbrisolona, specialità mantovana, si prepara ancora più in fretta con il preparato di **S. Martino** (mandarle incluse): bisogna aggiungere solo uova e burro. 7. Squisito in tutte le sue stagionature, il **Parmigiano Reggiano Dop** è un formaggio totalmente privo di additivi, senza lattosio, nutriente e con pochi grassi. 8. Filiera produttiva controllata e metodi di coltivazione rispettosi dell'ambiente e dei lavoratori: c'è anche questo nei frutti di bosco della linea **Origine di Coop**. 9. Perimpanature uniformi, croccanti e leggere provate il pangrattato **Nutrifree**, ottenuto da un pane senza glutine prodotto appositamente per essere grattugiato. 10. La pasta **Voiello** nasce da un grano 100% italiano, il Grano Aureo, di qualità superiore, coltivato nelle regioni centro-meridionali. I vari formati, come i classici spaghetti, sono trafilati al bronzo. 11. Pasta filata ripiena di cremosa pasta di mozzarella e panna, la burratina **Murgella** di **Caseificio Palazzo** è prodotta artigianalmente con la tradizionale acidificazione del latte. 12. Da aprile a giugno si raccoglie il bianchetto, il limone più profumato dell'anno; quello di **Citrus** non è trattato, così si può consumare la scorza, dove si concentrano gli aromi. 13. Di colore bianco paglierino, il Conestato di capra **L'Antica Cascina** ha un sapore deciso, adatto per i ravioli del nostro ricettario. 14. Consigliata per un pane fragrante, la farina 0 il pane di **Malino Casillo**, di grano 100% italiano, è ottima anche per taralli e focacce o per profumati dolci lievitati, come la nostra torta di rose. 15. I pomodori secchi **Alce Nero**, biologici, sono messi sott'olio bio con l'aggiunta di erbe aromatiche.

DILL.FORTI, FOTIC AG, IZ3RF, ARCH. LCI

Tecniche

A BAGNOMARIA
Con funghi e taleggio



Tecniche

Con funghi e taleggio
Impegno Facile Tempo 45 minuti
Vegetariana senza glutine

Alla carbonara
Impegno Medio Tempo 30 minuti

Che cosa serve per 4 persone: 150 g di funghi misti, 120 g di taleggio, 100 g di latte, 60 g di spinaci novelli, 6 uova, 1 porro, olio extravergine di oliva, sale, pepe

Che cosa serve per 4 persone: 250 g di spaghetti lessati, 150 g di guanciale, 100 g di latte, 50 g di Pecorino Romano Dop, 50 g di Parmigiano Reggiano Dop, 8 uova, sale, pepe

Pulite i funghi e tagliate i più grossi a pezzetti. Mondate il porro e tagliatelo a rondelle. Saltate in padella con un velo di olio, prima il porro per 2 minuti, poi unite i funghi per altri 2 minuti, infine aggiungete gli spinaci e cuocete per 2 minuti.

Sbattete le uova con il latte, sale, pepe e il taleggio a pezzettini.

Versate il composto in uno stampo (ø 20 cm) e unitevi le verdure saltate.

Cuocetelo a bagnomaria, in forno, a 150 °C per 20-25 minuti.

CARATTERISTICHE La cottura dolce a bagnomaria darà una consistenza morbida alla frittata, rendendola simile a un flan. Con questo sistema è inoltre possibile cuocere senza grassi. Noi abbiamo utilizzato un velo di olio solamente per rosolare le verdure.

Sbattete le uova con il latte, il pecorino e il parmigiano grattugiati, sale e pepe. Unite al composto gli spaghetti lessati.

Tagliate a pezzetti il guanciale e rosolatelo per 3-4 minuti, finché non sarà leggermente croccante.

Eliminate gran parte del grasso, tenendone solo un po' nella padella insieme al guanciale.

Versatevi quindi il composto di uova e spaghetti.

Cuocete a fuoco dolce per 10-12 minuti, poi voltate la frittata con l'aiuto di un piatto e cuocetela dall'altro lato per ancora 4-5 minuti.

CARATTERISTICHE Il plus della cottura classica in padella è sicuramente il sapore. La rosolatura con il grasso del guanciale, per quanto condotta a fuoco dolce, formerà una crosticina molto ghiotta. È opportuno voltare la frittata per rosolarla anche dall'altro lato.