

Cena autunnale

*Una proposta di Carolina Strigazzi,
Pediatra di Famiglia, Lodi*



Aperitivo

Cestini di parmigiano:

Per ogni cestino sono necessari circa quattro cucchiaini da tavola di parmigiano reggiano grattugiato.

Utilizzare un pentolino antiaderente da crespelle, scaldarlo sul fuoco e sciogliervi i quattro cucchiaini di parmigiano, spolverati sulla padella in modo da creare un disco omogeneo. Quando il parmigiano si sarà sciolto, rigirare il disco in modo che risulti dorato da entrambe le parti e, facendo attenzione a non scottarsi(!), adagiarlo ancora bollente sulla base di un bicchiere da liquore, lavorandolo con le mani, in modo che, raffreddando, si crei un cestino.

All'interno si possono adagiare:

- insalatina di carciofi crudi conditi con olio e sale (da preparare all'ultimo minuto in modo che il carciofo non annerisca e il cestino rimanga croccante)
- crema di zucca e taleggio
Tagliare la zucca a tocchetti (la quantità dipende dal numero di cestini da preparare) rosolarla con scalogno, olio e una noce di burro; aggiungere acqua calda salata e lasciare cuocere fino ad ottenere una crema nella quale sciogliere il taleggio a piacimento. Versare calda nel cestino e servire.
- insalatina di porcini freschi conditi con olio e pepe oppure porcini caldi trifolati con olio, burro scalogno e prezzemolo.

Insalatina

Ingredienti:

insalatina mista (bianca rossa e cicoria) tagliata molto fine

mezzo vasetto di olive taggiasche denocciolate a tocchetti

chicchi di un melograno

2 pere kaiser morbide affettate sottili

Pinoli tostati in forno

Scaglie di parmigiano grattugiato

Fettine di arancia con scorza e qualche spicchio pulito e tagliato

Condire l'insalata con olio e sale ed unire tutti gli ingredienti; guarnire con melograno

Servire in coppe individuali accompagnata da grissini gustosi

Farfalle con funghi porcini e zucca al rosmarino

Ingredienti per 4 persone

350 gr di farfalle

4 funghi porcini, 300 gr di zucca, 50 gr di burro

½ bicchiere di vino bianco, 1 porro

1 rametto di rosmarino, sale e pepe

Pulite la zucca: eliminate scorza e semi e tagliatela a dadini. Pulite anche i funghi e tagliateli a fettine sottili. Fate rosolare il porro affettato sottile in una casseruola con il burro. Aggiungete la zucca, irrorate con il vino bianco, fatelo parzialmente evaporare e versate 2 mestoli di acqua calda. Proseguite la cottura per 30 min circa finchè il liquido sarò evaporato e la zucca sarà morbida. Bagnate ancora con un po' di acqua calda, aggiungete i funghi e fate cuocere per altri 10 min. Regolate di sale e pepe e profumate con aghi di rosmarino. Bollite la pasta in abbondante acqua salata e conditela con il sugo di zucca e porcini.

Se volete stupire servitela in mezza zucca pazientemente scavata.



Anatra agli agrumi

Dosi per 4 persone

Un'anatra già pulita e pronta per la cottura

2 arance, 6 mandarini, mezzo limone

Una foglia di alloro, 2 cucchiaini di cognac,

2 cucchiaini di aceto di vino bianco

50 gr di zucchero

50 gr di burro; sale e pepe

Spremete un limone, un'arancia e tre mandarini, mescolate tutto il succo ottenuto e filtratelo.

Dividete in spicchi gli agrumi rimasti, dopo averli sbucciati.

Rosolate uniformemente l'anatra in una casseruola con il burro e l'alloro. Bagnatela con il liquore e fiammeggiate. Lasciate che la fiamma si spenga poi irrorate con il succo degli agrumi. Salate, pepate e cuocete a fiamma media per 30 min, bagnando spesso la carne con il fondo di cottura. Aggiungete poi gli spicchi interi, lo zucchero e l'aceto, regolate di sale e proseguite la cottura per 15 min circa, finchè la carne risulterà ben cotta e dorata. Trasferite su un piatto da portata e contornatela con gli spicchi di agrumi. Addensate il fondo di cottura, se necessario e versatelo sopra.

e per finire.....

Bavarese al Vinsanto

Per 6 persone:

4 tuorli, 2,5 dl di latte, 1,5 dl di Vinsanto,
125 gr di zucchero, 3 dl di panna leggermente montata,
3 fogli di gelatina, un baccello di vaniglia, 12 alchechengi,
50 gr di cioccolato fondente.



Per il caramello:

100 gr di zucchero, 2 gocce di limone
2 dl di panna liquida

Ammorbidite la gelatina in acqua fredda. Portate il latte ad ebollizione con il baccello di vaniglia; toglietelo dal fuoco ed eliminate il baccello. In una terrina sbattete i tuorli con lo zucchero finchè saranno quasi bianchi e versate a filo il latte caldo, il Vinsanto e le gelatina strizzata; mescolate finchè quest'ultima sarà sciolta. Filtrate con un colino la crema in una terrina e immergetela in acqua fredda per 30 min mescolando di tanto in tanto. Montate leggermente la panna e incorporatela alla crema mescolando con delicatezza. Versate il composto in uno stampo da budino bagnato con acqua fredda e mettetelo in frigo per almeno 3 ore. Sciogliete a bagnomaria il cioccolato, aprite gli alchechengi e passateli brevemente nel cioccolato fuso; sistemate su un piatto e lasciate raffreddare. Preparate il caramello: sciogliete lo zucchero in tre cucchiaini di acqua e il limone finchè sarà biondo. Aggiungete la panna e fate bollire a fuoco basso per 10 min. Togliete la bavarese dal frigo, immergete lo stampo per 30 sec in acqua calda e rovesciatelo su un piatto da portata. Versateci sopra la crema di caramello e decoratela con gli alchechengi di cioccolato.

Buon Appetito!

