

Dolce risveglio: Crostata con composta di frutta

Per iniziare bene la giornata puoi fare una dolce colazione con una semplice crostata farcita con composta di mele cotogne o composta di susine.

Antipasto: Tomino e composta di cipolla

Ingredienti 4 persone

4 tomino

4 pasta fillo

300 gr composta di cipolla rossa con zucchero e aceto

1 mazzetto di erba cipollina o qualche foglia di porro

2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva



Taglia 4 fogli di pasta fillo a metà con le forbici e spennellali con un filo di olio extravergine d'oliva; quindi sovrapponili a 2 a 2 e sistema al centro, i tomini. Raccogli i lembi della pasta verso l'alto, accartocciali per racchiudere i tomini e lega i fagottini con steli di erba cipollina scottati in acqua bollente, raffreddati e asciugati. Se non hai erba cipollina puoi utilizzare una foglia di porro scottata in acqua bollente, tagliata a strisciole.

Sistema i fagottini sulla placca foderata con carta da forno bagnata e strizzata e cuocili in forno già caldo a 200° C per 8-10 minuti circa, finché la pasta inizierà a dorarsi.

Trasferisci i fagottini sui piatti, distribuisci accanto a ciascuno un paio di cucchiaini di composta di cipolle e porta in tavola subito con il resto della confettura a parte.

Per un antipasto più veloce ti proponiamo invece delle tartine:

Tartine gorgonzola e cipolla

Tosta delle fettine di pane integrale fino al renderle croccanti.

Tieni il gorgonzola morbido, la panna e il mascarpone a temperatura ambiente e poi frulla tutto assieme.

Prepara le fettine con una sàc-a-poche: metti su ciascuna la crema al formaggio e sopra un cucchiaino di composta di cipolla



Primo: Risotto con rapa rossa

INGREDIENTI per 4 persone

Riso Carnaroli 320 g
Barbabietole sott'olio 220 g
Brodo vegetale 1 l
Vino bianco secco 30 g
Scalogni 1
Timo 2 rametti
Sale fino q.b.
Olio d'oliva extravergine
Grana Padano
Burro



Per realizzare il risotto alla barbabietola per prima cosa preparate un brodo vegetale. Tenetelo in caldo, quindi ponete nel bicchiere alto del mixer ad immersione, versate un mestolo di brodo vegetale caldo e frullate fino ad ottenere una purea.

Mondate e tagliate a piccoli dadini lo scalogno; in un tegame ampio versate lo scalogno e 20 g di olio di oliva, lasciate rosolare per qualche minuto mescolando spesso, quindi versate il riso e lasciatelo tostare per circa 3 minuti.

Una volta tostato il riso, sfumate con il vino bianco e una volta che l'alcol sarà evaporato completamente, aggiungete il brodo vegetale caldo un mestolo alla volta, continuando a bagnarlo ogni volta che il liquido si sarà asciugato avendo cura di mescolarlo spesso con un cucchiaio di legno. Trascorsi circa 10 minuti dalla cottura, versate metà della purea di barbabietola.

Salate il risotto e proseguite la cottura per altri 5 minuti, aggiungendo sempre all'occorrenza il brodo, quindi versate la restante purea e mescolate. Ultimate la cottura del risotto, ci vorranno altri 5 minuti circa, una volta pronto spegnete il fuoco e mantecate con del burro o olio di oliva e grana padano.

Tutto è pronto per servire: tagliate a cubetti altri 40 g di barbabietola, quindi distribuite il riso nei piatti. Profumate il piatto con foglioline di timo fresco e servite subito il vostro risotto alla barbabietola.

(Ricetta Giallo Zafferano)

Se vuoi abbellire il tuo risotto rosso puoi preparare delle cialde di formaggio grana padano: spargi sulla carta forno uno strato uniforme di grana grattugiato e metti in forno a microonde fino a che il formaggio si scioglie e si unisce in un'unica cialda. Aspetta che si raffreddi e poi puoi utilizzarla come decorazione al tuo risotto.

Ad accompagnare un secondo piatto ti proponiamo come contorno bieta e catalogna.

Contorno: Bieta e catalogna all'aglio

Ingredienti per 2 persone

1 mazzo piccolo di catalogna e 1 mazzo piccolo di bietole

2 cucchiaini d'olio extra vergine d'oliva

2 spicchi d'aglio (sbucciati, tagliati a fettine)

mezza cipolla rossa, lavata pelata e a fettine

Lessare, dopo averla accuratamente lavata foglia per foglia e tagliata, la vostra verdura in acqua bollente e leggermente salata

In una casseruola fare appassire aglio e cipolla, unire le verdure e insaporirle con un pizzico di aglio e peperoncino e cuocere ancora un po'.

