Libera Università
I Cinque Castelli

AGUGLIANO - CAMERATA PICENA - OFFAGNA - POLVERIGI - SANTA MARIA NUOVA



CHE SIA DOLCE O SALATO TANTO GUSTO PER IL PALATO

Rosella Orciani

Agnese Ubaldi

I QUADERNI DEI CORSI E DEI LABORATORI – n. 7 Apr 2023

CORSO *22-L04 Che sia dolce o salato un gran gusto per il palato*

SEDE *Bocciofila (davanti Socopad) Agugliano*

ANNO *2022/2023*



Insegnanti:

Agnese Ubaldi

Rosella Orciani



Le ricette:

Lezione 1 del 9 Febbraio 2023	*Passatelli in brodo*
Lezione 2 del 16 Febbraio 2023	*Arancini di carnevale al forno o fritti*
Lezione 3 del 23 Febbraio 2023	*Torta al formaggio*
Lezione 4 del 2 Marzo 2023	*Filetto di maiale in crosta di pane*
Lezione 5 del 9 Marzo 2023	*Biscotti al vino e anici*
Lezione 6 del 16 Marzo 2023	*Dadini di ricotta in brodo*
Lezione 7 del 23 Marzo 2023	*Torrette di arista alla parmigiana*
Lezione 8 del 30 Marzo 2023	*Sformato di carciofi*
Lezione 9 del 13 Aprile 2023	*Danubio salato*

Lezione 1 del 9 Febbraio 2023

Passatelli in brodo



Ingredienti: (per 4 persone)

- n° 4 uova
- gr. 200 di pangrattato
- gr. 100 di parmigiano grattugiato
- gr. 100 di pecorino grattugiato
- n° 1 scorsa di limone grattugiata
- n° 1 pizzico di noce moscata
- sale q.b.

(Si calcola a persona: n° 1 uovo – gr. 50 di formaggio grattugiato – gr. 50 di pangrattato)

Preparazione:



Per preparare i passatelli iniziate preparando un buon brodo di carne. Mentre cuoce dedicatevi all'impasto dei passatelli: grattugiate la scorza di limone, facendo attenzione a non prelevare anche la parte bianca più amara. Sbattete le uova per pochi istanti in un recipiente insieme a un pizzico di sale. In una ciotola più grande mescolate pangrattato, il parmigiano, il pecorino la noce moscata e la scorza di limone grattugiate.



Unire ed amalgamate gli ingredienti aiutandovi con una spatola all'inizio, poi proseguite a mano; dovrete lavorare a lungo per ottenere un panetto consistente liscio e morbido. Far riposare almeno 1 ora avvolto in pellicola a temperatura ambiente.



Inserite un pezzo di impasto alla volta in uno schiacciapatate con fori larghi almeno 5 mm e schiacciatelo.

Tagliare i passatelli alla lunghezza di 4 cm circa.



Una volta passati si dispongono su vassoio con della carta a forno allargati e farli asciugare qualche minuto.



Cuocere in brodo di carne per due minuti, spegnere la fiamma quando vengono a galla e lasciare riposare per qualche minuto prima di servire (comunque se rimangono nel brodo non si scuociono).

Si possono condire anche con ragù di carne o di pesce facendoli bollire nel brodo e naturalmente scolarli prima di unire al ragù (se il sugo è di pesce mettere meno formaggio specialmente il pecorino).

Lezione 2 del 16 Febbraio 2023

Arancini di carnevale al forno o fritti



Ingredienti: (per circa 20 arancini)
- n° 1 uovo
- gr. 300 di farina “00”
- gr. 25 olio EVO o burro
- gr. 125 latte
- gr. 10 lievito di birra
- gr. 30 zucchero
- gr. 8 di sale fino

Per il ripierno
- n° 2 arance (non trattate)
- n° 2 limoni (non trattati)
- gr. 150 gr. zucchero

<u>Preparazione:</u>



Per realizzare gli arancini di Carnevale per prima cosa scaldate leggermente il latte e poi sciogliete al suo interno il lievito di birra (1), mescolando con un cucchiaio. Versate la farina in una ciotola capiente, aggiungete il burro ammorbidito (2), lo zucchero (3)



e poi incorporate anche l’uovo (4). A questo punto versate a filo il latte nel quale avete sciolto il lievito, impastando a mano per amalgamare gli ingredienti (5). Proseguite a impastare a mano per far assorbire i liquidi (6)



e quando otterrete un panetto omogeneo e senza grumi (7), copritelo con pellicola per alimenti (8) e lasciatelo lievitare a temperatura ambiente per circa 2 ore. Potete lasciare la ciotola nel forno spento con la luce accesa per una lievitazione ottimale. Nel frattempo aromatizzate lo zucchero, che servirà per insaporire gli arancini, con la scorza d'arancia e di limone grattugiati (9) facendo attenzione a non arrivare alla parte bianca della buccia



e mescolate con un cucchiaio (10). Trascorse le due ore, recuperate l'impasto lievitato (11) e trasferitelo su una spianatoia leggermente infarinata (12).



Stendete l'impasto con un mattarello (13) fino a ottenere una sfoglia sottile dello spessore di circa ½ cm di forma rettangolare (14). Farcite la sfoglia ottenuta con il composto di zucchero e scorza di arancia, distribuendolo in modo omogeneo (15). Con il succo di limone bagnare il bordo della sfoglia.



Ora arrotolate la sfoglia dal lato corto (16) in modo da ottenere un salsicciotto ben stretto. Tagliate il rotolo a rondelle spesse circa 1 cm (17-18).



Adagiate le rondelle su un vassoio rivestito con carta forno distanziandole tra loro (19). Lasciate lievitare gli arancini ancora per 30 minuti. Trascorso questo tempo (20) i dolcetti saranno pronti per la cottura: scaldate in un pentolino l'olio di semi (preferibilmente in olio di arachidi) e quando avrà raggiunto una temperatura di 170°, immergete pochi arancini alla volta (21).



Friggeteli fino a quando non saranno dorati. Scolateli con una schiumarola (22) e trasferiteli su un vassoio rivestito con carta per fritti (23), non utilizzate la carta assorbente perché si attaccheranno per via dello zucchero che caramella in cottura.

In alternativa: Dopo aver adagiato le rondelle su una teglia rivestita con carta forno sempre distanziandole tra loro (19-20) invece che friggerle si possono cuocere al forno preriscaldato a circa 180° per circa 20 minuti.

Lezione 3 del 23 Febbraio 2023

Torta al formaggio



Ingredienti: (per 4 persone)

- n° 4 uova
- n° 1 bicchiere di latte
- ½ mezzo bicchiere di olio extra vergine d'oliva
- gr. 300 di farina, 2 dosi di lievito Pizzaiolo
- gr. 100 di pecorino e gr. 100 di parmigiano grattugiati
- gr. 100 di pecorino e gr. 100 emmental a pezzi
- pepe q.b.
- buccia di limone grattugiata
- sale q.b.

Preparazione:

 1  2  3  4

In un recipiente mettere le uova con un pizzico di sale e sbatterle bene (1), aggiungere il latte (2), l'olio d'oliva extravergine (3), i formaggi grattugiati (4).

 5  6  7  8

Amalgamare bene gli ingredienti (5). Aggiungere un po' di pepe e la buccia grattugiata di un limone (6), il lievito e la farina setacciata (7). Con l'aiuto di una spatola mischiare bene tutti i componenti (8).

 9  10  11  12

Mettere i formaggi a pezzi (9) e continuare ad amalgamare bene. Coprire una teglia rettangolare con la carta forno e versare tutto il composto per uno spessore di 2-3 cm circa (10).
Cuocere al forno pre-riscaldato a 170 °C per circa 1 ora.
In alternativa si può usare uno stampo per muffin (11) per un tempo di cottura inferiore (12) proporzionato alla grandezza dello stampo.

Lezione 4 del 2 Marzo 2023

Filetto di maiale in crosta di pane

Ingredienti: (per 6 persone)



- n° 1 filetto di maiale da gr. 500 circa
- n° 10/15 fette di pancetta (o guanciale)
- n° 1 filoncino di pane
- Olio extravergine di oliva
- Aglione: trito di rosmarino, aglio e sale

Preparazione:


1


2


3


4

Tagliare il filoncino di pane a metà in senso longitudinale e togliere la mollica (1). Rosolare in una padella a fiamma vivace il filetto di maiale con olio ed abbondante aglione, avendo cura di girarlo su tutti i lati per circa 10 minuti, coprire la padella con un coperchio (fare attenzione a non cucinare troppo il filetto altrimenti si indurisce) (2). Tagliare il filetto in modo da adattarlo al filoncino di pane (3) e posizionarlo nella parte inferiore (4) aggiungendo l'aglione e olio di cottura.


5


6


7

Spennellare l'interno del pane con olio e aglione (5), richiuderlo (6) poi avvolgere la pancetta attorno al filone legandolo, non troppo stretto, con dello spago (7).


8


9

Infornare a 220 °C (avendo cura di pre-riscaldare il forno) per 20 minuti (8). Una volta sfornato tagliare a fettine dello spessore di circa 3-4 cm. possibilmente con un coltello elettrico (9).

Varianti:

- Invece di mettere la pancetta attorno al filone di pane si può avvolgere direttamente il filetto di maiale.
- Si può sostituire il filoncino di pane con la pasta brisé o con la pasta sfoglia e la pancetta con fettine di speck.

Lezione 5 del 9 Marzo 2023

Biscotti al vino e anici



Ingredienti:

- gr. 500 di farina "00"
- ml. 125 di olio di semi di arachidi
- gr. 150 di zucchero semolato
- gr. 60 di zucchero di canna
- ml. 135 di vino (bianco o rosso)
- un pizzico di sale
- ½ cucchiaio abbondante di semi di anici
- 8 gr. di lievito chimico (½ bustina)
  (se il lievito non è alla vaniglia aggiungere un flaconcino di aroma alla vaniglia)

Preparazione:



Mettete i semini di anice ad ammorbidire nel vino (1), è bene tenerli a bagno per ½ giornata (si ammorbidiscono ed emanano tutto l'aroma). In una ciotola versate gran parte della farina setacciata con un pizzico di sale, il lievito, poi, aggiungete lo zucchero (3).



Mescolate a mano e poi create una conca, dove potrete versare l'olio (4) e il vino con i semini di anice (5). Impastate energicamente a mano il composto (6) fino a che non sarà compatto e omogeneo, eventualmente aggiungere la rimanete farina.



Una volta che avrete raccolto tutti gli ingredienti, spostatevi su un piano di lavoro. Compattate bene l'impasto (7) e poi staccate un pezzetto alla volta (8), scaldatelo lavorandolo tra i palmi delle mani poi create un filoncino lungo circa 15-20 cm e del diametro di circa 1,5 cm.



Arrotolatelo facendo congiungere le estremità, fatele aderire bene (10). Ora potete tuffare la ciambellina nello zucchero di canna (11) solo da un lato (12). Proseguite allo stesso modo per tutti gli altri



Sistemate man a mano le ciambelline su una teglia rivestita con carta forno con la parte zuccherata rivolta verso l'alto (13). Cuocete in forno statico preriscaldato a 180° per circa 20-25 minuti e comunque fino a quando non si colorano. Quindi sfornate i biscotti al vino (14), fateli raffreddare prima di servirli (15).

N.B.:

- Si possono conservatele in un contenitore chiuso ermeticamente, si conservano per diverso tempo.
- Si consiglia di mangiarli accompagnati con vino di visciola o un passito.

Lezione 6 del 16 Marzo 2023

Dadini di ricotta in brodo



Ingredienti: (per 6 persone)

- gr. 300 di ricotta
- n° 3 uova (separare i tuorli dagli albumi)
- gr. 80 parmigiano grattugiato
- Sale, pepe, noce moscata

Preparazione:



1



2



3



4

In una terrina mettere i tuorli d'uovo (1), il formaggio (2) e la ricotta (3) amalgamando bene tutti i componenti (4).



5



6



7



8

A parte montare a neve gli albumi (5) e incorporali insieme al sale, pepe ed una grattata di noce moscata, al composto di ricotta prima con delicatezza a mano (6) poi con l'aiuto di un sbattitore da cucina (7).
Ricoprire una teglia con carta forno e stenderci il composto con uno spessore di cm 1,5 (8).



9



10

Cuocere in forno pre-riscaldato a 180 °C finché sulla superficie non sarà formata una crosticina dorata (9).
Sfornare e lasciare raffreddare, tagliare il composto a dadini (10).
Sistemare i dadini in una zuppiera, coprire con il brodo bollente e lasciarli insaporire per due tre minuti prima di servirli.

Lezione 7 del 23 Marzo 2023

Torrette di arista alla parmigiana



Ingredienti: (per 4 persone)

- n° 12 fette sottili di arista di maiale
- n° 2 melanzane di media grandezza
- n° 1 ciuffo di basilico
- n° 1 fiordilatte
- n° 3 spicchi d'aglio
- gr. 200 di pomodorini pachino
- farina

Preparazione:


1


2


3


4

Lavare le melanzane e tagliare a fette spesse circa 1 cm., disporle su una teglia foderata con carta forno e condirle con sale e pepe e un filo d'olio. Informare a 180° per circa 30 minuti (1).
Fare rosolare l'aglio in camicia in un tegame con un filo d'olio; aggiungere i pomodorini tagliati a metà e lasciar cuocere per qualche minuto aggiustando di sale e pepe.
Passare le fette di arista nella farina premendo bene per farla aderire. Far sciogliere una generosa noce di burro in una padella, disporre le fette di arista e far cuocere per circa 5 minuti (aiutandosi con un cucchiaio, bagnare di tanto in tanto la carne con il suo liquido di cottura) (2).
A questo punto formare le torrette sovrapponendo una fetta di melanzana, una di carne ed una sottile di fiordilatte, infine terminare con un'altra fetta di melanzana (3-4), cospargere con qualche pomodorino ed una grattugiata di parmigiano.


5


6

Trasferire le torrette in una teglia ed infornare a 160 °C per circa 3 minuti. Sfornare, completare con un pizzico di sale e qualche fogliolina di basilico e servire

Varianti:

- Invece dell'arista di maiale si può utilizzare fette di prosciutto cotto.
- Al posto del fiordilatte si possono mettere delle sottilette di formaggio.

Lezione 8 del 30 Marzo 2023

Sformato di carciofi

Ingredienti: (per 4 persone)
- gr. 600 di cuori di carciofi
- gr. 60 di burro
- n° 2 cucchiai di olio EVO
- n° 3 uova
- q.b. sale - pepe
- n° 2 cucchiai di parmigiano grattugiato



Per la besciamella
- ml 500 di latte
- gr. 50 circa di farina
- burro e noce moscata

<u>Preparazione:</u>

 1  2  3  4

Preparate la besciamella: fate fondere il burro in un pentolino (1), unitevi la farina (2) e fate cuocere fino a quando il roux inizia ad essere dorato. Aggiungete una grattata di noce moscata e poco latte tiepido per volta fino ad ottenere una crema molto densa (3), togliete dal fuoco e lasciatela da parte a freddare. Pulite i carciofi dalle foglie più coriacee e dalla barbetta interna (4).

 5  6  7  8

Saltare i carciofi in padella con olio,sale e pepe (5). Fare una purea con il passaverdure, con fori grandi, per evitare filamenti delle foglie dei carciofi (6). Unire le uova (7), il parmigiano (8) e la

 9  10

besciamella (9), mescolando con delicatezza. A parte montare le chiare e unire il composto.
Imburrare uno stampo circolare da ciambellone, disporre l'impasto e cuocere in forno pre-riscaldato a 180 °C fino a doratura dello sformato.

<u>Varianti:</u> Lo stesso sformato si può fare anche con il cavolo

Lezione 9 del 13 Aprile 2023

Danubio salato

Ingredienti: (per circa 20 palline)
- gr. 230 latte intero
- gr. 550 farina Manitoba
- gr. 50 olio extravergine d'oliva (o gr. 60 di burro)
- gr. 30 zucchero
- n° 1 uovo medio
- gr. 10 sale fino
- gr. 14 lievito di birra fresco



Per il ripieno
- gr. 120 prosciutto cotto
- gr. 100 scamorza (provola)

Per spennellare
- gr. 20 latte intero
- n° 1 tuorlo

Preparazione:



Per preparare il danubio salato cominciate dall'impasto da lavorare direttamente nella ciotola. Versate la farina, sbriciolate il lievito (1) e unite zucchero (2), sale e l'uovo (3).



Infine versate il latte (4) e cominciate a impastare con una forchetta per raccogliere gli ingredienti. Non appena il composto inizia a prendere consistenza, togliete la forchetta e utilizzate le mani aggiungendo anche l'olio a filo (5). Quando il tutto inizierà ad uniformarsi trasferite sul piano di lavoro (6).



Lavorate con le mani per ottenere un composto liscio e omogeneo. Formate una palla (7) e trasferitela in una ciotola, coprite con pellicola (8) e ponete a lievitare per almeno 3 d'ore, potete porre l'impasto a lievitare nel forno spento con la luce accesa. Trascorso il tempo di lievitazione il panetto avrà raddoppiato il suo volume (9).



Intanto sminuzzate il prosciutto cotto (10) e tagliate a cubetti il formaggio (11). Dividete a metà l'impasto con un tarocco (12).



Prendete una metà e arrotolatela per ottenere un salsicciotto (13). Ricavate da questo 10 pezzi uguali (14). In totale dovrete ottenere 20 pezzi. Prendete ciascun pezzetto di impasto, appiattitelo leggermente e farcitelo con il prosciutto e il formaggio (15).



Richiudete i lembi (16-17) e formate una pallina (18).



Oliate una teglia da 28 cm di diametro (19), adagiate qui le palline (20) posizionandole con la chiusura rivolta verso il basso e disposte a raggiera lungo tutto il perimetro. Coprite con la pellicola (21) e lasciate lievitare nuovamente per 30 minuti.



Nel frattempo preriscaldate il forno a 180° in modalità statica e sbattete il tuorlo con il latte (22), con questa miscela spennellate le palline lievitate (23) e cuocetele per circa 30 minuti nella parte centrale del forno. A cottura ultima sfornate il danubio salato e servitelo tiepido (24).

Conservazione

Potete conservare il danubio salato cotto sotto una campana di vetro oppure in un sacchetto per alimenti per 1-2 giorni. Potete congelare il danubio salato crudo, prima della seconda lievitazione e scongelarlo in frigorifero per farlo poi rinvenire a temperatura ambiente prima di cuocerlo.