

**Nonni,
nipoti
e il benessere
in Cucina**

IL CIBO, DALL'AGRICOLTURA ALLA TAVOLA

Pasqua golosa

Ricette di Paola Sgadari



Torta al formaggio

Ingredienti

- 500 g di farina tipo Manitoba setacciata • 50 g di lievito di birra
- 125 g di strutto (o burro) • 100 g di parmigiano grattugiato
- 100 g di pecorino romano grattugiato • 100 g di prosciutto crudo tritato fino
- 200 g di Emmental a dadini piccolissimi • 3 uova grandi e un tuorlo
- Latte tiepido quanto basta • 1 pizzico di zucchero • sale e pepe

Preparazione

Per la cottura uno stampo per uovo di Pasqua, di silicone che possa andare in forno, lungo circa 26/27 cm, della capacità di lt. 3 circa.

Oppure a forma di colomba, altrimenti un semplice stampo antiaderente, a cerniera, a bordi alti, imburato e infarinato. In una ciotolina, fare fermentare il lievito sbriciolato con lo zucchero e pochissimo latte, occorreranno circa 10'.

Mettere nella ciotola dell'impastatrice la farina e gli altri ingredienti, unire il lievito fermentato e il latte necessario per ottenere un composto soffice e morbido. Non dovrà essere né duro né coloso. Lavorare a lungo la pasta, fino a che non sarà liscia ed elastica (questo lavoro può essere eseguito anche a mano) e metterla nello stampo. Lasciare lievitare finché la pasta non avrà raggiunto il bordo dello stampo e infornare. Cuocere in forno già caldo, a 180°, per un'ora. Sformare la torta su una gratella e lasciarla raffreddare.

Decorare a piacere. Si può preparare in anticipo, si conserva, protetta da pellicola trasparente, per diversi giorni (4/5). Può essere un'idea simpatica per un antipasto pasquale o semplicemente per accompagnare una grigliata o arricchire un picnic. La torta può assumere qualsiasi forma.

In alternativa, utilizzare degli stampi piccoli, sempre in silicone o metallo, a forma di uovo e presentarli su di un piatto, tra foglioline d'insalata, uova sode, fettine di salame, fave e fiori eduli.

Note...

Nel classico antipasto laziale per il giorno di Pasqua non possono mai mancare le uova sode, il salame Corallina e la pizza salata al formaggio. La pizza può essere o quasi dolce o salata, dipende dai gusti. E' una torta, o meglio pizza, che si prepara anche in Umbria, nelle Marche, in quasi tutto il centro Italia, con le normali varianti regionali. Secondo tradizione viene cotta in uno stampo tondo, dai bordi alti, ma si può presentare a forma di uovo, utilizzando lo stampo per preparare l'uovo di Pasqua al cioccolato (in silicone adatto al forno o metallo), ma viene molto carina anche nello stampo che si usa per fare la classica colomba dolce, sempre in silicone da forno o in carta sagomata. Presentarla in un cestino contornata da fiorellini di salame, ovetto di quaglia sode, fave e insalata.

Gnocchi di ricotta con salsa agli asparagi

.....

Ingredienti per 6 persone

- 500 g di ricotta romana • 125 g di parmigiano
 - 3 mazzetti di asparagi • 5 tuorli d'uovo
 - 1 scalogno • 150 g di farina • 1 patata lessata
 - basilico • brodo vegetale qb • sale, pepe
-

Preparazione

Fare scolare la ricotta attraverso un colino, per eliminare il liquido in eccesso.

Pulire gli asparagi, eliminare la parte bianca, tagliare le punte e tenerle da parte, tagliare a rondelle la parte verde.

Cuocere in acqua bollente salata le punte degli asparagi e raffreddarle in acqua e ghiaccio (rimarranno più verdi). Tenere da parte l'acqua di cottura. Per la salsa far soffriggere in una padella uno scalogno tritato con poco olio, aggiungere le rondelle di asparagi, la patata a dadini, bagnare con brodo vegetale e un po' di acqua di cottura degli asparagi, regolare di sale e cuocere 20'. A cottura ultimata, frullare e passare al setaccio.

Per gli gnocchi, lavorare in una ciotola la ricotta con 80 g di parmigiano, i tuorli d'uovo, sale e pepe, noce moscata e aggiungere gradatamente la farina, lavorando fino ad ottenere un impasto abbastanza compatto per formare gli gnocchetti. Trasferire l'impasto, consistente e non appiccicoso, sul piano di lavoro, formare un grosso rotolo e dividerlo in pezzi:

infinare spesso il piano di lavoro. Con ogni pezzo formare un rotolo della dimensione di un dito: tagliare ogni pezzo a tocchetti di 1,5 cm circa.

Disporre a mano a mano gli gnocchi ottenuti su di un vassoio coperto con carta forno infarinata.

Cuocere gli gnocchi nell'acqua di cottura degli asparagi.

Quando verranno a galla, scolarli e saltarli in padella con la salsa di asparagi preparata. Se necessario allungarla con un po' di acqua di cottura.

Trasferire gli gnocchi in un piatto da portata e completare con il restante parmigiano, foglioline di basilico spezzettate e le punte degli asparagi.

Servire subito.

Uova di cioccolato alla crema

.....

Ingredienti per 4 persone

- 2 uova di cioccolato fondente del diametro di circa 15 cm
 - Frutta fresca a piacere: lamponi, fragole, fragoline, mirtilli
 - 1 dl di panna fresca montata
- Per la crema pasticcera:
- 3 tuorli
 - 50 g di zucchero
 - 40 g di amido
 - ½ lt di latte freddo
 - 1 buccia d'arancia grattugiata
 - Rum (facoltativo)
-

Preparazione

Per la crema pasticcera, lavorare in una casseruola dal fondo spesso, i tuorli con lo zucchero, aggiungere l'amido e il latte freddo. Fare cuocere ed inspessire a fiamma bassa mescolando con la frusta. Fuori dal fuoco unire 2 cucchiaini di Rum e la buccia dell'arancia grattugiata. Trasferire la crema in una ciotola, coprirla con pellicola a contatto e farla raffreddare poggiando la ciotola in un'altra ciotola contenente acqua e ghiaccio.

Incorporare la panna montata alla crema fredda.

Aprire, infine, delicatamente le uova di cioccolato, con l'aiuto un coltello a lama lunga, precedentemente riscaldata, ottenendo quattro gusci vuoti. Riempire le mezze uova con la crema fredda e sopra distribuirvi la frutta.

Decorare con foglie di menta fresca.

Adagiare i gusci su di un piatto adeguato e conservare al fresco fino al momento di servire.