PRIMI PIATTI

Ravioli con il cavolo nero

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 60 min COTTURA: 15 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile

I ravioli con il cavolo nero rappresentano un'ottima soluzione se vi trovate nella difficoltà di dover preparare un pranzo o cena di Natale per i vostri familiari vegetariani ma che, una volta preparato, potrete servire tranquillamente a tutti.

Un primo piatto per i giorni di festa ma assolutemente fattibile anche gli altri giorni.

Si tratta di ravioli con un delizioso ripieno di cavolo nero e ricotta, dal sapore deciso e rotondo. Un'altra ottima ricetta è la zuppa di cavolo nero.

Volete creare un menù vegetariano speciale? Ecco allora altre proposte molto interessanti:

Gingerbread

Cannoli di insalata russa

Tofu Teriyki

INGREDIENTI PER I TORTELLI

PASTA ALL'UOVO 150 gr

RICOTTA 100 gr

CAVOLO NERO 100 gr

SALE

PEPE

PARMIGIANO GRATTUGIATO 50 gr

TUORLO D'UOVO 1

BURRO FUSO

INGREDIENTI PER LA SALSE

SCALOGNO 2

CAROTE 200 gr

ZENZERO 2 cm

PISELLINI 200 gr

MENTA 3 foglie

SALE

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)

INGREDIENTI PER DECORARE

FOGLIE DI MENTA

PISELLINI a vapore - 50 gr

CAROTE a vapore - 50 gr

PREPARAZIONE

1. Quando volete preparare i ravioli con cavolo nero per prima cosa cuocete a vapore i pisellini e le carote, qundi mettete le verdure da parte vi serviranno per decorare il piatto finito.

2 A questo punto preparate le salse, che utlizzerete come condimento dei ravioli. Da prima preparate la salsa con la carota: in una padella soffrigete con poco olio lo scalogno. Aggiungete in padella la carota tagliata a cubetti con lo zenzero, fate saltare per pochi istanti e insaporite con un pizzico di sale; aggiungete poca acqua calda e cuocete per 10 minuti circa.

Trascorso il tempo indicato trasferite le carote e lo zenzero nel bicchiere del frullatore ad immersione, aggiungete tanto liquido di cottura necessario in modo tale da ottenere un salsa e frullate bene. Aggiustate la salsa con un pizzico di sale se necessario

3 A questo punto preparate anche l'altra salsa con i pisellini: soffriggete lo scalogno in un pentolino con un filo d'olio extravergine d'oliva. Aggiungete nel pentolino i pisellini e aromatizzateli con delle foglie di menta, aggiungete poca acqua calda, salate e, cuocete per 10 minuti circa. Quindi come per l'altra salsa, raccogliete i pisellini nel bicchiere del frullatore ad immersione e frullate il tutto, aggiungendo il liquido di cottura necessario per ottenere una salsa.

Alla fine regolate la salsa con un pizzico di sale se necessario.

4 Una volta preparate le salse per il condimento, procedete con la preparazione dei ravioli. Preparate il ripieno: lessate il cavolo nero in abbondante acqua, adeguatamente salata. Raggiunto il grado di cottura desiderato, scolate e strizzate bene il cavolo, in maniera tale da eliminare il più possibile l'acqua di cottura. Tagliate al coltelllo finemente il cavolo e, riunitelo all'interno di un recipiente con la ricotta. Unite nel recipiente, l'uovo e il parmigiano grattugiato, infine insaporite con un pizzico di sale e una macinata di pepe. Mescolate bene in maniera tale da far insaporire e amalgare tutti gli ingredienti.

5 A questo punto stendete la pasta sul piano di lavoro e coppatela con un coppapasta tondo del diametro di 6 cm circa. Al centro di ogni disco di pasta mettete una piccola porzione di ripieno. Inumidite leggermente con le dita il bordo di ogni disco di pasta e, chiudete a tortellino.

6 Portate a bolllore in una pentola dell'acqua, raggiunto il bollore salate l'acqua e, tuffate i ravioli nell'acqua bollente. Lasciate cuocere i ravioli per pochi minuti. Una volta risaliti a galla, scolateli e ripassateli in una padella con del burro fuso.

7 Stendete sul piatto di portata due cucchiai di salsa, uno alla carota e l'altro di pisellini. Adagiate i ravioli sopra le salse. Decorate con i pisellini e le carote cotte a vapore e, con delle foglioline di menta, servite.