



SPECIALE

Pasta Fresca

Sommario

La pasta fresca >>

Sughi a base di Carne

Sughi a base di Pesce

Sughi vari

Tonnarelli, Chitarra e Tagliolini >>

Sughi a base di Carne

Sughi a base di Pesce

Sughi vari

Pappardelle e Reginette >>

Sughi a base di Carne

Sughi a base di Pesce

Sughi vari

Pasta fresca regionale >>

Sughi vari

Impasti base >>

Glossario >>

Indice generale delle ricette >>



La pasta fresca

La pasta fresca sta alla tradizione gastronomica italiana come la Cappella Sistina sta al patrimonio artistico del nostro paese: questo parallelismo può sembrare eccessivo, forse irriverente, ma non c'è una regione, in Italia, che non abbia la sua radicata tradizione di pasta fresca.

Certo poi c'è **pasta e pasta**, ci sono quelle semplici, della tradizione povera dei contadini, a base solo di farina ed acqua e ci sono quelle più ricche (ma solo negli ingredienti), radicate nella tradizione popolare del nostro Bel (e "Buon") Paese a base di farina e uova.

Pasta fresca: farina e acqua, sembra troppo semplice detto così, ma questi sono i due ingredienti su cui si possono costruire una miriade di specialità e, di conseguenza, una miriade di capolavori in cucina.

E' la **pasta** più antica e più rustica: un po' di farina, un po' d'acqua e, soprattutto, una buona manualità per ricavare dei pezzetti di **pasta** che allungati e assottigliati diventano picci o bigoli oppure che, sapientemente trascinati sulla spianatoia, diventano cavatelli, orecchiette, strascinati. Una bella varietà di formati per esaltare al meglio via via ingredienti diversi...



La **pasta** all'uovo, tradizionalmente solo fresca, oggi anche secca, è la base di molti tra i nostri piatti più celebri e più amati, sia in patria che all'estero.

La buona sfoglia all'uovo, che assume connotazioni e forme diverse in ogni regione, in ogni fazzoletto di terra, è l'inizio di lasagne, tagliatelle, fettuccine, tagliolini, garganelli, maccheroni alla chitarra. Un'infinità di formati, un'infinità di consistenze e, di conseguenza, un'infinità di abbinamenti. La base dunque sempre la sfoglia, ma non una sfoglia qualunque, deve essere ben fatta. Sì, perché la **pasta** all'uovo non è solo un elenco di ingredienti ma anche una metodica ben precisa di lavorazione: la fontana di farina, le uova in centro, la lunga lavorazione grazie al metodo più efficace: l'olio di gomito!

E poi la sfogliatura, con mattarelli lunghissimi, movimenti che non coinvolgono solo le braccia ma quasi tutto il corpo, tanto da sembrare una sorta di ballo... Insomma, c'è un mestiere dietro: quello della sfoglina, appunto. Donne (ma anche uomini), capaci di trasformare un informe impasto di farina ed uova in una sfoglia così sottile che, come dicono a Bologna, ci si deve vedere la Basilica di San Luca attraverso...
Un formato per cominciare: le tagliatelle.

Sono senza dubbio uno dei simboli della cucina italiana. E' una **pasta** antica, già codificata come tipologia sul Vocabolario Domestico di Giacinto Carena pubblicato nel 1859. Varie leggende narrano che le tagliatelle siano ancora più antiche, difficile risalire ad una data di nascita precisa, in origine era acqua e farina: come è possibile stabilire chi per primo abbia ricavato le tagliatelle (o un qualche loro antenato) da questo semplice composto?

Ora non parliamo più di acqua e farina ma di farina ed uova: sì, ma quante uova? Come districarsi tra le varie "filosofie" che ruotano intorno alla **pasta** all'uovo? Un uovo per ogni etto di farina? Ogni due? Solo tuorli? Uovo intero? Difficile raccapezzarsi in questa miriade di variabili...



La ricetta tradizionale prevede 1 uovo ogni 100 g di farina (0 oppure 00, la farina di semola è usata solo in alcune paste della tradizione regionale poiché la lavorazione della **pasta** con la semola deve essere molto più energica). Poi ci sono tutta una serie di varianti regionali e/o locali, oltre che diversi tipi di farine, diversa umidità, capacità di assorbimento, insomma una vera e propria scienza "inesatta" gravita intorno al mondo delle tagliatelle e delle sue sorelle...

Già perché quella delle tagliatelle è una grande famiglia, variegata e numerosa. Poi, come in tutte le famiglie, ci sono le dovute differenze.

La tagliatella propriamente detta, il cui prototipo in oro è gelosamente custodito presso la Camera di Commercio di Bologna, è spessa tra i 6 e gli 8 decimi di mm e larga 7 mm da cruda e 8 mm da cotta (la 12.270a parte della Torre degli Asinelli!), sembra si debba essere geometri per realizzarla, ma le misure sono queste, depositate con tanto di atto notarile dalla Confraternita del Tortellino e dall'Accademia Italiana della Cucina il 16 aprile 1972.



Poi ci sono le fettuccine: ad un primo superficiale sguardo potrebbero sembrare uguali ma così non è. Chi sostiene che sono più larghe, chi che sono più spesse, per altri sono solo un altro modo, utilizzato al centro-sud, per indicare le tagliatelle. Questo può forse valere per quelle secche industriali ma non certo per quelle fresche, fatte a mano: più spesse e più larghe, arrivano a circa 1 cm.

Paglia e fieno: un nome simpatico, colori accattivanti ma non un formato specifico. Paglia e fieno è il tipo di impasto, poi ci si possono realizzare tagliatelle, fettuccine, tagliolini.

E' bicolore: gialla e verde.

Gialla la classica **pasta** all'uovo, verde con l'aggiunta nell'impasto di spinaci lessati, scolati e tritati finemente.

I pizzoccheri sono proprio un caso a parte, il componente "stravagante" della famiglia: la differenza questa volta non è solo formale, non è solo questione di misure, ma è anche sostanziale. I pizzoccheri sono infatti realizzati con farina di grano saraceno e di frumento e sono originari del paese di Teglio (in provincia di Sondrio). Consistenza più tenace, gusto più marcato, ottime con sughi che non ne schiacciano il sapore.



Difficile il compito di elencare ogni formato, ma soprattutto ogni nome con cui un formato è chiamato, nome che può cambiare anche nel giro di pochi km. Se la cucina italiana è molto ricca, il vocabolario della lingua italiana (o dei tanti dialetti) lo è altrettanto! Certo, volendo schematizzare possiamo raggruppare "tutta" la **pasta** fresca in "sole" dieci categorie, ed anche se sembrano tante sono nulla in confronto ai frutti della fantasia di centinaia di anni in cucina.

Si possono così distinguere paste sfregate con le mani, affusolate col palmo, sminuzzate col coltello, trascinate con le mani, attorcigliate (con le dita o con il ferro), incavate col ferretto, tagliate al coltello (o con la rotella, o con la chitarra, con bordi lisci oppure ondulati...), filate a matassa con le mani, pizzicate, stampate.

Per ogni categoria tanti esempi, tanti nomi, tante ricette; per ogni nome una storia, una tradizione, mille varianti.

Un mondo vario e ricco quello della **pasta** fresca. Insomma, difficile incasellare tutto... Le tipologie, come visto, sono tante, i canoni di preparazione sono dettati, ma ogni cucina può scegliere il suo impasto ed il formato adatto ad ogni sugo.

Noi ve ne proponiamo alcuni...





Tagliatelle con spuntature di maiale

Difficoltà: alta

Tempi di preparazione: 1h

1. In una casseruola capiente fate scaldare l'olio di oliva, unite il guanciale ridotto a dadini e le costole, facendo attenzione che stiano in un solo strato.

2. Fate rosolare il guanciale e le costole di maiale rigirando la carne quando avrà preso colore da un lato. Quando sarà rosolata uniformemente, aggiungete alla casseruola la cipolla affettata a velo, le carote ed il sedano a rondelle.

3. Lasciate rosolare il tutto per circa 5 minuti, quindi sfumate con mezzo bicchiere di vino rosso. Quando il vino sarà ben evaporato, aggiungete la passata di pomodoro, il brodo e le foglie d'alloro.

4. Mettete il coperchio alla pentola e lasciate cuocere a fuoco dolce per almeno un'ora.

5. Aggiungete del brodo qualora il sugo dovesse asciugarsi troppo.

6. Lessate le tagliatelle in abbondante acqua salata, scolatele e versatele in una ciotola capace.

7. Condite con il sugo di cottura delle costole, mescolando accuratamente.

8. Servite caldissimo accompagnando la pasta così condita con due costole per ogni porzione.



Ingredienti

- 400 g di tagliatelle fresche
- 200 g di guanciale
- 8 costole di maiale
- 2 carote piccole
- 1 costa di sedano
- 1 cipolla
- 400 ml di brodo di carne
- 3 foglie di alloro
- 500 g di passata di pomodoro
- 3 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
- 1/2 bicchiere di vino rosso



Tagliatelle e ragù al caffè

Tagliatelle e ragù al caffè



Difficoltà: alta

Tempi di preparazione: 1h

1. Preparate l'impasto per le tagliatelle al caffè procedendo nel modo consueto.

2. Tirate la sfoglia, fate asciugare un po', quindi realizzate le tagliatelle disponetele sulla spianatoia leggermente infarinata e copritele con un telo.

3. Spellate e sminuzzate la salsiccia, mescolatela con la polpa di maiale tritata.

4. Scaldate in un tegame l'olio e il burro, unite quindi la cipolla tritata finemente e fatela stufare, a fuoco molto basso.

5. Unite la carne, fate rosolare rimestando di tanto in tanto a fuoco medio e facendo attenzione che non bruci; quando sarà rosolata in maniera uniforme, bagnate il sugo con una parte del vino.

6. Il vino andrà aggiunto a più riprese, mettetene dell'altro solo quando il primo sarà quasi del tutto evaporato. Allo stesso modo, aggiungete il caffè.

7. Regolate di sale e pepe e, dopo qualche minuto di cottura, unite la salvia e la menta e lasciate il ragù sul fuoco dolce per non più di 5 minuti.

8. Lessate le tagliatelle al caffè in abbondante acqua salata, scolatele e versatele nel tegame con il ragù di maiale al caffè. Servite bel caldo.

Ingredienti

Per la pasta:

- 260 g di farina 00
- 3 uova
- 40 g di caffè in polvere
- un pizzico di sale

Per il condimento:

- 300 g di polpa di maiale tritata
- 120 g di salsiccia fresca
- 1 cipolla
- 40 g di burro
- 2 cucchiaini di olio d'oliva
- 1 bicchiere di vino rosso
- 1 bicchiere di caffè
- 1 presa di menta secca



Tagliatelle con il coniglio

Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 1h

1. Mettete in una padella l'olio e il burro, fate scaldare, quindi unite le verdure tritate e la carne del coniglio e lasciateli soffriggere a fuoco medio.

Rigirate di tanto in tanto affinché la carne e le verdure vengano rosolate in maniera uniforme.

2. Quando la carne sarà ben rosolata, bagnate con il vino e lasciatelo evaporare completamente.

3. Aggiungete quindi la foglia d'alloro e la pancetta tagliata a dadini piccoli.

4. Insaporite con sale, pepe e noce moscata.

5. Lasciate cuocere per altri 5 minuti, quindi aggiungete la passata di pomodoro e il brodo.

6. Fate cuocere per 30 minuti a fuoco dolce.

7. A cottura ultimata togliete dal sugo i pezzi di coniglio, disossateli e tritate la carne con il coltello, tenendola in caldo. Passate il sugo al passino.

8. Fate cuocere le tagliatelle in abbondante acqua salata, scolatele bene e mettetele nel sugo di coniglio, a cui avrete aggiunto anche la carne tritata.

9. Saltatele brevemente su fuoco vivace. Servite le tagliatelle ben calde con una spolverata di prezzemolo tritato.



Ingredienti

- 400 g di tagliatelle
- 1 sella di coniglio
- 1/2 cipolla
- 1 carota
- 1/2 costola di sedano
- 1 foglia d'alloro
- 1 ciuffo di prezzemolo
- 50 g di pancetta
- 1 bicchiere di vino rosso (tipo Chianti dei Colli fiorentini)
- 30 g di burro
- 3 cucchiaini d'olio d'oliva
- 1 cucchiaio di passata di pomodoro
- 1 tazza di brodo
- 1 pizzico di noce moscata
- pepe nero macinato
- sale



Tagliatelle rape e salsicce

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 20 min.

1. Pulite le rape, lavatele e lessatele in abbondante acqua salata per 5 minuti circa o comunque finché non saranno cotte.

2. In una padella capiente, fate scaldare l'olio extravergine d'oliva con gli spicchi d'aglio tagliati a fettine, fate soffriggere brevemente avendo cura di non fare bruciare l'aglio.

3. Aggiungete quindi le rape precedentemente lessate e lasciatele insaporire a fuoco moderato.

4. Intanto, in un pentolino a parte, portate a ebollizione dell'acqua, quando l'acqua bolle unite le salsicce intere, dopo aver bucato il budello in più punti, e fatele scottare per circa 2 minuti.

5. Trascorso il tempo di scottatura togliete le salsicce dall'acqua, eliminate il budello e tenetele da parte.

6. Quando le rape si saranno insaporite con l'olio e l'aglio (ed eventualmente con il peperoncino se lo usate), aggiungete alla padella anche le salsicce scottate, spezzettate a mano e lasciate cuocere fino a cottura della carne.

7. Lessate le tagliatelle in abbondante acqua salata, scolatele, unitele alla padella con il condimento e fatele saltare per pochi secondi con il sugo di rape e salsicce.

8. Servite immediatamente ben calde.



Ingredienti

- 400 g di tagliatelle fresche
- 300 g di salsicce
- 400 g di rape
- 2 spicchi d'aglio
- 3 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
- peperoncino a piacere
- sale



Tagliatelle al ragù di capriolo

Difficoltà: alta

**Tempi di preparazione: 3 h
+ 8 h di marinatura**

1. Preparate la marinata: fate soffriggere gli odori tritati finemente insieme alle erbe aromatiche e alle spezie con l'olio. Aggiungete il vino e l'aceto e lasciate sobbollire per 5 minuti. Trasferite la marinata in un contenitore capiente e unitevi la polpa di capriolo tagliata a pezzi; lasciate marinare tutta la notte.

2. Fate soffriggere in una casseruola con l'olio gli odori tritati e le erbe della marinata. Quindi aggiungete alla casseruola la polpa di capriolo tagliata a bocconcini piccoli e fate rosolare bene su tutti i lati.

3. Sfumate con il liquido della marinata, aggiungendolo in 3-4 volte e facendolo evaporare ogni volta.

4. A questo punto unite la salsa di pomodoro, regolate di sale e protraete la cottura del ragù per almeno 2 ore, aggiungendo acqua qualora il ragù risultasse troppo asciutto.

5. Cuocete le tagliatelle, scolatele e trasferitele nella casseruola con il condimento; mantecate bene il tutto aggiungendo, se necessario, un po' d'acqua di cottura della pasta per ammorbidire il ragù.

6. Servite le tagliatelle con del parmigiano grattugiato



Ingredienti

- 400 g di tagliatelle
- 400 g di polpa di capriolo
- 3 cucchiaini di salsa di pomodoro
- 6 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
- sale, parmigiano a piacere
- Per la marinata:
- 1 carota, 1 cipolla, 1 gambo di sedano, 10 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva, 1 rametto di menta, 1 foglia di alloro, 2 rametti di origano, 1 rametto di salvia, 1 rametto di rosmarino, 10 grani di pepe, 1/2 stecca di cannella, 6 bacche di ginepro, 4 chiodi di garofano, 2 bicchieri di vino rosso corposo, 1/2 bicchiere d'aceto



Tagliatelle nociccia

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 15 min.

1. Con un coltello incidete le salsicce ed eliminate il budello. Sbriciolatele grossolanamente.

2. Tritate al coltello i gherigli di noci in maniera da avere pezzi di medie dimensioni (non le dovete sbriciolare).

3. Fate scaldare in una padella l'olio extravergine d'oliva, aggiungete la cipolla tritata, le foglie d'alloro intere e fate soffriggere a fuoco medio per un paio di minuti, facendo attenzione a non fare colorire troppo la cipolla.

4. Unite quindi la salsiccia e fatela rosolare uniformemente, quindi sfumate con il vino rosso.

5. Fate evaporare il vino, eliminate le due foglie di alloro dalla padella ed unite

le noci, il mascarpone e la panna senza mescolare.

6. Spegnete subito il fuoco.

7. Lessate le tagliatelle in abbondante acqua salata.

8. Mentre la pasta cuoce, unite alla padella con il condimento circa mezzo mestolo dell'acqua di cottura della pasta e mantecate a fuoco molto basso.

9. Scolate la pasta ed unitela alla padella con il sugo, saltatela brevemente su fuoco medio perché lo assorba bene.

10. Impiattate e servite immediatamente ben caldo.



Ingredienti

- 400 g di tagliatelle agli spinaci
- 400 g di salsiccia di maiale
- 1 cipolla media
- 200 g di mascarpone
- 150 g di panna da cucina
- 80 g di gherigli di noci
- 1 bicchiere di vino rosso
- 2 foglie d'alloro
- 2 cucchiaini di olio
- sale



Tagliatelle gallinella e pecorino

Tagliatelle gallinella e pecorino

Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 45 min.

1. In una padella capiente fate scaldare l'olio e fatevi soffriggere gli spicchi d'aglio schiacciati facendo attenzione a non farli bruciare.

2. Non appena l'aglio inizia a sfrigolare, unite alla padella la gallinella intera, precedentemente privata dalle interiora e sciacquata in maniera veloce sotto l'acqua.

3. Fate rosolare la gallinella uniformemente a fuoco medio.

4. Salate e sfumate con il vino bianco; alzate la fiamma.

5. Non appena il vino sarà completamente evaporato unite i pomodori lavati e tagliati in quarti e lasciate stufare il pesce a padella coperta per circa 10 minuti a fuoco basso.

6. Non appena la gallinella avrà raggiunto il giusto grado di cottura, prelevatela dalla padella, fatela intiepidire per non bruciarvi e spinatela.

7. Rimettete la polpa del pesce in padella con il sugo.

8. Lessate le tagliatelle in abbondante acqua salata, scolatele e trasferitele nella padella con il condimento, saltatele brevemente e servite immediatamente spolverizzandole con abbondante pecorino grattugiato.



Ingredienti

- 400 g di tagliatelle fresche
- 1 gallinella di circa 500 g
- 100 g di pecorino stagionato grattugiato
- 200 g di pomodori piccadilly
- 1/2 bicchiere di vino bianco secco
- 2 spicchi d'aglio
- 4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- sale



Tagliatelle pesce spada, pistacchi e agrumi

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 25 min.

1. Pulite le fette di pesce spada rimuovendo la pelle e le cartilagini, quindi tagliatele a dadini.

2. Passate i dadini di pesce spada nella farina e rimuovete quella in eccesso.

3. Fate scaldare in padella quattro cucchiai di olio extravergine d'oliva, unite lo spicchio d'aglio, il peperoncino e fateli rosolare. Eliminate l'aglio non appena prende colore.

4. Unite i dadini di pesce spada e fatelo insaporire per qualche minuto; sfumate con il vino bianco secco, alzate la fiamma per eliminare più rapidamente la parte alcolica.

5. A questo punto aggiungete: i semi di finocchio, la scorza d'arancia grattugiata, i pistacchi schiacciati (lasciandone qualcuno da parte per la decorazione), il succo d'arancia e di limone ed insaporite con il sale.

6. Coprite con un coperchio e cuocete per circa 5 minuti, bagnando con altro succo d'arancia qualora il sugo si dovesse asciugare troppo.

7. Cuocete le tagliatelle in abbondante acqua salata, quindi scolatele e trasferitele nella padella con il condimento.

8. Impiattate e decorate con i pistacchi tenuti da parte. Servite ben caldo.



Ingredienti

- 400 g di tagliatelle
- 400 g di pesce spada in fette
- 1 spicchio d'aglio
- 1 cucchiaino colmo di semi di finocchio
- 1 pezzetto di peperoncino
- una manciata di pistacchi
- succo e scorza di 1 arancia
- succo di 1 limone
- farina di frumento 00 q.b.
- 1/2 bicchiere di vino bianco secco
- olio extravergine d'oliva
- sale



Tagliatella gamberi, pomodorini e salsa al balsamico

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 20 min.

1. Per prima cosa eliminate il filamento nero presente sul dorso dei gamberi, praticando una piccola incisione e sfilandolo via.

2. In una padella, che possa contenere al momento giusto anche la pasta, fate scaldare l'olio extravergine d'oliva.

3. Unite i due spicchi d'aglio schiacciati e fateli soffriggere nell'olio caldo senza farli colorire troppo.

4. Unite i pomodorini tagliati a metà, salate e fateli saltare a fuoco vivace fino a quando si saranno leggermente appassiti.

5. Alla padella con i pomodorini saltati unite le code di gamberi ed il prezzemolo tritato finemente.

6. Fate cuocere per pochissimo tempo, giusto quello che serve per far cambiare colore ai gamberi.

7. Togliete la padella dal fuoco.

8. Portate ad ebollizione una pentola d'acqua salata e fate lessare le tagliatelle.

9. Una volta cotte scolatele e trasferitele nella padella con il condimento, rimettete sul fuoco e fate saltare il tutto per un paio di minuti a fiamma vivace.

10. Servite le tagliatelle ben calde, decorando ciascun piatto con la riduzione d'aceto balsamico versata a filo.



Ingredienti

- 400 g di tagliatelle
- 400 g di code di gamberi sgusciate
- 150 g di pomodorini pachino
- 2 spicchi d'aglio
- 4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- 1 cucchiaino di prezzemolo tritato
- sale
- riduzione di aceto balsamico q.b.



Fettuccine melanzane e cozze

Fettuccine melanzane e cozze

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: Sughì
50 min. + 1 h di riposo melanzane

1. Pulite le cozze, fatele aprire in una padella con due cucchiaini di olio e uno spicchio d'aglio schiacciato, estraetele dal guscio e filtrate il liquido di cottura.

2. Sbucciate la melanzana, (conservando parte della buccia per decorare), tagliatela a cubi, cospargetela con poco sale e lasciatela riposare un'ora in uno scolapasta, per eliminare l'acqua di vegetazione.

3. In una padella rosolate, con l'olio rimasto, il basilico e lo spicchio d'aglio tritati, unite le melanzane e fate cuocere finché sono morbide.

4. Unite la passata, la cipolla tritata, il sale ed il peperoncino e portate a cottura aggiungendo un po' del liquido di cottura delle cozze diluito con l'acqua. Unite le cozze solo cinque minuti prima di spegnere il fuoco.

5. Tagliate a filini la buccia delle melanzane messa da parte e friggetela in abbondante olio di semi.

6. Cuocete le fettuccine e trasferitele nella padella con il sugo; saltate il tutto per un paio di minuti a fuoco vivo.

7. Impiattate le fettuccine, decorate ciascun piatto con i filini di buccia di melanzana fritti e servite.



Ingredienti

- 400 g di fettuccine fresche
- 800 g di cozze
- 1 melanzana
- 300 g di passata di pomodoro
- 1 grossa cipolla
- 2 spicchi d'aglio
- 1 ciuffo di basilico
- 6 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- olio di semi q. b.
- sale e peperoncino



Tagliatelle con pesto di mandorle e gamberi

Tagliatelle con pesto di mandorle e gamberi

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 25 min.

1. Nel bicchiere del mixer mettete le mandorle e, dopo averle frullate per qualche istante, unite la menta ed il prezzemolo precedentemente lavati ed asciugati, insieme a mezzo spicchio d'aglio e ad un cucchiaino di pecorino grattugiato.
2. Fate andare il mixer fino a quando tutti gli ingredienti saranno ben sminuzzati e si sarà creata una massa granulosa.
3. Iniziate quindi a versare l'olio a filo e continuate a frullare fino ad ottenere un composto dalla consistenza liscia ed omogenea.
4. Con l'aglio rimasto, strofinate una padella e scaldate un filo d'olio.

5. Unite i gamberi e, dopo pochi secondi, sfumate con il vino bianco, salate e pepate.
6. Lasciate sfumare il vino per bene, anche per un paio di minuti, quindi spegnete il fuoco e tenete da parte.
7. Fate lessare le tagliatelle in abbondante acqua salata, scolatele e trasferitele nella padella con i gamberi.
8. Unite, infine, il pesto e mantecate per qualche minuto aggiungendo, se necessario, un po' d'acqua di cottura della pasta.
9. Fate le porzioni e servite ben caldo.



Ingredienti

- 400 g di tagliatelle fresche
- 400 g di gamberi sgusciati
- 20 g di foglie di menta
- 6-7 foglie di prezzemolo
- 80 g di mandorle pelate e tostate
- 1/2 bicchiere di vino bianco
- 1 spicchio d'aglio
- 1 cucchiaino di pecorino grattugiato
- olio extravergine d'oliva q.b.
- sale e pepe



Tagliatelle all'impepata di cozze

Tagliatelle all'impepata di cozze

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 30 min.

1. In una padella fate scaldare 3 cucchiai di olio, unite 2 spicchi d'aglio e le cozze pulite; mettete il coperchio e fate aprire le cozze a fuoco vivace.

2. Quando tutte le cozze saranno aperte, prelevatele dalla padella e sgusciatene la metà, eliminando quelle che eventualmente non si fossero aperte, quindi filtrate il liquido di cottura e tenetelo da parte.

3. In un'altra padella fate scaldare l'olio rimanente insieme ad uno spicchio d'aglio e ad un trito di prezzemolo, unitevi la passata di pomodoro, il liquido di cottura delle cozze e lasciate cuocere fino a che il sugo si sarà leggermente ridotto.

4. A questo punto unite le cozze con il guscio e lasciate che s'insaporiscano per due-tre minuti, poi aggiungete anche le cozze sgusciate e pepate abbondantemente.

5. Fate insaporire ancora un minuto quindi spegnete il fuoco.

6. Lessate le tagliatelle in abbondante acqua salata, scolatele, trasferitele in padella con il sugo e fatele saltare brevemente a fuoco vivace.

7. Impiattate le tagliatelle distribuendo nei singoli piatti sia le cozze sgusciate sia quelle con il guscio.

8. A piacere unite altro pepe nero.



Ingredienti

- 400 g di tagliatelle fresche
- 800 g di cozze
- 3 spicchi d'aglio
- 6 cucchiai d'olio extravergine d'oliva
- 300 g di passata di pomodoro
- 1 ciuffo di prezzemolo
- sale e pepe



Tagliatelle al pesto di melanzane e tonno



Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 1h

1. Tagliate la melanzana a metà e praticate delle incisioni nella polpa, senza arrivare alla buccia, in modo da formare delle grandi "X".

2. Mettetele su una placca da forno, conditele con un filo d'olio, un pizzico di sale e foglioline di menta; passatele in forno a 180°C per circa 40 minuti, finché non risultino belle morbide.

3. Quando si saranno intiepidite prelevate la polpa dalle melanzane con un cucchiaino e mettetela nel bicchiere del frullatore: frullatela insieme al pecorino grattugiato ed a qualche foglia di basilico.

4. A questo punto iniziate ad aggiungere, a filo, l'olio extravergine d'oliva fino ad ottenere un composto piuttosto fluido.

5. Unite, infine, i pinoli dando un'ultima breve frullata in modo tale che questi rimangano tritati grossolanamente.

6. Lessate le tagliatelle in abbondante acqua salata, scolatele lasciandole un po' umide e mantecatele con il pesto di melanzane.

7. Aggiungete il tonno in scatola sgocciolato e ridotto in pezzi, i cubetti di pecorino e servite immediatamente, decorando, se volete, con qualche foglia di basilico.

Ingredienti

- 400 g di tagliatelle fresche
- 1 melanzana globosa grande
- 40 g di pinoli
- 40 g di pecorino grattugiato
- 40 g di pecorino fresco tagliato a cubetti
- 160 g di tonno sott'olio in scatola
- basilico q.b.
- olio extravergine d'oliva q.b.
- foglioline di menta
- sale



Pizzoccheri con carciofi e seppie

Pizzoccheri con carciofi e seppie



Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 20 min.

1. Pulite le seppie privandole anche dell'“osso”, lavatele velocemente sotto l'acqua e tagliatele a listarelle.

2. Pulite i carciofi, tagliateli in due ed immergeteli in una ciotola d'acqua acidulata con poco succo di limone perché non anneriscano.

3. In una padella abbastanza capiente scaldate 3 cucchiai d'olio extravergine d'oliva e fate rosolare le listarelle di seppie per 30 secondi.

4. Sfumate con il vino bianco e proseguite la cottura per un paio di minuti, aggiungendo un mestolo d'acqua bollente se il fondo si dovesse asciugare troppo.

5. Tagliate i carciofi a fettine sottili ed uniteli alle seppie insieme al prezzemolo tritato.

6. Salate il composto di carciofi e seppie e portate il tutto a cottura tenendo il fuoco basso.

7. Lessate i pizzoccheri in abbondante acqua salata, scolateli e trasferiteli nella padella con il condimento.

8. Fate saltare il tutto a fiamma vivace molto velocemente.

9. Servite ben caldo e decorate a piacere ogni singolo piatto con prezzemolo tritato fine e, se lo gradite, con un pizzico di peperoncino.

Ingredienti

- 400 g di pizzoccheri freschi
- 3 seppie
- 4 carciofi
- 1/2 bicchiere di vino bianco
- 1 cucchiaio di prezzemolo
- 3 cucchiai di olio extravergine d'oliva
- sale rosa dell'Himalaya
- succo di limone
- peperoncino a piacere



Tagliatelle di castagne con porcini e calamari spillo

Tagliatelle di castagne con porcini e calamari spillo

Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 20 min.

1. Pulite i funghi con un panno umido, raschiate dal gambo ogni possibile traccia di terra con un coltellino, quindi tagliateli a fettine.

2. Scaldate due cucchiaini d'olio extravergine d'oliva in un tegame e fatevi imbiondire uno spicchio d'aglio tritato, a questo punto unite i funghi ed il prezzemolo tritato; fate saltare per 5 minuti avendo cura di non fare annerire il prezzemolo.

3. In un altro tegame fate scaldare l'olio extravergine d'oliva rimasto e saltatevi i calamaretti spillo a fuoco vivace, dopo di che sfumate con il vino bianco.

4. Non appena il vino sarà completamente evaporato, unite i calamaretti appena saltati ed i pomodorini tagliati al tegame in cui avete cotto i funghi.

5. Lasciate insaporire il tutto per un paio di minuti a fuoco medio e aggiustate di sale.

6. Lessate le tagliatelle di castagne in abbondante acqua salata, scolatele e trasferitele nel tegame con il sugo.

7. Fate saltare per qualche istante a fuoco vivo.

8. Servite immediatamente, ben caldo, unendo a piacere un po' di prezzemolo tritato finemente.



Ingredienti

- 400 g di tagliatelle di castagne
- 200 g di calamaretti spillo
- 6 funghi porcini grandi
- 1 ciuffetto di prezzemolo tritato
- 1/2 bicchiere di vino bianco
- 1 spicchio d'aglio
- 4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- 6 pomodori piccadilly tagliati a dadini privati dei semi
- sale



Tagliatelle allo scoglio

Tagliatelle allo scoglio

Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 30 min,

1. Pulite le cozze e fate spurgare le vongole in acqua e sale.

2. In due padelle separate fate aprire le cozze e le vongole con uno spicchio d'aglio schiacciato, 2 cucchiaini d'olio e 1/4 di bicchiere di vino bianco.

3. Quando cozze e vongole saranno tutte aperte, prelevatele dalle relative padelle, filtrate il sugo di cottura e mettetelo da parte.

4. Sgusciate metà delle vongole aperte.

5. In una padella a parte, fate scaldare i tre cucchiaini d'olio rimanenti con uno spicchio d'aglio schiacciato, quando comincia a sfrigolare unite la passata di pomodoro e fate insaporire per qualche minuto.

6. Quindi unite al sugo i gamberi sgusciati e privati del filetto nero intestinale e lasciate cuocere per un paio di minuti.

7. Unite al sugo anche le cozze e le vongole, sia quelle con il guscio che quelle senza, e metà dell'acqua di cottura tenuta da parte.

8. Lessate le tagliatelle in abbondante acqua salata, scolatele al dente e trasferitele nella padella con il condimento dove le farete saltare per pochi istanti.

9. Servite immediatamente, con una spolverata di prezzemolo tritato.



Ingredienti

- 400 g di tagliatelle fresche
- 250 g di cozze
- 300 g di vongole
- 250 g di gamberi
- 300 g di passata di pomodoro
- 7 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- 1/2 bicchiere di vino bianco secco
- 3 spicchi d'aglio
- prezzemolo
- sale



Tagliatelle verdi con mazzancolle, porcini e spinaci

Tagliatelle verdi con mazzancolle, porcini e spinaci



Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 15 min.

1. Pulite con cura le cappelle dei funghi utilizzando un pennellino oppure un panno inumidito per eliminare eventuali tracce di terra.

2. Riducete i funghi a fette e fateli trifolare in una padella con 3 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva, 1 spicchio d'aglio in camicia schiacciato ed un ciuffo di prezzemolo tritato.

3. Regolate di sale e rimuovete lo spicchio d'aglio dalla padella.

4. A parte, in un'altra padella, fate scaldare bene 3 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva insieme ad uno spicchio d'aglio schiacciato e spadellate le code di mazzancolle sgusciate per pochi minuti, facendo attenzione a non farle cuocere troppo perchè non risultino asciutte.

5. Lessate le tagliatelle in abbondante acqua salata, scolatele e conditele con le mazzancolle, i funghi e il sugo di cottura di questi ultimi.

6. Dopo avere mescolato per bene, fuori dal fuoco, unite alle tagliatelle anche gli spinaci freschi puliti molto accuratamente, lavati ed asciugati. Gli spinaci si appassiranno con il calore della pasta.

7. Servite immediatamente, ben caldo.

Ingredienti

- 400 g di tagliatelle verdi
- 12 code di mazzancolle sgusciate
- 6 cappelle di funghi porcini
- 250 g di spinaci freschi
- 6 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
- 2 spicchi d'aglio
- 1 ciuffo di prezzemolo
- sale



Tagliatelle calamari, olive taggiasche e vodka

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 15 min,

1. In una padella capiente fate scaldare l'olio extravergine d'oliva con uno spicchio d'aglio schiacciato.

2. Non appena l'aglio inizierà a sfrigolare, prima che prenda colore, unite i calamari puliti e tagliati a striscioline, subito dopo aggiungete il prezzemolo tritato.

3. Fate saltare il tutto a fiamma vivace per non più di un paio di minuti.

4. Aggiungete quindi i pomodorini tagliati a metà e continuate a fare saltare il tutto fino a che i pomodorini non saranno leggermente appassiti.

5. Regolate di sale.

6. A questo punto unite la vodka, fate fiammeggiare in maniera tale che la frazione alcolica evapori velocemente.

7. Lasciate quindi insaporire il tutto sul fuoco per altri due minuti.

8. Unite le olive taggiasche denocciate, spegnete il fuoco e coprite la padella con un coperchio.

9. Lessate le tagliatelle in abbondante acqua salata, scolatele e trasferitele nella padella con il condimento.

10. Mantecate bene le tagliatelle con il sugo.

11. Servitele subito, ben calde, unendo altro prezzemolo tritato finemente.



Ingredienti

- 400 g di tagliatelle fresche
- 400 g di calamari puliti
- 120 g di olive taggiasche denocciate
- 15 pomodorini ciliegini
- 1/2 bicchiere di vodka pura
- 4 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
- 1 ciuffo di prezzemolo
- 1 spicchio d'aglio
- sale



Tagliatelle di melanzane in crema di gamberi

Tagliatelle di melanzane in crema di gamberi

Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 1h 30 min.

1. Praticate delle incisioni sulla melanzana, avvolgetela in carta alluminio e mettetela in forno statico a 250°C per 45 minuti.

2. Quando sarà morbida, tagliatela e lasciate intiepidire pressandola per eliminare il liquido. Frullatela.

3. Impastate la crema ottenuta con le farine, il tuorlo ed il sale.

4. Riponete in frigorifero per mezz'ora.

5. Quindi stendete la pasta in sfoglie sottili e ricavate le tagliatelle.

6. Lessate i gamberi in acqua leggermente salata, sgusciateli e mettete la polpa ricavata nel frullatore insieme a 6 grani di pepe rosa e 6 steli di erba cipollina e frullate fino a ridurre in crema.

7. In una padella scaldate il burro e un cucchiaio d'olio e fate soffriggere l'aglio, il prezzemolo ed il peperoncino tritati finemente; aggiungete la crema di gamberi e sfumate con il vino.

8. Quando il vino sarà evaporato, abbassate la fiamma e regolate la densità del sugo aggiungendo del latte.

9. Lessate le tagliatelle, scolatele e trasferitele in padella con il sugo, spadellate velocemente a fiamma vivace.

10. Impiattate guarnendo ogni porzione con un goccio d'olio e una macinata di pepe rosa.



Ingredienti

Per la pasta: 1 melanzana media

- 200 g di farina di semola
- 100 g di farina bianca 00
- 1 tuorlo
- 1/2 cucchiaino di sale fino

Per il condimento :

- 300 g di gamberi
- 1 mazzetto di erba cipollina
- 1 mazzetto di prezzemolo
- 1 spicchio d'aglio
- pepe rosa in grani
- 1 noce di burro
- 1 cucchiaio di olio extravergine d'oliva
- 1/2 bicchiere di latte
- 1/2 peperoncino (a piacere)
- 1/2 bicchiere di vino bianco
- sale



Paglia e fieno con rape e cozze

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 40 min.

1. Per prima cosa pulite le rape, lavatele e lessatele in abbondante acqua salata.

2. Pulite le cozze: togliete la barbeta, raschiatele bene per eliminare eventuali incrostazioni e lavatele più volte.

3. In una casseruola capiente fate scaldare 3 cucchiai d'olio con uno spicchio d'aglio, fate soffriggere leggermente, quindi aggiungete le cozze, coprite e fatele aprire a fuoco vivo scuotendo la pentola di tanto in tanto.

4. Quando le cozze si saranno intiepidite sgusciatele e tenetele da parte.

5. In una padella fate scaldare l'olio rimanente con uno spicchio d'aglio tagliato a fettine e, non appena l'olio inizia a sfrigolare, unite le rape precedentemente lessate. Lasciate insaporire per qualche minuto a fuoco medio.

6. Unite quindi i pomodorini ciliegino lavati e tagliati a metà e le cozze sgusciate, fate insaporire; dopo avere assaggiato, regolate di sale.

7. Lessate le tagliatelle in abbondante acqua salata, scolatele al dente e trasferitele in padella con il sugo di cozze e rape, saltatele brevemente e servite immediatamente con una macinata di pepe nero.



Ingredienti

- 400 g di tagliatelle paglia e fieno fresche
- 500 g di cozze
- 300 g di rape
- 2 spicchi d'aglio
- 6 cucchiai d'olio extravergine d'oliva
- 15 pomodorini ciliegino
- sale e pepe nero



Tagliatelle al curry con peperoni e pomodori verdi

Tagliatelle al curry con peperoni e pomodori verdi

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 45 min.

1. Lavate ed asciugate i peperoni, tagliateli e ricavate delle falde, ripulite da semi e filamenti bianchi, quindi tagliatele a tocchetti.

2. Fate scaldare in padella l'olio extravergine d'oliva, fatevi appassire la cipolla affettata finemente a fuoco moderato ed aggiungete i peperoni a tocchetti.

3. Lasciate cuocere i peperoni aggiungendo, se necessario, dell'acqua durante la cottura.

4. Quando i peperoni si saranno ammorbiditi, unite alla padella i pomodori verdi tagliati a dadini, il peperoncino e la paprika verde.

5. Aggiustate di sale.

6. Portate il sugo a cottura, serviranno circa 10 minuti, comunque controllate che i peperoni siano cotti.

7. Nel frattempo lessate le tagliatelle al curry in abbondante acqua salata e, appena cotte, scolatele e trasferitele direttamente nella padella con il sugo di peperoni.

8. Saltate rapidamente il tutto su fuoco vivace per amalgamare meglio i sapori.

9. Servite le tagliatelle al curry con i peperoni insaporendole con del pecorino ed erba cipollina.



Ingredienti

- 400 g di tagliatelle al curry
- 1 peperone rosso
- 1 peperone giallo
- 1/2 cipolla bianca
- 2 pomodori verdi
- 4 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
- 1 pizzico di peperoncino
- paprika verde a piacere
- pecorino grattugiato a piacere
- erba cipollina q. b.
- sale



Tagliatelle trattoria

Tagliatelle trattoria

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 50 min.

1. In una padella capiente (dovrà contenere anche la pasta alla fine per la mantecatura), senza alcun condimento, fate rosolare il guanciale tagliato a listarelle fino a che rilascia un po' di grasso.

2. Nella padella col guanciale aggiungete quindi la cipolla che avrete affettato molto sottilmente e fate rosolare a fuoco medio.

3. Quando la cipolla risulterà rosolata, e non troppo colorita, unite salvia e rosmarino e subito dopo i fagioli scolati dall'acqua di cottura.

4. Lasciate insaporire a fuoco lento.

5. Se il composto si dovesse asciugare troppo aiutatevi aggiungendo uno o due cucchiari dell'acqua in ebollizione per la cottura della pasta.

6. Unite alla padella con fagioli e guanciale i pomodorini tagliati in quarti ed un cucchiaino di passata di pomodoro; insaporite il sugo con un pizzico di peperoncino, quindi aggiustate di sale e pepe.

7. Lessate la pasta in abbondante acqua salata, scolatela e trasferitela nella padella con il sugo, saltatela brevemente con il condimento a fuoco vivace per amalgamare il tutto.

8. Servite immediatamente ben caldo.



Ingredienti

- 400 g di tagliatelle fresche
- 1 cipolla
- 200 g di guanciale tagliato a listarelle
- 200 g di fagioli borlotti già lessati
- 16 pomodorini piccadilly
- 1 cucchiaino di passata di pomodoro
- 1 pizzico di peperoncino
- 1 pizzico di rosmarino e salvia tritati
- sale e pepe



Tagliatelle con pomodorini gratinati

Tagliatelle con pomodorini gratinati

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 30 min.

1. Per prima cosa preriscaldate il forno statico a 230°C.

2. Affettate la cipolla molto finemente e distribuitela uniformemente sul fondo di una teglia da forno meglio se ampia e coi bordi bassi (se non l'avete usate tranquillamente la placca avuta in dotazione col forno).

3. Tagliate con cura i pomodorini in fette da circa 1/2 cm e distribuite anch'essi nella teglia in un unico strato, facendo attenzione che non ci siano sovrapposizioni.

4. Distribuite in maniera uniforme il pangrattato sui pomodorini, irrorate il tutto con l'olio extravergine d'oliva e distribuite in superficie le foglie di basilico; salate adeguatamente.

5. Infornate il tutto lasciando gratinare per circa 15 minuti o fino a che il pangrattato non abbia formato una bella crosticina dorata.

6. Sfornate la teglia e trasferite tutto il suo contenuto in una capace ciotola di vetro.

7. Nel frattempo lessate le tagliatelle in abbondante acqua salata, scolatele e trasferitele nella ciotola con i pomodorini, mescolate bene per distribuire il condimento.

8. Servite immediatamente, ben caldo.



Ingredienti

- 400 g di tagliatelle
- 500 g di pomodorini piccadilly
- 1 cipolla
- 8 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- 4 cucchiaini di pangrattato
- foglie di basilico
- sale



Tagliatelle al pepe alle cipolle di Tropea

Tagliatelle al pepe alle cipolle di Tropea

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 30 min.

1. Pulite le cipolle, passatele rapidamente sotto l'acqua e tagliatele a fette.

2. In una padella capiente fate scaldare l'olio extravergine d'oliva, quindi unite le cipolle affettate ed i chiodi di garofano.

3. Aggiustate di sale e date una spolverata col pepe bianco.

4. Dopo avere messo il coperchio alla padella, lasciate stufare il tutto fino a che la cipolla risulti molto morbida.

5. Lessate le tagliatelle in abbondante acqua salata, scolatele e trasferitele nella padella con le cipolle.

6. Saltate brevemente le tagliatelle insieme al sugo di cipolle.

7. Servite immediatamente ben caldo insaporendo il tutto con un'abbondante macinata di pepe bianco.



Ingredienti

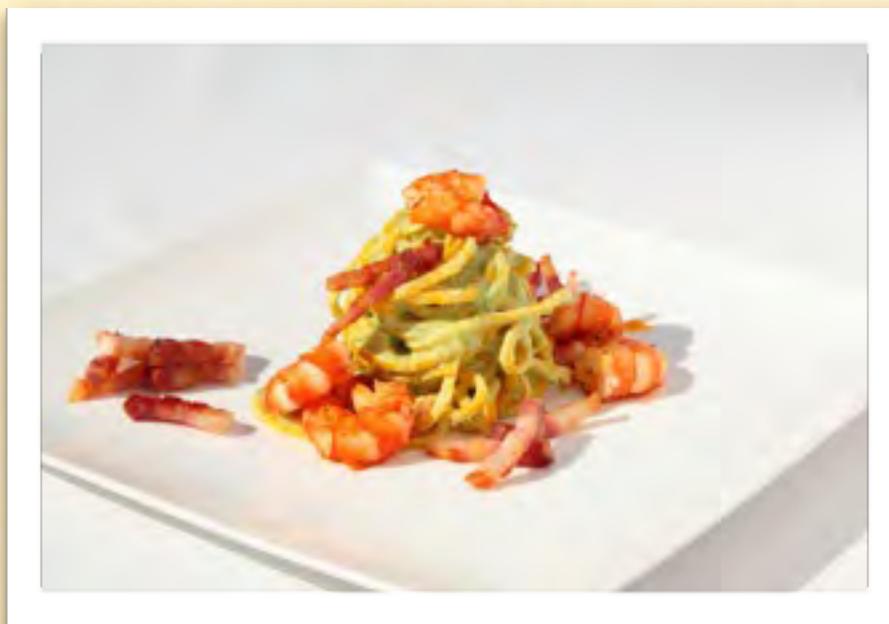
- 400 g di tagliatelle al pepe
- 4 cipolle di Tropea
- 4 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
- 3 chiodi di garofano
- pepe bianco
- sale

Tonnarelli, Chitarra e Tagliolini

Maccheroni alla chitarra, **spaghetti alla chitarra**, **tonnarelli**, declinazioni diverse dello stesso tipo di pasta. Si tratta di una pasta di lungo formato, a sezione quadrata che si ottiene, in genere, da un impasto di farina e uova. Questa la defini-

zione che vale per tutti, poi ci sono ovviamente le diverse versioni regionali che, molto spesso, sono più di "forma" (intesa come nome della pasta) che di

sostanza: stesso impasto, ma nome diverso. Così i **maccheroni alla chitarra** o **spaghetti alla chitarra** di origine abruzzese, sono **tonnarelli** in Lazio, **troccoli** o **torchioli** o **truoccoli** in Puglia e Basilicata. Stessa famiglia, nomi diversi per i ta-



gliolini, simili in tutto e per tutto alle tagliatelle, sono più stretti (un paio di millimetri al massimo), ma cambiano nome, e qualche volta un po' ricetta, nelle diverse parti d'Italia: sono **tajarin** in Piemonte (e sono realizzate con molte uova, 5 inte-

re e 10 tuorli per ogni kg di farina), sono **paparele** in Veneto (nell'impasto oltre a uova e farina c'è anche un filo d'olio, acqua e sale), **fini-fini** in Lazio, nella zo-

na conosciuta come Ciociaria, ed ancora **taglierini**, **tajuli**, **tagghiarine**, **tagghiarini** al centro-sud.

Comunque non occorre essere fini linguisti per apprezzare questi formati, di cui vi proponiamo alcune gustose



Tagliolini speck e patate

Tagliolini speck e patate

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 20 min.

1. Pelate le patate, lavatele e riducetele a cubetti di un paio di centimetri di lato, lessatele in acqua leggermente salata lasciandole piuttosto al dente.

2. In una padella abbastanza capiente fate scaldare il burro e l'olio a fuoco basso, unite il porro tritato finemente e fatelo rosolare per circa 5 minuti mescolando di tanto in tanto per evitare che colorisca troppo o, peggio ancora, che bruci.

3. Unite le listarelle di speck, lasciate insaporire qualche istante e aggiungete le patate preparate in precedenza, mescolate brevemente ed unite lo zafferano diluito in poca acqua calda.

4. Regolate di sale e pepe, facendo attenzione perché lo speck è già abbastanza saporito.

5. Lessate i tagliolini in abbondante acqua salata, scolateli e trasferiteli nella padella insieme al condimento di speck e patate.

6. Mantecate per pochi istanti a fuoco medio, aggiungendo abbondante parmigiano grattugiato per insaporire il tutto.

7. Impiattate e servite molto caldi completando, a piacere, con una spolverata di pepe nero.



Ingredienti

- 400 g di tagliolini
- 2 grosse patate
- 1 porro
- 100 g speck a striscioline
- 2 bustine di zafferano
- 60 g burro
- 2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- parmigiano grattugiato
- sale e pepe



Tonnarelli salsiccia, panna e rucola

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 20 min.

1. Fate scaldare l'olio extravergine di oliva in un padella capiente.

2. Tritate finemente la cipolla e soffriggetela a fuoco medio facendo attenzione che non bruci.

3. Aggiungete quindi la salsiccia sbriciolata continuando a schiacciarla con una forchetta per ridurla in pezzetti piccolissimi; rimestate di tanto in tanto per farla colorire in maniera uniforme.

4. Sfumate con mezzo bicchiere di vino bianco secco e alzate la fiamma fino a farlo evaporare completamente.

5. Intanto, riunite in un frullatore, un mixer o qualunque altro robot da cucina che abbia la capacità

di frullare, la panna, le uova e due pugni di rucola lavata e asciugata. Frullate il tutto fino ad ottenere una crema senza grumi.

6. Trasferite la crema in un tegame e fate scaldare leggermente a fuoco dolce.

7. Nel frattempo cuocete i tonnarelli in abbondante acqua bollente salata, scolateli e trasferiteli nella padella del sugo di salsiccia. Unite la crema e mantecate velocemente unendo abbondante parmigiano grattugiato.

8. Impiattate ultimando il piatto con una bella macinata di pepe nero, qualche foglia di rucola fresca e servite subito, ben caldo.



Ingredienti

- 400 g di tonnarelli
- 4 nodi di salsiccia
- 1/2 bicchiere di vino bianco secco
- 2 uova
- 8 cucchiaini di panna
- parmigiano grattugiato q.b.
- 1 cipolla
- 2 cucchiaini di olio extravergine di oliva
- 1 mazzetto di rucola
- sale e pepe



Tonnarelli zucca e salsiccia

Tonnarelli zucca e salsiccia

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 30 min.

1. Tagliate a dadini la polpa di zucca già pulita.

2. In una padella abbastanza capiente, fate scaldare l'olio extravergine d'oliva con il rametto di rosmarino ed il peperoncino.

3. Non appena l'olio sarà ben caldo, aggiungete la zucca a dadini e lasciatela rosolare fino a che non risulti morbida, occorreranno circa 10 minuti. Abbiate l'accortezza di mescolare di tanto in tanto e di tenere bassa la fiamma in maniera che la zucca non bruci.

4. Nel frattempo, togliete il budello alla salsiccia e sbriciolatela grossolanamente con una forchetta.

5. Non appena la zucca si sarà ammorbidita, unite alla padella la salsiccia preparata e lasciate cuocere il tutto fino a cottura.

6. Lessate i tonnarelli in abbondante acqua salata, scolateli al dente e trasferiteli nella padella con il condimento.

7. Saltate il tutto a fuoco vivace per qualche secondo in maniera che il condimento sia ben distribuito nella pasta.

8. Servite immediatamente, ben caldo.



Ingredienti

- 400 g di tonnarelli freschi
- 500 g di zucca (il peso della polpa al netto degli scarti)
- 400 g di salsiccia
- 1 rametto di rosmarino
- 1 pezzetto di peperoncino
- 4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- sale



Chitarrina spada, pachino e menta

Chitarrina spada, pachino e menta

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 30 min.

1. Come prima cosa preparate i pomodorini: lavateli, asciugateli e tagliateli a metà.

2. Preparate anche le fette di pesce spada: togliete la pelle e tagliatele a dadini.

3. In una padella capiente, in modo che alla fine possa contenere anche la pasta, fate scaldare l'olio con gli spicchi d'aglio interi, avendo cura che l'aglio non bruci.

4. Unite i pomodorini nella padella con l'aglio e fate saltare a fuoco vivace.

5. Regolate di sale e pepe, abbassate la fiamma ed unite il prezzemolo tritato finemente.

6. Aggiungete i cubetti di pesce spada.

7. Sfumate con il vino e lasciate cuocere il tutto per circa 10 minuti a fuoco medio.

8. Portate ad ebollizione una pentola d'acqua salata, lessate gli spaghetti alla chitarra, scolateli e trasferiteli nella padella con il sugo di pesce spada.

9. Saltate il tutto per qualche secondo, aggiungendo, se serve, un paio di cucchiai di acqua di cottura della pasta.

10. Infine unite le foglioline di menta.

11. Servite immediatamente, ben caldo.



Ingredienti

- 400 g di spaghetti alla chitarra freschi
- 400 g di pesce spada a fette sottili
- 2 spicchi d'aglio
- 10-12 foglie di menta
- 20 pomodorini ciliegino
- 4 cucchiai di olio extravergine d'oliva
- 1 ciuffo di prezzemolo
- 1/2 bicchiere di vino bianco secco
- sale e pepe bianco



Tonnarelli alici e pesto

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 15 min.

1. Eliminate la testa e la lisca centrale alle alici, lavatele velocemente e asciugatele.
2. Spuntate i fagiolini, lavateli e tagliateli in pezzi grossolani.
3. Portate ad ebollizione una pentola d'acqua leggermente salata e tuffatevi i fagiolini.
4. Fateli cuocere circa 5-6 minuti dopo di che unite i tonnarelli freschi.
5. Mentre cuoce la pasta versate il pesto in una ciotola capiente.
6. Mettete l'olio in una padella abbastanza capiente da contenere comodamente i pesci in un solo strato, fatelo scaldare ed unite le alici che dovranno rosolare per circa un minuto.
7. Aggiustate di sale e pepate a piacere.
8. Scolate i fagiolini ed i tonnarelli, conservando qualche cucchiaio di acqua di cottura della pasta.
9. Trasferite il tutto nella ciotola con il pesto; utilizzate qualche cucchiaio dell'acqua di cottura messa da parte per ammorbidire il condimento.
10. Mescolate delicatamente per amalgamare, quindi trasferite la pasta in un piatto da portata ed unite le alici rosolate.
11. Servite immediatamente, ben caldo.



Ingredienti

- 400 g di tonnarelli freschi
- 200 g di alici fresche
- 150 g di fagiolini
- 3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- 4 cucchiaini abbondanti di pesto
- sale e pepe



Chitarrina alle sarde e mandorle

Chitarrina alle sarde e mandorle

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 35 min.

1. Per prima cosa pulite le sarde: togliete la testa, svuotatele dalle interiora, apritele a libro ed eliminate la lisca centrale ed eventuali altre spine.

2. In una padella dai bordi alti, fate scaldare l'olio ed appassire la cipolla tritata finemente.

3. Unite al soffritto di cipolla le acciughe, precedentemente dissalate, lavate e private della lisca centrale e lasciatele disfare in padella, a fuoco basso.

4. Nel frattempo, in un'altra padellina, fate tostare le mandorle a lamelle a fuoco vivace, mescolando per non farle bruciare.

5. Unite le sarde pulite alla padella con la cipolla e le acciughe e sfumate con il vino.

6. Non appena il vino sarà evaporato, unite le mandorle precedentemente tostate, il peperoncino ed i semi di finocchio.

7. Lasciate insaporire il tutto e portate le sarde a cottura, serviranno pochi minuti.

8. Portate ad ebollizione una pentola d'acqua salata e fatevi lessare gli spaghetti alla chitarra, scolateli lasciando un poco dell'acqua di cottura, e trasferiteli nella padella con il condimento.

9. Saltate il tutto brevemente a fuoco vivo e servite ben caldo.



Ingredienti

- 400 g di spaghetti alla chitarra freschi
- 4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- 600 g di sarde fresche
- 30 g di mandorle a lamelle
- 4 filetti di acciughe sotto sale
- 1 cipolla
- 1/4 di bicchiere di vino bianco secco
- 1 peperoncino rosso piccante
- 2 cucchiaini di semi di finocchio
- sale



Chitarra spada e melanzane

Difficoltà: alta

Tempi di preparazione: 1h

1. Lavate la melanzana, asciugatela e tagliatela a fette, quindi grigliatela su di una griglia rovente.

2. Una volta grigliate, riducete le fette di melanzana a dadini.

3. Eliminate la pelle al pesce spada e tagliatelo a dadini, lavate i pomodorini, asciugateli e tagliateli in quarti.

4. In una padella capiente scaldate l'olio e rosolatevi uno spicchio d'aglio intero; quando questo sarà dorato eliminatelo e aggiungete alla padella il pesce spada, i pomodorini e le melanzane che avevate preparato in precedenza e messo da parte, fate insaporire per pochi minuti.

5. Regolate di sale e pepe.

6. Nel frattempo, preparate un trito aromatico con la menta, il peperoncino, il prezzemolo ed il basilico.

7. Lessate gli spaghetti alla chitarra in abbondante acqua bollente salata, scolateli e trasferiteli, insieme al trito aromatico, nella padella con il sugo preparato.

8. Spadellate rapidamente il tutto a fuoco vivace.



Ingredienti

- 400 g di spaghetti alla chitarra
- 280 g di pesce spada
- 500 g di pomodorini piccadilly
- 1 melanzana
- 1 rametto di menta
- 1 spicchio d'aglio
- 1 peperoncino fresco piccante
- prezzemolo q.b.
- basilico q.b.
- 3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- sale e pepe



Tonnarelli con crema di zucchine, pancetta e gamberi

Tonnarelli con crema di zucchine, pancetta e gamberi

Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 30 min,

1. Tritate la cipolla e fatela appassire a fuoco basso con due cucchiai d'olio extravergine d'oliva a padella coperta, aiutandovi con poca acqua affinché stufi senza bruciare.

2. Affettate le zucchine molto finemente e fatele saltare in padella a fiamma vivace insieme alla cipolla stufata in precedenza per due minuti, salate e pepate a piacere.

3. Profumate il tutto con la scorza grattugiata del limone e le foglie di menta.

4. Trasferite le zucchine così preparate nel bicchiere del frullatore e frullatele insieme a 4 cucchiai di panna.

5. In una padella a parte fate arrostitire a fiamma vivace la pancetta, ridotta a listarelle, senza aggiungere alcun tipo di condimento fino a che non risulti ben croccante.

6. In un'altra padella fate scaldare due cucchiai d'olio, quindi aggiungete i gamberetti, precedentemente sgucciati e puliti dal filo nero intestinale, e fateli saltare in padella per un minuto; insaporiteli con sale e pepe.

7. Lessate i tonnarelli in abbondante acqua salata, quindi conditeli con la crema di zucchine.

8. Impiattate i tonnarelli insieme ai gamberetti e alla pancetta.



Ingredienti

- 400 g di tonnarelli freschi
- 16 gamberetti
- 120 g di pancetta tesa
- 200 g di zucchine
- 1 limone, scorza grattugiata
- 1/2 cipolla
- 4 cucchiai di panna da cucina
- 4 cucchiai di olio extravergine d'oliva
- 2 ciuffetti di menta
- sale e pepe



Tagliolini neri con calamari in salsa d'aglio e limone

Tagliolini neri con calamari in salsa d'aglio e limone

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 15 min.

1. Cominciate col preparare la salsa: spremete il limone a disposizione, dopo averlo lavato con cura e grattugiato la scorza solo da una delle due metà.

2. Fate scaldare in un pentolino l'olio extravergine d'oliva insieme agli spicchi d'aglio affettati finemente.

3. Non appena le fettine d'aglio inizieranno a sfrigolare, unite al pentolino la scorza grattugiata, il succo di limone filtrato e lo zafferano; salate leggermente.

4. Proseguite la cottura per altri due minuti, quindi frullate il composto ma solo quando si sarà intiepidito.

5. Nel frattempo pulite e tagliate i calamari ad anelli.

6. Scaldate l'olio in una padella e fatevi saltare gli anelli di calamaro molto brevemente, 2-3 minuti, infine salate e pepate adeguatamente.

7. Lessate i tagliolini in abbondante acqua salata, scolateli, trasferiteli nella padella con gli anelli di calamaro preparati e mescolate.

8. Impiattate i tagliolini e in ultimo completate la preparazione decorando ogni piatto con la salsa all'aglio e limone preparata precedentemente.

9. Servite molto velocemente, finché è ben caldo.



Ingredienti

- 400 g di tagliolini neri
- 400 g di calamari
- 2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- sale e pepe
- Per la salsa:
- 4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- 1 limone non trattato
- 2 spicchi d'aglio
- 1 bustina di zafferano
- sale



Chitarrina con seppie e broccoli

Chitarrina con seppie e broccoli

Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 25 min.

- 1.** Pulite con cura le seppie eliminando l'osso, lavatele e tagliatele in pezzi.
- 2.** In un tegame fate scaldare l'olio extravergine d'oliva, aggiungete l'aglio in camicia ed un pezzetto di peperoncino e fate rosolare.
- 3.** Unite le seppie e fatele rosolare molto velocemente mescolando di tanto in tanto, a fuoco vivace.
- 4.** Dopo un paio di minuti aggiungete i pomodori lavati e tagliati in pezzi ed un po' di fumetto di pesce.
- 5.** Fate sobbollire il tutto per cinque minuti a fuoco medio. Fate attenzione a non cuocere troppo le seppie che, in tal caso, potrebbero diventare gommose.

- 6.** Pulite i broccoli, lavateli e lessateli in abbondante acqua leggermente salata tenendoli al dente per evitare che si disfino totalmente nel sugo.
- 7.** Una volta cotti i broccoli tagliateli a pezzetti e aggiungeteli al sugo preparato nel tegame, avendo l'accortezza di togliere gli spicchi d'aglio.
- 8.** Lessate gli spaghetti alla chitarra in abbondante acqua salata, versateli nel tegame con il sugo di seppie e broccoli e mescolate per condirli bene.
- 9.** Impiattate e spolverizzate con un trito finissimo di prezzemolo.



Ingredienti

- 400 g di spaghetti alla chitarra freschi
- 200 g di seppie
- 200 g di broccoletti
- 4 pomodori maturi
- 50 ml di olio extravergine d'oliva
- 2 spicchi d'aglio
- fumetto q.b. (brodo ottenuto facendo bollire carcasse di pesce assieme a sedano, carota, cipolla ed erbe aromatiche)
- 1 ciuffo di prezzemolo
- sale e peperoncino q.b.



Tagliolini neri di mare

Tagliolini neri di mare

Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 20 min.

1. Pulite le seppie togliendo l'"osso" e recuperando la sacca con l'inchiostro per preparare la pasta. Lavatele velocemente.

2. Tagliate le seppie a piccoli pezzi.

3. In una padella capiente fate scaldare l'olio extravergine d'oliva e fatevi rosolare un trito d'aglio, cipolla e prezzemolo.

4. Non appena l'olio inizierà a sfrigolare, unite anche i dadini di seppia; saltare tutto brevemente poiché la seppia non ama le lunghe cotture.

5. Sfumate le seppie con il vino bianco secco e alzate la fiamma.

6. Salate e, non appena il vino sarà completamente evaporato, aggiungete altro prezzemolo ed il peperoncino tritato.

7. Fate insaporire qualche minuto, quindi aggiungete i pomodori lavati, privati dei semi e tagliati a cubetti.

8. Mettete il coperchio e lasciate cuocere per 10 minuti a fuoco basso per fare amalgamare bene i sapori.

9. Lessate i tagliolini in abbondante acqua salata, scolateli e trasferiteli nella padella con il sugo di seppie.

10. Saltateli per qualche secondo a fuoco vivace.

11. Fate le porzioni e servite immediatamente, ben caldi.



Ingredienti

- 400 g di tagliolini neri
- 2 seppie
- 2 pomodori sodi
- 1/2 bicchiere di vino bianco
- 1 mazzetto di prezzemolo
- 1/2 cipolla
- 1 spicchio d'aglio
- 4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- 1 punta di peperoncino
- sale



Chitarra alla bottarga di muggine

Chitarra alla bottarga di muggine

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 10 min.

1. In una ciotolina fate marinare 1 cucchiaio raso di bottarga di muggine in 4 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva ed un pizzico di peperoncino macinato per almeno un'ora.

2. Abbiate l'accortezza di tenere da parte un po' di bottarga da spolverare a crudo sul piatto una volta finito.

3. Nel frattempo preparate un trito finissimo di prezzemolo.

4. In una padella capace scaldate 3 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva e unite gli spicchi d'aglio interi. Fateli imbiondire facendo attenzione che non si brucino. Eliminateli dalla padella nel momento in cui inizieranno a prendere colore.

5. A parte lessate gli spaghetti alla chitarra in abbondante acqua salata.

6. Scolateli, versateli nella padella con l'olio aromatizzato con l'aglio e mescolate a fuoco vivace.

7. Togliete gli spaghetti dal fuoco ed unitevi la bottarga marinata con l'olio di marinatura.

8. Mescolate con molta cura per amalgamare bene il condimento quindi preparate i piatti spolverizzando ogni porzione con la bottarga grattugiata tenuta da parte.

9. Servite ben caldo



Ingredienti

- 400 g di spaghetti alla chitarra
- 1 cucchiaio colmo di bottarga di muggine grattugiata
- 3 spicchi d'aglio
- 7 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
- prezzemolo
- peperoncino
- sale



Tagliolini al sapore di mare

Tagliolini al sapore di mare

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 20 min.

1. Portate ad ebollizione una pentola d'acqua aromatizzata con il timo e leggermente salata, quindi lessatevi la coda di rospo ed i gamberi, facendo attenzione a prelevare i gamberi appena cotti perché non cuociano troppo e diventino gommosi.

2. Quando è cotta tirare fuori dalla pentola anche la coda di rospo e fate intiepidire.

3. Sgusciate i gamberi quando si saranno intiepiditi e tagliateli a pezzetti.

4. Tagliate a pezzi anche la coda di rospo.

5. In una casseruola fate scaldare 4 cucchiai d'olio, unite la cipolla tritata e fate rosolare a fuoco dolce.

6. Non appena risulterà appassita, unite 200 g di lattuga tagliata a striscioline; salate e fate saltare per qualche istante.

7. Unite quindi, alla padella con la lattuga, il trito di pesce precedentemente preparato e bagnate con il whisky; lasciate insaporire per un minuto e spegnete il fuoco.

8. Lessate le tagliatelle in abbondante acqua salata, scolatele e conditele con il sugo appena preparato aggiungendo la lattuga rimasta tagliata a listarelle per decorare.

9. Servite immediatamente.



Ingredienti

- 400 g di tagliolini freschi
- 400 g di gamberi
- 400 g di coda di rospo
- 300 g di lattuga
- 1 cipolla bianca
- 4 cucchiai d'olio extravergine d'oliva
- 4 foglie di timo
- 2 cucchiai di whisky
- sale e pepe



Tagliolini neri cozze e bottarga di muggine

Tagliolini neri cozze e bottarga di muggine

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 15 min.

1. Pulite le cozze: eliminate la barbetta, raschiate eventuali impurità presenti sul guscio e sciacquatele.

2. Scaldate 3 cucchiaini d'olio insieme all'aglio schiacciato in una padella dai bordi alti piuttosto capiente, unitevi le cozze, incoperchiate e lasciatele aprire a fuoco vivace.

3. Quando le cozze si saranno aperte spegnete il fuoco, lasciatele intiepidire e sgusciatele la metà.

4. Prendete circa 1/2 bicchiere di acqua di cottura delle cozze e filtratela.

5. Trasferite le cozze in un'altra padella insieme al liquido di cottura filtrato, unitevi l'olio rimanente, la maggiorana, il sale (se necessario, l'acqua di cottura delle cozze potrebbe essere saporita) ed il pepe.

6. Nel frattempo portate ad ebollizione una pentola d'acqua salata e lessatevi i tagliolini, quindi scolateli, trasferiteli in padella con il condimento e fateli saltare per un paio di minuti.

7. Impiattate la pasta e grattugiate su ogni piatto abbondante bottarga di muggine; servite subito.



Ingredienti

- 400 g di tagliolini al nero di seppia
- 500 g di cozze
- 1 pizzico di maggiorana secca
- 50 g di bottarga di muggine
- 1 spicchio d'aglio
- 6 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- sale e pepe



Spaghetti alla chitarra all'arancia

Spaghetti alla chitarra all'arancia

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 15 min.

1. Lavate le arance accuratamente e grattugiate la buccia, avendo cura di evitare la parte bianca.
2. Ricavate il succo da un'arancia e tagliate l'altra a vivo tagliando gli spicchi ottenuti a metà e privandoli dei semi.
3. Tritate la cipolla finemente, fatela appassire nel burro in un tegame capace a fuoco dolce per circa 5 minuti.
4. Sfumate con il vino bianco e, alzando la fiamma, fatelo evaporare rapidamente.
5. Una volta evaporato completamente il vino, aggiungete la polpa dell'arancia, metà della scorza grattugiata ed il succo tenuto da parte.

6. Lasciate insaporire per un paio di minuti.
7. A questo punto, aggiungete 150 g di panna da cucina e fate mantecare per altri due minuti a fuoco basso, la panna non deve bollire.
8. Regolate di sale.
9. Lessate i tagliolini in abbondante acqua salata, scolateli e trasferiteli nel tegame con il sugo all'arancia.
10. Mantecate rapidamente la pasta con il sugo a fuoco vivace.
11. Servite immediatamente, ben caldo, cospargendo ogni porzione con i semi di papavero e la scorza d'arancia grattugiata rimasta.



Ingredienti

- 400 g di tagliolini freschi
- 2 arance di media grandezza preferibilmente non trattate
- 1 cipolla
- 30 g di burro
- 150 g di panna da cucina
- 1/2 bicchiere di vino bianco secco
- 2 cucchiaini di semi di papavero
- sale



Chitarra di Kamut al sugo finto

Chitarra di Kamut al sugo finto

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 20 min.

1. Cominciate col preparare la pasta: disponete la farina di kamut a fontana sulla spianatoia, ponete al centro le uova, sgusciate e leggermente sbattute, ed un pizzico di sale. Cominciate a lavorare incorporando la farina poco alla volta alle uova, quindi impastate energeticamente fino a quando non avrete un impasto liscio ed omogeneo.

2. Tirate la pasta in sfoglie rettangolari e preparate gli spaghetti utilizzando l'apposito attrezzo (la chitarra) nel modo consueto. Mettete la pasta su un piano infarinato e lasciate riposare.

3. Mentre la pasta riposa, tritate la cipolla, la carota, il sedano, il prezzemolo ed il basilico.

4. Fate scaldare l'olio in una padella e fatevi rosolare il trito preparato.

5. Quando le verdure saranno ben rosolate, unite il concentrato di pomodoro e, subito dopo, la passata.

6. Lasciate cuocere per circa 15 minuti a fuoco basso, facendo sobbollire.

7. Regolate di sale solo a fine cottura.

8. Lessate gli spaghetti alla chitarra in abbondante acqua salata, scolateli e saltateli brevemente in padella con il sugo a fuoco vivace.



Ingredienti

Per la pasta:

- 300 g di farina di kamut
- 3 uova
- un pizzico di sale

Per il sugo finto:

- 1 cipolla
- 1 carota
- 1/2 gambo di sedano
- 1 ciuffo di prezzemolo
- 6 foglie di basilico
- 2 cucchiaini di concentrato di pomodoro
- salsa di pomodoro q.b
- 4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- sale



Tagliolini ai fiori di zucca

Tagliolini ai fiori di zucca

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 20 min.

1. Lavate i fiori di zucca molto velocemente e con grande delicatezza: non metteteli sotto un getto d'acqua violento, piuttosto fatene scorrere appena un filo oppure usate un panno umido per non sgualcirli troppo.

2. Riducete i fiori a falde usando le mani: non usate il coltello, li rovinerebbe.

3. Fate scaldare l'olio extravergine d'oliva con un pezzetto di peperoncino in una padella capiente, unite le acciughe sgocciolate dall'olio di conservazione e fatele sciogliere a fuoco lento.

4. Non appena le acciughe si saranno disfatte, creando una crema, unite i fiori di zucca e spegnete il fuoco.

5. Nel frattempo lessate i tagliolini in abbondante acqua salata, scolateli molto al dente e trasferiteli direttamente nella padella con i fiori di zucca.

6. Unite alla padella un mestolo scarso d'acqua di cottura della pasta per amalgamare il tutto e protraete la cottura per altri 5 minuti.

7. Servite i tagliolini ai fiori di zucca subito, ben caldi, cospargendoli con le lamelle di pecorino che, a contatto con la pasta calda si ammorbidiranno.



Ingredienti

- 400 g di tagliolini freschi
- 20 fiori di zucca
- 2 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
- 6 acciughe sott'olio
- 1 spicchio d'aglio
- 1 pezzetto di peperoncino
- lamelle di pecorino q. b.
- sale



Tagliolini broccoli e scamorza

Tagliolini broccoli e scamorza

Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 25 min,

1. Lavate e mondate i broccoli separando le cime dai gambi, quindi lessateli separatamente in acqua bollente salata.

2. Dopo avere portato i gambi a cottura, frullateli con poca acqua di cottura degli stessi.

3. Quando ancora le cimette sono al dente unite la pasta fresca per far sì che s'insaporisca mentre cuoce.

4. Raggiunto il giusto grado di cottura della pasta e dei broccoli, scolate il tutto con delicatezza.

5. In una grossa padella, fate scaldare l'olio ed aromatizzatelo con il peperoncino, l'aglio tritato finemente e le acciughe scolate dall'olio di conservazione e tritate con il coltello.

6. Rosolate il tutto a fuoco medio per circa 3 minuti, facendo attenzione che non bruci l'aglio, quindi aggiungete alla padella la pasta insieme ai broccoli.

7. Mantecate il tutto aggiungendo i dadini di scamorza affumicata che si scioglieranno con il calore della pasta stessa.

8. Impiattate la pasta su di uno specchio di purea di broccoli precedentemente preparata coi gambi.

9. A piacere, cospargere di altra scamorza grattugiata.



Ingredienti

- 400 g di tagliolini freschi
- 600 g di broccoli
- 40 g di acciughe sott'olio
- 100 g di scamorza affumicata
- 8 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
- 1 spicchio d'aglio
- 1/4 di peperoncino piccante
- sale



Tagliolini zucchine e fonduta di brie

Tagliolini zucchini e fonduta di brie



Difficoltà: meida

Tempi di preparazione: 25 min,

1. Tagliate il brie a pezzetti e fatelo fondere in un pentolino a fuoco molto basso, mescolando con un cucchiaino di legno.

2. Appena si è sciolto il formaggio unite 20 g di burro e la panna; aggiungete poco latte per aiutarvi nella realizzazione della fonduta che deve risultare liscia e cremosa.

3. Pulite le zucchini e tagliatele a listarelle.

4. Fate sciogliere il burro rimasto e scaldatelo insieme all'olio in una padella. Unite le zucchini e saltatele per qualche minuto.

5. Regolate di sale e pepe.

6. Continuate la cottura delle zucchini per 3-4 minuti e mettetene da parte un paio di cucchiaini per la decorazione.

7. Lessate la pasta in abbondante acqua salata, scolatela e saltatela in padella con le zucchini.

8. Tagliate a cubetti metà delle zucchini messe da parte ed unitele a metà della fonduta, quindi distribuite il tutto a specchio sul fondo di ogni piatto.

9. Mantecate la pasta con la fonduta di brie rimasta, allungandola, se serve, con un po' di acqua di cottura della pasta.

10. Servite decorando con le restanti zucchini a listarelle e una spolverata di pepe nero.

Ingredienti

- 400 g di tagliolini
- 6 zucchini
- 250 g di brie
- 50 g di burro
- 1 dl di panna
- latte q. b.
- 1 dl di olio extravergine d'oliva
- sale e pepe

Pappardelle e Reginette

Con il consueto impasto di pasta all'uovo, fatta a seconda delle diverse scuole di pensiero con più o meno uova, con o senza l'olio, e via di seguito, si possono realizzare le **pappardelle**, le fregnacce e, con impasto generalmente privo di uova, le **reginette**, che possiamo considerare cugine più o meno prossime delle tagliatelle. Le **pappardelle** sono un formato di pasta fresca di origine toscana, spesso chiamate anche fettuccine, soprattutto nella grande distribuzione dove ritroviamo sia il prodotto fresco che, soprattutto, quello secco. Sono lunghe circa 30 cm e larghe intorno ai due cm, quindi sostanzialmente molto più delle tagliatelle, ottime coi sughi di carne possono tuttavia sposare bene anche altri ingredienti. Della stessa famiglia, ma solo in quanto più larghe delle classiche tagliatelle, so-



no le fregnacce, un formato di pasta tipico dell'alto Lazio ma diffusa e consumata anche in Abruzzo e Marche. Si tratta di **lasagnette** larghe più delle **pappardelle** e più corte, ottime con sughi semplici di verdure e pomodoro.

Le **reginette**, o **reginelle**, o **fettucelle** ricce sono invece un formato di pasta lunga quanto le tagliatelle e larga dai 12 ai 16 mm, che si trova quasi esclusivamente come prodotto secco a base di farina di semola di grano duro. Ha la caratteristica di avere i bordi arricciati, particolare che le rende particolarmente adatte a sughi sostanziosi di carne o selvaggina.

Di seguito troverete idee e spunti per preparare degli ottimi primi piatti con questi formati di pasta.



Reginette al ragù di cervo

Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 1 h 30 min. + 8 h di marinatura

1. Tagliate la polpa di cervo e le verdure per la marinata a pezzi.

2. Riunite la carne, le verdure e gli aromi della marinata in una ciotola capiente e versate tanto vino rosso quanto ne serve per ricoprire la carne; lasciate marinare il tutto per una notte.

3. Trascorso il tempo di marinatura, riprendete la carne e tritatela al coltello.

4. In una casseruola fate rosolare nell'olio le verdure e gli aromi della marinata tritando il tutto finemente.

5. Aggiungete alla casseruola la polpa di cervo tritata e lasciate rosolare anch'essa in modo uniforme.

6. Sfumate la preparazione con il liquido della marinata, aggiungendolo in 3-4 volte via via che l'aggiunta di vino precedente sia evaporata.

7. Aggiungete, quindi, un cucchiaio di concentrato di pomodoro e lasciate cuocere il ragù per almeno due ore a fuoco basso.

8. Cuocete le reginette, scolatele e trasferitele nella casseruola con il ragù ammorbidendo il tutto con poca acqua di cottura della pasta se necessario.

9. Mantecate bene la pasta con il ragù e servite, a piacere, con una spolverata di parmigiano grattugiato.



Ingredienti

- 400 g di reginette all'uovo fresche
- 400 g di polpa di cervo
- 1 cucchiaio di concentrato di pomodoro
- 10 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- parmigiano grattugiato
- sale

Per la marinata:

- 1 carota
- 1 cipolla
- 1 gambo di sedano
- 2 rametti di timo
- 1 rametto di lavanda
- noce moscata
- 1/2 bottiglia di vino rosso corposo



Pappardelle al ragù di cinghiale

Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 2h

1. Tagliate a pezzi la polpa di cinghiale.
2. Fate sudare la carne di cinghiale in una padella senza condimento, muovendo la padella per evitare che si attacchi, quindi eliminate l'acqua prodotta dalla carne.
3. Fate raffreddare completamente e ripetete questa operazione per altre due volte, quindi tritate la carne al coltello.
4. In una casseruola fate soffriggere la carote, il sedano e la cipolla tritati finemente.
5. Unitevi il cinghiale tritato, le erbe aromatiche e le spezie, fate rosolare il tutto per 1-2 minuti, quindi sfumate con il vino.

6. Una volta evaporato il vino, cuocete la carne a fuoco basso per circa un'ora, aggiungendo un po' di brodo per non fare asciugare troppo il ragù.
7. Tagliate la pancetta a dadini.
8. A metà cottura aggiungete alla casseruola la passata di pomodoro e la pancetta; lasciate insaporire e regolate di sale.
9. Cuocete la pasta e trasferitela nella casseruola con il sugo aggiungendo, se necessario, poca acqua di cottura per ammorbidire il ragù.
10. Saltate brevemente il tutto e servite, a piacere, con una spolverata di parmigiano grattugiato.



Ingredienti

- 400 g di pappardelle fresche
- 400 g di polpa di cinghiale
- 150 g di pancetta
- 1 carota
- 1 gambo di sedano
- 1 cipolla
- 1 bicchiere di vino rosso corposo
- 200 ml passata di pomodoro
- 1 rametto di timo
- 1 rametto di rosmarino
- 1 foglia di alloro
- 6 bacche di ginepro
- parmigiano grattugiato
- brodo q.b.
- sale



Pappardelle con lepre in salmì

Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 4 h

1. Tagliate la lepre pulita in otto pezzi, quindi trasferitela in una bacinella capiente con le carote, la cipolla ed il sedano tagliati a pezzi e il rosmarino, quindi versate l'aceto ed il vino fino a ricoprire; lasciate marinare per una notte.

2. Scolate la lepre dalla marinata e fatela cuocere a fuoco vivo per 10 minuti in una casseruola eliminando via via l'acqua che si forma.

3. Aggiungete quindi l'olio extravergine d'oliva e gli odori della marinata, fate rosolare il tutto per circa 10 minuti rigirando la carne per farla colorire uniformemente.

4. Unite, a questo punto, il pomodoro spezzettato, l'alloro ed il brodo di carne.

5. Lasciate cuocere la lepre a fuoco lento per circa 3 ore aggiustando di sale e pepe e aggiungendo, se necessario, altro brodo.

6. Una volta cotta, prelevate i pezzi di lepre e ricavate la polpa, quindi sfilacciatela e rimettetela nella casseruola con il sugo.

7. Lessate le pappardelle in abbonante acqua salata, scolatele e trasferitele nella casseruola con il sugo di lepre.

8. Saltate il tutto velocemente e servite subito.



Ingredienti

- 400 g di pappardelle all'uovo
- 1 lepre
- 1 cipolla
- 3 coste di sedano
- 2 carote
- rosmarino q.b.
- 2 foglie d'alloro
- 500 g di pomodori pelati
- 2 bicchieri di aceto di vino rosso
- 2 bicchieri di vino rosso
- sale e pepe
- 1/2 l di brodo di carne
- 4 cucchiari di olio extravergine d'oliva



Pappardelle con la rosticciana



Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 1h

1. Fate scaldare in un tegame capiente l'olio extravergine d'oliva, mettete gli spicchi d'aglio in camicia e fate soffriggere per un paio di minuti a fuoco medio, facendo attenzione che l'aglio non scurisca.

2. Quando l'aglio comincia a colorire unite le costine di maiale e rosolatele in maniera uniforme, rigirando di tanto in tanto.

3. Non appena la carne risulterà ben dorata aggiungete il vino rosso, alzate la fiamma in maniera da farlo evaporare completamente.

4. A questo punto abbassate la fiamma ed unite di seguito: il concentrato di pomodoro, la salsa di pomodoro, i semi di finocchio e un bicchiere d'acqua.

5. Dopo avere aggiunto gli ingredienti indicati, fate cuocere il tutto a fuoco basso fino a quando la carne non inizia a staccarsi dall'osso, segno che è ben cotta.

6. Una volta cotte le costine di maiale, lessate le pappardelle in abbondante acqua salata, scolatele e conditele con il sugo di cottura della carne.

7. Servite le pappardelle subito, ben calde, completando ogni piatto con 1 o 2 costine di maiale.

Ingredienti

- 400 g di pappardelle
- 700 g di costine di maiale
- 2 spicchi d'aglio
- 2 cucchiaini di concentrato di pomodoro
- 1/2 bicchiere di vino rosso
- 2 cucchiaini di semi di finocchio
- 300 g di salsa di pomodoro
- 3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- sale e pepe



Pappardelle alla cacciatora

Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 1h

1. In un tegame in grado di contenere comodamente il pollo tagliato in pezzi, fate scaldare l'olio con gli spicchi d'aglio in camicia.

2. Unite il pollo, la salvia ed il rosmarino e lasciate rosolare il tutto a fuoco vivace.

3. Togliete i pezzi di pollo, unite al tegame la cipolla affettata e lasciate cuocere a fuoco basso fino a che questa risulterà ben ammorbidita.

4. Unite nuovamente il pollo nel tegame e lasciate insaporire a fuoco vivace.

5. Bagnate la preparazione con il vino rosso, aggiungendolo in due volte in modo tale che evapori prima dell'aggiunta successiva.

6. A questo punto unite alla preparazione il concentrato e la salsa di pomodoro o i pomodorini tagliati a metà (se lo preparate in estate), abbassate il fuoco e portate il tutto a cottura; serviranno circa 40 minuti.

7. Nel frattempo lessate le pappardelle in abbondante acqua salata e, non appena cotte, scolatele e conditele con il sugo di cottura del pollo, mescolate bene e portate in tavola ben caldo.

8. Servite il pollo come secondo piatto.



Ingredienti

- 400 g di pappardelle
- 1 pollo di circa 1 kg tagliato in pezzi
- 1 cipolla
- 2 spicchi d'aglio
- 1 rametto di salvia
- 1 rametto di rosmarino
- 1 bicchiere di vino rosso
- 2 cucchiaini di concentrato di pomodoro
- 200 g di salsa di pomodoro (in estate è possibile sostituire la salsa con una quindicina di pomodorini tagliati a metà)
- 3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- sale



Reginette con calamari ripieni

Reginette con calamari ripieni

Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 50 min.

1. Pulite i calamari, quindi privateli dei tentacoli che dovranno essere tagliati grossolanamente.

2. Fate scaldare 4 cucchiaini di olio in una padella con l'aggiunta di due spicchi d'aglio in camicia.

3. Unite quindi i tentacoli, i pomodori secchi tagliati a pezzi, i capperi ed il prezzemolo tritato; fate saltare il tutto per qualche minuto.

4. Con la padella sempre sul fuoco, aggiungete al ripieno il pane raffermo tagliato a piccoli pezzi. A questo punto potete togliere la padella dal fuoco e aggiustare di sale.

5. Con il ripieno appena realizzato farcite i calamari e chiudeteli con uno stuzzicadenti.

6. Disponete i calamari farciti in una teglia con l'aggiunta di abbondante olio e dei pomodorini freschi lavati e tagliati a metà, salate leggermente i pomodorini.

7. Infornate il tutto a 200°C per 25-30 minuti, rigirandoli a metà cottura.

8. Sfornate i calamari quando risulteranno ben dorati da entrambi i lati.

9. Fate lessare le reginette in abbondante acqua salata, scolatele e conditele con il sugo di cottura dei calamari.

10. Servite le reginette accompagnandole con un calamaro affettato per ogni porzione.



Ingredienti

- 400 g di reginette
- 4 calamari abbastanza grandi da poterli farcire
- 500 g di pomodorini
- 4 fette di pane raffermo senza crosta
- 100 g di pomodori secchi
- 2 cucchiaini di capperi
- 1 ciuffo di prezzemolo
- 2 spicchi d'aglio
- 12 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- sale



Reginette con polpettine di calamaro

Reginette con polpettine di calamaro

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 45 min.

1. Con l'impasto precedentemente realizzato (o rimasto dalla preparazione dei calamari ripieni) preparate delle polpettine piccole, delle dimensioni di una noce. (E' chiaro che potete liberamente decidere di "fare" avanzare il ripieno preparandone semplicemente un po' di più nella ricetta citata...)

2. Panate le polpettine passandole prima nelle uova sbattute e poi nel pangrattato.

3. Nel frattempo avrete fatto scaldare abbondante olio di semi per frittura in un pentolino alto.

4. Friggete le polpettine che avete preparato in olio alto, fino a quando non risultino dorate.

5. In una padella a parte scaldate l'olio extravergine d'oliva con gli spicchi d'aglio, quindi aggiungete la passata di pomodoro e lasciate insaporire.

6. Quando il sugo di pomodoro sarà ben aromatizzato (se volete a questo punto potete eliminare l'aglio), aggiungete le polpettine fritte e messe da parte e lasciate cuocere per circa 15 minuti.

7. Lessate le reginette in abbondante acqua salata, quindi scolatele e conditele con il sugo e con le polpettine di calamaro.

8. Servite subito



Ingredienti

- 400 g di reginette
- 400 g di impasto per le polpettine (si tratta della farcia del calamaro delle Reginette con calamaro ripieno)
- 300 g di salsa di pomodoro
- 2 spicchi d'aglio
- 2 uova
- pangrattato
- 3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- olio per friggere
- sale



Reginette del marinaio

Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 25 min.

1. Pulite le alici: lavatele, evisceratele, apritele a libro per eliminare la lisca centrale, tagliatele a pezzetti e tenetele da parte.

2. Pulite le cozze, lavatele e fatele aprire in un tegame coperto a fuoco vivo. Quando saranno aperte, fate intiepidire, quindi filtrate il liquido delle cozze in un colino a maglie fittissime; togliete le valve ed eliminate le cozze rimaste chiuse.

3. In una casseruola fate rosolare nell'olio lo spicchio d'aglio ed il peperoncino.

4. Non appena l'olio inizia a sfrigolare, unite i pomodorini, lavati, asciugati e tagliati a metà, e lasciateli appassire.

5. Unite, quindi, le alici a pezzetti, le cozze sgusciate e parte del liquido di cottura delle cozze; lasciate insaporire il tutto a fuoco medio per un paio di minuti. Aggiungete, solo alla fine, i capperi. Aggiustate di sale, se necessario, e date una spolverata di pepe.

6. Lasciate cuocere il sugo per un'altro minuto. Aggiungere le olive.

7. Lessate le reginette in abbondante acqua salata, scolatele al dente e trasferitele in padella con il condimento; mantecate bene e servite immediatamente, ben calde.



Ingredienti

- 400 g di reginette fresche
- 300 g di alici fresche
- 500 g di cozze
- 1 cucchiaio di capperi
- 400 g di pomodorini ciliegini
- 50 g di olive nere
- 3 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- 1 spicchio d'aglio
- 1 peperoncino
- sale e pepe



Reginette al ragù di polpo

Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 1h

1. Innanzitutto fate lessare il polpo in abbondante acqua leggermente salata per circa 20 minuti. Per testare la cottura infilzate i rebbi di una forchetta alla base dei tentacoli: se la forchetta penetra senza difficoltà, il polpo è cotto.

2. Lasciate raffreddare il polpo nell'acqua di cottura.

3. Una volta freddato, tritate il polpo al coltello e tritate finemente le verdure per il soffritto.

4. In una casseruola fate scaldare l'olio e fatevi soffriggere il battuto di verdure.

5. Non appena le verdure saranno ben rosolate, aggiungete il polpo tritato e lasciatelo insaporire.

6. Sfumate la preparazione con del vino bianco e lasciatelo evaporare completamente.

7. Aggiungete a questo punto la passata di pomodoro e portate il sugo a cottura, ci vorranno circa 15 minuti. Regolate di sale.

8. Lessate le reginette in abbondante acqua salata, scolatele e trasferitele nella padella con il ragù di polpo aggiungendo, se necessario, poca acqua di cottura della pasta per ammorbidire il ragù.

9. Servite immediatamente con una spolverata di prezzemolo tritato.



Ingredienti

- 400 g di reginette
- 1 polpo da 500 g circa
- 300 g di passata di pomodoro
- 1 carota
- 1 cipolla
- 1 gambo di sedano
- 6 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
- 1/2 bicchiere di vino bianco
- brodo vegetale q. b.
- 1 ciuffo di prezzemolo
- sale



Pappardelle al pepe nero con pesto di noci

Pappardelle al pepe nero con pesto di noci

Difficoltà: alta

Tempi di preparazione: 1h

1. Dopo avere realizzato le pappardelle al pepe nero, iniziate a preparare il pesto di noci.

2. Mettete nel mortaio i gherigli di noci, mezzo spicchio d'aglio e la menta secca. Pestate insieme il tutto per qualche minuto o comunque fino a quando tutti gli ingredienti nel mortaio risulteranno tritati piuttosto finemente.

3. Iniziate quindi a versare nel mortaio l'olio extravergine d'oliva a filo, sempre continuando a lavorare con il pestello, fino ad ottenere una salsa morbida e di consistenza cremosa.

4. A parte, in una pentola con abbondante acqua salata, lessate le pappardelle al pepe nero realizzate in precedenza.

5. Una volta cotta, trasferite la pasta in una terrina piuttosto capiente, in maniera che sia agevole mescolarla e conditela con il pesto di noci appena realizzato.

6. Qualora la salsa risultasse troppo densa, diluitela con poca acqua di cottura della pasta per ammorbidire il tutto.

7. Servite immediatamente, ben caldo.



Ingredienti

- 400 g di pappardelle fresche al pepe nero
- 40 g di gherigli di noci
- 1/2 spicchio d'aglio
- 1 cucchiaino di menta piperita secca
- 100 ml di olio
- sale



Fregnacce alla sabinese

Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 15 min.

1. Fate scaldare l'olio extravergine d'oliva in una padella capiente (considerate che dovrà essere utilizzata per condire e mantecare la pasta prima di servire).

2. Unite l'aglio ed il peperoncino e fate soffriggere a fuoco medio senza fare colorire troppo l'aglio che non deve bruciare.

3. Quando l'aglio si sarà leggermente imbiondito unite alla padella i funghi puliti con un panno umido ed affettati se utilizzate il prodotto fresco, ancora surgelati se dovete ripiegare su un prodotto surgelato.

4. Fate saltare brevemente a fuoco medio, quindi unite, di seguito, le olive nere ed i pomodori piccadilly, lavati asciugati e tagliati in quattro spicchi.

5. Lasciate insaporire per qualche istante a fuoco vivace, quindi fate cuocere per circa 10 minuti a fuoco basso, se serve regolate di sale.

6. A parte lessate la pasta in abbondante acqua salata, scolatela ed unitela alla padella con il condimento preparato in precedenza.

7. Saltate il tutto brevemente a fuoco vivo.

8. Servite le fregnacce con un'abbondante spolverata di prezzemolo tritato finemente.



Ingredienti

- 400 g di fregnacce
- 100 g di funghi misti
- 15 pomodori piccadilly
- prezzemolo
- 1 pugno di olive nere
- 6 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- 3-4 spicchi d'aglio
- 2 pizzichi di peperoncino
- sale



Reginette alla marinara

Reginette alla marinara

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 10 min.

1. Fate scaldare l'olio extravergine d'oliva insieme agli spicchi d'aglio sbucciati e ridotti a fettine in una padella che sia capace di contenere anche la pasta dopo la cottura.

2. Non appena l'aglio inizierà a sfrigolare ma non avrà ancora preso colore, unite la passata di pomodoro, mescolate brevemente per amalgamare la passata con olio e aglio, quindi aggiungete abbondante origano fresco.

3. Salate adeguatamente e lasciate cuocere il sugo a fuoco vivace per circa cinque minuti, comunque fino a quando la passata non si sarà un po' ristretta ed il sugo risulterà cremoso e denso. Spegnete e tenete da parte.

4. Intanto, in una pentola con abbondante acqua salata, lessate le reginette.

5. Scolatele e trasferitele nella padella con il sugo di pomodoro preparato in precedenza. Fatele saltare a fuoco vivace per pochi istanti, in maniera che le reginette si ricoprano di sugo in maniera uniforme.

6. Mettete nei piatti e servite le reginette alla marinara ben calde, aggiungendo ulteriore origano fresco a piacere.



Ingredienti

- 400 g di reginette fresche
- 300 g di passata di pomodoro
- 2 spicchi d'aglio
- origano fresco q. b.
- 4 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
- sale



Reginette alle cipolle e briciole

Reginette alle cipolle e briciole

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 15 min.

1. Sbucciate, sciacquate ed affettate le cipolle sottilmente.

2. In un tegame scaldate il burro a fuoco basso, facendo attenzione che non cominci a friggere.

3. Aggiungete al tegame le cipolle affettate finemente, quindi mettete il coperchio e lasciatele stufare, sempre a fuoco basso, aiutandovi con dell'acqua se necessario. Serviranno almeno una decina di minuti, comunque controllate la loro morbidezza prima di toglierle dal fuoco.

4. Solo quando saranno cotte regolate di sale.

5. Nel frattempo preparate le briciole: tritate grossolanamente il pane raffermo ed in un'altra padella fate scaldare l'olio extravergine d'oliva ed aggiungetevi le acciughe sott'olio e lasciate che si sciolgano.

6. Quando le acciughe saranno ben sciolte nell'olio, aggiungete alla padella il pane raffermo tritato e lasciate che questo assorba tutto il condimento contenuto nella padella.

7. Lessate le reginette in abbondante acqua salata, scolatele e conditele con le cipolle stufate e le briciole.

8. Impiattate le reginette e spolveratele con abbondante pepe nero macinato.



Ingredienti

- 400 g di reginette
- 4 cipolle
- 150 g di burro
- 3 fette di pane raffermo
- 8 acciughe sott'olio
- 6 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
- sale e pepe



Pappardelle con cipolla stufata al chianti

Pappardelle con cipolla stufata al chianti

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 25 min.

1. Pulite le cipolle, passatele sotto l'acqua e affettatele finemente.

2. Tagliate la pancetta tesa a dadini.

3. In una padella capiente fate scaldare il burro. Appena si sarà sciolto unite qualche foglia di salvia per aromatizzarlo.

4. Non appena il burro inizierà a sfrigolare, unite alla padella la cipolla e la pancetta e lasciate rosolare il tutto mescolando di tanto in tanto per far cuocere in maniera uniforme, avendo l'accortezza di non fare colorire troppo la cipolla.

5. Quando la pancetta sarà ben rosolata alzate un poco la fiamma, unite il Chianti, coprite con un coperchio, abbassate il fuoco e cuocete coperto a fuoco dolce fino a che non si sia formato un bel sughetto e le cipolle risultino morbide.

6. In una pentola a parte lessate le pappardelle in abbondante acqua salata, quindi scolatele e trasferitele nella padella con il condimento di cipolle e pancetta al Chianti.

7. Saltate brevemente le pappardelle con il sugo di cipolle aggiungendo il pecorino grattugiato in quantità a piacere.

8. Servite immediatamente, ben caldo.



Ingredienti

- 400 g di pappardelle fresche
- 2 cipolle rosse piccole
- 6 fette di pancetta tesa tagliate spesse
- 2 bicchieri di Chianti
- 2 noci di burro
- salvia
- olio extravergine d'oliva
- pecorino grattugiato
- sale

Pasta fresca regionale

Le paste della tradizione regionale italiana meriterebbero un libro a parte, anzi, visto il numero e le innumerevoli varianti potrebbe essere presa in considerazione anche una enciclopedia...

Lungi dal volere scoraggiare chi legge, è veramente difficile, se non impossibile, fare una breve panoramica dei formati regionali, senza rischiare delle grosse omissioni. Ci limiteremo quindi ad elencare e descrivere brevemente i formati utilizzati in questa sezione di ricette, con la consapevolezza che questo può apparire superficiale e lacunoso.

Pici, cavatelli, garganelli, orecchiette: una panoramica molto ristretta si potrebbe pensare, ma ognuno di questi formati ha una sua storia e, soprattutto, ha acquisito una certa notorietà e, varcati i confini territoriali, complice la grande distribuzione, è ormai diffuso un po' in tutta Italia.



I **pici**, pasta fresca rustica tipica del senese, si presentano come grossi spaghetti di forma irregolare, affusolati alle estremità. Hanno un diametro non inferiore ai 3 mm e sono realizzati in genere con farina di frumento acqua e sale (anche se oggi qualcuno aggiunge un uovo), vengono realizzati

con un'azione che si definisce "appiccicare". A Montalcino i pici vengono chiamati pinci, mentre nel grossetano ed in Umbria lo stesso formato è noto col termine di "umbricelli". Condimenti tipici dei pici sono l'aglione e la briciolata, ma ciò non toglie che si sposino bene anche con i sughi di carne.

Pasta fresca regionale



I **cavatelli** sono una pasta tipica di semola di grano duro che, ovviamente, presenta differenze a seconda della zona in cui è preparata. Si tratta infatti di un formato presente in più di una regione italiana: in Puglia vengono preparati col "grano arso", in Calabria nell'impasto sono presenti le patate lesse, in Campania si preparano con le uova. Appartengono alle cosiddette "paste strascinate": si formano dei cilindretti di un cm o più e si trascinano sulla spianatoia con il polpastrello, cioè, si "cavano". L'incavo può essere più o meno profondo a seconda della pasta preparata. Simili ai cavatelli ma "cavati" con un ferretto i minuich (o minuicchi) lucani e i rascatieddi calabresi. Ci sono un'infinità di nomi dialettali: cazzarille o ciufele in Molise; cecatelli in Campania; cavatieddi, cavatielli, cecatielle in Puglia; capunti, cautarogne, raskatelli in Basilicata; cavateddri, rascatieddi in Calabria; cavatiddi, gnocculi, gnucchitti in Sicilia.

I **garganelli** sono un formato di pasta all'uovo di origine romagnola. L'impasto, a base di uova e farina, è arricchito di parmigiano e noce moscata. Si tratta di maccheroncini cavi che presentano la superficie rigata: dopo avere ricavato dei quadrati dalla sfoglia all'uovo, questi vengono chiusi sovrapponendo due angoli opposti

su un bastoncino, poi vengono passati su un attrezzo detto "pettine", anche per questo sono noti come garganelli al pettine. Nascono, tradizionalmente, come pasta da fare in brodo, ma ormai da parecchio tempo si servono asciutti conditi con sughi di carne e verdure.

Le **orecchiette**: un formato che da solo identifica un'intera regione, la Puglia, che della sua tradizione gastronomica ha fatto un vessillo. L'impasto è ottenuto con semola di grano duro o da farina 0 e acqua, (in Puglia si utilizza anche una certa percentuale di farina di grano arso). Dall'impasto si ricavano cilindretti lunghi circa un centimetro e mezzo che si trascinano sulla spianatoia con la punta arrotondata del coltello o con un attrezzo chiamato "sferre". La conchiglietta che si ricava, capovolta, assomiglia ad un piccolo orecchio. In Puglia hanno nomi diversi da provincia a provincia: strascenate, chiancarelle, stagghiodde, recchietedde, recchie de prevete, fenescecchie, ecc.. Ormai diffuse in tutto il centro-sud si utilizzano diversi condimenti sia a base di verdure che di carne.

Ora che vi siete fatti una cultura (seppur basilare) su questi formati regionali potete accendere i fuochi e cominciare a provare le nostre ricette...



Pici con le briciole

Pici con le briciole

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 10 min.

1. Mettete l'olio extravergine d'oliva in una padella che possa comodamente contenere anche la pasta una volta cotta.

2. Fate scaldare l'olio quindi unite gli spicchi d'aglio schiacciati senza privarli della buccia.

3. Fate rosolare l'aglio senza farlo colorire troppo.

4. Aggiungete quindi il pane raffermo tritato grossolanamente.

5. Togliete gli spicchi d'aglio che ormai avranno rilasciato gran parte del loro aroma e lasciate su fuoco medio le briciole finché non assumono un bel colore dorato. Fate attenzione che non brucino.

6. Lessate i picci in una pentola con abbondante acqua salata, scolateli e trasferiteli subito nella padella con le briciole insaporendo, a questo punto, con una generosa grattugiata di pecorino grattugiato.

7. Servite immediatamente i picci, ben caldi.



Ingredienti

- 400 g di picci freschi
- 2 fette di pane toscano raffermo
- 2 spicchi d'aglio
- 5 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- formaggio pecorino q.b.
- sale



Pici all'aglione

Pici all'aglione

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 15 min.

1. Come prima cosa spremete gli spicchi d'aglio pelati, con l'apposito attrezzo, direttamente in un ampio tegame, quindi aggiungete l'olio e fate scaldare.

2. Non appena l'aglio prende leggermente colore, aggiungete subito i pomodori pelati spezzati in pezzi grossolani con le mani. Mescolate per amalgamare bene i pomodori con l'olio.

3. Aggiustate il sugo di sale e pepe e fate cuocere a fuoco moderato fino a quando il condimento non si sarà addensato, assumendo una consistenza cremosa.

4. A parte, in una pentola con abbondante acqua salata. Fate cuocere i pici preparati in precedenza.

5. Quando i pici saranno cotti, scolateli con cura e trasferiteli subito nella padella con il sugo preparato.

6. Fate saltare pici e condimento a fuoco vivace e molto velocemente; così la pasta avrà modo di assorbire meglio il sugo a base di pomodoro ed aglio.

7. Mettete nei piatti e servite i pici subito, ben caldi, insaporendo ogni porzione, a piacere, con altro pepe e pecorino grattugiato secondo i gusti.



Ingredienti

- 400 g di pici freschi
- 6 spicchi d'aglio
- 6 pomodori pelati scolati dal sugo
- 6 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
- pecorino grattugiato
- sale e pepe



Pici al ragù di carne e porcini

Pici al ragù di carne e porcini

Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 2 h

1. Tritate molto finemente la carota, la cipolla ed il sedano.
2. In una casseruola capiente, fate scaldare l'olio e rosolatevi a lungo le verdure tritate.
3. Aggiungete alla casseruola la carne e lasciatela rosolare fino a che diventi quasi scura.
4. A questo punto, bagnate la preparazione con il vino quasi a ricoprire la carne, ne servirà circa un bicchiere, alzate il fuoco per far sì che evaporino completamente.
5. Quando il vino risulterà completamente evaporato, aggiungete il concentrato di pomodoro, regolate di sale e lasciate cuocere a fuoco basso mescolando ogni tanto fino a quando l'olio non riaffiori in superficie.

6. Durante la cottura del ragù, pulite i funghi, tritate i gambi e affettate le cappelle.
7. Unite alla casseruola i gambi a cinque minuti dal termine della cottura del ragù mentre aggiungerete le cappelle a fuoco spento: appassiranno con il calore stesso del ragù.
8. Lessate ora i picci in abbondante acqua salata e conditeli con il ragù appena realizzato.
9. Servite i picci a piacere con una grattugiata di pecorino grattugiato.



Ingredienti

- 400 g di picci freschi
- 500 g di carne di manzo macinata
- 250 g di funghi porcini
- 1 carota
- 1 cipolla
- 1 costa di sedano
- 1 dl di olio extravergine d'oliva
- 1 bicchiere di vino rosso
- 2 cucchiaini di concentrato di pomodoro
- pecorino grattugiato (facoltativo)
- sale



Orecchiette alla crema
di peperoni, mortadella e pistacchi

Orecchiette alla crema di peperoni, mortadella e pistacchi

Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 25 min.

1. Pulite i peperoni dai semi e dai filamenti bianchi interni, quindi tagliateli a quadratini.

2. In una padella fate scaldare l'olio con lo spicchio d'aglio schiacciato. Quando l'olio inizia a sfrigolare, unite i peperoni, il timo ed il basilico.

3. Abbassate il fuoco e lasciate stufare i peperoni aggiungendo del brodo vegetale all'occorrenza.

4. Trasferite i peperoni, togliendo prima l'aglio, nel bicchiere del frullatore e frullateli insieme a metà della mortadella tagliata a tocchetti, due cucchiaini di mascarpone e brodo vegetale per ammorbidire il tutto.

5. Quando avrete ottenuto una crema morbida unite nel bicchiere del frullatore metà dei pistacchi e date una frullata veloce in maniera che restino in pezzi grossolani.

6. Tagliate la mortadella rimasta a dadini e fatela arrostitire in padella senza aggiungere altri grassi.

7. Lessate le orecchiette in abbondante acqua salata, scolatele e conditele con la crema di peperoni, mortadella e pistacchi.

8. Servite le orecchiette ultimando il piatto con i dadini di mortadella e i pistacchi rimasti tritati grossolanamente.



Ingredienti

- 400 g di orecchiette
- 2 peperoni (rossi e gialli)
- 5 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
- 1 spicchio d'aglio
- 1 rametto di timo
- 1 ciuffo di basilico
- 200 g di mortadella tagliata a fette alte
- 2 cucchiaini di mascarpone
- 100 g di pistacchi
- brodo vegetale q. b.



Orecchiette alici e olive nere

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 20 min.

1. In un padella capiente fate scaldare l'olio extravergine d'oliva e fate quindi soffriggere l'aglio.

2. Aggiungete i pelati, mescolate brevemente per amalgamare il tutto.

3. Lasciate cuocere per circa 15 minuti a fuoco basso. Quando il sugo si sarà addensato ed avrà assunto una consistenza cremosa unite le alici tagliate a pezzetti ed il basilico lavato molto velocemente ed asciugato; un minuto prima di spegnere aggiungete le olive nere.

4. Assaggiate e aggiustate di sale solo qualora fosse necessario, la presenza delle olive nere e delle acciughe sicuramente avrà già un po' insaporito il sugo.

5. Lasciate cuocere il tutto giusto un minuto sempre tenendo il fuoco basso in maniera che il sugo possa sobbollire senza bruciare.

6. Nel frattempo in una pentola avrete fatto lessare le orecchiette in abbondante acqua salata.

7. Scolate la pasta, trasferitela nella padella con il sugo preparato in precedenza e fatela saltare per qualche secondo a fuoco vivace, in maniera che le orecchiette possano meglio assorbire il sugo.

8. Servite immediatamente, ben calde.



Ingredienti

- 400 g di orecchiette
- 400 g di pomodori pelati
- 120 g di olive nere
- 100 g di alici sott'olio
- olio extravergine d'oliva q.b.
- 1 spicchio d'aglio
- qualche foglia di basilico
- 4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- sale q.b.



Cavatelli melanzane, pomodorini e rucola

Cavatelli melanzane, pomodorini e rucola

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 20 min.

1. Lavate le melanzane, sbucciatele e tagliatele a dadini di medie dimensioni.

2. In una padella abbastanza capiente (tenete conto che alla fine dovrà contenere sia il condimento che la pasta), fate scaldare l'olio extravergine d'oliva, unite lo spicchio d'aglio schiacciato e fate rosolare a fuoco medio mescolando di frequente per non farlo bruciare.

3. Quando l'olio inizia a sfrigolare unite i dadini di melanzane ed il basilico, fate saltare brevemente a fuoco vivo, quindi abbassate leggermente la fiamma e fate cuocere le melanzane mescolando di tanto in tanto.

4. Quando le melanzane saranno quasi cotte, aggiungete i pomodorini lavati, asciugati e tagliati a metà.

5. Fate cuocere per qualche minuto fino a quando i pomodorini non saranno appassiti.

6. Regolate di sale, eliminate lo spicchio d'aglio e spegnete il fuoco.

7. Lessate i cavatelli in abbondante acqua salata, scolateli e trasferiteli nella padella con il sugo.

8. Fateli quindi saltare per pochi secondi a fuoco vivace.

9. Servite i cavatelli ben caldi distribuendovi sopra della rucola fresca.



Ingredienti

- 400 g di cavatelli
- 300 g di melanzane
- 200 g di pomodorini
- 50 g di rucola
- 5 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
- 1 spicchio d'aglio
- 1 ciuffetto di basilico
- sale



Garganelli al ragù di funghi porcini

Garganelli al ragù di funghi porcini

Difficoltà: facile

Tempi di preparazione: 15 min.

1. Pulite con cura i funghi porcini: rimuovete con uno spazzolino gli eventuali residui di terra presenti sul cappello, raschiate i gambi con un coltellino e passateli con un panno umido.

2. Dividete i gambi dalle cappelle: tritate i gambi finemente ed affettate le cappelle.

3. In una padella capiente fate scaldare l'olio a fiamma bassa. Unite quindi, per aromatizzare, uno spicchio d'aglio schiacciato, un rametto di timo, un pezzetto di peperoncino ed il prezzemolo tritato. Fate attenzione a non fare colorire troppo l'aglio e mantenere verde il prezzemolo.

4. Non appena l'olio inizia a sfrigolare, unite i funghi, gambi tritati e cappelle affettate, mescolateli molto velocemente, quindi lasciateli trifolare.

5. Regolate di sale.

6. Lessate i garganelli in abbondante acqua salata, scolateli e trasferiteli nella padella con i funghi porcini trifolati, avendo cura di eliminare lo spicchio d'aglio.

7. Fate saltare il tutto per qualche secondo a fuoco vivace mescolando di continuo.

8. Mettete nei piatti e servite immediatamente ben caldo.



Ingredienti

- 400 g di garganelli
- 300 g di funghi porcini
- 4 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
- 1 spicchio d'aglio
- 1 rametto di timo
- 1 ciuffo di prezzemolo
- un pezzetto di peperoncino
- sale



Garganelli asparagi e gorgonzola

Difficoltà: media

Tempi di preparazione: 15 min.

1. Pulite gli asparagi e separate i gambi dalle punte.

2. Tenete da parte le punte e lessate i gambi degli asparagi in abbondante acqua salata finché non sono cotti (infilzate con una forchetta per testarne la cottura).

3. Una volta cotti, trasferite i gambi degli asparagi nel bicchiere del frullatore e frullateli insieme a metà del gorgonzola che avete a disposizione, ammorbidendo il composto con un po' di brodo vegetale per ottenere una crema morbida ma non troppo liquida. Tenete da parte il restante gorgonzola che vi servirà alla fine.

4. Fate scaldare in una padella due cucchiai d'olio extravergine d'oliva e spadellatevi a fuoco medio le punte degli asparagi messe da parte fino a quando non saranno tenere.

5. Lessate i garganelli in una pentola con abbondante acqua salata, scolateli, trasferiteli in una terrina capiente e conditeli con la crema di asparagi e gorgonzola.

6. Dividete la pasta nei piatti e finite ogni piatto con una parte delle punte di asparagi saltate in padella e con dei ciuffetti del gorgonzola tenuto da parte.

7. Servite immediatamente.



Ingredienti

- 400 g di garganelli
- 400 g di asparagi
- 200 g di gorgonzola dolce cremoso
- 2 cucchiai di olio extravergine d'oliva
- brodo vegetale q. b.
- sale

Pasta base

*200 g di farina 00, 100 g di farina di grano duro, 1 uovo intero, 7 tuorli,
1-2 cucchiaini d'olio, 1 pizzico di sale*

Procedimento con impastatrice:

Riunite tutti gli ingredienti nella ciotola dell'impastatrice dotata di gancio.

Azionate l'impastatrice a velocità 1 e lasciate impastare fino a quando gli ingredienti saranno completamente amalgamati e quando l'impasto si sarà staccato dalle pareti della ciotola.

Prelevate l'impasto dalla ciotola dell'impastatrice e lavoratela velocemente a mano su di un piano leggermente infarinato.

Formate una palla e riponetela in frigorifero a riposare per almeno 30 minuti.

Procedimento a mano:

Versate la farina su di un piano di lavoro d'acciaio, di legno o di marmo in modo da formare la classica fontana.

Realizzate nel centro della farina un cratere piuttosto ampio e dai bordi alti, questo dovrà contenere le uova senza farle fuoriuscire.

Rompete le uova nel cratere, unitevi l'olio e un pizzico di sale ed iniziate, aiutandovi con una forchetta, ad incorporare la farina alle uova partendo dalla farina che si trova ai bordi del cratere.

Quando avrete ottenuto una pastella consistente, incorporate tutta la farina fino ad ottenere un composto omogeneo.

Formate una palla e riponetela in frigorifero a riposare per almeno 30 minuti.



Impasto classico

Impasti: 300 g di farina 003 uova

Procedimento con impastatrice:

Riunite tutti gli ingredienti nella ciotola dell'impastatrice dotata di gancio.

Azionate l'impastatrice a velocità 1 e lasciate impastare fino a quando gli ingredienti saranno completamente amalgamati e l'impasto si sarà staccato dalle pareti della ciotola.

Prelevate l'impasto dalla ciotola dell'impastatrice e lavoratela velocemente a mano su di un piano leggermente infarinato.

Formate una palla e riponetela in frigorifero a riposare per almeno 30 minuti.

Procedimento a mano:

Versate la farina su di un piano di lavoro d'acciaio, di legno o di marmo in modo da formare la classica fontana.

Realizzate nel centro della farina un cratere piuttosto ampio e dai bordi alti, questo dovrà contenere le uova senza farle fuoriuscire.

Rompete le uova nel cratere ed iniziate, aiutandovi con una forchetta, ad incorporare la farina alle uova partendo dalla farina che si trova ai bordi del cratere.

Quando avrete ottenuto una pastella consistente, incorporate tutta la farina fino ad ottenere un composto omogeneo.

Formate una palla e riponetela in frigorifero a riposare



Pasta di castagne

300 g di farina 00, 100 g di farina di castagne, 2 uova intere, 6 tuorli, 1 cucchiaino d'olio, 1 pizzico di sale

Procedimento con impastatrice:

Riunite tutti gli ingredienti nella ciotola dell'impastatrice dotata di gancio.

Azionate l'impastatrice a velocità 1 e lasciate impastare fino a quando gli ingredienti saranno completamente amalgamati e quando l'impasto si sarà staccato dalle pareti della ciotola.

Prelevate l'impasto dalla ciotola dell'impastatrice e lavoratela velocemente a mano su di un piano leggermente infarinato.

Formate una palla e riponetela in frigorifero a riposare per almeno 30 minuti.

Procedimento a mano:

Miscelate le due farine e versatele su di un piano di lavoro d'acciaio, di legno o di marmo in modo da formare la classica fontana.

Realizzate nel centro della farina un cratere piuttosto ampio e dai bordi alti, questo dovrà contenere le uova senza farle fuoriuscire.

Rompete le uova nel cratere, unitevi l'olio e un pizzico di sale ed iniziate, aiutandovi con una forchetta, ad incorporare la farina alle uova partendo dalla farina che si trova ai bordi del cratere.

Quando avrete ottenuto una pastella consistente, incorporate tutta la farina fino ad ottenere un composto omogeneo.

Formate una palla e riponetela in frigorifero a riposare per almeno 30 minuti.



Pasta al pepe

150 g di farina 00, 150 g di semola, 2 uova intere, 4 tuorli, 1 cucchiaino raso di pepe, 1 cucchiaino d'olio, 1 pizzico di sale

Procedimento con impastatrice:

Riunite tutti gli ingredienti nella ciotola dell'impastatrice dotata di gancio.

Azionate l'impastatrice a velocità 1 e lasciate impastare fino a quando gli ingredienti saranno completamente amalgamati e quando l'impasto si sarà staccato dalle pareti della ciotola.

Prelevate l'impasto dalla ciotola dell'impastatrice e lavoratela velocemente a mano su di un piano leggermente infarinato.

Formate una palla e riponetela in frigorifero a riposare per almeno 30 minuti.

Procedimento a mano:

Miscelate le due farine ed il pepe macinato e versate il tutto su di un piano di lavoro d'acciaio, di legno o di marmo in modo da formare la classica fontana.

Realizzate nel centro della farina un cratere piuttosto ampio e dai bordi alti, questo dovrà contenere le uova senza farle fuoriuscire.

Rompete le uova nel cratere, unitevi l'olio e un pizzico di sale ed iniziate, aiutandovi con una forchetta, ad incorporare la farina alle uova partendo dalla farina che si trova ai bordi del cratere.

Quando avrete ottenuto una pastella consistente, incorporate tutta la farina fino ad ottenere un composto omogeneo.

Formate una palla e riponetela in frigorifero a riposare per almeno 30 minuti.



Pasta rossa

250 g di farina 00, 1 uovo, 2 tuorli (fino a 3 tuorli), 70 g di concentrato di pomodoro, 1 pizzico di sale

Procedimento con impastatrice:

Riunite tutti gli ingredienti nella ciotola dell'impastatrice dotata di gancio.

Azionate l'impastatrice a velocità 1 e lasciate impastare fino a quando gli ingredienti saranno completamente amalgamati e quando l'impasto si sarà staccato dalle pareti della ciotola.

Prelevate l'impasto dalla ciotola dell'impastatrice e lavoratela velocemente a mano su di un piano leggermente infarinato.

Formate una palla e riponetela in frigorifero a riposare per almeno 30 minuti.

Procedimento a mano:

Versate la farina su di un piano di lavoro d'acciaio, di legno o di marmo in modo da formare la classica fontana. Realizzate nel centro della farina un cratere piuttosto ampio e dai bordi alti, questo dovrà contenere le uova senza farle fuoriuscire.

Rompete le uova nel cratere, unitevi il concentrato di pomodoro e un pizzico di sale ed iniziate, aiutandovi con una forchetta, ad incorporare la farina alle uova partendo dalla farina che si trova ai bordi del cratere.

Quando avrete ottenuto una pastella consistente, incorporate tutta la farina fino ad ottenere un composto omogeneo.

Formate una palla e riponetela in frigorifero a riposare per almeno 30 minuti.



Pasta verde

250 g di farina, 1 uovo, 2 tuorli, 70 g di spinaci lessati e tritati, un pizzico di sale

Procedimento con impastatrice:

Riunite tutti gli ingredienti nella ciotola dell'impastatrice dotata di gancio.

Azionate l'impastatrice a velocità 1 e lasciate impastare fino a quando gli ingredienti saranno completamente amalgamati e quando l'impasto si sarà staccato dalle pareti della ciotola.

Prelevate l'impasto dalla ciotola dell'impastatrice e lavoratela velocemente a mano su di un piano leggermente infarinato.

Formate una palla e riponetela in frigorifero a riposare per almeno 30 minuti.

Procedimento a mano:

Versate la farina su di un piano di lavoro d'acciaio, di legno o di marmo in modo da formare la classica fontana.

Realizzate nel centro della farina un cratere piuttosto ampio e dai bordi alti, questo dovrà contenere le uova senza farle fuoriuscire.

Rompete le uova nel cratere, unitevi gli spinaci lessati e ben tritati e un pizzico di sale ed iniziate, aiutandovi con una forchetta, ad incorporare la farina alle uova partendo dalla farina che si trova ai bordi del cratere.

Quando avrete ottenuto una pastella consistente, incorporate tutta la farina fino ad ottenere un composto omogeneo.

Formate una palla e riponetela in frigorifero a riposare per almeno 30 minuti.



Pasta al curry

150 g di farina 00, 150 g di semola, 2 uova intere, 4 tuorli, 1 cucchiaino raso di curry, 1 cucchiaino d'olio, 1 pizzico di sale

Procedimento con impastatrice:

Riunite tutti gli ingredienti nella ciotola dell'impastatrice dotata di gancio.

Azionate l'impastatrice a velocità 1 e lasciate impastare fino a quando gli ingredienti saranno completamente amalgamati e quando l'impasto si sarà staccato dalle pareti della ciotola.

Prelevate l'impasto dalla ciotola dell'impastatrice e lavoratela velocemente a mano su di un piano leggermente infarinato.

Formate una palla e riponetela in frigorifero a riposare per almeno 30 minuti.

Procedimento a mano:

Miscelate le due farine insieme al curry in polvere e versate il tutto su di un piano di lavoro d'acciaio, di legno o di marmo in modo da formare la classica fontana.

Realizzate nel centro della farina un cratere piuttosto ampio e dai bordi alti, questo dovrà contenere le uova senza farle fuoriuscire.

Rompete le uova nel cratere, unitevi l'olio e un pizzico di sale ed iniziate, aiutandovi con una forchetta, ad incorporare la farina alle uova partendo dalla farina che si trova ai bordi del cratere.

Quando avrete ottenuto una pastella consistente, incorporate tutta la farina fino ad ottenere un composto omogeneo.

Formate una palla e riponetela in frigorifero a riposare per almeno 30 minuti.



Pasta al grano saraceno

150 g di farina di grano saraceno, 250 g di farina di grano duro, 4 uova

Procedimento con impastatrice:

Riunite tutti gli ingredienti nella ciotola dell'impastatrice dotata di gancio.

Azionate l'impastatrice a velocità 1 e lasciate impastare fino a quando gli ingredienti saranno completamente amalgamati e quando l'impasto si sarà staccato dalle pareti della ciotola.

Prelevate l'impasto dalla ciotola dell'impastatrice e lavoratela velocemente a mano su di un piano leggermente infarinato.

Formate una palla e riponetela in frigorifero a riposare per almeno 30 minuti.

Procedimento a mano:

Miscelate le due farine versatele su di un piano di lavoro d'acciaio, di legno o di marmo in modo da formare la classica fontana.

Realizzate nel centro della farina un cratere piuttosto ampio e dai bordi alti, questo dovrà contenere le uova senza farle fuoriuscire.

Rompete le uova nel cratere ed iniziate, aiutandovi con una forchetta, ad incorporare la farina alle uova partendo dalla farina che si trova ai bordi del cratere.

Quando avrete ottenuto una pastella consistente, incorporate tutta la farina fino ad ottenere un composto omogeneo.

Formate una palla e riponetela in frigorifero a riposare per almeno 30 minuti.



APPICCIARE

L'azione che si compie per formare i picci: partendo da un pezzo di pasta a forma di parallelepipedo a sezione quadrata, si rulla questo pezzo avanti e indietro, con le dita unite e tese, questo movimento contemporaneamente lo arrotonda lo assottiglia e lo allunga.

BRASARE

E' una tecnica di cottura mista per cui l'alimento è sottoposto in tempi successivi a due tipi di cottura: l'arrostitura prima e, subito dopo, una cottura umida con l'aggiunta di brodo, fondi, vino o altro che lo ricoprono per metà. La cottura deve avvenire con il coperchio per evitare la fuoriuscita di vapore. Si brasano soprattutto le carni che necessitano lunghe cotture.

Un tempo il termine brasare indicava il cuocere con

le braci, del camino o della stufa a legna, senza il contatto diretto con la fiamma, la cottura veniva effettuata in un recipiente chiuso aggiungendo pochi grassi o liquidi.

CHITARRA

Si tratta di un utensile di cucina utilizzato (soprattutto nella cucina abruzzese) per realizzare gli spaghetti o i maccheroni.

E' costituita da una serie di fili di acciaio paralleli, tesi e accostati, montati su un telaio di legno.

Si utilizza ponendo sulla sua superficie le sfoglie di pasta, vi si passa quindi su il mattarello: i fili sono molto taglienti e questo fa sì che la sfoglia sia ridotta in fili (più o meno sottili), a sezione quadrata.

COLINO

E' un attrezzo da cucina utilizzato per separare parti solide (più o meno

sottili) da una parte liquida. E' un piccolo contenitore solitamente semisferico, costituito da una reticella metallica a maglia più o meno fitta. Il colino è dotato di un manico che permette di maneggiarlo agevolmente.

La struttura può essere in acciaio oppure in plastica.

COLORIRE

Far prendere colore ad un alimento tramite il calore della fiamma o del forno senza farlo bruciare.

IMBIONDIRE

E' un termine che si riferisce alla rosolatura di verdure (ad esempio aglio o cipolle tritate finemente o tagliate a fettine) in olio fino a che non raggiungano una leggera colorazione dorata, bionda appunto.

La rosolatura deve avvenire a fuoco basso per evitare che le verdure si possano bruciare.

MANTECARE

Amalgamare, rendere cioè morbida e cremosa una preparazione tramite un mescolamento rapido e deciso, con aggiunta di burro, panna, parmigiano, ecc.. Ad esempio, indica l'azione di aggiungere burro (manteca, in spagnolo, significa appunto burro) e formaggio grattugiato per insaporire e rendere cremoso un risotto o una pastasciutta.

MATTARELLO

Utensile di legno, o altro materiale, di forma cilindrica e allungata, usato per tirare la pasta in sfoglie. Ha diverse dimensioni dipendentemente dall'uso che se ne deve fare: diametri maggiori per quelli usati in pasticceria, più lunghi e sottili quelli usati per stendere la pasta all'uovo, ad esempio.

MORTAIO

E' un utensile da cucina utilizzato per ridurre in polvere, o pestare, ingredienti solidi.

E' formato da un recipiente semisferico (solitamente in metallo, in legno, in ceramica, in pietra, ecc.) con il fondo tondeggiante, qui vengono posti gli ingredienti; al contenitore è associato un pestello, formato da un'impugnatura e da un'estremità pesante e

larga, con la quale vengono pestati gli ingredienti.

Il mortaio è indispensabile, ad esempio, per la preparazione del pesto alla genovese, per sminuzzare spezie ed erbe, ecc..

PETTINE PER GARGANELLI

Si tratta di un attrezzo utilizzato per creare la tipica rigatura dei garganelli. Può essere un telaio con fili rigidi su cui si fa rotolare la pasta avvolta su un bastoncino, oppure di un blocchetto di legno scanalato che, col medesimo movimento, assolve la stessa funzione.

ROSOLARE

Scaldare un alimento ad una temperatura medio-alta utilizzando un grasso (olio, burro, strutto) fino a che questo non abbia raggiunto una colorazione dorata, senza annerirsi.

ROTELLA TAGLIAPASTA

E' un attrezzo da cucina costituito da un disco tagliente montato su un manico e capace di scorrere a contatto di una superficie. E' di metallo.

Può essere liscia per ottenere margini netti e lisci, oppure dentellata per ottenere un effetto zigrinato lungo i margini.

Si utilizza per tagliare impasti ridotti in sfoglie, più o meno spesse, di varia natura: pasta fresca, biscotti, ecc..

SALTARE

E' una tecnica di cottura che utilizza le stesse con-

dizioni della rosolatura (in padella, con un grasso a calore medio-alto), la differenza sta nel fatto che la padella viene continuamente agitata, con un particolare movimento del polso, in maniera da fare letteralmente "saltare" gli ingredienti e fare così in modo che l'umidità presente nella preparazione evapori rapidamente.

Il termine si può riferire anche alla finitura di alcuni piatti a base di pasta che a volte vengono saltati in padella per ridurre il fondo di cottura ed amalgamare gli ingredienti.

SETACCIO

E' un contenitore cilindrico di ampio diametro di base, con pareti non molto alte e diritte. Il fondo è costituito da una reticella a maglie più o meno fitte. Serve a raffinare farine, e ingredienti pulverulenti in genere, rendendoli privi

di grumi. Può essere utilizzato, ad esempio, anche per cospargere zucchero a velo o cacao sui dolci.

SFERRE

Si tratta di un particolare coltello a punta arrotondata e senza manico utilizzato per trascinare sulla spianatoia pezzetti di pasta fresca per formare le orecchiette.

SOBBOLLIRE

Indica lo stato in cui si trova l'acqua, oppure un liquido, quando è ad una temperatura vicina all'ebollizione e si mantiene in questo stato senza mai raggiungerla in pieno.

SOFFRIGGERE

Fare rosolare un alimento a fuoco medio, al di sotto della temperatura di frittura. L'alimento deve colorire ma non scurirsi.

SPIANATOIA

Si tratta di un asse di legno, dello spessore di circa 3 cm, e con dimensioni di almeno 50 x 70 cm, su cui si impasta e si spiana la farina e tutti gli altri ingredienti che occorrono per preparare una pasta.

STUFARE

Tecnica di cottura che prevede che l'alimento cuocia lentamente a fuoco moderato in una casse-

ruola coperta in modo che possa trasudare i suoi stessi umori. E' una tecnica usata per cucinare carni adatte a lunghe cotture, o pesce o certe verdure (come i broccoli ad esempio).

TROCCOLO O TORCOLO O RETRONCELE

Mattarello con la superficie scanalata utilizzato per produrre i troccoli, spaghetti a sezione quadrata, simili ai maccheroni (o spaghetti) alla chi-

tarra, tipici della Puglia.

Indice generale

TAGLIATELLE e FETTUCCINE

SUGHI A BASE DI CARNE

- [Tagliatelle con spuntature di maiale](#)
- [Tagliatelle e ragù al caffè](#)
- [Tagliatelle con il coniglio](#)
- [Tagliatelle rape e salsicce](#)
- [Tagliatelle al ragù di capriolo](#)
- [Tagliatelle nociccia](#)

SUGHI A BASE DI PESCE

- [Tagliatelle gallinella e pecorino](#)
- [Tagliatelle pesce spada, pistacchi e agrumi](#)
- [Tagliatelle gamberi, pomodorini e salsa al balsamico](#)
- [Fettuccine melanzane e cozze](#)
- [Tagliatelle con pesto di mandorle e gamberi](#)
- [Tagliatelle all'impepata di cozze](#)
- [Tagliatelle al pesto di melanzane e tonno](#)

- [Pizzoccheri con carciofi e seppie](#)
- [Tagliatelle di castagne con porcini e calamari spillo](#)
- [Tagliatelle allo scoglio](#)
- [Tagliatelle verdi con mazzancolle, porcini e spinaci](#)
- [Tagliatelle calamari, olive taggiasche e vodka](#)
- [Tagliatelle di melanzane in crema di gamberi](#)
- [Paglia e fieno con rape e cozze](#)

SUGHI VARI

- [Tagliatelle al curry con peperoni e pomodori verdi](#)
- [Tagliatelle trattoria](#)
- [Tagliatelle con pomodorini gratinati](#)
- [Tagliatelle al pepe alle cipolle di Tropea](#)

TONNARELLI, CHITARRA e TAGLIOLINI

SUGHI A BASE DI CARNE

- [Tagliolini speck e patate](#)
- [Tonnarelli salsiccia, panna e rucola](#)
- [Tonnarelli zucca e salsiccia](#)

SUGHI A BASE DI PESCE

- [Chitarrina spada, pachino e menta](#)
- [Tonnarelli alici e pesto](#)
- [Chitarrina alle sarde e mandorle](#)
- [Chitarra spada e melanzane](#)
- [Tonnarelli con crema di zucchine, pancetta e gamberi](#)
- [Tagliolini neri con calamari in salsa d'aglio e limone](#)
- [Chitarrina con seppie e broccoli](#)
- [Tagliolini neri di mare](#)
- [Chitarra alla bottarga di muggine](#)
- [Tagliolini al sapore di mare](#)

- [Tagliolini neri cozze e bottarga di muggine](#)

SUGHI VARI

- [Spaghetti alla chitarra all'arancia](#)
- [Chitarra di Kamut al sugo finto](#)
- [Tagliolini ai fiori di zucca](#)
- [Tagliolini broccoli e scamorza](#)
- [Tagliolini zucchine e fonduta di brie](#)

PAPPARDELLE & REGINETTE

SUGHI A BASE DI CARNE

- [Reginette al ragù di cervo](#)
- [Pappardelle al ragù di cinghiale](#)
- [Pappardelle con lepre in salmì](#)
- [Pappardelle con la rosticciana](#)
- [Pappardelle alla cacciatora](#)

SUGHI A BASE DI PESCE

- [Reginette con calamari ripieni](#)
- [Reginette con polpettine di calamaro](#)
- [Reginette del marinaio](#)
- [Reginette al ragù di polpo](#)

SUGHI VARI

- [Pappardelle al pepe nero con pesto di noci](#)
- [Fregnacce alla sabinese](#)
- [Reginette alla marinara](#)
- [Reginette alle cipolle e briciole](#)
- [Pappardelle con cipolla stufata al chianti](#)

PASTA FRESCA REGIONALE

SUGHI VARI

- Pici con le briciole
 - Pici all'aglione
 - Pici al ragù di carne e porcini
 - Orecchiette alla crema di peperoni, mortadella e pistacchi
 - Orecchiette alici e olive nere
 - Cavatelli melanzane, pomodorini e rucola
 - Garganelli al ragù di funghi porcini
- Garganelli asparagi e gorgonzola

le monografie

cookaround

**DIRETTORE
RESPONSABILE
EDITORIALE**

Luca Pappagallo

**PROGETTAZIONE
GRAFICA**

Boris Orlovich

REDAZIONE

Domenica Aliberti
Silvia Trenti
Alessandra Biferale

FOTOGRAFIA

Guido Pappagallo

**REALIZZAZIONE
RICETTE**

Maria Poli
Silvia Trenti



Cookaround: <http://www.cookaround.com/>

Scarica l'app: <http://mobile.banzai.it/showcase/cookaround/it/>