

RACCOLTA ERBE

DUEMILASETTE

MENÙ

CON LE RICETTE



ANTIPASTI

Frittelle di Borragine e Salvia sclarea

Ingredienti

Foglie di borragine

Salvia sclarea

Salvia selvatica

Pastella

Preparazione

Fare una pastella con farina e acqua gassata, un pizzico di sale e un niente di zucchero, la pastella deve essere molto fredda.

Cuocere in abbondante olio di girasole.



PRIMI PIATTI

Vellutata di stridoli e orecchie di lepre

Ingredienti

Stridoli e stridoloni

Orecchie di lepre

Besciamella (30 g di burro

30 g di farina

½ litro di latte)

Panna

Crostini



Preparazione

Fare la besciamella con burro, farina e latte. Sbollentare stridoli, stridoloni e orecchie di lepre. Passarli nel mixer con un po' di verdura, miscelare il tutto con un poco di panna e cuocere per 10 minuti.

Servire con crostini.

Risotto alla calendula

Ingredienti

(per 4 persone)

200 g di riso

Un porro

Zafferano

Brodo vegetale

Burro

Parmigiano

Alcuni fiori di calendula



Preparazione

Soffriggere il porro nell'olio, gettare il riso e tostarlo; aggiungere a poco a poco, il brodo vegetale, bollente, in cui si è sciolta la bustina di zafferano.

A cottura ultimata, mantecare con un po' di burro, il parmigiano e i petali di calendula.

Risotto all'ortica

(per 4 persone)

200 g di riso

Un porro

Brodo vegetale

Burro

Parmigiano

Ortica



Preparazione

Stesso procedimento della precedente ricetta. Poco prima della cottura aggiungere una purea di ortica (sbollentata e frullata). Mantecare sempre con burro e parmigiano.

Orecchiette alla senape

Ingredienti

Orecchiette

Senape fresca

Filetti di acciuga

Aglio

Olio

Pecorino

Peperoncino



Preparazione

Mettere la senape nell'acqua in cui si cuocerà la pasta e sbollentare.

Nel frattempo fare "sciogliere" l'aglio e i filetti di acciuga in una padella con l'olio, unirvi la senape, sgocciolata, facendola saltare insieme alla base.

Cuocere la pasta e saltarla nella stessa padella. Mantecare con pecorino toscano e peperoncino a piacere.

SECONDI

Rotolo primavera

Ingredienti

Pasta sfoglia (anche surgelata)

Prosciutto cotto

Misto di verdure

Mozzarella

Un uovo

Preparazione

Stendere la pasta sfoglia, ricoprirla con le fette di prosciutto cotto, sopra il misto di verdure cotte e tritate, poi la mozzarella tagliata a fettine sottili.

Arrotolare il tutto e pennellare con l'uovo sbattuto.

Mettere in forno a 180', dorarlo bene, a quel punto è cotto.

Tortino alle erbe miste di campo

Ingredienti

Pasta brisé (anche surgelata)

150 g di ricotta

Verdure miste

Tre uova

3 dl di latte

Parmigiano

Preparazione

Foderare uno stampo con la pasta brisé, punzecchiare il fondo con i rebbi di una forchetta e a piccoli pizzicotti. Coprire con la ricotta, le verdure, già cotte e tritate (sempre a pizzicotti).

Aggiungere le uova e il latte sbattuti, un pugno di parmigiano, e infornare il tortino a 180°.

Quando è asciutto e leggermente dorato, è cotto.



CONTORNO

Insalatina fiorita

Ingredienti

Radicchio di campo

tarassaco

trifoglio

stridoli

erba cipollina

malva

crespino

rucola

fiori

olio

sale

aceto aromatizzato alla calendula

Preparazione

L'INSALATA
NON È
BELLA SE
NON C'È LA
PIMPINELLA

Pulire le erbe, unitele in una ciotola ai fiori (petali di calendula, fiori di malva, di borragine e pratoline) condite con olio, sale, aceto aromatizzato alla calendula o di mele.

DESSERT

Plum-cake alle ortiche con crema inglese alla menta

Ingredienti

Per il plum-cake

3 uova

200 g di zucchero

¼ di panna

300 gr di farina

una bustina di lievito

50 g di ortiche

Preparazione

Con una frusta montare le uova intere con lo zucchero poi la panna, aggiungere la farina e il lievito. Imburrare 2 stampi da plum-cake, tenere a parte 2 o 3 cucchiai di impasto, inserire lungo il centro, le ortiche, cotte e frullate.

Cuocere a 180° finché ben cresciuto e dorato.

Crema inglese alla menta

Ingredienti

Per la crema

Menta selvatica

½ l di latte,

110 g di zucchero

4 rossi d'uovo

10 g di maizena

Preparazione



Portare a bollire il latte con un pugno di mentuccia, toglierlo dal fuoco e lasciarlo raffreddare. Quando è tiepido, filtrare.

Montare i rossi con lo zucchero, sempre amalgamando, aggiungere la maizena e il latte.

Rimettere sul fuoco e continuando a mescolare, appena il composto vela il cucchiaio ritirarlo dal fuoco, facendo perdere calore, perché la crema non deve bollire.

Servite questa crema per accompagnare una fetta di dolce secco.

**RINGRAZIAMO QUANTI HANNO
CONTRIBUITO ALLA PREPARAZIONE DELLA
CENA!**

