

LINGUINE AGLI SCAMPI



INGREDIENTI

Linguine 320 g
Scampi (12 pezzi) 700 g
Passata di pomodoro 400 g
Scalogno 1
Acqua 1 l
Prezzemolo 10 g
Olio extravergine d'oliva 60 g
Sale fino q.b.

PREPARAZIONE

Per preparare le linguine agli scampi, come prima cosa pulite gli scampi: separate la testa dal corpo con le mani. Raccogliete le teste man mano in una ciotola. Con l'aiuto di un paio di forbici da cucina incidete la parte più morbida del carapace, partendo dalla testa fino alla coda. Staccate delicatamente il carapace allargandolo con le mani e raccogliere insieme alle teste. Estraete la polpa facendo attenzione a non

romperla. Con uno stuzzicadenti o la punta di un coltellino, eliminate il budello nero incidendo leggermente il dorso ed estraendolo delicatamente. Sciacquate velocemente gli scampi puliti e teneteli da parte. In una casseruola ampia versate circa 40 g d'olio extravergine d'oliva, aggiungete le teste e i carapaci e rosolateli a fiamma alta mescolando spesso e schiacciando bene le teste, finché non saranno colorite. A questo punto coprite con l'acqua e lasciate cuocere a fiamma medio-alta finché il liquido non si sarà ridotto quasi completamente; ci vorranno circa 30 minuti. Nel frattempo tagliate finemente lo scalogno a brunoise. In una padella capiente scaldate l'olio rimasto, aggiungete gli scampi sgusciati e rosolateli velocemente per pochi istanti su entrambi i lati, giusto il tempo di farli insaporire quindi trasferiteli su un piatto e teneteli da parte. Deglassare il fondo con un mestolino del fumetto e mettete nella stessa padella lo scalogno. Lasciatelo stufare a fiamma dolce, fino a renderlo morbido e leggermente dorato. Unite quindi la passata di pomodoro. Cuocete a fiamma medio-bassa per circa 30 minuti, mescolando di tanto in tanto. Alla fine regolate di sale. A questo punto anche il fumetto sarà pronto quindi filtratelo. Raccogliete il fumetto in una ciotolina e versatelo nel sugo molto ristretto a fuoco spento. Ora cuocete le linguine in abbondante acqua salata e scolatele 2 minuti prima del tempo indicato, senza buttare l'acqua di cottura. Trasferite la pasta direttamente nella padella con il condimento aggiungete un mestolo di acqua di cottura e portate a termine la cottura mescolando. A fuoco spento unite gli scampi rosolati. Completate con un filo d'olio extravergine d'oliva e il prezzemolo tritato finemente quindi mantecate accuratamente. Impiattate le vostre linguine agli scampi e guarnite con prezzemolo fresco per un tocco di colore e profumo!

FRITTATA DI PATATE E CIPOLE



INGREDIENTI

Uova (medie) 8
Patate 600 g
Cipolle rosse 250 g
Grana Padano (da grattugiare) 50 g
Timo q.b.
Olio extravergine d'oliva q.b.
Sale fino q.b.
Pepe nero q.b.

PREPARAZIONE

Per preparare la frittata di patate e cipolle, pelate le patate e tagliatele a tocchetti non troppo grandi. Poi mondate le cipolle rosse. Affettate le cipolle sottilmente. In padella fate rosolare prima la cipolla con un giro d'olio per 5 minuti a fiamma media, mescolando spesso. Poi unite le patate e fatele colorare per qualche altro minuto, sempre mescolando. Salate a piacere coprite con coperchio e fate cuocere per

circa 20 minuti, senza dimenticare di girare di tanto in tanto. Dovranno risultare morbide e ben rosolate. In una ciotola versate le uova e il Grana Padano grattugiato Aromatizzate con timo sale e pepe a piacere, quindi mescolate il tutto. Versate il composto di uova sulle patate e cipolle cotte. Fate cuocere una decina di minuti con coperchio a fiamma medio-bassa, arrotondando bene al forma al bisogno con una spatola. Quando sarà il momento di girare la frittata (potete provare a sollevare la base con la spatola per valutare la cottura) aiutatevi con un piatto per capovolgerla. Fate scivolare la parte da cuocere nuovamente in padella 16. Un paio di minuti di cottura senza coperchio e la frittata è pronta. Se gradite potete aromatizzare ancora con qualche fogliolina di timo prima di servire la vostra frittata di patate e cipolle bella calda!

ERBETTE RIPASSATI IN PADELLA



INGREDIENTI

500 gr di erbette
olio extravergine di oliva
aglio
peperoncino
sale

PREPARAZIONE

Lavate le erbe ed eliminate i gambi più duri. Tagliatele a pezzi grossi e cuocete a vapore per 5-7 minuti. In una padella capiente, scaldate un filo d'olio, aggiungete l'aglio (intero, vestito o tritato secondo i vostri gusti), un pochino di peperoncino e soffriggete per un Unite le erbette, salatele e rosolatele per 5-10 minuti muovendole spesso con un cucchiaio di legno. Servitele calde.