

Alfredo Passalacqua

SULLA TAVOLA DI PRIMAVERA

le ricette della tradizione italiana
e della cucina regionale

ZONA



Indice generale

Aria di primavera, anche a tavola 7

Primi piatti

Lasagne con i Bruscardoli (Veneto)	13
Pici al Ragù di Agnello (Toscana)	16
Cannelloni di Carne e Ricotta (Lazio)	19
Cavatelli con le Cozze (Puglia)	23
Lasagne Verdi alla Bolognese (Emilia Romagna)	26
Zuppa di Fagioli e Scarole (Campania)	30
Spaghetti alla Nerano (Campania)	33
Ravioli di Brasato (Lombardia)	36
Pizzoccheri della Valtellina (Lombardia)	40
Zuppa di Farro e Ceci (Marche)	43
Minchiareddi con Baccalà e Peperoni (Puglia)	46
Pasta alla Vignarola (Lazio)	49
Culurgiones de Casu con Asparagi Selvatici (Sardegna)	52
Rabaton Burro, Salvia e Limone (Piemonte)	56

Secondi piatti

Coniglio all'Ischitana (Campania)	61
Coratella d'Agnello (Lazio)	63
Polpettine Pasquali (Trentino Alto Adige)	65
U Sciusceddu (Sicilia)	68
Brodetto di Agnello o Capretto (Puglia)	72
Coniglio in Porchetta (Toscana)	75
Pollo Ripieno (Lombardia)	77

Frittata di Carciofi (Lazio)	80
Sa Panada (Sardegna)	83
Baccalà con la Polenta (Veneto)	86
Magri Cuet (Friuli Venezia Giulia)	88
Sformato di Asparagi (Toscana)	91
Aspic di Uova e Verdure (varie regioni)	94
Cima alla Genovese (Liguria)	97

Dolci

Pinza Triestina (Friuli Venezia Giulia)	103
Resta (Lombardia)	106
Pardulas (Sardegna)	108
Fiadoni Dolci (Abruzzo e Molise)	111
Pastiera (Campania)	114
Ciaramicola (Umbria)	118
Pizza Dolce di Pasqua (Umbria)	121
Brazadèl (Trentino Alto Adige)	124
Calcioni Dolci (Marche)	127
Torta Dolce di Riso (Piemonte)	130
Falaone Dolce (Basilicata)	133
Pasimata (Toscana)	136
Latte in Piedi (Emilia Romagna)	139
Crostata Ricotta e Visciole (Lazio)	142

Aria di primavera, anche a tavola...

Con l'arrivo della primavera, la natura si risveglia e le nostre tavole si arricchiscono di sapori freschi e genuini. Questo libro è un omaggio alla tradizione culinaria italiana, un viaggio attraverso le ricette regionali che celebrano i prodotti di stagione. Due ingredienti ricorrono in particolare in queste pagine: l'agnello e la ricotta.

L'agnello, simbolo di rinascita e di festa, è da sempre protagonista delle tavole pasquali, ma la sua versatilità lo rende perfetto per essere gustato in molte altre occasioni. In queste pagine, vi proponiamo una varietà di ricette che non mancano mai sulle tavole di primavera delle famiglie. Non mancano però altre carni, o l'immane bacalà, ottimo in ogni stagione.

La ricotta, invece, con la sua freschezza e delicatezza, è un ingrediente prezioso per arricchire i vostri piatti primaverili. La troverete in abbinamento a verdure di stagione, come gli asparagi, o utilizzata per farcire cannelloni, ravioli e tortelli, o ancora come base per golosi dessert e crostate.

Questo libro è un invito a riscoprire i sapori autentici del nostro paese, un tesoro di tradizioni culinarie che si tramandano di generazione in generazione. Ogni ricetta è un piccolo viaggio nella storia e nella cultura delle diverse regioni italiane, un modo per celebrare la ricchezza del nostro patrimonio gastronomico.

Siamo certi che queste pagine vi ispireranno a sperimentare e a creare piatti gustosi e originali, portando sulla vostra tavola i profumi e i colori della primavera.

Alfredo Passalacqua





Primi piatti





Lasagne con i Bruscardoli

Le lasagne con i bruscandoli sono un piatto tipico veneto, soprattutto primaverile, che utilizza i germogli del luppolo selvatico (che si chiamano appunto bruscandoli).

Ingredienti

- Sfoglie di pasta fresca per lasagne (circa 250g)
- 500g di bruscandoli (germogli di luppolo)
- 500ml di besciamella
- 50g di burro
- 50g di parmigiano grattugiato
- 1 spicchio d'aglio (facoltativo)
- Olio extravergine d'oliva
- Sale e pepe q.b.

Preparazione

1. Lava accuratamente i bruscandoli sotto acqua corrente. Elimina le parti più dure e fibrose, conservando solo i germogli teneri e le cime.

2. In una padella, fai sciogliere il burro con un filo d'olio e, se desideri, uno spicchio d'aglio. Aggiungi i bruscandoli e falli saltare per qualche minuto, finché non si saranno ammorbiditi. Regola di sale e pepe.
3. Prepara una besciamella classica: in un pentolino, fai sciogliere il burro, aggiungi la farina e mescola bene con una frusta per evitare grumi. Versa il latte caldo a filo, continuando a mescolare finché la besciamella non si sarà addensata. Aggiusta di sale e, se gradito, di noce moscata.
4. In una pirofila da forno, distribuisce un sottile strato di besciamella sul fondo. Disponi uno strato di sfoglie di pasta fresca. Distribuisce sopra le sfoglie una parte dei bruscandoli cotti e ricopri con altra besciamella. Spolvera con parmigiano grattugiato.
5. Ripeti gli strati (sfoglie, bruscandoli, besciamella, parmigiano) fino a esaurimento degli ingredienti, terminando con uno strato di besciamella e una generosa spolverata di parmigiano.
6. Cuoci le lasagne in forno preriscaldato a 180°C per circa 20-25 minuti, o finché la superficie non sarà dorata e il formaggio fuso. Lasciale riposare qualche minuto prima di servire.
7. Per una versione più ricca, puoi aggiungere della salsiccia sbriciolata ai bruscandoli durante la cottura

in padella. Alcune varianti prevedono l'utilizzo di formaggio Asiago grattugiato al posto del parmigiano.

8. Se non trovi i bruschandoli freschi, puoi utilizzare quelli surgelati, avendo cura di scongelarli e asciugarli bene prima della cottura.
9. Per una versione più leggera, puoi sostituire parte della besciamella con ricotta fresca.



Pici al Ragù di Agnello

I pici al ragù di agnello sono un piatto tipico della tradizione toscana, in particolare della zona di Siena. Si tratta di una pasta fresca fatta a mano, simile a degli spaghetti spessi, condita con un ricco ragù di agnello.

Ingredienti

Per i pici:

- 300g di farina 0
- 150ml di acqua tiepida
- Un pizzico di sale
- Un cucchiaino di olio extravergine d'oliva (facoltativo)

Per il ragù di agnello:

- 700g di polpa di coscia di agnello tagliata a tocchetti o, se preferisci, macinata
- 1 carota
- 1 costa di sedano
- 1 cipolla gialla
- 150ml di passata di pomodoro

- 1/2 cucchiaino di chiodi di garofano (o ginepro, o entrambi)
- Prezzemolo fresco tritato
- 2 spicchi d'aglio (facoltativo)
- Vino rosso (circa mezzo bicchiere)
- Olio extravergine d'oliva
- Sale e pepe q.b.

Preparazione

1. Disponi la farina a fontana su una spianatoia. Aggiungi il sale e, se lo usi, l'olio. Versa gradualmente l'acqua tiepida al centro della fontana e inizia a impastare con le mani, incorporando la farina poco alla volta. Lavora l'impasto energicamente per circa 10-15 minuti, fino a ottenere una pasta liscia e omogenea. Forma una palla, avvolgila nella pellicola trasparente e lasciala riposare per almeno 30 minuti a temperatura ambiente.
2. Dopo il riposo, prendi una porzione di impasto e stendila con un matterello fino a ottenere una sfoglia di circa mezzo centimetro di spessore. Taglia la sfoglia a strisce di circa 1 cm di larghezza. Con le mani, arrotola ogni striscia sul piano di lavoro, allungandola e assottigliandola fino a ottenere dei picci di circa 3-4 mm di diametro e 20-25 cm di lunghezza. Disponi i picci su un vassoio infarinato per evitare che si attacchino.

3. Trita finemente carota, sedano e cipolla per il soffritto. In una pentola capiente, scalda un filo d'olio extravergine d'oliva e fai soffriggere le verdure tritate a fuoco dolce per circa 10 minuti, finché non saranno appassite. Se usi l'aglio, aggiungilo a fine cottura del soffritto per non farlo bruciare. Aggiungi la carne di agnello a tocchetti e falla rosolare a fuoco medio-alto, rigirandola spesso per farla dorare su tutti i lati. Sfuma con il vino rosso e lascialo evaporare completamente.
4. Aggiungi la passata di pomodoro, i chiodi di garofano (o il ginepro), sale e pepe. Copri la pentola e lascia cuocere il ragù a fuoco bassissimo per almeno 1 ora e mezza, o anche di più, mescolando di tanto in tanto. Il ragù dovrà diventare denso e la carne tenerissima. A fine cottura, aggiungi il prezzemolo fresco tritato.
5. Cuoci i picci in abbondante acqua salata bollente per circa 5-7 minuti, o fino a quando non saranno al dente. Scola i picci e versali direttamente nella pentola con il ragù di agnello. Mescola bene per far amalgamare il condimento alla pasta, aggiungendo se serve qualche cucchiata di acqua di cottura dei picci. Servi con una spolverata di parmigiano grattugiato (facoltativo).
6. Per un ragù ancora più saporito, puoi aggiungere anche un po' di pancetta o guanciale al soffritto.



Cannelloni di Carne e Ricotta

I cannelloni ripieni di carne e ricotta sono un classico della cucina italiana, preparati in diverse varianti regionali. Nel Lazio, questa pasta al forno è un piatto tipico della domenica e delle feste. Ecco una ricetta che cerca di riflettere le tradizioni laziali, pur tenendo conto che esistono diverse interpretazioni familiari.

Ingredienti

Per il ragù:

- 500g di carne macinata mista (manzo e maiale)
- 1 cipolla media
- 1 carota
- 1 costa di sedano
- 1 bicchiere di vino bianco secco
- 500g di passata di pomodoro
- Olio extravergine d'oliva
- Sale e pepe q.b.
- Un pizzico di noce moscata (facoltativo)

Per il ripieno:

- 500g di ricotta romana (o di pecora, se preferisci un sapore più deciso)
- 100g di parmigiano grattugiato
- 1 uovo
- Sale e pepe q.b.
- Un pizzico di noce moscata (facoltativo)

Per la besciamella:

- 50g di burro
 - 50g di farina 00
 - 500ml di latte intero
 - Sale, pepe e noce moscata q.b.
-
- 1 confezione di cannelloni secchi (circa 250g)
 - Parmigiano grattugiato

Preparazione

1. Trita finemente cipolla, carota e sedano e falli soffriggere in olio extravergine d'oliva in una pentola capiente. Aggiungi la carne macinata e falla rosolare bene, mescolando. Sfuma con il vino bianco e lascia evaporare. Aggiungi la passata di pomodoro, sale, pepe e, se lo gradisci, un pizzico di noce moscata. Copri la pentola e lascia cuocere il ragù a fuoco basso per almeno 1 ora e mezza, o anche di più, mescolando di tanto in tanto. Il ragù deve diventare denso e saporito.

2. In una ciotola, mescola la ricotta con il parmigiano grattugiato, l'uovo, sale, pepe e, se lo gradisci, un pizzico di noce moscata. Amalgama bene tutti gli ingredienti.
3. In un pentolino, fai sciogliere il burro a fuoco basso. Aggiungi la farina setacciata e mescola velocemente con una frusta per evitare la formazione di grumi. Versa il latte caldo a filo, continuando a mescolare con la frusta. Cuoci la besciamella a fuoco dolce, mescolando continuamente, fino a quando non si sarà addensata. Aggiusta di sale, pepe e noce moscata.
4. Riempi i cannelloni con il ripieno di ricotta, utilizzando una sac à poche o un cucchiaino. Distribuisci un po' di ragù sul fondo di una pirofila da forno. Disponi i cannelloni ripieni nella pirofila, uno accanto all'altro. Ricopri i cannelloni con il restante ragù e la besciamella e spolvera con abbondante parmigiano grattugiato.
5. Cuoci i cannelloni in forno preriscaldato a 180°C per circa 25-30 minuti, o fino a quando la superficie sarà dorata e il formaggio fuso. Lascia riposare per qualche minuto prima di servire.
6. Per un sapore più intenso, puoi aggiungere alla carne macinata un po' di salsiccia sbriciolata. Alcune varianti prevedono l'utilizzo di mozzarella a cubetti nel ripieno, per un effetto filante.

7. Puoi preparare il ragù con anticipo e conservarlo in frigorifero per uno o due giorni. Se non trovi i cannelloni secchi, puoi utilizzare le sfoglie di pasta fresca per lasagne, tagliandole a rettangoli e arrotolandole.



Cavatelli con le Cozze

I cavatelli con le cozze sono un piatto simbolo della cucina pugliese, un connubio perfetto tra la pasta e il sapore del mare.

Ingredienti

- 400g di cavatelli freschi (se non li trovi freschi, puoi usare quelli secchi)
- 1 kg di cozze freschissime
- 200g di pomodorini ciliegino (o datterini)
- 2 spicchi d'aglio
- 1/2 bicchiere di vino bianco secco
- Olio extra vergine d'oliva
- Prezzemolo fresco tritato
- Peperoncino fresco (facoltativo)
- Sale q.b.

Preparazione

1. Assicurati sempre della freschezza delle cozze. Devono essere vive e ben chiuse al momento dell'acquisto. La loro pulizia è una fase importante.

Puliscile accuratamente sotto acqua corrente fredda, eliminando le incrostazioni esterne con una paglietta di metallo o una spazzolina. Rimuovi il bisso (la "barba" delle cozze) tirandolo con decisione. Sciacqua le cozze più volte per eliminare eventuali residui di sabbia.

2. Metti le cozze in una padella capiente a fuoco vivace con un filo d'olio e uno spicchio d'aglio. Copri con un coperchio e lascia cuocere per pochi minuti, finché le cozze non si apriranno. Togli le cozze dalla padella man mano che si aprono per evitare che cuociano troppo. Filtra l'acqua di cottura con un colino a maglie strette foderato con una garza o un panno di cotone per eliminare eventuali impurità e conserva.
3. In una padella capiente, scalda un generoso filo d'olio extra vergine d'oliva con l'altro spicchio d'aglio (intero o tritato, a seconda dei gusti) e, se lo usi, un pezzettino di peperoncino. Fai soffriggere leggermente l'aglio senza bruciarlo. Aggiungi i pomodorini tagliati a metà o in quarti e falli appassire per qualche minuto. Sfuma con il vino bianco e lascia evaporare.
4. Aggiungi l'acqua di cottura delle cozze filtrata (circa mezzo bicchiere, regolati in base alla quantità di liquido che hanno rilasciato le cozze) e fai restringere leggermente il sughetto. Poi aggiungi le

cozze e falle insaporire nel condimento per qualche minuto.

5. Nel frattempo, cuoci i cavatelli in abbondante acqua salata bollente. I tempi di cottura variano a seconda del tipo di pasta (fresca o secca). Scola i cavatelli al dente e versali direttamente nella padella con il condimento di cozze. Salta la pasta nella padella per farla amalgamare bene al sugo, aggiungendo un po' di acqua di cottura se necessario per creare una consistenza cremosa.
6. Spolvera con abbondante prezzemolo fresco tritato e servi immediatamente.



Lasagne verdi alla Bolognese

Le lasagne verdi alla bolognese sono un classico della cucina emiliana, un piatto ricco e gustoso perfetto per le occasioni speciali. La caratteristica principale è l'utilizzo di sfoglie di pasta all'uovo verdi, ottenute con l'aggiunta di spinaci all'impasto, e di un ragù alla bolognese cotto molto lentamente.

Ingredienti

Per la pasta verde:

- 500g di farina 00
- 3 uova grandi
- 200g di spinaci freschi (o 100g surgelati, ben strizzati)
- Un pizzico di sale

Per il ragù alla bolognese:

- 300g di carne macinata di manzo (preferibilmente cartella o muscolo)
- 150g di pancetta di maiale tritata
- 50g di carota
- 50g di sedano

- 50g di cipolla
- 1/2 bicchiere di vino rosso
- 200g di passata di pomodoro
- 1/2 bicchiere di latte intero
- Olio extravergine d'oliva
- Sale e pepe q.b.
- Un pizzico di noce moscata (facoltativo)

Per la besciamella:

- 1 litro di latte intero
- 100g di burro
- 100g di farina 00
- Sale, pepe e noce moscata q.b.

Per la finitura:

- Abbondante parmigiano reggiano grattugiato
- Burro a fiocchetti

Preparazione

1. Lessa gli spinaci, strizzali bene e tritali molto finemente. Disponi la farina a fontana, aggiungi le uova, gli spinaci tritati e il sale. Impasta fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo. Avvolgi nella pellicola e fai riposare in frigo per almeno 30 minuti.
2. Trita finemente le verdure per il soffritto. In una casseruola, fai sciogliere la pancetta con un filo d'olio. Aggiungi le verdure e falle soffriggere

dolcemente. Aggiungi la carne macinata e falla rosolare bene. Sfuma con il vino rosso e lascia evaporare. Aggiungi la passata di pomodoro, il latte, sale, pepe e noce moscata (se la usi). Copri e cuoci a fuoco bassissimo per almeno 2-3 ore, mescolando di tanto in tanto.

3. In un pentolino, fai sciogliere il burro. Aggiungi la farina e mescola velocemente con una frusta per formare il roux. Versa il latte caldo a filo, mescolando continuamente per evitare grumi. Cuoci a fuoco dolce fino a quando la besciamella si sarà addensata. Aggiusta di sale, pepe e noce moscata.
4. Stendi la pasta verde in sfoglie molto sottili. Lessale per pochi secondi in acqua bollente salata e raffreddale in acqua fredda. Asciugale su un canovaccio.
5. In una pirofila, disponi uno strato di ragù, uno di pasta, uno di besciamella e una spolverata di parmigiano. Ripeti gli strati fino ad esaurimento degli ingredienti. Termina con uno strato di besciamella, parmigiano e qualche fiocchetto di burro.
6. Cuoci in forno preriscaldato a 180°C per circa 25-30 minuti, o fino a doratura. Lascia riposare almeno dieci minuti prima di servire, meglio nel forno spento con lo sportello aperto.

7. Puoi usare anche sfoglie di pasta fresca già pronte, per velocizzare la preparazione. Per un ragù più ricco, puoi aggiungere anche un po' di salsiccia sbriciolata o del concentrato di pomodoro. Ricorda che la cottura lenta è fondamentale per un buon ragù.



Zuppa di Fagioli e Scarole

La zuppa di fagioli e scarole è un piatto tradizionale della cucina napoletana, semplice ma ricco di sapore. Esistono diverse varianti familiari, ma gli ingredienti base sono fagioli cannellini e scarola.

Ingredienti

- 500g di scarola liscia (o riccia, a seconda dei gusti)
- 300g di fagioli cannellini secchi (oppure 2 barattoli di fagioli cannellini precotti da 400g l'uno, sgocciolati)
- 2 spicchi d'aglio
- 1 peperoncino fresco (facoltativo)
- 3-4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- Sale q.b.
- 1 foglia di alloro (facoltativo)
- Sedano e carota (facoltativi, per un soffritto più ricco)
- Crostini di pane raffermo, meglio se fritto in padella con un filo d'olio e un pizzico di sale (per accompagnare)

Preparazione

1. Se usi i fagioli secchi, la sera prima mettili a bagno in abbondante acqua fredda (servono 8-12 ore). Scola i fagioli e sciacquali sotto acqua corrente. Mettili in una pentola capiente con acqua fredda pulita, una foglia di alloro (se la usi) e porta a ebollizione. Abbassa la fiamma e cuoci a fuoco dolce per circa 1-1,5 ore, o fino a quando i fagioli saranno teneri. Aggiungi il sale solo a fine cottura.
2. Pulisci la scarola eliminando le foglie esterne più dure e lavala accuratamente sotto acqua corrente. Tagliala a listarelle.
3. In una pentola capiente, scalda l'olio extravergine d'oliva con gli spicchi d'aglio (interi o tritati, a seconda dei gusti) e il peperoncino (se lo usi). Se usi sedano e carota, tritali finemente e aggiungili al soffritto. Fai soffriggere per qualche minuto a fuoco dolce, facendo attenzione a non bruciare l'aglio.
4. Aggiungi la scarola nella pentola del soffritto e falla appassire per qualche minuto, mescolando di tanto in tanto. Aggiungi i fagioli cotti con un po' della loro acqua di cottura (circa 1-2 mestoli, a seconda della consistenza che desideri ottenere); se usi i fagioli in scatola, aggiungi un poco di acqua calda. Aggiusta di sale e cuoci a fuoco basso per circa 15-20 minuti, per far insaporire bene la zuppa. Servila ben calda con i crostini di pane.

5. Per una zuppa più cremosa, puoi frullare una parte dei fagioli prima di aggiungerli in pentola. Per un sapore più intenso, puoi aggiungere al soffritto un pezzetto di pancetta o guanciale.



Spaghetti alla Nerano

La pasta con zucchine alla Nerano è un piatto simbolo della Costiera Amalfitana, un vero tripudio di sapori e profumi mediterranei. La sua semplicità apparente nasconde una tecnica che esalta al massimo la dolcezza delle zucchine e la sapidità del provolone del Monaco.

Ingredienti

- 320-400g di spaghetti (anche i paccheri o i vermicelli si prestano bene, ma la ricetta classica prevede gli spaghetti)
- 800g-1kg di zucchine (circa 4-5 di medie dimensioni), preferibilmente chiare e freschissime
- 200g di provolone del Monaco DOP (fondamentale per il sapore caratteristico)
- 50g di parmigiano reggiano grattugiato (facoltativo, ma consigliato per una maggiore cremosità)
- Abbondante basilico fresco
- 1-2 spicchi d'aglio (facoltativo)
- Olio extra vergine d'oliva di alta qualità
- Olio di semi per friggere (facoltativo, per una frittura più croccante)

- Sale e pepe nero q.b.

Preparazione

1. Lava e spunta le zucchine. Tagliale a rondelle sottili (circa 2-3 mm di spessore). Questo è un passaggio cruciale: le zucchine non devono essere né troppo spesse né troppo sottili. Meglio tagliarle con una mandolina.
2. In una padella capiente, scalda abbondante olio extra vergine d'oliva o di semi. Friggi le zucchine poche alla volta, senza sovrapporle, fino a quando saranno dorate e leggermente croccanti. Scolale su carta assorbente per eliminare l'olio in eccesso.
3. Porta a ebollizione abbondante acqua salata in una pentola capiente e cuoci la pasta al dente.
4. Mentre la pasta cuoce, in una ciotola capiente, metti una parte delle zucchine fritte, il provolone del Monaco grattugiato (lasciandone un po' da parte per la guarnizione), il parmigiano (se lo usi) e abbondante basilico fresco spezzettato a mano.
5. Scolata la pasta al dente, versala direttamente nella ciotola con gli ingredienti. Aggiungi un mestolo di acqua di cottura della pasta e mescola energicamente per far sciogliere il formaggio e creare una crema omogenea e avvolgente. Se necessario, aggiungi altra acqua di cottura per

ottenere la consistenza desiderata. Questo passaggio è fondamentale per la buona riuscita del piatto: l'amido della pasta, insieme al formaggio e all'acqua di cottura, crea la tipica cremosità della Nerano.

6. Servi immediatamente, guarnendo ogni piatto con le restanti zucchine fritte, una generosa spolverata di provolone del Monaco grattugiato, qualche foglia di basilico fresco e una macinata di pepe nero.



Ravioli di Brasato

I ravioli di brasato sono un gustoso piatto tipico della tradizione culinaria italiana, con diverse varianti regionali. In Lombardia, in particolare nella zona del Pavese (Zavattarello e Varzi), sono spesso presenti nei menù della domenica o delle feste. Il gusto ricco e saporito ripaga di una preparazione un po' lunga e laboriosa. Qui vi propongo una ricetta-base, che potete condire a piacere, secondo il vostro gusto.

Ingredienti

Per il brasato:

- 1 kg di carne di manzo (cappello del prete, muscolo o guancia)
- 1 cipolla grande
- 1 carota
- 1 costa di sedano
- 1 bottiglia di vino rosso corposo (Barbera, Bonarda, Nebbiolo)
- Olio extravergine d'oliva
- Sale e pepe nero in grani

- Alloro, chiodi di garofano, bacche di ginepro (facoltativi, per aromatizzare)
- Brodo di carne (o acqua calda) q.b.

Per la pasta fresca:

- 400g di farina 00
- 4 uova medie
- Un pizzico di sale

Per il ripieno:

- Il brasato cotto
- 50-80g di Grana Padano grattugiato (o Parmigiano Reggiano)
- 1 uovo (facoltativo, per legare meglio il ripieno)
- Noce moscata (facoltativa)

Per condire:

- Burro fuso e salvia
- Oppure fondo di cottura del brasato filtrato
- Oppure sugo di pomodoro fresco

Preparazione

1. Prepara il brasato il giorno prima. Lega la carne con dello spago da cucina. In una casseruola capiente, scalda abbondante olio extravergine d'oliva e fai rosolare la carne su tutti i lati fino a quando sarà ben dorata, senza pungerla per evitare che i succhi fuoriescano. Aggiungi le verdure tritate grossolanamente (cipolla, carota e sedano) e falle soffriggere

per qualche minuto. Sfuma con il vino rosso e lascialo evaporare quasi completamente. Aggiungi sale, pepe in grani e le spezie (se le usi).

2. Aggiungi brodo caldo (o acqua calda) fino a coprire la carne per circa 2/3. Porta a ebollizione, poi abbassa la fiamma al minimo, copri con un coperchio e cuoci per almeno 3-4 ore, o fino a quando la carne sarà tenerissima e si sfilaccerà facilmente con una forchetta. Controlla di tanto in tanto il livello del liquido e aggiungi altro brodo se necessario. Una volta cotto, toglila dalla casseruola, avvolgila in un foglio di alluminio e falla raffreddare. Filtra il fondo di cottura e tienilo da parte.
3. Per la pasta fresca, disponi la farina a fontana su una spianatoia. Rompi le uova al centro, aggiungi il sale e inizia a impastare con le mani, incorporando gradualmente la farina. Lavora l'impasto energicamente per circa 10-15 minuti, fino a ottenere una pasta liscia, elastica e omogenea. Forma una palla, avvolgila nella pellicola trasparente e falla riposare in frigorifero per almeno 30 minuti.
4. Per il ripieno, sfilaccia finemente il brasato cotto, meglio ancora tritalo alla mezzaluna. In una ciotola, mescola la carne sfilacciata con il Grana Padano grattugiato e l'uovo (se lo usi). Aggiungi una grattugiata di noce moscata (se la usi) e amalgama bene tutti gli ingredienti.

5. Stendi la pasta fresca con un matterello o con la macchina per la pasta, ottenendo una sfoglia sottile. Disponi delle piccole quantità di ripieno sulla sfoglia, distanziandole tra loro. Ricopri con un'altra sfoglia di pasta e sigilla bene i bordi intorno al ripieno, premendo con le dita o con una rotella dentellata per ravioli. Importante è che non resti aria attorno al ripieno, altrimenti i ravioli si romperanno in cottura. Taglia i ravioli con una rotella o con un tagliapasta, quadrato o rotondo.

6. Cuoci i ravioli in abbondante acqua salata bollente per pochi minuti (circa 3-4 minuti, a seconda dello spessore della pasta). Scola i ravioli delicatamente con una schiumarola. Condisci i ravioli con burro fuso e salvia, oppure con il fondo di cottura del brasato filtrato (puoi aggiungere anche un po' della carne sfilacciata e tritata del brasato), oppure con un sugo di pomodoro fresco e basilico. Spolvera con altro Grana Padano grattugiato e servi caldo.



Pizzoccheri della Valtellina

I pizzoccheri della Valtellina sono un piatto rustico e sostanzioso, tipico della Valtellina, una valle alpina in Lombardia. Si tratta di una pasta fresca a base di farina di grano saraceno, condita con verze, patate, formaggio Valtellina Casera DOP e burro fuso aromatizzato con aglio e salvia.

Ingredienti

Per i pizzoccheri:

- 400 g di farina di grano saraceno
- 100 g di farina 0 (oppure 00)
- Circa 250-280 ml di acqua tiepida
- Un pizzico di sale

Per il condimento:

- 200-250 g di formaggio Valtellina Casera DOP (a pasta semidura)
- 200 g di verza (o cavolo verza)
- 200-250 g di patate
- 100-120 g di burro
- 2-3 spicchi d'aglio

- 4-5 foglie di salvia fresca
- Sale e pepe nero q.b.

Preparazione

1. In una ciotola capiente, mescola le due farine e il sale. Aggiungi gradualmente l'acqua tiepida, impastando con le mani fino a ottenere un impasto omogeneo, liscio e non appiccicoso. Forma una palla, avvolgila nella pellicola trasparente e lasciala riposare a temperatura ambiente per almeno 30 minuti.
2. Dopo il riposo, dividi l'impasto in porzioni e stendile con un matterello fino a ottenere una sfoglia di circa 2-3 mm di spessore. Taglia la sfoglia a strisce larghe circa 7-8 cm e poi ricava i pizzoccheri, tagliando le strisce a listarelle di circa 1 cm di larghezza e 5-6 cm di lunghezza.
3. Pela le patate e tagliale a tocchetti di circa 2-3 cm. Pulisci e lava la verza, eliminando le foglie esterne più dure, e tagliala a listarelle o a pezzi. Taglia il formaggio Valtellina Casera a cubetti o a fettine sottili.
4. Porta a ebollizione abbondante acqua salata in una pentola capiente. Aggiungi le patate e la verza all'acqua bollente e cuocile per circa 5-10 minuti (a seconda della dimensione dei tocchetti di patate). Aggiungi i pizzoccheri all'acqua con le verdure e

cuocili per circa 10-15 minuti, o fino a quando saranno cotti al dente.

5. In un pentolino, fai fondere il burro a fuoco dolce insieme agli spicchi d'aglio (che puoi lasciare interi o schiacciare leggermente) e alle foglie di salvia. Cuoci il burro fino a quando non assume un colore nocciola e un profumo intenso, facendo attenzione a non bruciarlo.
6. Scola i pizzoccheri e le verdure con una schiumarola e trasferiscili in una zuppiera capiente. Condisci con il burro fuso aromatizzato, il formaggio Valtellina Casera e una macinata di pepe nero. Mescola delicatamente per far sciogliere il formaggio e amalgamare bene tutti gli ingredienti. Servi i pizzoccheri caldi, guarnendo a piacere con qualche foglia di salvia fresca.



Zuppa di Farro e Ceci

La zuppa di farro e ceci è un piatto rustico e nutriente, perfetto per le giornate fredde ma apprezzato anche in altre stagioni. È un piatto tipico della tradizione contadina italiana, con diverse varianti regionali. Nelle Marche, in particolare, si apprezza per la sua semplicità e per l'utilizzo di ingredienti genuini.

Ingredienti

- 250g di farro perlato (o decorticato, in questo caso aumenterà il tempo di cottura)
- 250g di ceci secchi (oppure 2 barattoli di ceci precotti da 400g l'uno, sgocciolati)
- 1 cipolla bianca
- 1 carota
- 1 costa di sedano
- 2-3 cucchiari di olio extravergine d'oliva
- 1-2 spicchi d'aglio (facoltativi)
- 1 foglia di alloro (facoltativa)
- 1 rametto di rosmarino fresco (facoltativo)
- Sale e pepe nero q.b.
- Brodo vegetale (o acqua calda) q.b.

- Pomodorini freschi o passata di pomodoro (facoltativi, per un sapore più ricco)

Preparazione

1. Se usi i ceci secchi, la sera prima (o meglio ancora 24 ore prima) mettili a bagno in abbondante acqua fredda. Trascorso il tempo di ammollo, scola i ceci e sciacquali sotto acqua corrente. Mettili in una pentola capiente con acqua fredda pulita, una foglia di alloro (se la usi) e porta a ebollizione. Abbassa la fiamma e cuoci a fuoco dolce per circa 1-1,5 ore, o fino a quando i ceci saranno teneri. Aggiungi il sale solo a fine cottura.
2. In una pentola capiente, scalda l'olio extravergine d'oliva con la cipolla tritata, la carota e il sedano tagliati a dadini. Se usi l'aglio, aggiungilo a fine cottura del soffritto per non farlo bruciare. Fai soffriggere per qualche minuto a fuoco dolce, facendo attenzione a non bruciare le verdure.
3. Aggiungi il farro nella pentola con il soffritto e fallo tostare per qualche minuto, mescolando. Aggiungi i ceci cotti con un po' della loro acqua di cottura (circa 1-2 mestoli, a seconda della consistenza che desideri ottenere; se usi i ceci in scatola, usa dell'acqua calda). Se usi i pomodorini o la passata, aggiungili ora. Aggiungi anche il rosmarino (se lo usi).

4. Aggiungi brodo vegetale caldo (o acqua calda) fino a coprire il farro di circa 2-3 cm. Aggiusta di sale e pepe. Porta a ebollizione, poi abbassa la fiamma e cuoci a fuoco dolce per circa 20-30 minuti, o fino a quando il farro sarà tenero ma non sfatto. Mescola di tanto in tanto e aggiungi altro brodo o acqua se necessario. Servi la zuppa ben calda.

5. Per una zuppa più cremosa, puoi frullare una parte dei ceci prima di aggiungerli in pentola, o anche con un mixer a immersione a fine cottura. Per un sapore più intenso, puoi aggiungere al soffritto un pezzetto di pancetta o guanciale.



Minchiareddi con Baccalà e Peperoni

I minchiareddi con baccalà e peperoni sono un piatto tradizionale della cucina salentina. I minchiareddi sono maccheroncini preparati con farina di grano duro e acqua. La loro forma caratteristica è ottenuta grazie all'utilizzo di un ferro quadrato di pochi millimetri di lato e lungo circa 30 centimetri, chiamato "lu fierru de la pasta". Sono piuttosto simili ai fusilli al ferretto, tipici di Calabria e Basilicata. La preparazione dei minchiareddi richiede una certa abilità manuale. Sulla tavola del Salento sono spesso serviti in compagnia delle orecchiette (orecchiette e minchiareddi).

Ingredienti

- 320 g di minchiareddi (in mancanza puoi usare dei fusilli al ferretto)
- 400 g di baccalà dissalato
- 2 peperoni, uno rosso e uno giallo
- 1 cipolla bianca
- 1 spicchio d'aglio
- 1/2 bicchiere di vino bianco
- Concentrato di pomodoro (1 cucchiaino circa)

- Olio extravergine d'oliva
- Prezzemolo fresco tritato
- Sale e pepe q.b.

Preparazione

1. Se usi baccalà secco, mettilo a bagno in acqua fredda per almeno 24-48 ore o anche più se preferisci un gusto più dolce, cambiando l'acqua ogni 6-8 ore. Se usi baccalà già dissalato, sciacqualo bene sotto acqua corrente. Taglialo a tocchetti.
2. Lava i peperoni, privali del torsolo, dei semi e dei filamenti interni e tagliali a listarelle.
3. In una padella capiente, scalda un generoso filo d'olio extravergine d'oliva. Aggiungi la cipolla tritata finemente e lo spicchio d'aglio intero (che poi andrai a rimuovere). Fai soffriggere dolcemente fino a quando la cipolla diventa trasparente.
4. Unisci le listarelle di peperoni al soffritto e falle saltare per qualche minuto, finché non iniziano ad ammorbidirsi. Poi aggiungi i tocchetti di baccalà. Sfuma con il vino bianco e lascia evaporare.
5. Aggiungi il concentrato di pomodoro e due o tre cucchiainate d'acqua calda, e mescola bene per amalgamare i sapori. Aggiusta di sale e pepe. Continua la cottura a fuoco basso per circa 15-20

minuti, o fino a quando il baccalà è cotto e i peperoni sono teneri.

6. Nel frattempo, cuoci i minchiareddi in abbondante acqua bollente salata. Scolali al dente, conservando un po' di acqua di cottura. Versa i minchiareddi nella padella con il sugo di baccalà e peperoni e aggiungi un po' di acqua di cottura per mantecare e creare una consistenza cremosa.
7. Spolvera con prezzemolo fresco tritato e servi i minchiareddi con baccalà e peperoni ben caldi.



Pasta alla Vignarola

I paccheri (o anche rigatoni o altra pasta corta) alla vignarola sono un primo piatto tipico della cucina romana, un inno alla primavera grazie all'utilizzo di verdure fresche di stagione come fave, piselli e carciofi. Esistono diverse varianti della ricetta. Alcuni aggiungono anche lattuga romana o asparagi.

Ingredienti

- 320 g di paccheri (o altra pasta corta a piacere)
- 200 g di fave fresche sgranate
- 200 g di piselli freschi sgranati
- 4 carciofi romaneschi
- 1 cipollotto fresco
- 50 g di guanciale
- Vino bianco secco (mezzo bicchiere circa)
- Olio extravergine d'oliva
- Pecorino romano grattugiato
- Menta fresca
- Sale e pepe q.b.

Preparazione

1. Elimina le foglie esterne più dure dei carciofi, taglia le punte e la barba interna. Tagliali a spicchi sottili e mettili a mollo in acqua acidulata con limone per non farli annerire.
2. In una padella capiente, scalda un filo d'olio extravergine d'oliva e fai rosolare il guanciale tagliato a listarelle. Quando sarà croccante, togliilo dalla padella e mettilo da parte.
3. Nello stesso fondo di cottura del guanciale, aggiungi il cipollotto tritato finemente e fallo appassire. Unisci i carciofi ben scolati e falli saltare per qualche minuto. Sfuma con il vino bianco e lascia evaporare.
4. Aggiungi i piselli e le fave sgranate e private della pellicina. Aggiusta di sale e pepe. Se necessario, aggiungi un mestolo di acqua calda per favorire la cottura. Cuoci per circa 10-15 minuti, o finché le verdure saranno tenere.
5. Nel frattempo, cuoci i paccheri in abbondante acqua bollente salata. Scolali al dente, conservando un po' di acqua di cottura. Versa i paccheri nella padella con il sugo di verdure. Aggiungi un po' di acqua di cottura per mantecare la pasta e creare una consistenza cremosa. Aggiungi anche il guanciale croccante.

6. Servi la pasta alla vignarola ben calda, spolverata con abbondante pecorino romano grattugiato e qualche fogliolina di menta fresca.



Culurgiones de Casu con Asparagi Selvatici

I culurgiones de casu con asparagi selvatici sono un piatto tipico della Sardegna, in particolare dell'Ogliastra, che unisce la tradizione dei ravioli sardi con la freschezza degli asparagi selvatici primaverili.

Ingredienti

Per la pasta:

- 300 g di semola rimacinata di grano duro
- Circa 150 ml di acqua tiepida
- Un pizzico di sale

Per il ripieno ("sa purrùdda"):

- 500 g di formaggio fresco di pecora o vaccino (casu axedu o ricotta sarda fresca)
- 200 g di patate bollite e schiacciate (preferibilmente a pasta farinosa)
- 50 g di pecorino sardo grattugiato
- Qualche foglia di menta fresca tritata (o maggiorana, secondo le preferenze)
- Sale e pepe nero macinato fresco q.b.

Per il condimento:

- 500 g di asparagi selvatici
- 2 spicchi d'aglio
- Olio extravergine d'oliva
- Sale e pepe nero q.b.

Preparazione

1. Su una spianatoia, disponi la semola a fontana. Aggiungi il sale e versa gradualmente l'acqua tiepida mentre impasti con le mani fino a ottenere un impasto liscio, elastico e omogeneo. Forma una palla, avvolgila nella pellicola trasparente e lasciala riposare per almeno 30 minuti a temperatura ambiente.
2. In una ciotola, mescola il formaggio fresco, le patate schiacciate ancora tiepide (per amalgamare meglio gli ingredienti), il pecorino grattugiato, la menta tritata, il sale e il pepe. Mescola bene tutti gli ingredienti fino a ottenere un ripieno omogeneo e cremoso. Assaggia e aggiusta di sale se necessario.
3. Pulisci gli asparagi selvatici spezzando la parte inferiore più dura. Lava accuratamente le punte e le parti più tenere e tagliale a tocchetti di 2-3 cm.
4. In una padella capiente, scalda un generoso filo d'olio extravergine d'oliva con gli spicchi d'aglio leggermente schiacciati. Aggiungi gli asparagi

selvatici e falli saltare a fuoco medio per pochi minuti, fino a quando saranno teneri ma ancora croccanti (circa 5-7 minuti). Evita di cuocerli troppo per non farli diventare molli. Sala e pepa. Togli gli spicchi d'aglio.

5. Dopo il riposo, stendi la pasta con un matterello o con la macchina per la pasta (fino allo spessore desiderato, non deve essere troppo sottile). Ricava dei dischi di circa 8-10 cm di diametro con un coppapasta o un bicchiere. Metti un cucchiaino abbondante di ripieno al centro di ogni disco.
6. Piega il disco a metà, formando una mezzaluna. Inizia a pizzicare il bordo curvo della mezzaluna, partendo da un'estremità e procedendo verso l'altra, formando una sorta di spiga o treccia. Questa chiusura, detta in sardo "sa chiusura", è la parte più caratteristica e complessa dei culurgiones. Richiede un po' di pratica, quindi ti consiglio di cercare video tutorial online per imparare la tecnica corretta. La chiusura non è solo decorativa, ma serve anche a sigillare bene il ripieno.
7. Porta a ebollizione abbondante acqua salata in una pentola capiente.
8. Cuoci i culurgiones per circa 5-7 minuti, o fino a quando non vengono a galla. Scolali delicatamente con una schiumarola e falli saltare nella padella con il condimento di asparagi selvatici per qualche

minuto, per farli insaporire. Puoi aggiungere un po' di acqua di cottura della pasta per creare una salsa più legata.

9. Il casu axedu è un formaggio fresco acidulo tipico sardo: in mancanza puoi usare della ricotta di pecora fresca o un altro formaggio fresco di buona qualità.
10. In alternativa al condimento con asparagi, tipico della primavera, si possono condire i culurgiones con un semplice sugo di pomodoro fresco, oppure con burro fuso e salvia, o semplicemente con olio extravergine d'oliva e pecorino grattugiato.



Rabaton Burro, Salvia e Limone

I rabaton, o rabbattòn, sono un piatto tipico della cucina piemontese, in particolare del Monferrato. Si tratta di grossi gnocchi a base di bietole, ricotta e formaggio, tradizionalmente conditi con burro fuso e salvia. L'aggiunta del limone dona una piacevole nota di freschezza che si sposa bene con la ricchezza del piatto.

Ingredienti

Per i rabaton (circa 20 pezzi):

- 400 g di bietole fresche (oppure spinaci, come alternativa, per un gusto più delicato)
- 250 g di ricotta fresca di mucca o di pecora, ben sgocciolata e asciutta
- 60-80 g di formaggio grattugiato (Grana Padano o Parmigiano Reggiano)
- 1 spicchio d'aglio (facoltativo)
- Erbe aromatiche fresche tritate (a piacere: timo, prezzemolo, maggiorana)
- 1 uovo (facoltativo, per legare meglio l'impasto)
- Farina q.b. (circa 2-3 cucchiaini, per asciugare l'impasto se necessario)

- Sale e pepe nero q.b.
- Noce moscata (facoltativa)

Per il condimento:

- 100-120 g di burro
- 8-10 foglie di salvia fresca
- Scorza grattugiata di 1 limone non trattato
- Succo di mezzo limone (facoltativo)
- Parmigiano Reggiano grattugiato per la finitura

Preparazione

1. Lava accuratamente le bietole e lessale in acqua bollente salata per pochi minuti, fino a quando saranno appassite. Scolale e strizzale molto molto bene per eliminare l'acqua in eccesso, poi tritale finemente con un coltello o con un mixer.
2. In una ciotola capiente, mescola la ricotta ben sgocciolata e asciutta con le bietole tritate, il formaggio grattugiato, l'aglio tritato finemente (se lo usi), le erbe aromatiche tritate, sale, pepe e noce moscata (se la usi). Se l'impasto risultasse troppo umido, aggiungi un po' di farina, un cucchiaino raso alla volta, fino a ottenere una consistenza lavorabile. L'uovo, se lo usi, aiuta a legare meglio l'impasto, ma non è strettamente necessario se la ricotta è ben asciutta.

3. Con le mani inumidite, forma dei cilindretti di impasto di circa 4-5 cm di lunghezza e 2-3 cm di diametro. Non devono essere perfettamente regolari.
4. Porta a ebollizione abbondante acqua salata. Tuffa i rabaton pochi alla volta e cuocili per circa 5-7 minuti, o fino a quando vengono a galla. Scolali delicatamente con una schiumarola.
5. In una padella capiente, fai fondere il burro a fuoco dolce. Aggiungi le foglie di salvia e falle soffriggere per qualche istante, fino a quando non saranno fragranti. Aggiungi la scorza grattugiata del limone e, se lo usi, anche il succo di mezzo limone. Fai saltare delicatamente per qualche istante i rabaton nella padella con il condimento, per farli insaporire, e servili subito con una bella spolverata di formaggio grattugiato.
6. Se vuoi cuocerli in forno (per una consistenza più asciutta), dopo averli scolati, disponili in una pirofila imburrata, irrorali con il condimento e spolvera con abbondante formaggio grattugiato. Inforna a 200°C sul ripiano medio-alto del forno fino a gratinatura.

Secondi piatti



SETTING
FOUR



Coniglio all'Ischitana

Il coniglio all'ischitana è un piatto tipico dell'isola di Ischia, in Campania. Si tratta di una preparazione rustica e saporita, in cui il coniglio viene cotto in umido con pomodorini freschi, erbe aromatiche e vino bianco.

Ingredienti

- 1 coniglio di circa 1,2-1,5 kg, tagliato a pezzi
- 500 g di pomodorini (ciliegino o datterini)
- 1 spicchio d'aglio
- 1 peperoncino fresco (facoltativo)
- 1/2 bicchiere di vino bianco secco
- Olio extravergine d'oliva q.b.
- Un trito di erbe aromatiche fresche (maggiorana, timo, rosmarino, basilico, prezzemolo)
- Sale e pepe q.b.

Preparazione

1. In una casseruola capiente, scalda abbondante olio extravergine d'oliva con lo spicchio d'aglio e il peperoncino (se lo usi). Aggiungi i pezzi di coniglio

e falli rosolare uniformemente su tutti i lati, fino a quando saranno ben dorati. Sfuma con il vino bianco e lascia evaporare. Aggiungi i pomodorini lavati, asciugati e tagliati a metà e un generoso trito di erbe aromatiche fresche (maggiorana, timo, rosmarino, basilico e prezzemolo). Regola di sale e pepe.

2. Copri la casseruola e cuoci a fuoco basso per circa 1 ora e mezza o 2 ore, o fino a quando il coniglio sarà tenero e la carne si staccherà facilmente dall'osso. Durante la cottura, controlla di tanto in tanto e, se necessario, aggiungi un po' di acqua calda o brodo per mantenere il sugo umido ma non liquido. Servi il coniglio all'ischitana ben caldo, accompagnato dal suo sugo saporito.
3. Per un sapore ancora più intenso, puoi marinare il coniglio nel vino bianco con le erbe aromatiche per almeno un'ora prima della cottura. In alcune famiglie la ricetta prevede l'aggiunta di olive nere e capperi dissalati. La cottura tradizionale è in un tegame di terracotta, che distribuisce il calore in modo uniforme e conferisce al piatto un aroma caratteristico.



Coratella d'Agnello

La coratella d'agnello è un piatto tradizionale della cucina romanesca, preparato con le interiora dell'agnello, ma si trova anche in altre regioni con diverse varianti. È considerata una ricetta "povera" ma molto saporita.

Ingredienti

- 1 kg di coratella d'agnello (cuore, polmoni, fegato, milza, rognoni)
- 1 cipolla grande
- 1 spicchio d'aglio (facoltativo)
- 1/2 bicchiere di vino bianco secco
- Olio extra vergine d'oliva
- Sale e pepe q.b.
- Alloro e rosmarino (facoltativi)
- Aceto bianco (per il lavaggio)

Preparazione

1. La pulizia delle interiora è la fase più importante e delicata. Sciacquare accuratamente sotto acqua

corrente fredda, poi metti la coratella in una ciotola con acqua fredda e un po' di aceto bianco per circa 1-2 ore. Questo aiuterà a eliminare eventuali impurità e odori forti. Sciacqua nuovamente e taglia le interiora a pezzetti di circa 2-3 cm, separando le parti più tenaci (cuore e polmoni) da quelle più delicate (fegato e milza).

2. In una padella capiente, scalda l'olio extra vergine d'oliva e fai soffriggere la cipolla tritata finemente (e l'aglio, se lo usi) fino a quando diventa trasparente. Aggiungi le parti più tenaci (cuore e polmoni) nella padella e falle rosolare per qualche minuto. Sfuma con il vino bianco e lascia evaporare. Aggiungi sale, pepe e, se lo desideri, una foglia di alloro e un rametto di rosmarino.
3. Dopo circa 10-15 minuti aggiungi anche le parti più delicate (fegato e milza) e continua la cottura per altri 10-15 minuti, mescolando di tanto in tanto per evitare che si attacchino al fondo della padella. Il fegato cuoce più velocemente, quindi fai attenzione a non cuocerlo troppo per evitare che diventi secco. Il tempo di cottura può variare a seconda delle dimensioni dei pezzi e della quantità di coratella. La carne deve risultare tenera.
4. Servi la coratella d'agnello ben calda. A Roma si accompagna tradizionalmente ai carciofi alla romana.



Polpette Pasquali

Le polpette pasquali sono un piatto tipico del Trentino-Alto Adige, consumato appunto durante il periodo di Pasqua. Si tratta di polpette di agnello avvolte nella rete di maiale, un metodo che le rende particolarmente succose e saporite.

Ingredienti

- 800 g di polpa di agnello macinata
- 1 scalogno o 1/2 cipolla bianca tritata finemente
- 1 spicchio d'aglio tritato (facoltativo)
- Prezzemolo fresco tritato abbondante
- Rosmarino fresco tritato (una quantità moderata, il suo sapore è intenso)
- 1 uovo (per legare l'impasto, facoltativo)
- Pangrattato (se necessario, per asciugare l'impasto)
- Sale e pepe nero macinato fresco q.b.
- Rete di maiale (o retina di maiale)
- Olio extravergine d'oliva o burro per la cottura
- Vino bianco per sfumare (facoltativo)
- Brodo di carne o vegetale per la cottura al sugo (facoltativo)

Preparazione

1. In una ciotola capiente, mescola la carne macinata di agnello con lo scalogno (o la cipolla) tritato, l'aglio (se lo usi), il prezzemolo, il rosmarino, sale e pepe. Se l'impasto risultasse troppo morbido, puoi aggiungere un po' di pangrattato. L'uovo aiuta a legare meglio gli ingredienti, ma non è strettamente necessario se la carne è di buona qualità e ha una buona percentuale di grasso. Amalgama bene tutti gli ingredienti con le mani. Dividi l'impasto in porzioni uguali e forma delle polpette di circa 5-6 cm di diametro.
2. Lava accuratamente la rete di maiale sotto acqua corrente fredda e lasciala sgocciolare. Stendila su un piano di lavoro e tagliala in quadrati sufficientemente grandi per avvolgere completamente ogni polpetta. Avvolgi ogni polpetta in un quadrato di rete di maiale, sigillando bene i bordi per evitare che il ripieno fuoriesca durante la cottura.
3. Puoi cuocere le polpette in diversi modi. Per la cottura in padella, scalda l'olio extravergine d'oliva o il burro in una padella capiente. Rosola le polpette su tutti i lati fino a quando saranno ben dorate. Se lo desideri, puoi sfumare con un po' di vino bianco durante la cottura.

4. Per la cottura al forno, disponi le polpettine su una teglia rivestita di carta forno e cuoci in forno preriscaldato a 180°C per circa 20-25 minuti, o fino a quando saranno cotte.
5. Puoi cuocerle anche in umido: dopo averle rosolate in padella, puoi trasferire le polpettine in una casseruola con del brodo di carne o vegetale, oppure con del sugo di pomodoro, e cuocerle a fuoco basso per circa 30 minuti.
6. Servi le polpettine pasquali calde, accompagnate da contorni di stagione come patate al forno, asparagi (tipici del periodo pasquale) o purè di patate. Alcune varianti familiari prevedono l'aggiunta all'impasto dello speck tritato finemente e/o del formaggio grattugiato.



U Sciusceddu

U sciusceddu è un piatto tradizionale siciliano, tipico del periodo pasquale, in particolare della zona di Messina. Si tratta di una minestra (o, a seconda della preparazione, di uno sformato) a base di piccole polpette di carne, ricotta di pecora e brodo, arricchita da formaggio e aromi.

Ingredienti

Per il brodo:

- 1/2 pollo ruspante tagliato a pezzi (oppure ossa di manzo)
- 2 carote
- 1 costa di sedano
- 1 cipolla
- 1 pomodoro maturo
- Un mazzetto di prezzemolo fresco
- 1 spicchio d'aglio (facoltativo)
- Sale e pepe q.b.
- Acqua q.b.

Per le polpette:

- 400 g di carne macinata di manzo (o vitello, o un misto)
- 40 g di pecorino grattugiato (o parmigiano)
- 1 uovo (facoltativo, serve a legare meglio l'impasto)
- 1 spicchio d'aglio tritato finemente (facoltativo)
- Prezzemolo tritato q.b.
- Pangrattato q.b. (se necessario per asciugare l'impasto)
- Sale e pepe q.b.
- Un pizzico di cannella (facoltativo, ma tipico)

Per la "conza":

- 400 g di ricotta di pecora fresca
- 4 uova
- Formaggio Maiorchino grattugiato (o pecorino locale, o parmigiano) q.b.
- Prezzemolo tritato q.b.
- Un pizzico di cannella (facoltativo)
- Sale e pepe q.b.

Preparazione

1. In una pentola capiente, metti il pollo (o le ossa), le verdure pulite e tagliate a pezzi, il prezzemolo, l'aglio (se lo usi), sale e pepe. Copri con acqua fredda e porta a ebollizione. Abbassa la fiamma e fai sobbollire per almeno 2 ore, schiumando di tanto in tanto. Filtra il brodo e tienilo al caldo.

2. In una ciotola, mescola la carne macinata con il formaggio grattugiato, l'uovo (se lo usi), l'aglio (se lo usi), il prezzemolo, sale, pepe e un pizzico di cannella (se la usi). Amalgama bene tutti gli ingredienti. Se l'impasto risulta troppo morbido, aggiungi un po' di pangrattato. Forma delle polpettine molto piccole, della dimensione di una nocciola o poco più.
3. Porta a ebollizione il brodo filtrato. Immergi delicatamente le polpettine nel brodo bollente e cuocile per circa 5-6 minuti, o finché non vengono a galla. Scolale con un mestolo forato e mettile da parte.
4. Per la "conza", in una ciotola lavora la ricotta con le uova, il formaggio grattugiato, il prezzemolo, sale, pepe e un pizzico di cannella (se la usi).
5. Per l'assemblaggio dello sciusceddu hai due opzioni. Se vuoi servirlo come minestra, distribuisce le polpettine nei piatti individuali e versa sopra il brodo caldo. Aggiungi una cucchiata di "conza" in ogni piatto e servi subito.
6. Se vuoi farne uno sformato, disponi le polpettine in una teglia, copri con la "conza" e versa un po' di brodo filtrato. Inforna a 180°C per circa 15-20 minuti, o finché la superficie non sarà dorata.

7. Per un brodo più ricco, specie se vuoi servire lo sciusceddu come minestra, puoi utilizzare un misto di carne di pollo e manzo.



Brodetto di Agnello o Capretto

Il brodetto di agnello (o capretto) è un piatto tradizionale pugliese, diffuso però in altre regioni italiane, con varianti locali. Si tratta di uno stufato, con la carne viene cotta lentamente in un brodo saporito, arricchito da verdure e aromi. La scelta tra agnello e capretto dipende spesso dalla tradizione locale, dalla disponibilità e dal gusto personale. Il capretto ha un sapore più delicato, mentre l'agnello è più intenso.

Ingredienti

- 1 kg di carne di agnello o capretto (coscia, spalla o costole), tagliata a pezzi di circa 4-5 cm
- 1 cipolla grande tritata finemente
- 2 carote tagliate a rondelle
- 1 costa di sedano tritata
- 2-3 pomodori pelati o passata di pomodoro (circa 200g)
- 1 bicchiere di vino bianco secco
- Olio extravergine d'oliva q.b.
- Brodo di carne o vegetale caldo (circa 1 litro, o quanto basta per coprire la carne)

- Un mazzetto di erbe aromatiche fresche (rosmarino, alloro, timo, prezzemolo)
- Sale e pepe nero q.b.
- Peperoncino (facoltativo)

Preparazione

1. In una casseruola capiente, scalda abbondante olio extravergine d'oliva. Aggiungi i pezzi di carne e falli rosolare uniformemente su tutti i lati, fino a quando saranno ben dorati. Questo passaggio è fondamentale per sigillare i succhi e dare sapore al brodetto. Togli la carne dalla casseruola e mettila da parte.
2. Nella stessa casseruola, aggiungi la cipolla tritata, le carote e il sedano. Fai soffriggere le verdure a fuoco dolce fino a quando la cipolla sarà diventata trasparente e le verdure si saranno ammorbidite. Aggiungi il vino bianco e lascia evaporare, raschiando il fondo della casseruola per staccare eventuali residui di cottura.
3. Aggiungi i pomodori pelati o la passata di pomodoro. Mescola bene e fai cuocere per qualche minuto. A questo punto, rimetti la carne nella casseruola. Versa il brodo caldo fino a coprire completamente la carne. Aggiungi il mazzetto di erbe aromatiche, sale, pepe e, se lo desideri, un pezzetto di peperoncino. Porta il brodo a ebollizione, quindi abbassa la fiamma al minimo,

copri e lascia cuocere a fuoco lento per almeno 2-3 ore, o fino a quando la carne sarà tenerissima e si staccherà facilmente dall'osso. Durante la cottura, controlla di tanto in tanto il livello del brodo e, se necessario, aggiungine altro, purché caldo.

4. Una volta cotto, toglì il mazzetto di erbe aromatiche. Servi il brodetto con fette di pane casereccio, patate lesse o purè di patate.
5. Per un sapore più intenso, puoi marinare la carne nel vino bianco con le erbe aromatiche per almeno un'ora prima della cottura. La cottura ideale sarebbe in un tegame di terracotta, che distribuisce il calore in modo uniforme.



Coniglio in Porchetta

Ricetta tradizionale toscana, presente con alcune varianti anche nelle Marche, in Romagna e Umbria. È diffuso in particolare della zona di Arezzo: un piatto gustoso e sostanzioso, ideale per un pranzo o una cena in famiglia.

Ingredienti

- 1 coniglio disossato di circa 1,5 kg
- 200 g di pancetta di maiale
- 1 spicchio d'aglio
- Rosmarino, salvia, finocchietto selvatico q.b.
- Sale e pepe q.b.
- Olio extravergine d'oliva q.b.
- Vino bianco q.b.

Preparazione

1. Trita finemente la pancetta, l'aglio e le erbe aromatiche. Aggiungi sale e pepe e mescola per amalgamare bene il ripieno. Apri a libro il coniglio

disossato e farciscilo con il ripieno preparato.
Arrotolalo e legalo con spago da cucina.

2. Inforna il coniglio in forno preriscaldato a 180°C per circa 1 ora e 30 minuti, irrorandolo di tanto in tanto con olio extravergine d'oliva e vino bianco, importante perché la carne non si secchi.
3. Servi il coniglio in porchetta caldo, accompagnato da patate al forno o verdure di stagione.
4. Per un sapore più intenso, è possibile marinare il coniglio in vino bianco e erbe aromatiche per almeno due ore prima di cuocerlo. Per un ripieno più ricco, è possibile aggiungere al trito di pancetta anche salsiccia sbriciolata.



Pollo Ripieno

Esistono molte varianti per la ricetta del pollo ripieno, che cambiano a seconda delle regioni e delle tradizioni familiari. Ti propongo una ricetta classica e versatile, ispirata alla tradizione lombarda, che puoi però personalizzare a tuo piacimento.

Ingredienti

- 1 pollo intero (circa 1,5 kg), pulito ed eviscerato
- 150 g di carne macinata mista (manzo e maiale)
- 100 g di salsiccia
- 100 g di pancetta a cubetti
- 1 cipolla piccola tritata
- 1 carota piccola tritata
- 1 costa di sedano tritata
- 1 uovo
- 50 g di parmigiano grattugiato
- 50 g di pane raffermo grattugiato o mollica di pane ammollata nel latte e strizzata
- Un ciuffo di prezzemolo tritato
- Un rametto di rosmarino tritato
- Qualche foglia di salvia tritata

- Sale e pepe nero q.b.
- Olio extravergine d'oliva q.b.
- 1/2 bicchiere di vino bianco
- Patate novelle o altre verdure per il contorno (facoltative)

Preparazione

1. In una padella capiente, scalda un filo d'olio e fai rosolare la pancetta a cubetti. Aggiungi la cipolla, la carota e il sedano tritati e fai soffriggere per qualche minuto, finché le verdure non saranno appassite. Aggiungi la carne macinata e la salsiccia sbriciolata e fai rosolare il tutto, mescolando spesso, finché la carne non sarà dorata.
2. Togli la padella dal fuoco e lascia intiepidire, poi trasferisci in una ciotola, aggiungi l'uovo, il parmigiano grattugiato, il pane grattugiato o la mollica di pane strizzata, il prezzemolo, il rosmarino, la salvia, sale e pepe e amalgama bene tutti gli ingredienti.
3. Lava e asciuga bene il pollo. Sala e pepa l'interno. Riempi la cavità del pollo con il ripieno preparato, compattandolo bene. Se necessario, puoi cucire l'apertura con dello spago da cucina o chiuderla con degli stecchini di legno per evitare che il ripieno fuoriesca durante la cottura. Meglio legare le cosce

del pollo con dello spago da cucina, per evitare che si aprano durante la cottura.

4. Disponi il pollo ripieno in una teglia da forno, irroralo con un filo d'olio e mezzo bicchiere di vino bianco. Aggiungi nella teglia anche le patate novelle o altre verdure tagliate a pezzi, se le usi come contorno. Cuoci in forno preriscaldato a 180°C per circa 1 ora e 30 minuti, o finché il pollo non sarà ben cotto e la pelle ben dorata.
5. Durante la cottura, bagna di tanto in tanto il pollo con il suo fondo di cottura per mantenerlo umido e saporito. Per verificare la cottura, puoi infilzare la coscia con una forchetta: se il liquido che ne esce è trasparente, il pollo è cotto.
6. Una volta cotto, sforna il pollo ripieno e lascialo riposare per qualche minuto prima di tagliarlo a fette. Servilo caldo, accompagnato dal suo contorno di patate o verdure.
7. C'è chi aggiunge al ripieno anche funghi champignon trifolati, olive taggiasche, pinoli, uvetta, castagne lessate o altri ingredienti. Per un pollo più saporito, puoi massaggiare la pelle con sale, pepe e altre spezie prima di infornarlo.



Frittata di Carciofi

La frittata di carciofi è un classico della cucina italiana, un piatto semplice, gustoso e versatile, perfetto per un pranzo veloce, una cena informale o un picnic, assai diffuso nel Lazio. Esistono diverse varianti locali e familiari, che si differenziano per l'aggiunta di altri ingredienti, come erbe aromatiche o salumi.

Ingredienti

- 4 carciofi medi
- 6 uova
- 1 spicchio d'aglio
- Prezzemolo fresco tritato q.b. (e qualche fogliolina di menta, se ti piace)
- Formaggio grattugiato (Parmigiano Reggiano o Pecorino Romano) "a sentimento"
- Olio extravergine d'oliva q.b.
- Sale e pepe q.b.
- Vino bianco (facoltativo, per sfumare)

Preparazione

1. Pulisci accuratamente i carciofi, eliminando le foglie esterne più dure, le punte e la barba interna. Tagliali a spicchi sottili e mettili in una ciotola con acqua e succo di limone per evitare che anneriscano.
2. In una padella capiente, scalda un filo d'olio extravergine d'oliva e fai soffriggere uno spicchio d'aglio tritato, senza farlo bruciare. Aggiungi i carciofi scolati e asciugati e falli rosolare per qualche minuto. Se lo desideri, puoi sfumare con un po' di vino bianco.
3. Abbassa la fiamma, copri la padella e continua la cottura per circa 10-15 minuti, o finché i carciofi saranno teneri. Aggiusta di sale e pepe e, se necessario, aggiungi qualche cucchiata di brodo o acqua calda, ma a cottura ultimata i carciofi dovranno essere ben asciutti.
4. In una ciotola, sbatti le uova con una forchetta o una frusta. Aggiungi sale, pepe, il formaggio grattugiato "a sentimento" (ovvero, nella quantità che preferisci), il prezzemolo tritato e mescola. Molti aggiungono anche qualche fogliolina di menta fresca tritata, per dare freschezza.
5. Versa le uova sbattute nella padella con i carciofi. Distribuisci uniformemente le uova su tutta la

superficie. Cuoci la frittata a fuoco medio-basso per circa 5-7 minuti, o finché la parte inferiore sarà dorata e la parte superiore si sarà quasi completamente rappresa. Con l'aiuto di un coperchio o di un piatto largo, gira la frittata e cuocila per altri 2-3 minuti sull'altro lato.

6. Invece di cuocerla in padella, puoi versare una e carciofi in una teglia da forno precedentemente oliata e cuocere in forno preriscaldato a 180°C per circa 15-20 minuti.
7. Servi la frittata di carciofi calda, tiepida o anche fredda, tagliata a fette.



Sa Panada

Sa panada è un piatto tradizionale sardo, una sorta di torta rustica ripiena di carne e verdure. Esistono diverse varianti a seconda della zona della Sardegna, con ripieni che possono includere agnello, maiale, anguilla e diverse verdure. Questa è una ricetta a base di carne di agnello, che prende spunto dalla versione di Assemini (Cagliari). In altre versioni il ripieno è a base di altro tipo di carne, o anche di anguilla.

Ingredienti

Per la pasta (croxu):

- 500 g di semola rimacinata di grano duro
- 150 g di strutto (o in alternativa 100 ml di olio extra vergine d'oliva)
- Acqua tiepida q.b.
- Sale q.b.

Per il ripieno:

- 500 g di carne di agnello tagliata a bocconcini
- 500 g di patate tagliate a cubetti
- 1 cipolla grande tritata

- 2 spicchi d'aglio tritati
- Un mazzetto di prezzemolo tritato
- Qualche pomodoro secco sott'olio (facoltativo)
- Olio extra vergine d'oliva q.b.
- Sale e pepe q.b.

Preparazione

1. In una ciotola capiente, versa la semola e il sale. Aggiungi lo strutto (o l'olio) e inizia a impastare con le mani, aggiungendo gradualmente acqua tiepida fino a ottenere un impasto liscio, omogeneo ed elastico. Forma una palla, avvolgila nella pellicola trasparente e lasciala riposare per almeno 30 minuti.
2. In una padella capiente, scalda un po' d'olio extra vergine d'oliva e fai rosolare la carne di agnello a fuoco vivo. Aggiungi la cipolla e l'aglio tritati e fai soffriggere per qualche minuto. Aggiungi le patate a cubetti, il prezzemolo tritato, i pomodori secchi (se li usi), sale e pepe.
3. Mescola bene e fai cuocere a fuoco basso per circa 30-40 minuti, o fino a quando le patate saranno cotte. Il ripieno non deve essere troppo asciutto, ma leggermente umido. Quando è cotto, lascia raffreddare.

4. Dividi l'impasto in due parti, una leggermente più grande dell'altra. Stendi la parte più grande con un matterello fino a ottenere un disco di circa 3-4 mm di spessore. Rivesti una teglia rotonda (circa 24-26 cm di diametro), facendo aderire bene ai bordi la pasta e lasciandola debordare leggermente. Versa il ripieno all'interno della teglia, distribuendolo uniformemente.
5. Stendi la parte di pasta rimanente in un altro disco e ricopri il ripieno, sigillando bene i bordi con la pasta sottostante. Puoi pizzicare i bordi con le dita per creare un decoro, o decorare la superficie con ritagli di pasta. Con una forchetta, bucherella la superficie per far fuoriuscire il vapore durante la cottura.
6. Cuoci la panada in forno preriscaldato a 180°C per circa 1 ora e 15 minuti, o fino a quando la pasta sarà dorata e croccante. Puoi servirla tiepida o fredda.



Baccalà con la Polenta

Il baccalà con la polenta è un piatto tradizionale del nord Italia, in particolare del Veneto, ma diffuso con diverse varianti in altre regioni. Si tratta di un abbinamento gustoso e sostanzioso, dove il sapore deciso del baccalà si sposa perfettamente con la dolcezza della polenta. Esistono diverse preparazioni del baccalà con polenta: quella che ti propongo è la versione in umido, al pomodoro; altre varianti sono il baccalà alla vicentina (con latte e cipolle) o il baccalà mantecato (cremoso e spalmabile).

Ingredienti

- 800 g di baccalà già ammollato e dissalato
- 1 cipolla media tritata
- 2 spicchi d'aglio tritati
- 400 g di pomodori pelati o passata di pomodoro
- 1/2 bicchiere di vino bianco secco
- Olio extravergine d'oliva q.b.
- Prezzemolo fresco tritato
- Sale e pepe q.b.
- Peperoncino (facoltativo)

- 250 g di farina di mais per polenta (a grana fine o media, a seconda dei gusti)
- 1 litro di acqua
- Sale q.b.

Preparazione

1. In una padella capiente, scaldi l'olio extravergine d'oliva e fai soffriggere la cipolla e l'aglio tritati fino a quando diventano dorati. Aggiungi i pomodori pelati o la passata, sale, pepe e, se lo desideri, un pezzetto di peperoncino. Fai cuocere il sugo per circa 15-20 minuti a fuoco basso, mescolando.
2. Aggiungi il baccalà tagliato a pezzi. Sfuma con il vino bianco e lascia evaporare. Continua la cottura a fuoco basso per altri 15-20 minuti, o fino a quando il baccalà sarà tenero e si sfalderà facilmente con una forchetta. A fine cottura, aggiungi il prezzemolo fresco tritato.
3. Porta a ebollizione l'acqua salata in una pentola capiente. Versa a pioggia la farina di mais, mescolando continuamente con una frusta per evitare grumi. Cuoci a fuoco basso per circa 40-45 minuti (o secondo le indicazioni sulla confezione), sempre mescolando. La polenta sarà pronta quando si staccherà dalle pareti della pentola.
4. Servi il baccalà in umido ben caldo sulla polenta fumante.



Magri Cuet

Il magri cuet (magro cotto) è una preparazione tipica triestina, consumata soprattutto durante il periodo pasquale, in particolare per la "merenda" del mattino di Pasqua, accompagnato dalla pinza triestina. Non si tratta di un vero e proprio secondo, piuttosto dell'elemento centrale di un pasto conviviale, spesso accompagnato da altre pietanze. Consiste in un prosciutto cotto intero, cotto in crosta di pane.

Ingredienti

- 1 prosciutto cotto intero (circa 2-3 kg), di buona qualità, preferibilmente con la sua cotenna
- 1 kg di farina 0
- 500 ml di acqua tiepida
- 25 g di lievito di birra fresco (o 10 g di lievito secco)
- 20 g di sale
- 1 cucchiaino di zucchero
- Spezie e aromi: semi di finocchio, pepe nero in grani, rosmarino

Preparazione

1. Sciogli il lievito di birra nell'acqua tiepida con lo zucchero. In una ciotola capiente, versa la farina e il sale. Aggiungi l'acqua con il lievito e inizia a impastare con le mani, o con una planetaria, fino a ottenere un impasto liscio, omogeneo ed elastico. Forma una palla, mettila in una ciotola leggermente unta, copri con pellicola trasparente e lascia lievitare in un luogo caldo per circa 2-3 ore, o fino al raddoppio del volume.
2. Se il prosciutto ha una cotenna molto spessa, puoi inciderla a losanghe per favorire la cottura. Asciuga bene il prosciutto con carta assorbente.
3. Riprendi l'impasto lievitato e stendilo su una superficie infarinata, formando una sfoglia abbastanza grande da avvolgere completamente il prosciutto. Disponi il prosciutto al centro della sfoglia e avvolgilo completamente, sigillando bene i bordi con acqua o albume d'uovo. Spennella la crosta con tuorlo d'uovo per una doratura più intensa.
4. Decora la superficie della crosta con tagli leggeri o con semi di finocchio, pepe nero, rosmarino. Trasferisci il prosciutto in crosta su una teglia rivestita di carta forno.

5. Cuoci in forno statico preriscaldato a 180°C per circa 2-3 ore, a seconda della dimensione del prosciutto. La crosta deve risultare ben dorata e il prosciutto caldo al cuore. Per verificare la cottura, puoi utilizzare un termometro da carne: la temperatura interna del prosciutto dovrebbe raggiungere i 70-75°C.

6. Il magri cuet si serve tagliato a fette, con la sua crosta di pane. È ottimo accompagnato da cren (rafano grattugiato), senape, sottaceti, uova sode o altri salumi.



Sformato di Asparagi

Lo sformato di asparagi è un piatto primaverile elegante e gustoso, diffuso soprattutto in Toscana, perfetto come antipasto, contorno o anche secondo piatto. Esistono diverse varianti, con o senza besciamella, con l'aggiunta di formaggio o altri ingredienti. Ti propongo una ricetta base facile da realizzare.

Ingredienti

- 500 g di asparagi freschi
- 250 g di ricotta fresca
- 3 uova medie
- 50 g di parmigiano grattugiato (o altro formaggio stagionato a pasta dura)
- 30 g di burro (o olio extravergine d'oliva)
- Pangrattato q.b.
- Sale e pepe nero q.b.
- Noce moscata (facoltativa)

Preparazione

1. Lava accuratamente gli asparagi sotto acqua corrente. Elimina la parte finale del gambo, quella più dura e fibrosa. Con un pelapatate, puoi pelare leggermente la parte inferiore del gambo, se necessario.
2. Puoi cuocere gli asparagi in diversi modi. Puoi immergerli in acqua bollente salata per circa 5-7 minuti, o fino a quando saranno teneri ma ancora croccanti. Scolali e raffreddali immediatamente sotto acqua fredda per mantenere il colore verde brillante. In alternativa, puoi cuocerli al vapore per circa 8-10 minuti, o fino a quando saranno teneri. O ancora in padella: saltali con un filo d'olio o burro per pochi minuti, fino a quando saranno teneri.
3. In una ciotola, mescola la ricotta con le uova, il parmigiano grattugiato, sale, pepe e, se lo desideri, una grattugiata di noce moscata. Amalgama bene tutti gli ingredienti fino a ottenere un composto omogeneo.
4. Taglia le punte degli asparagi e tienile da parte per la decorazione. Taglia il resto degli asparagi a rondelle o a pezzetti. Unisci gli asparagi al composto di ricotta e uova e mescola delicatamente per distribuirli uniformemente.

5. Imburra una pirofila, o degli stampini individuali, e spolverizza con pangrattato. Questo passaggio aiuterà lo sformato a non attaccarsi e a formare una crosticina croccante. Versa il composto nella pirofila, o negli stampini, livellando la superficie. Disponi le punte di asparagi sulla superficie dello sformato per decorare.
6. Cuoci in forno preriscaldato a 180°C per circa 30-40 minuti, o fino a quando lo sformato sarà dorato e compatto. Se usi gli stampini individuali, il tempo di cottura sarà inferiore, intorno ai 25 minuti. Per verificare la cottura, infilza lo sformato (o gli sformatini) con uno stecchino: se esce pulito, è pronto. Una volta cotto, sforna lo sformato e lascialo riposare per qualche minuto prima di tagliarlo a fette o di sformarlo. Servi tiepido o a temperatura ambiente.
7. Per una versione più ricca, puoi aggiungere al composto anche della besciamella. Prepara una besciamella classica, ben soda, e incorporala al composto di ricotta e uova prima di aggiungere gli asparagi. Puoi anche sostituire il parmigiano con altri formaggi stagionati, come il Grana Padano o il Pecorino Romano, o arricchire lo sformato con prosciutto cotto a cubetti o speck a listarelle.



Aspic di Uova e Verdure

L'aspic di uova e verdure primaverili è un piatto fresco e scenografico. Si tratta di una preparazione a base di gelatina che racchiude al suo interno uova sode e verdure di stagione, creando un effetto visivo molto accattivante. È ideale come antipasto o come piatto unico leggero.

Ingredienti

- 1 litro di brodo vegetale (o di pollo, se preferisci un sapore più intenso)
- 12-15 g di gelatina in fogli (colla di pesce) oppure agar agar per una versione vegetariana
- Sale q.b.
- Carote
- Piselli freschi o surgelati
- Fagiolini
- Asparagi
- Zucchine
- Fiori di zucca (se disponibili)
- 4-6 uova (a seconda della dimensione dello stampo)

Preparazione

1. Metti le uova in un pentolino con acqua fredda e porta a ebollizione. Cuoci per circa 8 minuti per rassodarle. Raffreddale sotto acqua corrente fredda, sgusciarle e tagliale a metà o a spicchi, facendo attenzione a non romperle.
2. Pulisci e lava tutte le verdure. Taglia le carote e le zucchine a rondelle o a julienne. Sbollenta le più dure (carote, fagiolini, asparagi) in acqua bollente salata per qualche minuto, fino a quando saranno leggermente ammorbidite ma ancora croccanti. I piselli freschi o surgelati cuoceranno in pochi minuti. Se usi i fiori di zucca, puliscili delicatamente e lasciali interi o tagliali a metà.
3. Metti i fogli di gelatina in ammollo in acqua fredda per circa 10 minuti. Nel frattempo, scalda il brodo vegetale (o di pollo) in un pentolino. Strizza bene i fogli di gelatina e aggiungili al brodo caldo ma non bollente, mescolando fino a completo scioglimento. Aggiusta di sale se necessario. Se usi agar agar segui le istruzioni sulla confezione. È importante che il brodo non sia bollente quando si aggiunge la gelatina, per evitare che perda il suo potere gelificante.
4. Scegli uno stampo: può essere uno stampo da plumcake, a ciambella o anche degli stampini individuali. Inumidisci leggermente la superficie

interna con acqua fredda: questo faciliterà l'estrazione dell'aspic una volta pronto.

5. Versa un primo strato sottile di gelatina nello stampo, per coprire il fondo, e mettilo in frigorifero per qualche minuto, perché solidifichi. Poi disponi le uova sode tagliate nello stampo, alternandole con le verdure. Cerca di creare una composizione armonica e colorata.
6. Versa delicatamente la restante gelatina nello stampo, assicurandoti che ricopra completamente le uova e le verdure. Batti delicatamente lo stampo sul piano di lavoro, in modo da eliminare eventuali bolle d'aria.
7. Metti l'aspic in frigorifero per almeno 4-6 ore, o fino a quando la gelatina sarà completamente solidificata. Per sformarlo, immergi velocemente lo stampo in acqua calda per qualche secondo, poi capovolgilo su un piatto da portata.
8. Puoi decorare l'aspic con erbe aromatiche fresche (prezzemolo, erba cipollina) o con fiori eduli. Puoi aggiungere altri ingredienti a tuo piacimento, come prosciutto cotto a cubetti, formaggio a dadini, olive o mais. Per un sapore più particolare, puoi aromatizzare la gelatina con succo di limone, vino bianco o erbe aromatiche.



Cima alla Genovese

La cima alla genovese è un piatto tradizionale ligure, un secondo di carne molto elaborato e ricco, tipico delle feste e delle occasioni speciali. Si tratta di una tasca di vitello farcita con un ripieno di carne, uova, verdure e aromi. La preparazione è piuttosto lunga e richiede una certa manualità, ma il risultato è un piatto davvero unico e gustoso.

Ingredienti

- 1 kg di tasca di vitello (pancia o petto), ben pulita e preparata per la farcitura
- 200 g di carne di vitello macinata (o fesa di vitello tritata finemente)
- 100 g di cervella di vitello (facoltativa, ma tradizionale)
- 8 uova medie
- 150 g di piselli freschi (o surgelati)
- 50 g di parmigiano grattugiato
- 50 g di pinoli
- 30 g di funghi secchi (porcini o funghi misti)
- 1 cipolla piccola tritata finemente

- 1 carota piccola tritata finemente
- 1 costa di sedano tritata finemente
- 1 spicchio d'aglio tritato finemente
- Prezzemolo fresco tritato
- Maggiorana fresca tritata (o altre erbe aromatiche a piacere)
- Sale e pepe nero q.b.
- Olio extravergine d'oliva q.b.
- Brodo vegetale q.b. (per la cottura)

Preparazione

1. Metti i funghi secchi in ammollo in acqua tiepida per circa 30 minuti.
2. In una padella capiente, scalda un filo d'olio e fai soffriggere la cipolla, la carota e il sedano tritati. Aggiungi la carne macinata (o la fesa tritata) e la cervella (se la usi) e fai rosolare il tutto, mescolando spesso, finché la carne non avrà cambiato colore.
3. Aggiungi i funghi strizzati e tritati, i piselli, i pinoli, l'aglio tritato, il prezzemolo, la maggiorana, sale e pepe. Mescola bene e fai cuocere per qualche minuto, finché i sapori non si saranno amalgamati. Togli la padella dal fuoco e lascia intiepidire il composto.

4. In una ciotola, sbatti le uova con il parmigiano grattugiato, sale e pepe. Unisci le uova sbattute al ripieno di carne e verdure e mescola bene.
5. Con l'aiuto di un coltello affilato, pratica un'apertura nella tasca di vitello, creando una sorta di sacca. Riempila con il ripieno preparato, compattandolo bene ma senza esagerare, per evitare che la tasca si rompa durante la cottura. Cucire l'apertura con ago e filo da cucina, chiudendo bene tutti i bordi.
6. In una pentola capiente, scalda un filo d'olio e fai rosolare la cima su tutti i lati, per sigillarla. Aggiungi il brodo vegetale caldo fino a coprire quasi completamente la cima. Porta a ebollizione, poi abbassa la fiamma, copri la pentola e fai cuocere a fuoco bassissimo per almeno 3-4 ore, o finché la carne non sarà tenerissima. Durante la cottura, controlla di tanto in tanto il livello del brodo e aggiungine altro se necessario. A metà cottura, puoi aggiungere nella pentola anche delle verdure per il brodo, come carote, sedano e cipolla, per insaporire ulteriormente.
7. Una volta cotta, toglì la cima dal brodo e lasciala raffreddare completamente, preferibilmente sotto un peso, per compattarla. Una volta fredda, tagliala a fette e servila. Tradizionalmente, la cima alla genovese si serve fredda o tiepida.

8. È fondamentale che la tasca di carne sia ben preparata: se pensi di non esserne capace, fallo fare al tuo macellaio, deve avere un'apertura ampia e regolare. Il brodo di cottura della cima è molto saporito e può essere utilizzato per preparare altre ricette, come un bel risotto.

Dolci





Pinza Triestina

La pinza triestina è un dolce pasquale tradizionale del Friuli Venezia Giulia, in particolare di Trieste. Si tratta di una sorta di pan brioche dalla forma rotonda, caratterizzata da un taglio a croce sulla superficie. Esistono diverse varianti della ricetta, che si tramandano di famiglia in famiglia, ma gli ingredienti base rimangono gli stessi: farina, burro, uova, zucchero e aromi.

Ingredienti

Per il lievito:

- 150 g di farina 0
- 100 ml di latte tiepido
- 12 g di lievito di birra fresco (o 5 g di lievito di birra secco)
- 1 cucchiaino di zucchero

Per l'impasto:

- 350 g di farina 0 (o metà Manitoba e metà 0 per una maggiore sofficità)
- 150 g di zucchero

- 100 g di burro morbido
- 3 uova intere
- Scorza grattugiata di 1 arancia
- Scorza grattugiata di 1 limone
- 1/2 bicchierino di rum (o grappa, o altro liquore aromatico, facoltativo)
- Un pizzico di sale

Per la glassatura (facoltativa):

- 1 tuorlo d'uovo
- Un cucchiaino di latte

Preparazione

1. In una ciotola prepara il lievitino: sciogli il lievito di birra nel latte tiepido con lo zucchero. Aggiungi la farina e mescola fino a ottenere un impasto omogeneo e senza grumi. Copri la ciotola con pellicola trasparente e lascia lievitare in un luogo caldo (circa 25-28°C) per circa 1-2 ore, o fino al raddoppio del volume.
2. In un'altra ciotola capiente, versa la farina, lo zucchero e il sale. Aggiungi il lievitino, le uova, il burro morbido a pezzetti, le scorze degli agrumi e il liquore (se lo usi). Inizia a impastare con le mani, o con una planetaria, fino ad ottenere un impasto liscio, omogeneo e leggermente appiccicoso. Trasferisci l'impasto su una superficie leggermente infarinata e lavoralo brevemente per formare una

palla, mettila in una ciotola leggermente unta, copri con pellicola trasparente e lascia lievitare in un luogo caldo per altre 2-3 ore, o fino al raddoppio del volume.

3. Riprendi l'impasto lievitato e trasferiscilo su una teglia rivestita di carta forno. Con le mani leggermente unte, dai all'impasto una forma rotonda e appiattita, con un diametro di circa 20-25 cm.
4. Con un coltello affilato, pratica un taglio a croce sulla superficie della pinza, partendo dal centro verso l'esterno. Questo taglio è tipico della pinza triestina e simboleggia la croce di Gesù. Se desideri glassare la pinza, sbatti il tuorlo d'uovo con il latte e spennella la superficie della pinza. Lascia lievitare per un'ultima mezz'ora.
5. Cuoci in forno statico preriscaldato a 170-180°C per circa 40-50 minuti, o fino a quando la pinza sarà dorata e cotta anche all'interno. Per verificare la cottura, puoi infilzare la pinza con uno stecchino: se esce pulito, è pronta.



Resta

La resta è un dolce pasquale tipico della zona del Lago di Como, in Lombardia. È una torta rustica a base di farina di mais, burro, uova, zucchero e aromi, dalla consistenza piuttosto asciutta. Nonostante la sua semplicità, è un dolce molto apprezzato.

Ingredienti

- 250 g di farina di mais fine (fioretto)
- 150 g di farina 00
- 150 g di zucchero
- 150 g di burro fuso (o 120 g di olio di semi per una versione più leggera)
- 3 uova medie
- 1 bustina di lievito per dolci (16 g)
- Scorza grattugiata di 1 limone
- Una manciata di uvetta ammollata e asciugata
- Un pizzico di sale
- Latte tiepido q.b. (circa 50-100 ml)
- Zucchero a velo per decorare (facoltativo)

Preparazione

1. In una ciotola capiente, mescola le due farine (di mais e 00) con il lievito e un pizzico di sale.
2. In un'altra ciotola, sbatti le uova con lo zucchero fino a ottenere un composto gonfio, spumoso e chiaro. Aggiungi il burro fuso (o l'olio) e la scorza grattugiata del limone. Mescola bene.
3. Aggiungi gradualmente le farine al composto di uova, alternando con il latte tiepido. Inizia con una parte di farina, poi un po' di latte, e così via, mescolando delicatamente con una spatola o un cucchiaino di legno per non smontare il composto. L'impasto deve risultare morbido ma non liquido. Aggiungi l'uvetta e mescola.
4. Imburra e infarina una tortiera di circa 22-24 cm di diametro. Versa l'impasto nella tortiera e livellalo con una spatola. Poi incidi delicatamente una croce piuttosto profonda sulla superficie.
5. Cuoci in forno preriscaldato a 180°C per circa 35-40 minuti, o fino a quando la torta sarà dorata e uno stecchino inserito al centro ne uscirà pulito.
6. Sforna la torta e lasciala raffreddare completamente su una gratella. Una volta fredda, spolverizza la superficie con zucchero a velo, se lo desideri.



Pardulas

Le pardulas sono dei dolci tradizionali sardi tipici del periodo primaverile e pasquale: piccole tortine di pasta sottile ripiene di ricotta (o formaggio fresco) aromatizzata con agrumi e zafferano. La forma ricorda un piccolo cestino con bordi pizzicati.

Ingredienti

Per la pasta (pasta violada):

- 500 g di semola rimacinata di grano duro
- 100 g di strutto (o 80 ml di olio extravergine d'oliva)
- Acqua tiepida q.b.
- Un pizzico di sale

Per il ripieno:

- 500 g di ricotta di pecora fresca (ben sgocciolata, asciutta)
- 150 g di zucchero semolato
- 2 uova medie
- Scorza grattugiata di 1 arancia
- Scorza grattugiata di 1 limone

- Una bustina di zafferano (o pistilli di zafferano)
- Un cucchiaino di farina 00 (facoltativo, per addensare il ripieno se necessario)

Preparazione

1. In una ciotola capiente, versa la semola e il sale. Aggiungi lo strutto (o l'olio) e inizia a impastare con le mani, aggiungendo gradualmente l'acqua tiepida fino a ottenere un impasto liscio, omogeneo ed elastico, non appiccicoso. Forma una palla, avvolgila nella pellicola trasparente e lasciala riposare per almeno 30 minuti a temperatura ambiente. Questo riposo è fondamentale per la buona riuscita della pasta.
2. In una ciotola, setaccia la ricotta per eliminare grumi e renderla liscia e cremosa. Aggiungi lo zucchero, le uova, le scorze degli agrumi e lo zafferano (se usi i pistilli, falli sciogliere in un cucchiaino di acqua calda per qualche minuto prima di aggiungerli). Mescola bene tutti gli ingredienti fino a ottenere una crema omogenea. Se il ripieno risultasse troppo liquido, puoi aggiungere un cucchiaino di farina 00 per addensarlo leggermente, ma se la ricotta è ben asciutta non serve aggiungere farina.
3. Riprendi l'impasto e stendilo con un matterello fino a ottenere una sfoglia sottile (circa 2-3 mm). Con

un coppapasta rotondo (circa 8-10 cm di diametro) o con un coltello, ricava dei dischi di pasta.

4. Disponi un cucchiaino di ripieno al centro di ogni disco. Solleva i bordi del disco e pizzicali con le dita per formare un cestino con 5-7 punte, a seconda della tradizione locale. Cerca di dare una forma regolare e armoniosa.
5. Disponi le pardulas su una teglia rivestita di carta forno. Cuoci in forno statico preriscaldato a 180°C per circa 20-25 minuti, o fino a quando la pasta sarà dorata e il ripieno si sarà leggermente solidificato. Lascia raffreddare completamente prima di servire.



Fiadoni Dolci

Se il fiadone è una preparazione salata, con ripieno di formaggio e uova, qui abbiamo una variante dolce, meno diffusa ma altrettanto legata alla tradizione di Abruzzo e Molise, conosciuta anche con il nome di soffioni. Il ripieno del fiadone dolce prevede l'utilizzo di ricotta, zucchero e aromi, senza formaggi salati, spesso arricchito con scorza di agrumi.

Ingredienti

Per la pasta:

- 300 g di farina 00
- 100 g di zucchero semolato
- 100 g di burro freddo a pezzetti (o 80 ml di olio extravergine d'oliva)
- 1 uovo intero
- Un pizzico di sale
- Scorza grattugiata di mezzo limone (facoltativa)

Per il ripieno:

- 500 g di ricotta di mucca o di pecora (ben sgocciolata e asciutta)

- 150 g di zucchero semolato
- 3 uova medie
- Scorza grattugiata di 1 arancia
- Scorza grattugiata di 1 limone
- Un cucchiaino di estratto di vaniglia (o una bustina di vanillina)
- Un pizzico di cannella in polvere (facoltativo)
- 50 g di uvetta sultanina (facoltativa, ammollata in acqua tiepida o liquore)

Preparazione

1. In una ciotola capiente, versa la farina, lo zucchero e il sale. Aggiungi il burro freddo a pezzetti e lavora velocemente con le mani, o con un robot da cucina, fino a ottenere un composto sabbioso.
2. Aggiungi l'uovo e la scorza di limone (se la usi) e impasta velocemente fino a formare una palla liscia e omogenea. Avvolgila nella pellicola trasparente e falla riposare in frigorifero per almeno 30 minuti.
3. In una ciotola, setaccia la ricotta per eliminare eventuali grumi e renderla liscia e cremosa. Aggiungi lo zucchero, le uova, le scorze degli agrumi, la vaniglia, la cannella (se la usi) e l'uvetta strizzata (se la usi). Mescola bene tutti gli ingredienti fino a ottenere una crema omogenea.

4. Riprendi la pasta frolla dal frigorifero e stendila con un matterello su una superficie leggermente infarinata, fino a ottenere una sfoglia sottile (circa 3 mm). Con un coppapasta rotondo (circa 8-10 cm di diametro), o con un coltello, ricava dei dischi di pasta. Disponi un cucchiaio abbondante di ripieno al centro di ogni disco. Ripiega i bordi della pasta verso il centro e pizzicali, formando una sorta di cestino o di fiore con 3-5 punte.

5. Disponi i fiadoni dolci su una teglia rivestita di carta forno. Cuoci in forno statico preriscaldato a 180°C per circa 20-25 minuti, o fino a quando la pasta sarà dorata e il ripieno si sarà leggermente solidificato. Lascia raffreddare completamente i fiadoni dolci su una gratella e se vuoi spolverizzali con zucchero a velo prima di servirli.



Pastiera

La pastiera è la regina dei dolci tradizionali napoletani, tipica della Pasqua ma ormai preparata tutto l'anno, con una storia e un significato che affondano le radici in antiche tradizioni pagane e poi cristiane. Si tratta di una torta di pasta frolla ripiena di un impasto cremoso a base di ricotta, grano cotto, canditi, uova e aromi, tra cui l'acqua di fiori d'arancio, che le conferisce il suo profumo caratteristico.

Ingredienti

Per la pasta frolla:

- 300 g di farina 00
- 150 g di strutto (o 150g burro freddo a pezzetti, per una versione più leggera)
- 120 g di zucchero semolato
- 2 uova medie
- Scorza grattugiata di mezzo limone
- Un pizzico di sale

Per il ripieno:

- 350 g di ricotta di pecora (ben sgocciolata e asciutta)
- 250 g di grano (o grano precotto per pastiera)
- 200 ml di latte intero
- 20 g di burro
- 200 g di zucchero semolato
- 3 uova medie intere + 1 tuorlo
- 100 g di canditi misti (cedro, arancia, zucca) tagliati a cubetti
- 1 fialetta di aroma di fiori d'arancio (o 2 cucchiaini di acqua di fiori d'arancio)
- Scorza grattugiata di mezza arancia
- Un pizzico di cannella in polvere

Preparazione

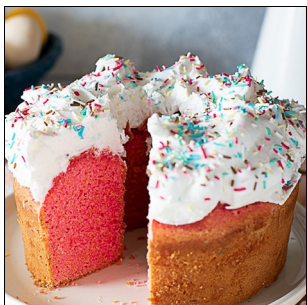
1. Se usi il grano crudo, lavalo accuratamente e mettilo a bagno in acqua fredda per almeno 12 ore, cambiando l'acqua un paio di volte. Il giorno successivo, scolalo e cuocilo in una pentola con il latte e il burro a fuoco basso per circa 30-40 minuti, o fino a quando sarà tenero e il latte si sarà quasi completamente assorbito. Lascia raffreddare. Se usi il grano precotto, segui le indicazioni sulla confezione.
2. In una ciotola capiente, mescola la farina con lo zucchero e il sale. Aggiungi lo strutto (o il burro freddo a pezzetti) e lavora velocemente con le mani

o con un robot da cucina, fino a ottenere un composto sabbioso. Aggiungi le uova e la scorza di limone e impasta velocemente fino a formare una palla liscia e omogenea. Avvolgila nella pellicola trasparente e falla riposare in frigorifero per almeno 1 ora.

3. In una ciotola capiente, setaccia la ricotta per eliminare eventuali grumi e renderla liscia e cremosa. Aggiungi lo zucchero e mescola bene. Aggiungi le uova intere e il tuorlo, la scorza d'arancia, l'aroma di fiori d'arancio (o l'acqua di fiori d'arancio) e la cannella. Mescola bene fino a ottenere un composto omogeneo. Aggiungi il grano cotto raffreddato e i canditi tagliati a cubetti. Mescola delicatamente per amalgamare tutti gli ingredienti.
4. Riprendi la pasta frolla dal frigorifero e stendila su una superficie leggermente infarinata, fino a ottenere una sfoglia di circa 3-4 mm di spessore. Rivesti una teglia di circa 24-26 cm di diametro, facendo aderire bene la pasta ai bordi e tagliando l'eccesso. Versa il ripieno nella teglia rivestita di pasta frolla.
5. Con la pasta frolla avanzata, ricava sette strisce e disponile incrociate sulla superficie della pastiera in modo da formare dei rombi. La ricetta tradizionale esige sette strisce di pasta: sette sono i doni che la sirena Partenope ricevette dagli abitanti del golfo di

Napoli (farina, ricotta, uova, grano, acqua di fiori d'arancio, spezie e zucchero, tutti ingredienti che compongono la pastiera) e sette sono i colli su cui è sorta la città di Napoli.

6. Cuoci in forno statico preriscaldato a 180°C per circa 1 ora e 15 minuti, o fino a quando la pasta sarà dorata e il ripieno si sarà compattato. Lascia raffreddare completamente la pastiera prima di sformarla. Tradizionalmente, la pastiera si prepara con qualche giorno di anticipo per permettere ai sapori di amalgamarsi al meglio. Un paio di giorni di riposo sono in genere l'ideale, prima di gustarla spolverizzata di zucchero a velo.



Ciaramicola

La ciaramicola è un dolce pasquale tipico dell'Umbria, in particolare di Perugia. Si tratta di una ciambella dal caratteristico colore rosso, dovuto all'Alchermes, ricoperta da una candida meringa e decorata con confettini colorati. Il suo aspetto e i suoi colori richiamano i simboli della Pasqua: il rosso per la passione di Cristo, il bianco per la purezza e i confettini per la rinascita e la primavera.

Ingredienti

Per la ciambella:

- 400 g di farina 00
- 200 g di zucchero semolato
- 125 g di burro fuso e raffreddato (oppure 100g di olio di semi)
- 3 uova medie
- 125 ml di Alchermes
- 1 bustina di lievito per dolci (16 g)
- Scorza grattugiata di 1 limone

Per la meringa e la decorazione:

- 2 albumi (circa 60-70g) a temperatura ambiente
- 120 g di zucchero semolato
- Qualche goccia di succo di limone (facoltativo)
- Confettini colorati

Preparazione

1. In una ciotola capiente, sbatti le uova con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Aggiungi il burro fuso e raffreddato (o l'olio) a filo, continuando a mescolare, poi la scorza grattugiata del limone e l'Alchermes. Mescola bene.
2. Setaccia la farina con il lievito e aggiungila gradualmente al composto, mescolando delicatamente per evitare la formazione di grumi.
3. Imburra e infarina una tortiera a ciambella di circa 24-26 cm di diametro. Versa l'impasto nella tortiera e livella la superficie.
4. Cuoci in forno statico preriscaldato a 180°C per circa 35-40 minuti. Fai la prova dello stecchino per verificare la cottura: se esce pulito, la ciambella è pronta. Sforna la ciambella e lasciala raffreddare completamente su una gratella.
5. In una ciotola pulita e asciutta, monta gli albumi a neve ferma con le fruste elettriche. Aggiungi

gradualmente lo zucchero semolato, continuando a montare fino a ottenere una meringa lucida e soda. Se lo desideri, puoi aggiungere qualche goccia di succo di limone per stabilizzare la montata.

6. Quando la ciambella è completamente fredda, ricoprila con la meringa, distribuendola uniformemente su tutta la superficie. Decora la meringa con i confettini colorati, creando un motivo a piacere. Tradizionalmente, si usano confettini bianchi, rossi, azzurri, verdi e gialli.
7. Rimetti la ciambella in forno spento ma ancora caldo (circa 50-60°C) per circa 15-20 minuti, per far asciugare e solidificare la meringa. Questo passaggio è importante per evitare che la meringa si appiccichi. Lascia raffreddare e servi.



Pizza Dolce di Pasqua

Esiste una pizza di Pasqua (o crescia) al formaggio, tipica dell'Umbria e parte dell'Italia centrale: questa è versione dolce, altrettanto amata e diffusa.

Ingredienti

Per il lievitino:

- 500 g di farina 0 (o metà Manitoba e metà 0 per una maggiore sofficità)
- 15 g di lievito di birra fresco (o 7 g di lievito secco)
- 250 ml di latte tiepido
- 150 g di zucchero semolato
- 100 g di burro fuso tiepido (o 80ml olio di semi)
- 4 uova medie
- Scorza grattugiata di 1 limone (o arancia, a seconda delle preferenze)
- 1 bustina di vanillina (o estratto di vaniglia)
- Un pizzico di sale
- (Facoltativo) 100 g di canditi misti (arancia, cedro, uvetta)
- (Facoltativo per la glassa) 1 albume, 100g zucchero a velo, succo di limone q.b.

- Confettini colorati per decorare

Preparazione

1. Sciogli il lievito di birra nel latte tiepido con un cucchiaino di zucchero e lascia riposare per 10-15 minuti per attivarlo.
2. In una ciotola capiente, mescola la farina con lo zucchero e il sale. Aggiungi il lievito sciolto nel latte, il burro fuso appena tiepido (o l'olio), le uova, la scorza grattugiata del limone (o arancia) e la vanillina. Impasta fino a ottenere un impasto liscio, omogeneo e leggermente appiccicoso. Se usi i canditi, aggiungili all'impasto e impasta brevemente per distribuirli uniformemente.
3. Copri la ciotola con pellicola trasparente e fai lievitare in un luogo caldo (circa 25-28°C) per circa 2-3 ore, o fino al raddoppio del volume.
4. Imburra e infarina uno stampo da panettone (circa 20-22 cm di diametro) o una teglia alta. Versa l'impasto lievitato nello stampo. Copri con un panno pulito e fai lievitare per un'altra ora circa, o finché l'impasto non arriva quasi al bordo dello stampo.
5. Cuoci in forno statico preriscaldato a 170-180°C per circa 45-50 minuti. Fai sempre la prova dello stecchino per verificare la cottura: se esce pulito, la pizza è pronta.

6. Mentre la pizza si raffredda, prepara la glassa montando a neve l'albume con lo zucchero a velo e qualche goccia di succo di limone. Quando la pizza è fredda, puoi glassarla e decorarla con confettini colorati, o lasciare la superficie semplice.



Brazadèl

Il brazadèl o corona trentina è un dolce pasquale tradizionale del Trentino-Alto Adige. Si tratta di una sorta di pan brioche dolce, spesso a forma di ciambella (corona, appunto), decorato con glassa e zuccherini. È un dolce soffice e profumato, ideale per la colazione o per accompagnare il caffè.

Ingredienti

Per il lievitorio:

- 100 g di farina 0
- 100 ml di latte tiepido
- 12 g di lievito di birra fresco (o 5 g di lievito di birra secco)
- 1 cucchiaino di zucchero

Per l'impasto:

- 400 g di farina 0 (o metà Manitoba e metà 0 per una maggiore sofficità)
- 150 g di zucchero semolato
- 100 g di burro morbido a temperatura ambiente
- 3 uova medie

- Scorza grattugiata di 1 limone (o arancia, a seconda delle preferenze)
- 1 bustina di vanillina (o estratto di vaniglia)
- Un pizzico di sale

Per la glassa e la decorazione:

- 1 albume
- 100-150 g di zucchero a velo
- Succo di limone q.b.
- Zuccherini colorati o granella di zucchero

Preparazione

1. In una ciotola, sciogli il lievito nel latte tiepido con lo zucchero. Aggiungi la farina e mescola fino a ottenere un impasto omogeneo. Copri la ciotola con pellicola trasparente e lascia lievitare in un luogo caldo per circa 30-60 minuti, o fino a quando vedrai delle bollicine in superficie.
2. In una ciotola capiente, mescola la farina (o le farine), lo zucchero e il sale. Aggiungi il lievito preparato in precedenza, le uova, il burro morbido a pezzetti, la scorza di limone (o arancia) e la vanillina. Inizia ad impastare con le mani o con una planetaria, fino ad ottenere un impasto liscio, omogeneo e leggermente appiccicoso. Trasferisci l'impasto su una superficie leggermente infarinata e lavoralo brevemente per formare una palla. Metti l'impasto in una ciotola leggermente unta, copri con

pellicola trasparente e lascia lievitare in un luogo caldo per circa 2-3 ore, o fino al raddoppio del volume.

3. Riprendi l'impasto lievitato e trasferiscilo su una teglia rivestita di carta forno. Con le mani leggermente unte, dai all'impasto una forma allungata e poi richiudila a cerchio, formando una corona. Puoi anche dividere l'impasto in tre parti e formare una treccia, che poi chiuderai a cerchio. Disponi la corona sulla teglia. Copri con un panno pulito e fai lievitare per un'altra ora circa.
4. Cuoci in forno statico preriscaldato a 170-180°C per circa 30-40 minuti, o fino a quando la corona sarà dorata e cotta anche all'interno. Fai la prova dello stecchino.
5. Per la glassa, in una ciotola monta leggermente l'albume con una forchetta. Aggiungi gradualmente, sempre montando, lo zucchero a velo fino a ottenere una glassa liscia e densa. Aggiungi qualche goccia di succo di limone per regolarne la consistenza. Quando la corona è completamente fredda, glassala e decorala con zuccherini colorati o granella di zucchero.



Calcioni Dolci

Un dolce tipico delle Marche, ma diffuso con varianti anche in altre regioni del Centro Italia (Abruzzo, Umbria). Esistono due versioni principali dei calcioni: salati e dolci. Questa è ricetta della versione dolce, un dessert goloso, spesso arricchito con canditi, uvetta o cioccolato. La base è una pasta frolla che racchiude un ripieno cremoso di ricotta.

Ingredienti

Per la pasta frolla:

- 400 g di farina 00 (oppure metà farina 0 e metà farina Manitoba per una maggiore friabilità)
- 125 g di strutto (oppure 125g di burro freddo a pezzetti)
- 160 g di zucchero semolato
- 1 uovo intero
- 5 tuorli
- 1 bustina di vanillina (o estratto di vaniglia)
- Scorza grattugiata di 1 limone (o arancia)
- Un pizzico di sale

Per il ripieno:

- 500 g di ricotta di pecora o vaccina (ben sgocciolata e asciutta)
- 100 g di zucchero semolato
- 30 g di cacao amaro in polvere (oppure 50-70g di canditi misti, o gocce di cioccolato, o uvetta sultanina precedentemente ammollata in acqua tiepida o liquore)
- Scorza grattugiata di 1 limone (o arancia)
- Un cucchiaino o due di liquore (es. Strega, Anice o altro a piacere, facoltativo)
- Un tuorlo d'uovo e un poco di latte per spennellare (facoltativo)

Preparazione

1. Disponi la farina a fontana su una spianatoia. Al centro metti lo strutto (o il burro freddo a pezzetti), lo zucchero, l'uovo intero, i tuorli, la vanillina e la scorza di limone. Impasta velocemente con le mani, partendo dal centro e incorporando man mano la farina dai bordi, fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo. Lavora l'impasto velocemente per evitare che si scaldi troppo. Forma un panetto, avvolgilo nella pellicola trasparente e fallo riposare in frigorifero per almeno 30 minuti (meglio se un'ora). Questo passaggio è importante per far rilassare il glutine e rendere la pasta più friabile.

2. In una ciotola capiente, setaccia la ricotta per eliminare eventuali grumi e renderla più cremosa. Aggiungi lo zucchero, il cacao amaro (o i canditi/gocce di cioccolato/uvetta), la scorza di limone e, se lo usi, il liquore. Amalgama bene tutti gli ingredienti fino a ottenere un composto omogeneo e cremoso.
3. Riprendi la pasta frolla dal frigorifero e stendila su una spianatoia leggermente infarinata, fino a ottenere una sfoglia sottile (circa 3 mm). Con un coppapasta rotondo (circa 8-10 cm di diametro) ricava dei dischi di pasta. Disponi un cucchiaino abbondante di ripieno al centro di ogni disco. Ripiega la pasta a metà formando una mezzaluna e sigilla bene i bordi con una forchetta, premendo delicatamente per evitare che il ripieno fuoriesca durante la cottura. Puoi anche pizzicare i bordi per creare un decoro.
4. Disponi i calcioni su una teglia rivestita di carta forno. Spennella la superficie con un tuorlo d'uovo sbattuto con un po' di latte (facoltativo, per una doratura più intensa). Cuoci in forno statico preriscaldato a 180°C per circa 20-25 minuti, o fino a quando la pasta sarà dorata. Servili freddi.



Torta Dolce di Riso

La torta dolce di riso è un dolce tipico del Piemonte: pur essendo consumata durante tutto l'anno, trova spesso spazio anche sulle tavole di primavera.

Ingredienti

- 1 litro di latte intero
- 200 g di riso (Arborio o Carnaroli, ma anche Originario per una consistenza più cremosa)
- 150 g di zucchero
- 50 g di burro fuso e raffreddato
- 4 uova medie
- Scorza grattugiata di 1 limone (o di mezza arancia)
- 1 bustina di vanillina (o estratto di vaniglia)
- Un pizzico di sale
- Zucchero a velo per decorare (facoltativo)

Varianti:

- 50 g di uvetta ammollata nel rum
- 50 g di canditi misti tagliati a cubetti
- 50 g di mandorle a lamelle o tritate grossolanamente

Preparazione

1. In una pentola capiente, versa il latte, il riso, la scorza grattugiata del limone (o arancia), la vanillina e un pizzico di sale. Porta a ebollizione, poi abbassa la fiamma al minimo e cuoci il riso per circa 30-40 minuti, o fino a quando il latte sarà quasi completamente assorbito e il riso sarà cotto ma non sfatto. Mescola di tanto in tanto per evitare che il riso si attacchi al fondo della pentola. Togli la pentola dal fuoco e lascia raffreddare bene il riso, mescolando di tanto in tanto per evitare che si compatti troppo.
2. In una ciotola, sbatti le uova con lo zucchero fino a ottenere un composto gonfio, spumoso e chiaro. Aggiungi il burro fuso (e raffreddato) e mescola bene. Aggiungi il riso raffreddato al composto di uova e mescola delicatamente per amalgamare il tutto. Se hai scelto di utilizzare uvetta, canditi o mandorle, aggiungili ora e mescola per distribuirli in modo uniforme.
3. Imburra e infarina una tortiera di circa 22-24 cm di diametro. Versa l'impasto nella tortiera e livellalo con una spatola. Cuoci in forno preriscaldato a 180°C per circa 40-45 minuti, o fino a quando la superficie sarà dorata e uno stecchino inserito al centro ne uscirà pulito.

4. Sforna la torta e lasciala raffreddare completamente su una gratella. Una volta fredda, spolverizza la superficie con zucchero a velo, se lo desideri.

5. Il tipo di riso influenza la consistenza del dolce. L'utilizzo del riso Originario renderà la torta più cremosa, mentre con Arborio o Carnaroli si otterrà una consistenza più compatta. Oltre al limone e alla vaniglia, puoi utilizzare altri aromi come l'acqua di fiori d'arancio, la cannella o la noce moscata. Se preferisci una torta più umida, puoi aggiungere qualche cucchiata di panna fresca o latte all'impasto.



Falaone Dolce

Il falaone (o falagone) è un dolce tipico della Basilicata, in particolare della zona nord-occidentale: è una torta a base di ricotta, come altri dolci pasquali del Sud Italia. Ne esistono diverse varianti familiari e locali. È importante fare una distinzione: in alcune zone della Basilicata, con il termine falaone si intendono anche dei rustici salati, ripieni di verdure, ma qui ci concentriamo sulla versione dolce.

Ingredienti

Per la pasta:

- 500 g di farina 00 (o metà farina 00 e metà semola rimacinata per una maggiore croccantezza)
- 100 g di strutto (o 80 ml di olio extravergine d'oliva, per una versione più leggera)
- 1 uovo intero
- 1 tuorlo (opzionale, per una pasta più ricca)
- 1 bicchiere di vino bianco secco (circa 100-120 ml, regolarsi in base all'assorbimento della farina)
- Un pizzico di sale

- Un cucchiaino di zucchero nell'impasto, per una pasta leggermente dolce (facoltativo)

Per il ripieno:

- 1 kg di ricotta di pecora (o mista pecora e mucca, ben sgocciolata e asciutta. La ricotta di pecora conferisce un sapore più caratteristico)
- 250-300 g di zucchero semolato (regolare la quantità in base al gusto personale e alla dolcezza della ricotta)
- 3 uova medie
- Scorza grattugiata di 1 limone (o arancia, o entrambi)
- Un pizzico di cannella in polvere
- Mezzo bicchiere di liquore dolce (Strega, Maraschino o altro liquore aromatico che si sposi bene con la ricotta e gli agrumi, facoltativo)
- Uvetta sultanina ammollata nel liquore o in acqua tiepida (facoltativa)

Preparazione

1. Disponi la farina a fontana su una spianatoia. Al centro metti lo strutto (o l'olio), l'uovo (e il tuorlo, se lo usi), il sale e, se lo usi, lo zucchero. Inizia a impastare, aggiungendo gradualmente il vino bianco, fino a ottenere un impasto liscio, omogeneo ed elastico che non si appiccichi alle mani. Forma un panetto, avvolgilo nella pellicola trasparente e

lascialo riposare a temperatura ambiente per almeno 30 minuti (meglio se un'ora).

2. In una ciotola capiente, setaccia la ricotta per eliminare eventuali grumi e renderla più cremosa. Questo passaggio è importante per la consistenza finale del ripieno. Aggiungi lo zucchero e mescola bene. Aggiungi poi le uova, una alla volta, mescolando bene dopo ogni aggiunta. Unisci la scorza grattugiata degli agrumi, la cannella e, se li usi, il liquore e l'uvetta strizzata. Amalgama tutti gli ingredienti fino ad ottenere una crema omogenea.
3. Stendi la pasta con un matterello su una spianatoia leggermente infarinata, fino ad ottenere una sfoglia sottile (circa 2-3 mm). Rivesti una teglia rotonda (circa 24-26 cm di diametro) con la pasta, facendola aderire bene ai bordi e lasciandola debordare leggermente. Versa il ripieno di ricotta nella teglia. Con la pasta avanzata, puoi ricavare delle strisce da disporre a griglia sulla superficie, oppure puoi semplicemente ripiegare il bordo della pasta verso l'interno, creando un bordo rustico.
4. Cuoci in forno statico preriscaldato a 180°C per circa 40-50 minuti, o fino a quando la pasta sarà dorata e il ripieno si sarà compattato e leggermente dorato in superficie. Lascia raffreddare completamente il faloone prima di tagliarlo a fette e servirlo, se vuoi con una spolverata di zucchero a velo.



Pasimata

La pasimata è un dolce primaverile tradizionale toscano, tipico della Garfagnana, preparato soprattutto durante il periodo pasquale. Si tratta di un pane dolce lievitato, arricchito con uvetta e semi di anice, dalla consistenza soffice e dal profumo intenso. Esistono diverse varianti della ricetta, tramandate di famiglia in famiglia, ma gli ingredienti base rimangono gli stessi.

Ingredienti

Per il lievito (biga):

- 100 g di farina 0 (o Manitoba, per una maggiore forza)
- 100 ml di acqua tiepida
- 12 g di lievito di birra fresco (o 4 g di lievito di birra secco)
- 1 cucchiaino di zucchero (per attivare il lievito)

Per l'impasto:

- 400 g di farina 0 (o metà Manitoba e metà 0, per un buon equilibrio)
- 200 g di zucchero semolato

- 100 g di burro fuso tiepido (o strutto, come da tradizione, o 80ml di olio di semi per una versione più leggera)
- 3 uova medie
- 1 cucchiaio di semi di anice (o anice stellato in polvere)
- 150 g di uvetta sultanina (ammollata in acqua tiepida o Vin Santo per almeno 30 minuti e poi ben strizzata e leggermente infarinata)
- Un pizzico di sale

Preparazione

1. In una ciotola, sciogli il lievito di birra nell'acqua tiepida con lo zucchero per il lievito. Aggiungi la farina e mescola fino ad ottenere un impasto omogeneo e morbido. Copri la ciotola con pellicola trasparente e lascia lievitare in un luogo caldo (circa 25-28°C) per circa 1-2 ore, o fino al raddoppio del volume. Questo passaggio è cruciale per la buona riuscita della pasimata.
2. In una ciotola capiente, mescola la farina, lo zucchero e il sale. Aggiungi il lievito, le uova e il burro fuso tiepido (o lo strutto o l'olio). Inizia a impastare con le mani o con una planetaria, fino a ottenere un impasto liscio, omogeneo e leggermente appiccicoso. Aggiungi i semi di anice e l'uvetta strizzata e infarinata. Impasta brevemente per distribuire uniformemente gli ingredienti.

3. Metti l'impasto in una ciotola leggermente unta, copri con pellicola trasparente e lascia lievitare in un luogo caldo per altre 2-3 ore, o fino al raddoppio del volume.
4. Riprendi l'impasto lievitato e trasferiscilo su una teglia rotonda (circa 22-24 cm di diametro) rivestita di carta forno. Con le mani leggermente unte, dai all'impasto una forma rotonda e appiattita. Copri con un panno pulito e fai lievitare per un'altra ora circa, o finché l'impasto non sarà ben lievitato. Incidi una croce sulla superficie.
5. Cuoci in forno statico preriscaldato a 170-180°C per circa 40-50 minuti. Fai la prova dello stecchino per verificare la cottura: se esce pulito, la pasimata è pronta. Sfornala e lasciala raffreddare completamente prima di servirla.



Latte in Piedi

Il latte in piedi (in dialetto *al latt in pe'*) è un dolce al cucchiaio tipico di Piacenza, in Emilia-Romagna, legato alla tradizione contadina e preparato soprattutto in primavera, in occasione di Pasqua e del Corpus Domini, periodi di abbondanza di uova. Si tratta di un dolce semplice, realizzato con pochi ingredienti, e si differenzia da altri simili, come la panna cotta o il crème caramel, per l'assenza di colla di pesce (o gelatina) e del caramello. L'addensante qui è la farina.

Ingredienti

- 1 litro di latte intero fresco
- 6 uova medie
- 150 g di zucchero semolato
- 2 cucchiaini di farina 00 (circa 20g)
- Scorza di mezzo limone (facoltativa, per aromatizzare)
- Amaretti sbriciolati per guarnire (facoltativi)

Preparazione

1. In una casseruola capiente, versa il latte. In una ciotola a parte, sbatti le uova con lo zucchero fino a ottenere un composto gonfio, spumoso e omogeneo. Aggiungi la farina setacciata al composto di uova e zucchero, mescolando bene per evitare la formazione di grumi.
2. Versa il composto in una casseruola. Aggiungi la scorza di limone, se la usi. Metti la casseruola sul fuoco a fiamma bassa e cuoci, mescolando continuamente con una frusta o un cucchiaino di legno, per circa 20-25 minuti, o fino a quando si sarà addensato leggermente e velerà il cucchiaino. È fondamentale mescolare continuamente per evitare che il composto si attacchi al fondo e si formino grumi. Il composto non deve bollire, ma sobbollire leggermente.
3. Togli la casseruola dal fuoco ed elimina la scorza di limone. Distribuisci il composto in un unico stampo rettangolare o in stampini individuali (come stampini da budino, coppette o bicchieri), in ogni caso inumidisci lo stampo o gli stampini con acqua fredda per facilitare l'estrazione. Lascia raffreddare completamente a temperatura ambiente e poi metti in frigorifero per almeno 3-4 ore, o meglio ancora per tutta la notte, per far rassodare bene il dolce.

4. Al momento di servire, puoi capovolgere il contenuto dello stampo o degli stampini su un piatto da portata o piattini da dessert. Guarnisci con amaretti sbriciolati, se lo desideri.



Crostata Ricotta e Visciole

La crostata di ricotta e visciole è un dolce classico della tradizione romana e laziale, apprezzato per il contrasto tra la pasta frolla friabile, la ricotta cremosa e il sapore acidulo delle visciole. È un dolce perfetto per la colazione, la merenda o come dessert a fine pasto.

Ingredienti

Per la pasta frolla:

- 300 g di farina 00
- 150 g di burro freddo a cubetti
- 150 g di zucchero semolato
- 2 uova medie
- Scorza grattugiata di ½ limone
- Un pizzico di sale

Per il ripieno:

- 500 g di ricotta fresca di mucca o pecora (ben scolata)
- 150 g di zucchero semolato
- 2 uova medie

- 200-250 g di confettura di visciole (o visciole sciropate denocciolate)
- Scorza grattugiata di ½ limone
- Un cucchiaino di estratto di vaniglia (facoltativo)

Preparazione

1. In una ciotola capiente, versa la farina, lo zucchero e il sale. Aggiungi il burro freddo a cubetti e lavora velocemente con le mani o con un robot da cucina fino a ottenere un composto sabbioso. Aggiungi le uova e la scorza di limone e impasta velocemente fino a formare un panetto omogeneo. Avvolgilo nella pellicola trasparente e fallo riposare in frigorifero per almeno 30 minuti.
2. In una ciotola, lavora la ricotta con lo zucchero fino a ottenere una crema liscia e senza grumi. Aggiungi le uova, la scorza di limone e l'estratto di vaniglia (se lo usi) e mescola bene.
3. Prendi la pasta frolla dal frigorifero e stendila su un piano di lavoro leggermente infarinato, fino a ottenere uno spessore di circa 3-4 mm. Rivesti una tortiera di circa 24-26 cm di diametro con la frolla, bucherellando il fondo con una forchetta. Spalma la confettura di visciole sulla base della pasta frolla (oppure distribuisce le visciole sciropate denocciolate, ben sgocciolate). Versa sopra il ripieno di ricotta e livella con una spatola. Con la

pasta frolla avanzata, ricava delle strisce e decora la superficie della crostata, formando una griglia.

4. Cuoci in forno preriscaldato a 180°C per circa 35-40 minuti, o fino a quando la pasta frolla sarà dorata e il ripieno si sarà rassodato. Lascia raffreddare completamente la crostata prima di sformarla e tagliarla a fette.
5. In alcune zone del Lazio si utilizza la ricotta di pecora e si aggiunge un po' di Sambuca al ripieno.

Indice alfabetico delle ricette

Aspic di Uova e Verdure	94
Baccalà con la Polenta	86
Brazadèl	124
Brodetto di Agnello o Capretto	72
Calcioni Dolci	127
Cannelloni di Carne e Ricotta	19
Cavatelli con le Cozze	23
Ciaramicola	118
Cima alla Genovese	97
Coniglio all'Ischitana	61
Coniglio in Porchetta	75
Coratella d'Agnello	63
Crostata Ricotta e Visciole	142
Culurgiones de Casu con Asparagi Selvatici	52
Falaone Dolce	133
Fiadoni Dolci	111
Frittata di Carciofi	80
Lasagne con i Bruscardoli	13
Lasagne Verdi alla Bolognese	26
Latte in Piedi	139
Magri Cuet	88
Minchiareddi con Baccalà e Peperoni	46
Pardulas	108
Pasimata	136
Pasta alla Vignarola	49
Pastiera	114

Pici al Ragù di Agnello	16
Pinza Triestina	103
Pizza Dolce di Pasqua	121
Pizzoccheri della Valtellina	40
Pollo Ripieno	77
Polpettine Pasquali	65
Rabaton Burro, Salvia e Limone	56
Ravioli di Brasato	36
Resta	106
Sa Panada	83
Sformato di Asparagi	91
Spaghetti alla Nerano	33
Torta Dolce di Riso	130
U Sciusceddu	68
Zuppa di Fagioli e Scarole	30
Zuppa di Farro e Ceci	43

Sulla tavola di Primavera
Le ricette della tradizione italiana
e della cucina regionale
di Alfredo Passalacqua
ISBN 9788864387307

© 2025 Editrice ZONA
Via Massimo D'Azeglio 1/15
16149 Genova
(+39) 338.7676020
info@editricezona.it
editricezona.it

Prima edizione marzo 2025

editricezona.it
info@editricezona.it