

# Frittata con la mentuccia



La frittata con la mentuccia (usata tipicamente per aromatizzare i [carciofi](#)) è tipica della colazione di Pasqua in Ciociaria, ma è ottima anche servita come antipasto o come secondo.

In questa versione vi proponiamo, come sfizioso antipasto, una frittata molto sottile con la quale creiamo dei piccoli rotolini da stuzzicare in compagnia.

**Ingredienti per 4 persone**

2uova

mentuccia a piacere

sale

olio

Rompere le uova in una ciotola e aggiungere il sale e sbatterle con una forchetta. Aggiungere la mentuccia e mescolare.



Nel frattempo scaldare un filo di olio in una padella antiaderente, versare le uova e cuocere a fuoco basso per qualche minuto. Con l' aiuto di un piatto girare la frittata e cuocere dall' altro lato.

Inizierete a sentire il profumo inconfondibile della mentuccia e vi verrà sicuramente voglia di mangiarla, anche perché la frittata calda su una fetta di pane casereccio tostato è buonissima...o come si dice da noi "è la morte sua".



Se siete bravi e riuscite a resistere, avvolgere la frittata su se stessa e ritagliate dei piccolini rotolini. Potete infilzarli con uno stuzzicadenti e servirli su un tagliere accompagnati con delle fette di pane.

[Torna alla Home](#)

[Vedi altro nel Menu di Pasqua](#)

[Vedi altri antipasti](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)

---

## [Polpo stufato con i ceci](#)



Il polpo con i ceci è un abbinamento un po' insolito ma vi assicuro che è perfetto. In questa ricetta il polpo non viene lessato prima ma stufato direttamente nel vino. L'ideale è utilizzare una pentola in ghisa per una cottura lenta a fuoco basso. Il risultato sarà un polpo morbido e saporito.

#### Ingredienti per 2 persone

polpo surgelato (circa 500/600 g)

250 g ceci lessati

2 carote

1 scalogno

rosmarino

vino bianco

olio evo

Per prima cosa soffriggere lo scalogno con un filo di olio, un dito di acqua e le carote tagliate a dadini. Cuocere per 5 minuti circa; nel frattempo pulire il polpo scongelato e tagliarlo in piccoli pezzi, mettere sul fuoco e sfumare con il vino bianco. Far cuocere a fuoco lento per circa 40 minuti e quando necessario aggiungere un po' di acqua calda in modo che rimanga sempre morbido.

Non appena il polpo è cotto e l'acqua di cottura si è asciugata, aggiungere i ceci precedentemente lessati, un rametto di rosmarino e far cuocere sempre a fuoco lento per altro 15/20 minuti.



**Prima di aggiungere il sale fare la prova di assaggio.**

**Servire il polpo su un piatto piano oppure tipo zuppeta in delle ciotoline accompagnato con qualche crostino di pane.**

**Variante: per rendere il piatto più cremoso, frullare metà dei ceci prima di aggiungerli al polpo.**



**Ottimo come secondo con contorno ma anche come antipasto.**

**Idea per il giorno dopo: se le porzioni vi sembrano abbondanti, nessun problema, lasciatene un po' da parte e usatelo come condimento per la pasta da portare a lavoro il giorno successivo. [Guarda la ricetta.](#)**

**[Torna alla Home](#)**

**[Vedi altri secondi](#)**

**[Vedi tutte le ricette](#)**

---

# Insalata di polpo e patate



L'insalata di polpo e patate è un piatto dal sapore delicato, ottimo sia come antipasto che come secondo. Si può personalizzare in mille modi a seconda dei gusti ma anche in base a quello che avete al momento a disposizione.

**Ingredienti per 2 persone**

**polpo surgelato (circa 500/600 g)**

**4 patate medie**

**200 g di ceci**

sedano

olive taggiasche

sale, olio evo, pepe

vino bianco

cipolla

anacardi

Per prima cosa cuocere il polpo: immergerlo in acqua fredda, aggiungere un po' di vino, il sedano e la cipolla. Portare ad ebollizione e cuocere almeno 40/50 minuti ( il tempo varia in base alla grandezza del polpo). Una volta cotto, lasciar raffreddare nell'acqua di cottura.

Mentre il polpo cuoce, bollire le patate o in alternativa cuocerle al vapore. Io personalmente preferisco questo tipo di cottura, le patate rimangono

più asciutte, più compatte e molto più saporite. Se preferite potete aggiungere anche una carota.

Una volta che le patate sono cotte, tagliarle a pezzetti e condirle con olio, sale e pepe. Aggiungere le olive, il sedano tagliato in piccoli pezzi, e i ceci precedentemente lessati (se avete poco tempo a disposizione quelli in barattolo sono una buona alternativa).

Scolare il polpo, pulirlo togliendo la pelle e tagliarlo in piccoli pezzi. Aggiungerlo al condimento di patate e mescolare. Avendo già salato le patate e considerando che il polpo è saporito, fare la prova assaggio prima di aggiungere altro sale.

Per una nota croccante aggiungere gli anacardi interi.

Lasciar riposare almeno 30/40 minuti in modo che si insaporisca bene il tutto.

Questo piatto si può preparare anche il giorno prima ma prima di servirlo lasciar intiepidire a temperatura ambiente o scaldare per qualche secondo al microonde.

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri secondi](#)

[Vedi tutte le ricette](#)

---

## [Chips di zucca al forno](#)



**Ecco un'altra idea per cucinare la zucca! Chips di zucca al forno ... un antipasto sfizioso o un croccante contorno, facile e veloce da preparare.**

**Ingredienti per 2 persone**

**250 g di zucca (pulita)**

**farina**

**1/4 porro**

**olio evo, sale qb**

**salvia, peperoncino**

**Pulire la zucca e tagliarla in tante sottili fette, infarinarle e adagiarle sulla placca del forno.**

**Condire con il porro tagliato a rondelle, la salvia, il peperoncino e un filo d'olio.**



**Cuocere in forno a 200° per circa 15/20 minuti a seconda del grado di cottura e croccantezza desiderato.**

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri antipasti](#)

[Vedi tutte le ricette](#)

---

## **Sformatini di zucchine e brie**



**Facili? Decisamente... Veloci? Non tanto... Ma se una sera tornate dal lavoro, non avete pensato a nulla e non avete granché in frigorifero, questi sformatini potrebbero essere un'ottima idea come "salvacena"!**

**Ingredienti per 3/4 sformatini**

**1 zuccina grande (o 2 piccole)**

**1 uovo**

**parmigiano grattugiato**

**pangrattato**

**brie**

**ricotta**

**1 scalogno**

**olio evo**

sale qb

pepe qb

1 noce di burro

In una padella mettete circa un cucchiaino di olio evo e uno scalogno tritato. Tagliate grossolanamente la zuccina (o le 2 zucchine se sono piccole) e mettetele a cuocere in padella quando lo scalogno sarà diventato trasparente. Cuocete per circa 10 minuti, finché le zucchine non saranno morbide. Frullate zucchine e scalogno fino ad ottenere una crema e versatela in una ciotola. Alla crema di zucchine aggiungete un uovo e amalgamate bene il tutto. Aggiungete circa 60 o 70 g di ricotta e mescolate il composto fin a renderlo omogeneo. L'uovo e la ricotta tendono ad ammorbidire il tutto. Tagliate a dadini qualche fetta di brie e aggiungetela nella ciotola. Aggiustate di sale e pepe fintanto che il composto è ancora morbido. Ora per farlo addensare aggiungete circa 3 cucchiaini pieni di parmigiano grattugiato e 3 cucchiaini belli pieni di pangrattato. Amalgamate bene il tutto. Il composto deve addensarsi, quindi aggiungete a poco a poco pangrattato, se opportuno, affinché la consistenza del composto sia tale da superare la "prova del cucchiaino" (lasciate il cucchiaino in verticale, se non cade il composto ha la consistenza giusta).

Imburrate il fondo e i bordi di 2 o 3 pirottini di alluminio da forno e cospargete fondo e bordi di pangrattato. Versate il composto all'interno dei pirottini fino a riempirli per i 3/4.

Mettete in forno caldo a 200°C per 30 minuti circa. Io generalmente metto semplicemente i pirottini sulla teglia da forno ricoperta con un foglio di carta da forno, ma se preferite potete anche infornarli a bagnomaria.

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri antipasti](#)

[Vedi tutte le ricette](#)

---

## Barchette di indivia panzanellate al baccalà



Le barchette di indivia si prestano per antipasti veloci e di grande effetto, come in questo caso servite con panzanella e baccalà.

Un ottimo antipasto anche per il cenone di Natale, accompagnato come nella foto, da un crostino di pane caldo e salmone.

### Ingredienti

Indivia (4 barchette)

1/2 Filetto di baccalà

2 fette di Pane raffermo

Aceto qb

Olio evo

## Preparazione

Cuocere il filetto di baccalà precedentemente ammollato al vapore o bollito. (I tempi di cottura variano in base alla modalità di cottura e grandezza del filetto, al vapore considerare circa 15/20 minuti).

Mentre il baccalà cuoce, mettere le fette di pane raffermo ammollo in acqua e aceto. Lavare e asciugare le barchette di indivia.

Non appena il baccalà è pronto, condire con olio e lasciare intiepidire. Nel frattempo strizzare il pane, condirlo con un pò d'olio e riempire le barchette di indivia. Adagiare i filetti sulla panzanella e servire

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri antipasti](#)

[Vedi tutte le ricette](#)

---

[Mini-hamburger di gateau di patate con mortadella al pistacchio](#)

Oggi vi proponiamo un'idea che può essere adatta sia come antipasto per una cena sia per un aperitivo. Tante sono le possibili varianti di un gateau di patate, noi ve lo proponiamo con la mortadella al pistacchio, ma servito come hamburger.

### Ingredienti per 4 mini-hamburger

4 panini piccoli da hamburger  
2 patate medie  
4 cucchiaini di parmigiano  
2 cucchiaini di pangrattato  
2 fette di mortadella al pistacchio  
sale qb  
pepe qb

*(in questa versione abbiamo aggiunto una fettina di Lardo di Colonnata all'interno di ciascun mini-hamburger)*

Mettete a bollire le patate in acqua calda. Le patate devono essere immerse completamente nell'acqua. Quando le patate sono morbide, toglietele dal fuoco e dall'acqua e lasciatele intiepidire in un contenitore. Una volta raffreddate, pelatele e schiacciatele con lo schiacciapatate. In questa ricetta vi diamo una versione di gateau senza uova, ma eventualmente è possibile aggiungere un uovo dopo aver schiacciato le patate. Aggiungete poi il parmigiano reggiano e mescolate fino ad ottenere un composto omogeneo.



Tagliate a pezzettini sottili la mortadella al pistacchio e aggiungetela al composto, poi mescolate bene. Aggiungete il pangrattato per addensare lievemente il composto. Imburrare una teglia di circa 30 cm non troppo alta e versatevi il composto stendendolo in maniera uniforme fino ad un'altezza di circa 1.5 cm. Aggiungete una spolverata di parmigiano reggiano in superficie, in modo tale che in cottura si crei una crosticina dorata. Infornate quindi a 180°C per circa 15 minuti.

Verso la fine della cottura del gateau, tagliate a metà i panini da hamburger e abbrustoliteli su una griglia. Una volta abbrustoliti, realizzate dei cerchi di gateau e posizionatevi all'interno del panino (potete aiutarvi con un coppapasta). Posizionate sopra il cerchio di gateau una fettina di Lardo di Colonnata che col calore del gateau e del pane caldo si ammorbidisce e diventa trasparente. Infine chiudete il panino.

Potete servirlo anche come finger food.

In questa variante di gateau, non è stato utilizzato l'uovo per "alleggerire" un po' il piatto, vista la presenza sia di mortadella che di lardo. Chiaramente la consistenza del gateau così realizzato risulterà più friabile e meno legato. Inoltre abbiamo usato fettine sottili di mortadella, ma è possibile sostituire le due fette sottili con una sola fetta di uno spessore di circa 0.5 cm poi tagliata a dadini.

[Vedi gli altri antipasti](#)

[Vedi altro in "Aperitivo, Apericena e Brunch"](#)

[Vedi tutte le ricette](#)