

Tagliolini con gli asparagi



Ecco a voi un piatto tipico del menu di Pasqua in Ciociaria: i tagliolini con gli asparagi, o come si chiamano in dialetto ciociaro i “fini fini”, rigorosamente fatti in casa e tagliati a mano. Anche qui, come per le [fettuccine](#), viene in soccorso Nonna Adelina, che riesce a tagliare la pasta così fine che si scioglie in bocca.

Un ingrediente chiave della ricetta sono gli asparagi selvatici che proprio in questo periodo iniziano a spuntare nei campi, hanno un sapore più forte dei normali asparagi coltivati ma sono buonissimi.



Ingredienti per 2 persone

Per la pasta

2 uova

200 g di farina di grano duro

Mettere la farina sulla spianatoia, aggiungere le uova e iniziare ad ammassare finché l'impasto non prende consistenza. Lavorare bene fino a creare una palla. Lasciare riposare almeno un'ora ricoperta con pellicola trasparente.

Stendere la pasta con il mattarello fino ad ottenere una sfoglia non troppo sottile, lasciarla asciugare il tempo necessario, arrotolare la sfoglia su se stessa e tagliarla. Disporre i tagliolini su un piano infarinato fino al momento della cottura o in alternativa congelarli.



Condimento agli asparagi

200 g di asparagi selvatici

100 g di pancetta

1 spicchio di aglio

olio

sale

Per prima cosa pulire gli asparagi, eliminando la parte finale dei gambi che è dura e legnosa; tagliare in piccoli pezzi il resto lasciando intatta la punta.

In una padella rosolare la pancetta con un filo di olio, aggiungere lo spicchio di aglio pulito, gli asparagi, un pochino di sale e un bicchiere di acqua.

Cuocere a fuoco basso per circa 20 minuti e a metà cottura aggiungere ancora un po' di olio.



Portare ad ebollizione abbondante acqua, salare e cuocere i tagliolini.
Scolare la pasta e ripassare per qualche minuto nel condimento.

[Torna alla Home](#)

[Vedi altro nel Menu di Pasqua](#)

[Vedi altri primi](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)

[Risotto peperoni e mozzarella](#)

Oggi risotto peperoni e mozzarella, un primo piatto cremoso e colorato che ci ricorda un po' i sapori dell'estate.

Ingredienti per 2 persone

2 peperoni

300 g di passato di pomodoro

200 g di riso

30 g di porro

1 mozzarella

vino bianco

olio

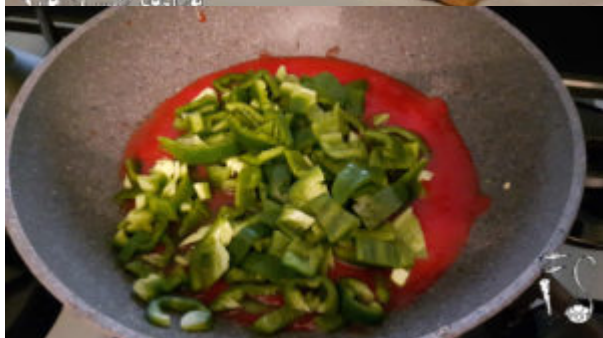
sale

timo

parmigiano grattugiato

Pulire i peperoni eliminando l'estremità superiore, i semi e i filamenti interni.

Tagliarli a pezzettini e metterli in un'ampia padella con il pomodoro, olio e sale. Aggiungere mezzo bicchiere di acqua e lasciar cuocere per circa 20 minuti.



Quando i peperoni sono cotti, frullarne la metà fino ad ottenere una crema.

Nella stessa padella rosolare il porro tagliato finemente con un filo di olio.



Aggiungere il riso e tostarlo a fiamma viva qualche minuto. Salarlo e sfumarlo con il vino bianco.



Cuocere il riso aggiungendo acqua calda o brodo vegetale. A metà cottura aggiungere i peperoni e la crema. Lasciare sul fuoco il tempo necessario e man mano aggiungere l'acqua calda.



A cottura ultimata e a fuoco spento mettere la mozzarella tritata e il parmigiano. Amalgamare e impiattare.



Decorare i piatti con un po' di crema, un pezzettino di mozzarella e un rametto di timo.

[Torna alla Home](#)

[Vedi gli altri Primi](#)

[Vedi tutte le ricette](#)

[Risotto alla spagnola](#)



Oggi Frasincucina vi propone un'idea originale per il vostro menù delle feste, il risotto alla spagnola che è una paella italianizzata, un via di mezzo fra la paella e il risotto di mare. In questa ricetta per comodità e velocità abbiamo utilizzato il pesce surgelato che è sempre bene avere di scorta nel congelatore per ogni emergenza. Ovviamente si può fare con il pesce fresco e il risultato sarà ancora più gustoso.

Ingredienti per 2 persone

200 g di riso parboiled

500 g di misto mare surgelato con gusci (cozze, vongole, gamberetti, seppioline, calamari)

2 gamberi interi

1 peperone

1 cipolla

1 spicchio d'aglio

100 g di piselli

1 bustina di zafferano

concentrato di pomodoro

vino bianco

peperoncino

sale

olio evo

Per prima cosa preparare le verdure:

lavare il peperone, pulirlo eliminando i semi interni,

tagliarlo a striscioline e lasciarlo scolare in uno scolapasta.

Sbollentare i piselli in acqua per qualche minuto, scolarli e lasciarli da parte.

Nel frattempo pulire il pesce, lavarlo e metterlo in una padella con un filo di olio olio, uno spicchio d'aglio, un po' di concentrato di pomodoro e peperoncino. Sfumare con il vino bianco e cuocere per circa 10 minuti. Lasciare i gamberi interi per la decorazione del piatto.

Iniziare ora la preparazione del riso: pulire la cipolla, cuocerla con un filo di olio e un po' di acqua. L'ideale sarebbe utilizzare un tegame di ghisa che mantiene il calore e favorisce la cottura lenta. Non appena la cipolla inizia a dorarsi, aggiungere i peperoni e cuocere fino a che iniziano a rosolare.

Aggiungere il riso, tostare per qualche minuto e sfumare con il vino bianco. Cuocere a fuoco lento mescolando e quando necessario aggiungere acqua calda o brodo vegetale. A metà cottura, circa dopo 8 minuti, aggiungere i piselli e il pesce (lasciate da parte i gamberi interi).



Lasciar cuocere per altri 10/12 minuti o fino al grado di cottura desiderato.

All'ultimo aggiungere al riso lo zafferano sciolto in un pochino di acqua calda. Mescolare bene in modo che tutto il riso si colori di giallo, lasciar riposare qualche minuto e impiattare. Potete dare una forma tonda o quadrata con l'aiuto di un coppapasta. Aggiungere il gambero per guarnire, un filo d'olio a crudo e servire.



[Torna alla Home](#)

[Vedi gli altri Primi](#)

[Vedi tutte le ricette](#)

[Filetti di baccalà su](#)

vellutata di ceci



Oggi vi proponiamo un secondo ottimo per il cenone di Natale, ma buono anche in ogni occasione. Un abbinamento particolare ma ben riuscito, un piatto semplice ma di grande effetto: filetti di baccalà su vellutata di ceci.

Ingredienti per 2 persone

700 g di ceci cotti (circa 250 g ceci secchi)

2 filetti di baccalà (circa 400 g)

rosmarino

sale

Olio

Per prima cosa mettere in ammollo i ceci per circa 8 ore, poi cuocerli in pentola a pressione per circa 40 minuti.

Passare i ceci in un passaverdure, in modo da ottenere una crema priva delle bucce. Lasciare da parte una cucchiata di ceci interi per la decorazione del piatto.

Mettere la crema in una pentola, aggiungere l'acqua di cottura, sale, olio e un rametto di rosmarino. Cuocere fino ad ottenere la giusta consistenza.



Nel frattempo lavare i filetti di baccalà, e cuocerli a vapore per 15 minuti. Non appena sono cotti, privarli della pelle e tagliarli a metà.
Versare la crema sul di ceci sul fondo del piatto, adagiarvi sopra il filetto di baccalà, aggiungere un po' di ceci interi, un rametto di rosmarino e un filo d'olio.



[Torna alla Home](#)
[Vedi altri Secondi](#)
[Vedi le altre ricette di Natale](#)
[Vedi tutte le ricette](#)

[Linguine al nero di seppia](#)



Oggi Frasincucina vi propone le linguine al nero di seppia, un primo piatto di mare elegante, delicato e soprattutto molto buono, perfetto anche per il cenone di Natale.

E siccome anche l'occhio vuole la sua parte, con un po' di accortezza si può giocare con il nero di seppia e curare anche l'impiattamento.

Ingredienti per 2 persone

2 seppie (circa 250n g pulite)

250 g di linguine

30 g di concentrato di pomodoro

vino bianco

olio

sale

latte

Per prima cosa pulire le seppie, facendo attenzione a conservare la sacca contenente l'inchiostro.

Lavarle accuratamente e tagliarle in piccole pezzettini.

Cuocere le seppie in una padella abbastanza grande da contenere poi la pasta, con mezzo bicchiere di acqua e un filo d'olio.



Dopo circa 10 minuti, quando l'acqua di cottura inizia ad evaporare, sfumare con il vino bianco e procedere la cottura per 1/8 minuti. Aggiungere ora il concentrato di pomodoro che servirà a dare un po' di cremosità al condimento.



Aprire le sacche contenenti il nero in una tazza, aggiungere un po' di acqua calda per sciogliere bene l'inchiostro e versare il tutto nella padella con le seppie.



Lasciar restringere ancora qualche minuto e poi aggiungere un filo di latte. Fino ad ora non abbiamo aggiunto il sale, prima meglio assaggiare il condimento e aggiungerlo solo se necessario.

Cuocere la pasta e scolarla molto al dente conservando

l'acqua di cottura.

Trasferire le linguine nella padella con le seppie, saltare per almeno un minuto aggiungendo se necessario un pochino di acqua.



Servire le linguine calde e a piacere aggiungere un po' di prezzemolo o dell'erba cipollina più che altro per un tocco di colore.

[Torna alla Home](#)

[Vedi gli altri Primi](#)

[Vedi tutte le ricette](#)

[Risotto di mare](#)



Oggi vi proponiamo il risotto di mare, pieno di “inciampi” come si dice a Livorno ovvero bello ricco di pesce, come gamberetti, calamari, pannocchie e vongole. E' un primo adatto ad ogni occasione e perfetto per il cenone di Natale.

Ecco a voi la ricetta.

Ingredienti per 2 persone

150 g di gamberetti

1 calamaro

250 g di pannocchie

400 g di vongole

300 g di riso

1 cipolla

1 patata

1 carota

olio

peperoncino

latte

burro

Per prima cosa mettere le vongole in ammollo in acqua fredda e sale e lasciarle qualche ora.

Mentre le vongole stanno spurgando pulire il calamaro, eliminando le viscere interne e la pelle, tagliarlo in piccoli pezzettini e cuocerlo in una padella con mezzo bicchiere di acqua.

Pulire le pannocchie estraendo la polpa interna.

Lasciare da parte le teste e le code e lasciare due pannocchie più piccole intere.

Pulire i gamberetti eliminando la testa e la coda e la corazza esterna.

Lavare il pesce sotto l'acqua corrente e aggiungerlo nella padella con i calamari. Se necessario aggiungere un pochino di acqua.

Mentre il pesce cuoce mettere in una pentola la patata e la carota sbucciate, le teste e le code delle pannocchie e far cuocere il brodo che poi verrà usato per la cottura del riso.

Nel frattempo lavare le vongole sotto l'acqua corrente e metterle in una padella per far aprire i gusci con un bicchiere di acqua.



Una volta che le vongole sono aperte trasferirle nella padella con i calamari le pannocchie e i gamberi eliminando alcuni gusci. Aggiungere un po' di olio e il peperoncino.

Lasciar cuocere per circa 15 minuti.



Nel frattempo far dorare un piccolo pezzettino di cipolla con un filo d'olio in una pentola capiente, aggiungere il riso, tostarlo per qualche minuto e poi sfumarlo con il vino bianco. Procedere con la cottura del riso aggiungendo di volta in volta il brodo. A metà cottura aggiungere il pesce.

Quando il riso è quasi cotto aggiungere un filo di latte, mescolare e spegnere il fuoco. Aggiungere una noce di burro, mantecare ed impiattare.



[Torna alla Home](#)

[Vedi altri Primi](#)

[Vedi le altre ricette di Natale](#)

[Vedi tutte le ricette](#)

[Polpette ceci e gamberi](#)



Le feste si avvicinano e FrasinCucina vi propone qualche idea sfiziosa per il cenone della vigilia o per il pranzo di Natale.

Oggi iniziamo con un antipasto da gustare come fingerfood, delle polpette di ceci e gamberi cotte al forno.

Ingredienti per 8 polpette

150 g di ceci lessi

4 gamberi

200 g di patate

timo

olio

sale

Ripassare i ceci precedentemente ammollati e lessati, in una padella con un filo di olio e un pizzico di sale.

Nel frattempo lavare le patate e cuocerle in abbondante acqua con la buccia. Portare ad ebollizione e cuocere per circa 30 min, fino a che non diventano morbide.

Far raffreddare le patate, sbucciarle e tagliarle a dadini.

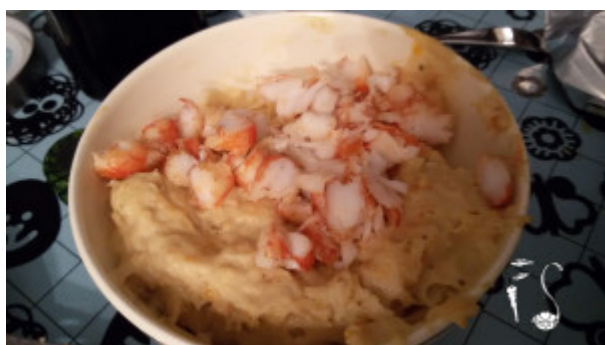
Pulire i gamberi, eliminando il guscio e la coda, ma lasciando intatta la testa che servirà sia per dare sapore durante la cottura che per la decorazione del piatto.

Cuocere i gamberi in una padella con un filo d'olio e un po' di vino bianco, per circa 7/8 minuti.

Frullare i ceci con le patate e il timo, aggiungendo se necessario un filo di olio.



Aggiungere alla crema ottenuta i gamberi tagliati a tocchetti e amalgamare bene il composto.



Versare il pangrattato su un foglio di carta di alluminio e versare all'interno un cucchiaino di impasto. Formare le polpette e adagiarle sulla placca del forno.



Cuocere a 180° per circa 15 minuti.

[Torna alla Home](#)

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

[Vedi altro in Antipasti](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)

Risotto radicchio e gorgonzola



Oggi vi proponiamo il nostro risotto radicchio e gorgonzola, un piatto colorato e saporito.

Il segreto è dosare bene gli ingredienti, da un lato non deve predominare il sapore amarognolo del radicchio e dall'altro non deve vincere il sapore deciso del gorgonzola. Con il giusto equilibrio il risultato è assicurato. Ecco a voi la ricetta.

Ingredienti per 2 persone

250 g di radicchio

1 costa di sedano

2 scalogni

200 g di riso

100 g di gorgonzola

4 noci

parmigiano grattugiato qb

Per prima cosa preparare il brodo vegetale mettendo a bollire uno scalogno tagliato a metà e il sedano. Se avete a disposizione anche una carota e una patata potete aggiungerle.



Lavare il radicchio e lasciare da parte due foglie esterne più grandi e qualche fogliolina interna. Tagliare il resto in piccoli pezzi, eliminando la parte bianca centrale e far appassare sul fuoco con uno scalogno e un filo d'olio per circa 10 minuti.



Quando il radicchio è cotto metterlo da parte e nella stessa pentola aggiungere un filo d'olio e versare il riso.

Tostare per qualche minuto e sfumare con il vino bianco.

Aggiungere un pizzico di sale e due mestoli di brodo caldo. Lasciar cuocere girando di tanto in tanto.

A metà cottura aggiungere il radicchio e continuare a cuocere aggiungendo il bordo caldo se necessario.

Tagliare le foglie interne del radicchio in listarelle sottili e farle saltare a fuoco vivo con un filo d'olio. Lasciare da parte.



Asciugare le 2 foglie esterne lasciate intere e adagiarle nei piatti, al momento di servire il riso le useremo come decorazione.

Pulire le noci e tagliare il gorgonzola a dadini.

Quando il riso è quasi cotto, abbassare la fiamma, aggiungere il gorgonzola, il parmigiano grattugiato e le noci spezzettate, cuocere un altro minuto. Spegnerne

la fiamma e lasciar riposare un paio di minuti prima di impiattare.



[Torna alla Home](#)

[Vedi altri Primi](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)

[Farro con tonno e pomodorini](#)



Con l'arrivo dell'estate ci possiamo sbizzarrire con mille idee per un pranzo a lavoro fresco e gustoso. Oggi abbiamo preparato un'insalata di farro con tonno e pomodorini, un ottimo primo per il pranzo in ufficio, ma anche uno sfizioso antipasto da gustare in compagnia.

Ingredienti per 2 persone

150 g di farro
5/6 pomodorini
olive nere snocciolate
150 g di filetti di tonno sott'olio
basilico
erba cipollina
olio

Per prima cosa, lavare il farro sotto l'acqua corrente e cuocerlo per circa 15/20 minuti.

Mentre il farro cuoce, in una ciotola capiente mettere i filetti di tonno sgocciolati, le olive nere, i pomodorini tagliati a spicchi, il basilico fresco e



l'erba cipollina. Quando il farro è cotto, scolarlo dall'acqua di cottura e lasciarlo raffreddare. Successivamente trasferirlo nella ciotola con il tonno e gli altri ingredienti, aggiungere un filo di olio e se necessario un pizzico di sale.

Per il pranzo a lavoro, trasferire l'insalata di farro nel contenitore e conservare in frigorifero fino al giorno successivo.

Per un antipasto sfizioso, o un aperitivo con gli amici, servire il farro in piccoli bicchierini .

[Torna alla Home](#)

[Vedi altro in Pranzo a lavoro](#)

[Vedi altri Primi](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)

Spaghetti con carciofi e gamberi



Spaghetti con carciofi e gamberi...un abbinamento da

provare! Sapore intenso da un lato e delicato dall'altro, originali, sfiziosi e colorati.

Ingredienti per 2 persone

250 g di spaghetti

8 carciofi piccoli o 4 carciofi medi

4 gamberi

olio evo

sale

concentrato di pomodoro

vino bianco

La prima cosa da fare nella preparazione di questa ricetta è pulire i carciofi. Preparate subito una ciotola con acqua fredda e il succo di un limone, in modo che i carciofi puliti non anneriscano.

Pulire i carciofi eliminando le foglie più esterne e la punta. Tagliare ogni carciofo a metà ed eliminare la peluria interna, ritagliare poi a spicchi. Mettere i carciofi puliti nell'acqua con il limone e lasciare ammollo per un'oretta, poi lavare sotto l'acqua corrente.

Tenere da parte un paio di spicchi e trasferire il resto dei carciofi in una padella, con un filo di olio e un po' di sale. Aggiungere un bicchiere di acqua e cuocere a fuoco lento per 20 minuti, fin quando non sono diventati morbidi. Durante la cottura se necessario aggiungere un altro po' di acqua.



Ritagliare a strisce sottilissime i due spicchi tenuti da parte e cuocerli in una padella antiaderente con un filo d'olio, fino a che non diventano croccanti. Serviranno per la decorazione del piatto.



Mentre i carciofi continuano a cuocere, lavare i gamberi sotto l'acqua corrente, sgusciarli, eliminare l'intestino con l'aiuto di un coltellino, e trasferirli in una padella con vino bianco, olio, e concentrato di pomodoro. Cuocere a fuoco lento per circa 10 minuti.



Quando i carciofi sono cotti, frullarne la metà, e tenere da parte la crema ottenuta.

Non appena anche i gamberi sono pronti, tagliarne due in piccoli pezzi ed unirli ai carciofi. Aggiungere anche la crema e lasciar cuocere per qualche minuto ancora.



Lasciare 2 gamberi interi per la decorazione del piatto

Nel frattempo portare ad ebollizione l'acqua e cuocere la pasta. Scolare al dente e ripassare nel condimento. Impiattare, aggiungere il gambero intero e distribuire i carciofi croccanti.

Con l'aiuto di un pennellino da cucina, utilizzare un po' di crema di carciofi per la decorazione del piatto.



[Torna alla Home](#)

[Vedi altri Primi](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)