

Biscottini di Halloween



Dolcetto o scherzetto?

Oggi vi proponiamo i biscottini di halloween, graziosi biscotti di pasta frolla decorati con il cioccolato. Tutto ciò che vi serve sono delle formine adatte al tema, quindi una zucca, una ragnatela e perché no anche una bara è un pipistrello.

La pasta frolla che abbiamo utilizzato è a base di margarina quindi adatta anche a chi è in tollerante al latte.

Ingredienti

225 g di margarina
150 g di zucchero a velo
3 tuorli di uovo
375 g di farina 0
1 pizzico di sale

Per le decorazioni

Cioccolato fondente

Lavorare la margarina a temperatura ambiente con lo zucchero a velo. Amalgamare bene e aggiungere i tuorli d'uovo.



Quando l' impasto è liscio e omogeneo aggiungere la farina e lavorare velocemente.



Stendere la pasta frolla su un foglio di carta da forno e con l'aiuto delle dormire ricavare i biscotti.

Cuocere in forno caldo a 220 gradi per circa 10 minuti.

Sciogliere il cioccolato fondente a bagnomaria e decorare i biscottini.



[Torna alla Home](#)

[Vedi altri Dolci](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)

Cannelloni zucca e ricotta



Oggi FraSi in cucina vi propone come primo piatto una pasta al forno con la zucca, dedicata alla serata di Halloween: cannelloni zucca e ricotta!

Sono un piatto molto delicato, ma se volete dare una spinta di sapore potete arricchirli con qualche striscia di lardo di Colonnata.

Ingredienti per 2 persone

6/7 cannelloni

300 g di zucca circa

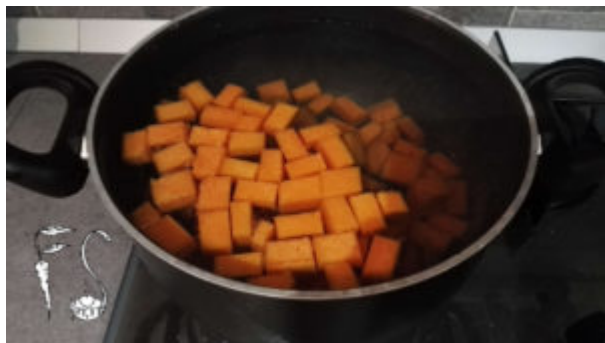
100 g di ricotta

3/4 cucchiaini pieni di parmigiano

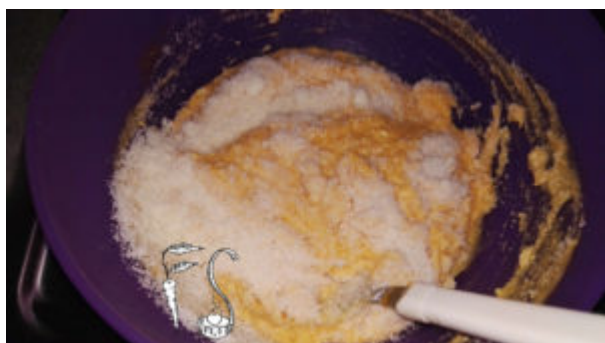
olio evo

sale e pepe

Per prima cosa tagliate la zucca a cubetti. Portate a bollire un tegame di acqua e buttate i cubetti di zucca a bollire.



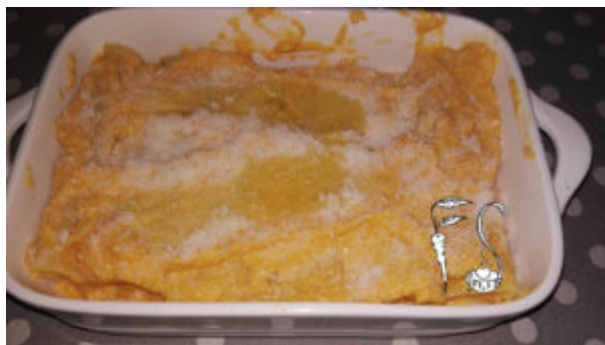
Quando la zucca si sarà ammorbidita, ritiratela e mettetela in un contenitore a parte. Riportate a bollore l'acqua in cui avete cotto la zucca, aggiungete sale grosso e buttate i cannelloni. Passatela zucca con il minipimmer e riducetela in crema. Dopodiché versate la purea di zucca in una ciotola, aggiungete la ricotta e il parmigiano.



Aggiungete un filo d'olio evo, aggiustate di sale e pepe e mescolate bene per ottenere il ripieno dei cannelloni.

Nel frattempo scolate i cannelloni, che devono bollire pochi minuti in modo che non si rompano, e lasciateli da parte a raffreddare un po'. Quando i cannelloni si saranno intiepiditi, versate un filo d'olio in una teglia da forno e cominciate a riempire i cannelloni con il ripieno che avete preparato. Man mano che avrete riempito i cannelloni, adagiateli all'interno della teglia e ricoprite il tutto con il composto che vi è rimasto. Spolverate in superficie con un'altra manciata di parmigiano reggiano e infornate in forno

preriscaldato a 180°C per circa 15 minuti, fino a che la superficie non sarà bella dorata.



[Torna alla Home](#)

[Vedi altri Primi](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)

[Penne tonno e peperoni](#)



Oggi vi proponiamo un primo piatto velocissimo da preparare, che ci ricorda ancora il sapore dell'estate. Le penne con tonno e peperoni sono gustose, saporite e perfette anche per il pranzo in ufficio. Ecco a voi la ricetta.

Ingredienti per 2 persone

250 g di penne o altra pasta corta
600 g di peperoni
200 g di tonno
olio
sale

Per prima cosa lavare i peperoni, tagliarli a metà, eliminare il picciolo e i semi interni e ritagliarli in piccoli pezzettini.

Trasferire i peperoni in una pentola, aggiungere olio sale e mezzo bicchiere di acqua. Lasciarli cuocere per circa 20 minuti.

In questa versione abbiamo utilizzato i peperoni verdi, ma se avete anche quelli gialli e rossi mischiateli così il piatto risulterà più colorato.



Cuocere la pasta, ottime le penne ma va bene qualsiasi formato corto.

Nel frattempo frullare metà dei peperoni fino ad ottenere una crema, unirla ai peperoni in padella e aggiungere i filetti di tonno sgocciolati.



Scolare la pasta, aggiungerla al condimento e saltarla per qualche secondo.

Buon appetito a tutti!!!

[Torna alla Home](#)

[Vedi gli altri Primi](#)

[Vedi tutte le ricette](#)

Gnocchi di zucca con burro e salvia



La zucca in questo periodo è la vera protagonista delle nostre ricette e oggi vi proponiamo degli gnocchetti di zucca conditi con burro e salvia. Semplici, profumati, delicati, morbidi e colorati, cosa aspettate a provarli? Ecco a voi la ricetta

Ingredienti per 2 persone

500 g di zucca pulita
200 g di farina di grano duro
40 burro
olio
salvia

Per prima cosa pulire la zucca e eliminando la buccia. Tagliarla in fette non troppo sottili e cuocerla in forno per circa 30 minuti. La zucca deve perdere l'acqua e diventare morbida in modo da essere schiacciata con una forchetta. Schiacciare la zucca e lasciarla scolare per un po' di tempo, meglio prepararla la sera precedente.



Mettere la farina su un piano, aggiungere la zucca e lavorare l'impasto fino a renderlo della giusta consistenza. Se necessario aggiungere altra farina, ma non troppo. L'impasto rimane più morbido dei classici gnocchi di patate, non spaventatevi.

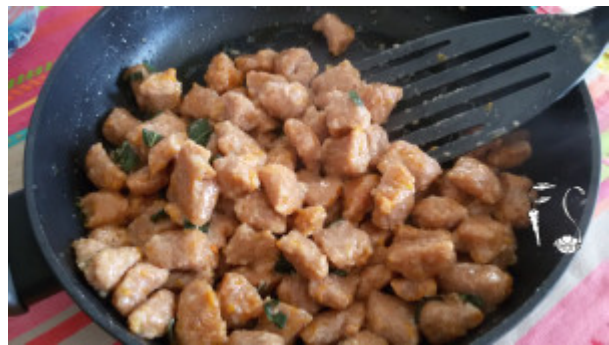
Io ho usato una farina di grano duro timilia, biologica. Una farina molto profumata ricavata da un grano duro dalla spiga lunga e sottile che in Sicilia viene chiamato Tumminia.

Tagliare l'impasto in piccole porzioni, lavorarlo e tagliare i singoli gnocchi che via via adagiamo in una teglia infarinata.



Sciogliere il burro in un'ampia padella, aggiungere un filo d'olio e la salvia sminuzzata.

Cuocere gli gnocchi in abbondante acqua salata, non appena vengono a galla scolarli e ripassarli nella padella con il condimento.



[Torna alla Home](#)

[Vedi altri Primi](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)

[Riso rosso su vellutata di ceci](#)



Oggi vi proponiamo un primo piatto sano e gustoso, ottimo per riscaldare una giornata invernale, riso rosso su vellutata di ceci. E' una ricetta semplice e velocissima da preparare.

Ingredienti per 2 persone

150 g di riso rosso

1 kg di ceci già lessati

olio

sale

Per prima cosa lessare i ceci o utilizzare ceci già pronti. Con l'aiuto di una centrifuga o di un passaverdure, frullare i ceci, eliminando le bucce, lasciandone da parte qualcuno intero.



Scaldare la crema ottenuta su fuoco lento, salare e aggiungere un filo di olio a crudo.

Cuocere il riso rosso in abbondante acqua salata.



Quando il riso è pronto, mettere la vellutata di ceci in una ciotola, aggiungere il riso e servire ben calda.

A piacere potete aggiungere una spolverata di pepe.

[Torna alla Home](#)

[Vedi gli altri Primi](#)

[Vedi tutte le ricette](#)

[Muffin al lime \(variante\)](#)



Vi ricordate i nostri profumatissimi muffin al lime? Oggi abbiamo preparato una versione un po' più light sostituendo il burro con le corrette proporzioni di olio di semi di arachidi e acqua. Ecco a voi la nuova ricetta.

Ingredienti per 12 muffin

250 g di farina
160 g di olio di semi di arachidi
40 g di acqua
200 g di zucchero
4 uova
1/2 bustina di lievito in polvere (circa 8 g)
succo di 2 lime
scorza di 1 lime
zucchero a velo

Preparazione

In una ciotola setacciate insieme la farina e il lievito. In un'altra ciotola, lavorate le uova con lo zucchero fino ad ottenere un composto spumoso. Aggiungete l'olio di semi di arachidi e l'acqua e frullate bene. Mettete anche il succo di lime e la scorza di un lime. Piano piano aggiungete la farina e il lievito setacciati e mescolate fino ad ottenere un composto omogeneo. Mettete le apposite formine di carta in uno stampo per muffin (in questo caso ho usato uno stampo da 12) e versatevi all'interno il composto fino a riempire le formine poco più dei 3/4. Livellate bene con un cucchiaio e infornate i forno preriscaldato a 180°C per circa 15 minuti.



Quando i muffin saranno dorati potete sfornarli. Fate comunque la prova stecchino.
Lasciate raffreddare a temperatura ambiente.

Quando i muffin si saranno raffreddati, toglieteli dallo stampo e spolverateli di zucchero a velo.



E buongiorno a tutti!

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri dolci](#)

[Vedi tutte le ricette](#)

Melanzane al forno



Oggi vi proponiamo delle melanzane al forno ripiene di pomodoro fresco e scamorza, un piatto saporito ma allo stesso tempo leggero e sicuramente una valida alternativa alla parmigiana di melanzane.

Potete utilizzarlo come secondo con contorno, o come antipasto.

La ricetta è molto semplice e prevede due step di

cottura, il primo delle melanzane da sole e il secondo di quelle ripiene.

Ingredienti per 2 persone

2 melanzane tonde

2 pomodori

1 scamorza fresca (circa 180g)

olio

sale

basilico

maggiorana

Per prima cosa tagliare le melanzane non troppo sottili ma neppure troppo spesse e adagiarle sulla placca del forno, precedentemente ricoperta con la carta forno e leggermente oliata.

Salare e infornare a 180° per circa 15 minuti. Le melanzane devono ammorbidirsi ma non cuocere del tutto.



Mentre le melanzane sono in forno, tagliare il pomodoro e la scamorza a fette.

Togliere le melanzane dal forno e adagiare sulla metà una fettina di pomodoro e una di scamorza. Ricoprire con un'altra fetta di melanzana come a formare un panino.



Quando tutte le melanzane sono state farcite, aggiungere un filo d'olio, sale, il basilico e la maggiorana.



Coprire con un foglio di carta di alluminio e infornare a 180° per altri 20/25 minuti, facendo attenzione a non farle bruciare.



[Torna alla Home](#)

[Vedi altri secondi e contorni](#)

[Vedi altri antipasti](#)

[Vedi tutte le ricette](#)

[Filetti di merluzzo con zucchini e olive](#)



Un secondo veloce e semplice da preparare, filetti di merluzzo con zucchini e olive, un'idea salvacena dell'ultimo minuto.

Ingredienti per 2 persone

4 filetti di merluzzo surgelati

2 zucchini

6 pomodorini

100 g di olive verdi snocciolate

timo

olio

sale

vino bianco

La preparazione di questa ricetta è molto veloce.

Lavare le zucchini, tagliare le due estremità ed affettarle con l'aiuto di una mandolina.
Lavare i pomodorini e tagliarli a spicchi.
Tagliare a metà le olive.

Mettere tutti gli ingredienti in una padella, il merluzzo, le zucchini affettate, i pomodorini, le olive e il timo. Aggiungere un filo d'olio un pizzico di sale e mezzo bicchiere di vino bianco.



Cuocere a fuoco lento per circa 20/25 minuti.

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri secondi e contorni](#)

[Vedi tutte le ricette](#)

[Gnocchetti con melanzane e stracciatella](#)



Oggi FraSincucina propone degli gnocchetti con melanzane e stracciatella su una salsa di pomodori freschi.

Un piatto profumato, saporito, delicato e colorato preparato con pochi ingredienti ma di ottima qualità.

Gli gnocchi utilizzati per la preparazione di questo primo sono realizzati senza patate, solo con acqua calda e farina di grano duro, come abbiamo visto qualche tempo fa nella nostra ricetta degli [gnocchetti senza patate con pesto di fave](#) o degli [gnocchetti senza patate con asparagi e burrata](#).

Ingredienti per 2 persone

gnocchetti senza patate ([vedi ricetta](#))

3 melanzane striate piccole (circa 400 g)

7 pomodori san marzano maturi

200 g di stracciatella

20 g di mandorle tritate

basilico

olio

sale

latte

Per prima cosa, preparare gli gnocchi secondo la ricetta indicata prima e tenerli da parte.

Lavare i pomodori e con l'aiuto di una centrifuga o un passaverdure estrarre la salsa.

Cuocere la salsa di pomodoro in padella con olio, sale e basilico, fino a che non inizia ad addensare.



Mentre la salsa di pomodoro è sul fuoco, lavare le melanzane e togliere la parte superiore.

Con l'aiuto di un pelino taglia julienne, togliere la buccia alle melanzane e realizzare delle striscioline.



Scaldare un filo d'olio in una padella e tostare la julienne di melanzane per qualche minuto, salare e tenere da parte.

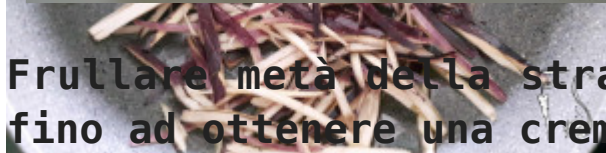
Sempre nella stessa padella dorare per qualche secondo la granelletta di mandorle.



Tagliare le melanzane a cubetti, trasferirle nella padella, aggiungere un filo d'olio, un pizzico di sale e cuocere per qualche minuto. Sfumare con un po' di acqua e cuocere per circa 10 minuti. Devono ammorbidirsi ma non diventare troppo cotte.



Frullare metà della stracciatella con un po' di latte fino ad ottenere una crema abbastanza liquida.





Versare la crema nella padella con le melanzane ma a fuoco spento.



Cuocere gli gnocchi, scolarli e saltarli nel condimento.



Ora che tutto è pronto, preparare i piatti: sul fondo mettere due cucchiaini di salsa di pomodoro, adagiare sopra delicatamente gli gnocchi, mettere le striscioline di melanzane croccanti, un cucchiaino di stracciatella e una spolverata di mandorle tostate.



[Torna alla Home](#)

[Vedi gli altri Primi](#)

[Vedi tutte le ricette](#)

[Funghi e cipolline ripieni](#)



I funghi e le cipolline ripiene sono il tipico piatto svuotafrigo: un'idea diversa per utilizzare in modo più originale il misto per toast che si trova comunemente già pronto tra i prodotti sottolio. Bastano 3 ingredienti per preparare un antipasto quasi finger food oppure un contorno.

Ingredienti per 2 persone

3 funghi champignon

3 cipolline

1/2 barattolo di misto per toast

sale e pepe

olio evo

Lavate accuratamente i funghi. Privateli del gambo e svuotate il cappello. Tritate finemente le parti del fungo che togliete e mettetele da parte.

Sbucciate le cipolline e mettetele a bollire in acqua salata fino a che non si saranno ammorbidite.

Scolatele e mettetele da parte. Quando le cipolline si saranno raffreddate a temperatura ambiente, svuotatele leggermente all'interno e mettetele in una teglia rivestita di carta da forno.

Mettete nella teglia anche i cappelli dei funghi. Bagnate con un filo d'olio evo e infornate in forno già caldo a 175°C circa.

In una ciotola mescolate il trito di funghi con il misto per toast. Aggiustate di sale e pepe e riempite i funghi e le cipolline. Richiudete il forno e lasciate cuocere per almeno 15 minuti.

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri Antipasti](#)

[Vedi altri Secondi e contorni](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)