

Gnocchi scalogno e pomodorini



Prendi una domenica di fine estate, fai un giro in montagna perché il caldo ti ha un po' stufato e senti già quasi la voglia di una giacca sulle spalle, o di una bevanda calda... fai visita al [mulino Mengozzi](#), a Fiumicello, nel Parco delle Foreste Casentinesi sull'Appennino Tosco-Romagnolo... E il mugnaio, che pur non lo fa di mestiere, ti regala un piccolo sacco di farina di grano macinato proprio con il suo mulino ad acqua, ormai quasi dismesso... Il mugnaio crede di fare un regalo alla tua mamma o alla tua nonna, perché, essendo di almeno due generazioni più vecchio di te, non pensa che tu possa usare quella farina nella tua cucina... e invece io ero curiosa di sentire come sarebbe venuta la pasta con quella farina che il mugnaio ormai fa solo per "sgranchire le pale" del mulino di famiglia... ho provato questo esperimento ed eccovi il risultato! Gnocchi di patate con scalogno e pomodorini!

Ingredienti per 2 persone

300 g di farina

1 Kg di patate

1 pizzico di sale

2 scalogni

12/13 pomodorini ciliegini o datterini

olio evo

sale e pepe

Per prima cosa preparate gli gnocchi di patate. Lavate e sbucciate le patate e mettetele in una casseruola d'acqua (il livello dell'acqua deve essere tale da ricoprire completamente le patate). Portate ad ebollizione l'acqua e continuate a cuocere le patate per circa 10 minuti o comunque finché non saranno morbide. Togliete le patate dall'acqua bollente e mettetele a raffreddare a temperatura ambiente. Su una spianatoia disponete a vulcano la farina.



Al centro della farina schiacciatevi le patate con lo schiacciapatate. Aggiungete un pizzico di sale e impastate fino ad ottenere un impasto omogeneo e morbido. Avvolgete l'impasto nella pellicola e lasciatelo riposare per una ventina di minuti circa. Tagliate una parte della palla di impasto e formate dei cilindri, facendo rotolare con le mani l'impasto sulla spianatoia. Raggiunto un cilindro di circa 1 cm di diametro, tagliate trasversalmente il cilindro in modo da ottenere gli gnocchetti. Disponeteli in vassoi cosparsi di farina, in modo che non si attacchino. Continuate allo stesso modo fino ad esaurire l'impasto.

Mettete a scaldare un filo d'olio evo in una padella. Tagliate a rondelle li scalogni e metteteli a cuocere in padella a fuoco lento. Lavate i pomodorini e tagliateli in 4 parti ciascuno. Quando lo scalogno sarà

diventato trasparente, aggiungete in padella i pomodorini tagliati e lasciate cuocere sempre a fuoco lento.

Fate bollire una pentola d'acqua, aggiungete una manciata di sale grosso e buttate gli gnocchi (un po' alla volta, altrimenti si attaccano tra di loro in cottura). Man mano che gli gnocchi salgono a galla, scolateli e metteteli in padella.



Se gli gnocchi sono appena fatti, verranno a galla in un minuto circa.

Aggiungete due cucchiaini di acqua di cottura in padella, aggiustate di sale e pepe e saltate gli gnocchi col sugo di scalogno e pomodorini.

Sapore e gusto assicurati!



[Torna alla Home](#)

[Vedi altri Primi](#)

[Vedi altre Ricette di Romagna](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)

Pollo con i peperoni



Il pollo con i peperoni è un piatto tipico della domenica estiva in Ciociaria...non è proprio un piatto fresco e leggero ma vi assicuro che mangiato all'ombra in giardino è perfetto.

In questa versione lo proponiamo con un accompagnamento di cous cous, condito con il sughino di cottura del pollo e con l'aggiunta di formaggio e olive. Ecco a voi la ricetta.

Ingredienti per 2 persone

600 g di pollo (meglio se di campagna e ruspante)

4 peperoni

1 cucchiaino di concentrato di pomodoro

sale

olio

1/2 bicchiere di vino bianco

Per il cous cous

1 bicchiere di acqua

1 bicchiere di cous cous

olive taggiasche

formaggio tipo scamorza o Galbanino

Preparazione del pollo

Per prima cosa pulire il pollo, tagliarlo a pezzi metterlo in una casseruola, meglio se in ghisa, con un filo di olio. Lasciar rosolare per qualche minuto a fuoco medio, salare e sfumare con il vino bianco. Cuocere ora a fuoco medio per circa 40 minuti e aggiungere man mano acqua calda.



Nel frattempo, pulire i peperoni: lavarli sotto l'acqua corrente, togliere la parte interna e i semi e tagliare in piccoli pezzi. Quando sono trascorsi circa 40 minuti dall'avvio della cottura del pollo, aggiungere i peperoni, ancora un po' di acqua calda, il concentrato di pomodoro e lasciar cuocere per altri 20/30 minuti, fino a che i peperoni non diventano morbidi.





Trasferire in un piatto da portata e servire.



E' ottimo anche mangiato freddo e per renderlo un piatto unico potete accompagnarlo con un po' di cous cous.

Preparazione cous cous

Scaldare un bicchiere di acqua in un pentolino, non appena bolle salare leggermente abbassare la fiamma e aggiungere un bicchiere di cous cous, un filo di olio. Spegner la fiamma e lasciar riposare per 7/8 minuti coperto con un piatto.

Sgranare il cous cous, condire con il sughino del pollo, aggiungere a piacere olive e del formaggio tagliato a dadini.

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri secondi](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)

Piadina romagnola e crescioni zucca e patate



L'angolo degli ospiti di oggi è dedicato a Mirco, che ci ha preparato la piadina romagnola e i crescioni zucca e patate con la ricetta della mamma e della nonna. "LA" ricetta tipica di Romagna, della tradizione contadina, piatto semplice e povero... Ogni romagnolo mangia piadina e crescioni per tutta la vita, ma anche ad occhi chiusi, al primo boccone o anche soltanto dal profumo, riconosce immediatamente quelli di casa propria, quelli della mamma, quelli della nonna... che sono magicamente inconfondibili...

E questi sono quelli della tradizione di casa Silvani...

COMINCIAMO DALLA PIADINA...

Ingredienti per 20 piadine

2,2 Kg di farina

4 buste di lievito

1 pizzico di bicarbonato

2 cucchiaini di sale fino

300 g di strutto (circa 150 g per ogni Kg di farina)

1 litro di latte

La preparazione è molto semplice. Impastate tutti gli ingredienti fino ad ottenere un impasto omogeneo.

Avvolgete l'impasto nella pellicola e lasciatelo riposare per circa un'ora. Una volta che l'impasto avrà riposato, rilavoratelo molto brevemente e ricavate delle palline di circa 150/160 g l'una. Stendete ogni pallina di impasto su un tagliere di legno con il matterello, fino ad ottenere delle piadine dello spessore di circa 3 mm. Cuocetele una alla volta sul testo o una piastra di terracotta. In mancanza di questi ultimi, va bene anche una padella larga dal fondo steso. Durante la cottura, bucherellate le piadine con una forchetta in modo da facilitare la cottura anche all'interno.

La piadina romagnola può essere farcita a proprio piacimento con estrema fantasia e richiusa a mezza luna... Un tempo le famiglie contadine la mangiavano al posto del pane, in accompagnamento a salumi... e poi c'è la più nota piadina con lo squacquerone, che tutti conoscono!



...PER FINIRE CON I CRESCIONI ZUCCA E PATATE

Ingredienti per 10 crescioni

1,5 Kg di farina
150 g di strutto
2 cucchiaini di bicarbonato
1,5 cucchiaini di sale fino
1/2 litro di latte

1 Kg di patate

1 Kg di zucca

6 cucchiaini di formaggio grattugiato

1 pizzico di sale, pepe e noce moscata

I crescioni altro non sono che una variante della piadina romagnola. L'impasto è il medesimo, ma viene farcito prima della cottura.

Disponete la farina a vulcano su di un tagliere di legno, versatevi all'interno lo strutto, il bicarbonato e il sale e cominciate ad impastare aggiungendo il latte un po' alla volta. Una volta ottenuto un impasto omogeneo, lasciatelo riposare nella pellicola per circa un'ora. Nel frattempo lessate le patate e la zucca separatamente. La zucca in particolare deve asciugarsi il più possibile, perdendo tutta l'acqua; se così non fosse, ripassatela un po' anche in padella. Schiacciate insieme le patate e la zucca con lo schiacciapatate, mescolate bene con un pizzico di sale, pepe e noce moscata. Quando l'impasto avrà riposato, formate delle palline di circa 160/170 g ciascuna e stendetele col matterello come per fare delle piadine. Farcite metà di ogni "disco" con il composto di patate e zucca. Con l'altra metà chiudere il crescione a mezza luna, premendo accuratamente il bordo per farlo aderire bene, prima con le dita e poi con i rebbi di una forchetta. In questo modo non si correrà il rischio che il crescione si apra in cottura. A questo punto potete cuocere il crescione sempre su testo o piastra di terracotta.



Ringraziamo Mirco per la sua ricetta...e buon appetito!

[Torna alla Home](#)

[Vedi altro nell'Angolo degli Ospiti](#)

[Vedi altre ricette di Romagna](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)

Garganelli al pesto di piselli basilico e pinoli



I garganelli sono un altro formato di pasta all'uovo tipico della Romagna. Si preparano in tanti modi, ma io oggi ve li propongo con un pesto fresco con ingredienti di stagione: un pesto di piselli, basilico e pinoli.

Ingredienti per 2 persone

200 g di garganelli

150 g di piselli freschi

20 foglie di basilico

1 cipollotto (o 1 scalogno)

1 cucchiaio di pinoli tostati

olio evo

sale qb

pepe qb

Preparazione

Lavate i piselli e cucinateli in padella con un cipollotto tagliato finissimo (oppure uno scalogno). Salate e pepate quanto basta. A fine cottura i piselli risulteranno morbidi. A questo punto frullateli insieme al basilico e ad un cucchiaino di olio in modo da creare un'emulsione. Frullate fino ad ottenere una sorta di crema, che saranno il pesto con cui condire la pasta. Cuocete in acqua salata i garganelli e scolateli ancora al dente. Finite la cottura dei garganelli mantecandoli in padella con il pesto di piselli e basilico e un mestolo di acqua di cottura della pasta. Aggiungete infine una manciata di pinoli tostati.

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri Primi](#)

[Vedi altre ricette di Romagna](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)

[Fettuccine ai funghi porcini](#)



Un altro piatto tipico dei pranzi domenicali in Ciociaria sono le fettuccine fatte in casa (la mia sora Silvia le chiamerebbe tagliatelle) condite in vari modi...ma uno dei miei preferiti è con i funghi porcini.

La preparazione delle fettuccine è quasi un rito in casa di mia mamma e soprattutto di nonna Adelina che le prepara in anticipo per tutti e le congela in modo da averle sempre pronte per ogni occasione.

Ingredienti per 4/5 persone

Per le Fettuccine

4 uova

400 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 abbastanza sottile, lasciarla asciugare il tempo necessario, arrotolare la sfoglia su se stessa e

tagliare le fettuccine Disporre su un piano infarinato fino al momento della cottura o in alternativa congelarle.



Condimento ai Funghi porcini

600/700 g funghi porcini

olio evo

1 spicchio di aglio

peperoncino

sale

prezzemolo

Pulire i funghi con l'aiuto di un coltellino affilato e uno spazzolino per eliminare le tracce di terra ed infine strofinare con un foglio di carta da cucina inumidito.

Tagliare i funghi a fettine non troppo sottili, mettere in una padella con un filo di olio, uno spicchio di aglio e un po' di peperoncino.

Cuocere i funghi per circa 10/15 minuti e a fine cottura aggiungere se necessario un altro po' di olio a crudo e prezzemolo.



Portare ad ebollizione abbondante acqua, salare e cuocere le fettuccine.
Scolare la pasta e ripassare per qualche minuto con il condimento.

Occhialoni fritti



Il martedì a Veroli c'è il mercato e si trova il pesce fresco. Come da tradizione di solito a pranzo si mangia un bel piatto di occhialoni fritti. Un piatto gustoso e veloce da preparare.

Ingredienti per 2 persone

**500 g di occhialoni
farina**

olio di semi di arachide
sale

Per prima cosa pulire gli occhialoni, togliendo la testa e le viscere interne facendo attenzione a lasciarli interi con la lisca centrale. Lavare il pesce sotto l'acqua corrente e far scolare bene. Prima di infarinarli, asciugare gli occhialoni con carta da cucina.



Nel frattempo scaldare l'olio per la frittura.

Infarinare gli occhialoni e friggerli nell'olio caldo per circa 5/6 minuti, fino a che non saranno dorati. Scolare bene, asciugare l'olio di frittura, salare a piacere e mangiare ancora caldi, rigorosamente con le mani!

Un secondo gustoso, velocissimo da preparare che mi ricorda tanto il sapore di casa.

Fricò



In Romagna il fricò è un classico. Si usa molto come contorno e lo si fa accompagnare a qualsiasi tipo di carne, ma se accompagnato con il pane lo si può mangiare anche come piatto unico. Difficilmente l'ho trovato al ristorante, anche in quelli di cucina tradizionale locale, ma è piuttosto qualcosa che trovi la domenica sulla tavola della mamma o della nonna. Qualcuno lo usa anche come condimento per la pasta. Io l'ho sempre mangiato nella sua versione originale, che prevede melanzane, zucchini, peperoni, pomodori e cipolla, quindi oggi ve lo voglio proporre un po' rivisitato e (leggermente) più leggero.

Ingredienti per 2 persone

1 patata
1 peperone (rosso o giallo)
1 carota
1 zucchina
1/2 cipolla
sale qb
pepe qb
olio evo

Pelate la patata, tagliatela a cubetti e mettetela a cuocere al forno, in forno caldo a 180°C, senza olio né sale e pepe (per far questo è bene avere una teglia antiaderente, altrimenti aggiungete soltanto un po' di acqua per evitare che le patate si attacchino).

Nel frattempo pelate la carota e tagliatela a cubetti

non troppo piccoli, circa 0.5 cm di lato. Mettete un cucchiaio d'olio in una padella e mettete a cuocere le carote. Mentre le carote cuociono, pulite il peperone e tagliatelo anch'esso a cubetti, sempre non troppo piccoli. Quando le carote avranno cotto in padella per circa 6/7 minuti, aggiungete anche i peperoni. Aggiungete mezzo bicchiere d'acqua in padella e lasciate cuocere a fuoco medio per almeno 15 minuti. Nel frattempo tagliate la zuccina, sempre a cubetti, cercando di rispettare le stesse dimensioni dei cubetti dei peperoni e delle altre verdure. Mettete la zuccina a cuocere in un'altra padella con un cucchiaio di olio evo, fino a che i cubetti di zuccina non saranno morbidi ma ancora croccanti.

Sbucciate mezza cipolla, tagliatela a spicchietti e mettetela a stufare insieme alle carote e ai peperoni. Ora unite la zuccina a carote, peperoni e cipolla e unitevi anche le patate che nel frattempo saranno cotte. Salate e pepate e lasciate cuocere ancora 5 minuti a fuoco lento, mescolando di tanto in tanto per unire i sapori di tutte le verdure.

Questa versione del fricò è un pochino più leggera dell'originale che ha le melanzane e i pomodori al posto delle carote e delle patate, tuttavia il fricò per tradizione deve essere condito molto, soprattutto è ricco di olio. Per questo motivo a volte viene mangiato anche come piatto unico, oppure sarebbe meglio servirlo come contorno di carni bianche.

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri contorni](#)

[Vedi altre ricette tipiche della Romagna](#)

[Vedi tutte le ricette](#)

Maltagliati con i fagioli



Se qualcuno mi chiedesse uno dei piatti tipici della Ciociaria, risponderei senza dubbio i maltagliati con i fagioli. Sarà che a casa dei miei genitori si fanno spesso, ma è davvero uno dei piatti che mi ricorda di più la mia terra, e poi come fa i maltagliati nonna Adelina non li fa nessuno. E allora questa ricetta è dedicata a lei per ringraziarla di tutte le cose che mi prepara ogni volta che torno a casa! Grande nonna!!!

Ingredienti per 4 persone

500 g di farina di grano duro
acqua per impastare

500 g di fagioli borlotti secchi

2 cipolle

1 costa + 1 cuore di sedano

1 barattolo di polpa di pomodoro

olio evo

sale

basilico

peperoncino

Preparazione dei maltagliati

Mettere la farina sulla spianatoia, aggiungere l'acqua poco alla volta e lavorare finché l'impasto non prende consistenza. Continuare ad impastare fino a che non diventerà liscio ed omogeneo.

Avvolgere nella pellicola e lasciare riposare per circa un'ora.

Stendere la pasta con il matterello fino ad ottenere una sfoglia non troppo sottile, lasciarla asciugare il tempo necessario, arrotolare la sfoglia su se stessa e tagliare la pasta in diagonale a destra e sinistra per dare la forma dei maltagliati, che come dice la parola stessa sono tagliati male e quindi sono tutti diversi l'uno dall'altro.

Disporre su un piano infarinato fino al momento della cottura. Se volete prepararli in anticipo potete anche congelarli.



Preparazione dei fagioli

Mettere ammollo i fagioli per 12 ore, poi lessare con una cipolla e una costa di sedano.

Nel frattempo preparare il sugo di pomodoro: tritare il cuore di sedano e una cipolla, mettere in una pentola con olio, peperoncino, sale, basilico e polpa di pomodoro.

Lasciar cuocere a fuoco lento per 40/45 minuti e aggiungere i fagioli; lasciar cuocere per un'altra ora, a fuoco lentissimo e avendo cura di girarli continuamente per non farli bruciare.



Cuocere i maltagliati in acqua bollente e salta, scolarli mantenendo un po' di acqua di cottura e ripassarli nei sugo di fagioli per 5 minuti circa in modo che si insaporiscano bene. Se necessario aggiungere un po' di acqua di cottura .

Servire con un filo di olio a crudo e a piacere del parmigiano grattugiato.

[Torna alla Home](#)

[Vedi le altre ricette ciocciare](#)

[Vedi tutte le ricette](#)

[Pasta al sugo di cavolfiore](#)



La pasta al sugo di cavolfiore, o come la chiamiamo noi in ciociaria " la pasta con le cime", è un primo leggero e salutare . Il cavolfiore è poco piacevole da cucinare perché invade la cucina con il suo odore forte e deciso ma è una verdura che ci fa molto bene e si può mangiare in mille modi. Questo primo è anche un'ottima idea per il pranzo a lavoro.

Potete usare qualsiasi formato di pasta, ma l'abbinamento preferito di mio papà è con gli ziti spezzati a metà.

Ingredienti per 2 persone

1 cavolfiore

250 g di pasta

1 barattolo di pomodoro (pelato o a cubetti)

sale, olio evo

Per prima cosa pulire il cavolfiore, staccando le singole cimette e tagliarle in piccoli pezzi in modo che la cottura sia più veloce.

Mettere le cime in una pentola, aggiungere olio, sale, il pomodoro e un bicchiere di acqua. Cuocere a fuoco lento per circa 15/20 minuti.

Nel frattempo portare ad ebollizione l'acqua per cuocere la pasta, scolarla molto al dente e ripassarla per un minuto nel sugo.

Se il condimento è troppo per la quantità di pasta potete utilizzarlo il giorno successivo o congelarlo in modo da avere qualcosa di pronto per una volta che avete poco tempo a disposizione.

[Torna alla Home](#)

[Vedi le altre idee per il tuo pranzo al lavoro](#)

[Vedi tutte le ricette](#)

Cellitti di San Biagio



Il 3 febbraio a Veroli si onora San Biagio, santo protettore della gola. Durante la giornata, tutti i fedeli del paese si recano nella Cattedrale di Sant'Andrea per farsi ungere la gola con l'olio benedetto.

In occasione della festa le massaie verolane preparano i Cellitti di San Biagio, dei biscotti a forma di uccelli (i "cellitti" in dialetto ciociario), molto semplici e facili da realizzare.

In ricordo di questa tradizione con cui sono cresciuta, anche io oggi ho preparato i Cellitti, ottimi per la

colazione o per una gustosa merenda.

Ingredienti

500 g di farina 00

230 g di zucchero

3 uova

1/2 bicchiere di olio di semi di arachide

1 bustina li lievito per dolci

latte qb

scorza di 1 limone non trattato

Preparazione

Setacciare la farina, aggiungere lo zucchero, le uova, l'olio, la scorza del limone grattugiata e il lievito sciolto in un dito di latte.

Amalgamare bene fino ad ottenere un impasto omogeneo. Staccare piccole porzioni di pasta e lavorarle fino a formare dei cilindri. Adagiare sulla placca da forno, rigare la parte alta con una forchetta, spennellare con il latte e cospargere con un pò di zucchero. Per dare la classica forma di cellitto, premere al centro e schiacciare con le dita.

Cuocere in forno ventilato a 180°C per 15/20 minuti.

In questa versione ho utilizzato lo zucchero di canna e ho ridotto la quantità (circa 150 g), ma potete regolare la dose a seconda dei vostri gusti.

I veri cellitti sono leggermente più piccoli, questi sono un pò più grandi ma ottimi da inzuppare.

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri Dolci](#)

[Vedi tutte le ricette](#)