

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](#)

[Passatelli ricotta pancetta e zucchini](#)



Oggi FraSi in cucina vi dà la ricetta dei passatelli ricotta pancetta e zucchini, un primo piatto e saporito, preparato con una pasta tipica della

tradizione romagnola ma elaborato per farlo asciutto.

Ingredienti per 2 persone

Per i passatelli:

2 uova

70 g di parmigiano grattugiato

70 g di pangrattato

noce moscata

sale e pepe

Per il condimento:

3 fette di pancetta di 1/2 cm di spessore

2 zucchine

3 cucchiaini di ricotta fresca

olio evo

Per prima cosa preparate i passatelli seguendo la nostra ricetta.

In una ciotola versare il parmigiano e aggiungere le uova. Mescolare bene il tutto, aggiungere il pangrattato, un pizzico di noce moscata, aggiustare di sale e pepe e passare nell'impastatrice. Dovrete ottenere un impasto molto omogeneo. Man mano che si impasta il composto, sulla base della consistenza e del colore aggiungere un po' di parmigiano e/o di pangrattato. L'impasto deve essere abbastanza morbido ma non troppo, altrimenti i passatelli in cottura si sbricioleranno. Mettere il nello schiacciapatate e schiacciare l'impasto ottenendo così i passatelli. Io suggerisco di lasciarli riposare una mezz'oretta prima di cuocerli.

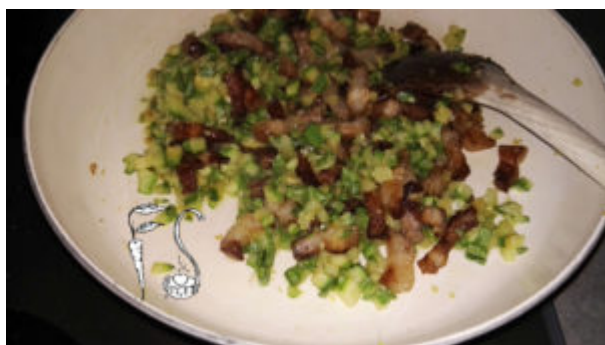
Intanto che i passatelli riposano, preparate il condimento.

Tagliate le fette di pancetta trasversalmente, di larghezza sempre di circa 1/2 cm. In una padella,

versate un po' di olio evo e fate cuocere la pancetta a fuoco vivo, in modo da ottenere i cosiddetti "bruciatini". Cuocete, sempre a fuoco vivo, fino a che la pancetta non sarà quasi sbruciacchiata.



Tagliate le zucchine piuttosto finemente e fatele cuocere per circa 8/9 minuti in un'altra padella con un filo d'olio evo. Aggiungete poi anche le zucchine alla pancetta.



Infine aggiungete la ricotta, sbriciolatela bene e amalgamatela a pancetta e zucchine.



Cuocete i passatelli (in acqua o in brodo, come preferite): basterà portare a bollore l'acqua o il

brodo, salarla (passaggio non necessario se cuocete in brodo) e buttare i passatelli, che saranno cotti appena salgono a galla (in pochi secondi). Scolate i passatelli e passateli in padella con il condimento.

E buon appetito!

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri Primi](#)

[Vedi altre Ricette di Romagna](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)

[Castagnole di carnevale](#)



Il carnevale si avvicina e la nonna Anna ed io abbiamo fatto le castagnole, il dolce di carnevale per eccellenza in Romagna.

Si possono fare ripiene oppure no, al forno o fritte. Io oggi vi scrivo la ricetta originale di mia nonna, castagnole fritte "con la coda".

Ingredienti

500 g di farina

100 g di fecola di patate

1 bustina di lievito per dolci
10 cucchiaini (pieni) di zucchero
4 uova
anice
succo (meglio se spremuta) d'arancia
alchermes
zucchero a velo

Preparazione

In un contenitore mettete la farina, la fecola di patate, lo zucchero, il lievito, le uova e iniziate a mescolare. Aggiungete un po' di anice, spremete circa 3 arance e versate il succo d'arancia nel composto. Mescolate bene fino ad ottenere un composto omogeneo. Se il composto risulterà troppo duro e difficile da lavorare aggiungete dell'altro succo di arancia, finché non avrete ottenuto un composto omogeneo e morbido, come in foto:



Riempite una pentola per 3/4 di olio e mettetelo sul fornello a scaldare. Quando l'olio sarà bollente potete cominciare a preparare le castagnole da friggere. Per capire se l'olio ha raggiunto la temperatura giusta, fate la prova del cucchiaino: mettete un cucchiaino di metallo dentro la pentola d'olio, se si formano delle bolle d'olio attorno al cucchiaino la temperatura è sufficientemente alta.

Con un cucchiaino, prendete una piccola quantità di impasto (più piccola di mezzo cucchiaino), con il dito indice dell'altra mano raccoglietelo a formare una pallina e poi aiutandovi col cucchiaino ormai vuoto fate cadere la pallina dentro l'olio bollente. La morbidezza dell'impasto farà sì che, staccandosi dal vostro dito, si formi una piccola coda. Tutta l'operazione dovrà essere fatta piuttosto velocemente per evitare che la pallina d'impasto si deformi.



Formate in questo modo circa 10/12 castagnole, a seconda delle dimensioni della vostra pentola, non di più perché non devono toccarsi mentre friggono. Le castagnole ruoteranno su loro stesse in autonomia, cuocendosi uniformemente. Quando la superficie esterna sarà dorata scolatele su carta assorbente e procedete a formare altre 10/12 castagnole. Per ottenere la doratura sarà sufficiente un minuto. Controllate comunque che l'interno sia cotto a sufficienza: devono risultare soffici all'interno e croccanti fuori.

Mano a mano che scolate su carta assorbente le castagnole pronte, spruzzatele di alchermes. Per far sì che le castagnole assorbano meglio l'alchermes, cospargetele di un altro po' di zucchero e poi spolveratele di zucchero a velo.

Procedete allo stesso modo finché non avrete finito tutto l'impasto.

L'alchermes farà perdere alle castagnole un po' della loro croccantezza esterna, ammorbidendole. Sono ottime se mangiate subito o al massimo il giorno successivo.

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri dolci](#)

[Vedi tutte le ricette](#)

[Strozzapreti al sangiovese](#)



Gli strozzapreti al sangiovese sono un piatto ricco dei sapori della Romagna.

E oggi noi vi diamo la ricetta!

Ingredienti per 2 persone

Per gli strozzapreti:

200 g di farina circa

acqua tiepida

un pizzico di sale

Per il sugo:

2 salsicce

2 cipollotti

2 bicchieri di vino sangiovese

2 cucchiaini di panna

olio evo

Preparate per prima cosa gli strozzapreti: su una spianatoia disponete la farina a vulcano. Aggiungete acqua tiepida poco alla volta e impastate. Aggiungete acqua o farina in base alla consistenza dell'impasto: deve essere abbastanza morbido ma non troppo "colloso". Quando avrete ottenuto un impasto omogeneo, lasciate riposare per 10/15 minuti. Stendete l'impasto fino ad uno spessore di 2/3 mm. Tagliatelo a striscioline di circa 2 cm di larghezza e arrotolate ogni striscia di impasto con il palmo delle mani. Mettete gli strozzapreti su un vassoio cosparsi di farina in modo che non si attacchino.



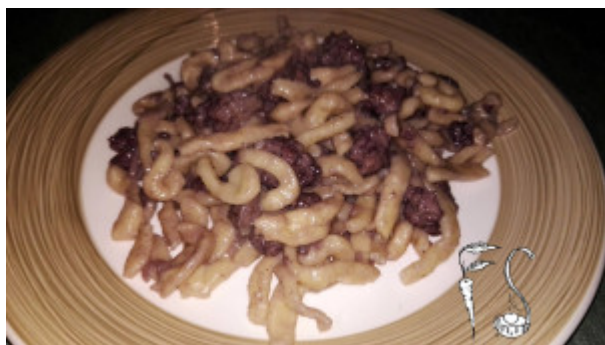
A questo punto preparate il sugo. In una padella mettete un filo d'olio evo. Tagliate a rondelle i cipollotti e metteteli a rosolare in padella. Nel frattempo eliminate il budello delle salsicce e rompete l'impasto delle salsicce con le mani (io ho usato una salsiccia normale e una salsiccia matta, cioè con l'aglio). Aggiungete la salsiccia in padella e lasciatela cuocere completamente. Versate in padella il vino sangiovese, fate evaporare a fuoco medio e poi lasciate cuocere per qualche minuto.



Nel frattempo portate a bollore un tegame d'acqua. Salate quando bolle e buttate gli strozzapreti un po' alla volta. Fate cuocere per un minuto circa. Quando gli strozzapreti saliranno a galla saranno cotti. Scolateli al dente e metteteli in padella insieme al sugo. terminate la cottura di tutti gli strozzapreti, aggiungete due cucchiaini di panna da cucina e tirate la pasta facendola saltare in padella.

Se il sugo si sarà asciugato troppo aggiungete un po' di acqua di cottura o ancora un po' di vino e saltate per un paio di minuti.

Un piatto dal profumo intenso e dal gusto deciso! Buon appetito!



[Torna alla Home](#)

[Vedi altri Primi](#)

[Vedi altre Ricette di Romagna](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)

Cappelletti al ragù



Nell'angolo degli ospiti di oggi c'è Alessandra, che ha preparato una ricetta tipica della tradizione romagnola: i cappelletti col ragù!

Come quasi tutti i piatti della tradizione romagnola, i cappelletti col ragù sono semplici da fare, più di quanto si creda, e non smetteresti mai di mangiarne! La ricetta di oggi è quella di una romagnola DOC, che di pasta asciutta ne ha fatta tanta, e che ringraziamo per aver condiviso con noi il risultato della fusione dei segreti in cucina di mamme, zie e nonne della Romagna!

Ingredienti per 4 persone

Per la farcia:

200 g di ricotta

25 g di prosciutto cotto

25 g di prosciutto crudo

100 g di parmigiano grattugiato

1 pizzico di farina

Per la pasta sfoglia:

5 uova

1/2 Kg di farina

1 pizzico di sale

Per il ragù:

1 cipolla

1 carota
1/2 Kg di macinato (misto di manzo e di maiale)
1 salsiccia
salsa di pomodoro
sale
pepe
olio evo

Per prima cosa preparate il ragù. Tritate molto finemente la cipolla e la carota e fate un soffritto in una casseruola con olio evo. Aggiungete un po' alla volta la carne macinata all'interno della casseruola e fatela cuocere. Togliete la budella della salsiccia e spezzettatela finemente con le mani, poi aggiungetela nella casseruola. Quando la carne sarà leggermente cotta, aggiungete salsa di pomodoro fino a ricoprirla completamente, aggiustate di sale e pepe e lasciate cuocere fuoco lento, mescolando di tanto in tanto, per circa 2 ore. Potete lasciare qualche foglia di basilico dentro la casseruola durante la cottura.

Dopo che il ragù avrà bollito per un paio d'ore, ancora bollente mettetelo in vasetti di vetro, chiudeteli bene e rovesciateli a tappo in giù. Con le quantità di ingredienti indicate, otterrete circa 6/7 vasetti di ragù che potrete mettere sotto vuoto e utilizzare anche in altre occasioni (in Romagna quasi tutta la pasta si mangia col ragù).

A questo punto procedete con la preparazione dei cappelletti.

Iniziate col preparare la farcia. In una ciotola mettete la ricotta, il prosciutto cotto e il prosciutto crudo sminuzzati, il parmigiano grattugiato e mescolate fino ad ottenere un composto omogeneo. Aggiungete un pizzico di farina per asciugare un po' la farcia.

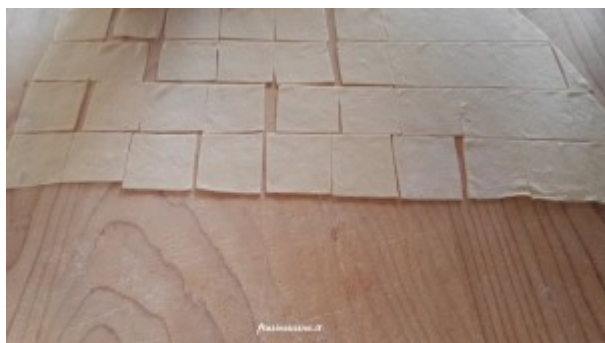


Mettete la farcia a riposare al fresco, mentre preparate la sfoglia.

Disponete a vulcano la farina su una spianatoia. All'interno mettete le uova e rompetele con i rembi di una forchetta, attraverso un movimento dal basso verso l'alto. Poco alla volta portate all'interno la farina, fino a che non avrete unito tutta la farina con le uova. Aggiungete un pizzico di sale e iniziate ad impastare con le mani. Lavorate l'impasto finché non sarà morbido ed omogeneo.



Tirate l'impasto con il matterello, fino ad ottenere una pasta sfoglia sottile ma non troppo, perché altrimenti, una volta farcita, si romperà in cottura. Dividete la sfoglia in quattro parti uguali, tagliandola lungo i diametri. Ciascun quarto di sfoglia, uno alla volta, tagliatelo in modo da ottenere dei quadratini di sfoglia di diametro 5 cm circa.



Disponete una pallina di ripieno al centro di ogni quadratino di sfoglia, chiudetelo lungo la diagonale e unite le due punte alla base della diagonale.



Procedete allo stesso modo per tutti i quadratini e ripetete per gli altri 3/4 di sfoglia. Dovete cercare di chiudere tutti i cappelletti nel minor tempo possibile, in modo che la sfoglia non si asciughi, altrimenti non si chiuderà più. Per chiudere bene i cappelletti, potete bagnarvi leggermente la punta delle dita con un po' d'acqua.



Portate a bollire un tegame di acqua, salatela e mettete a cuocere i cappelletti, un po' alla volta in modo che non si attacchino tra di loro. Quando i cappelletti salgono a galla sono cotti, ci vogliono pochi secondi se li avete appena fatti. Scolateli, trasferiteli in una padella e conditeli con il ragù.



Siate generosi col condimento e buon appetito!

[Torna alla Home](#)

[Vedi altro in L'Angolo degli Ospiti](#)

[Vedi altri Primi](#)

[Vedi altro in Ricette di Romagna](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)

Tortiglioni con crema di carciofi e pecorino romano



Un piatto corposo, invitante, cremoso e saporito che ci porta in Ciociaria, dove i carciofi e il pecorino romano sono gli ingredienti chiave per molte ricette tipiche.

Oggi abbiamo deciso di unirli insieme, cercando di bilanciare il sapore dolce dei carciofi con il sapore deciso del pecorino...e il risultato è davvero spettacolare. Provare per credere!

Ingredienti per 2 persone

4 carciofi

80 g di pecorino romano grattugiato

250 g di pasta corta, tipo tortiglioni o rigatoni

latte

olio

sale

Il primo passo nella preparazione di questa ricetta è la pulizia dei carciofi. Preparate subito una ciotola con acqua fredda e il succo di un limone, in modo che i carciofi puliti non anneriscano.

Eliminare 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 poi lavare sotto l'acqua corrente.

Tagliare gli spicchi di carciofi e i gambi in piccoli pezzettini, lasciandone due interi.

Trasferire i carciofi tagliati in una padella, aggiungere olio, sale e un bicchiere di acqua.



Cuocere a fuoco lento fino a che non saranno morbidi. Quando i carciofi sono pronti, frullarne metà insieme al pecorino romano, aggiungere un filo di latte fino ad ottenere un composto cremoso.



Mettere l'acqua sul fuoco per cuocere la pasta e nel frattempo tagliare i due spicchi di carciofi tenuti da parte in fettine molto sottili. Trasferire i carciofi in una padella, aggiungere un filo d'olio e pochissima acqua. Cuocere a fuoco vivo per qualche minuto. Devono diventare leggermente croccanti e verranno usati come decorazione del piatto.



Quando l'acqua bolle cuocere la pasta e nel frattempo preparare delle cialdine di pecorino. Scaldare una padella antiaderente, mettere al centro una formina per biscotti o un piccolo coppapasta e riempire con un cucchiaino di pecorino. Far fondere il pecorino e poi lasciarlo raffreddare prima di staccare la cialda.

Scolare la pasta molto al dente ma tenete da parte un po' di acqua di cottura. Saltare la pasta a fuoco vivo nel condimento di carciofi, aggiungere la crema e un po' di acqua di cottura.



Trasferire la pasta nei piatti e decorare con i carciofi saltati e una cialdina di pecorino.

[Torna alla Home](#)

[Vedi gli altri Primi](#)

[Vedi le altre ricette ciociare](#)

[Vedi tutte le ricette](#)

Scroccadenti



Ricetta tipica della biscotteria secca, in Romagna sono chiamati Scroccadenti quelli che in Toscana si chiamano Cantucci. Sono semplicissimi da fare, sono buonissimi e, per mantenere le tradizioni e la regionalità, vanno rigorosamente abbinati ad un bel bicchiere di Albana passito o ad un Vin Santo del Chianti.

Ingredienti

330 g di farina
1/2 bustina di lievito (8 g)
150 g di zucchero
50 g di burro
3 uova
100 g di mandorle con la buccia

In una ciotola unite tutti gli ingredienti, tranne le mandorle e un tuorlo d'uovo.

Mescolate e amalgamate fino ad ottenere un composto omogeneo. Utilizzate una spatola, perché l'impasto risulterà un po' colloso. Se è troppo morbido aggiungete un po' di farina.

Aggiungete le mandorle e amalgamatele in maniera uniforme nell'impasto.

Con le mani leggermente unte, formate dei cilindretti di impasto, come dei salamini, e disponeteli su una

teglia rivestita di carta da forno.



Con il tuorlo avanzato, pennellate la superficie dei cilindretti.



Infornate in forno già caldo a 180°C per circa 20 minuti. Dopodiché disponete i cilindretti su un tagliere e tagliateli a fettine con un coltello non seghettato a lama alta. Tagliate con movimenti decisi in modo da non rompere o sbriciolare l'impasto perché sarà ancora leggermente morbido all'interno. In questo modo otterrete i vostri scroccadenti o cantucci!



Riponeteli sulla teglia e infornateli di nuovo ma a temperatura leggermente più bassa, 170°C circa, e

scottateli per altri 3/4 minuti tenendo lo sportello del forno leggermente aperto.

Ed ecco fatto! I biscotti scroccadenti sono pronti e croccanti al punto giusto!



Nota: i cilindretti in cottura lievitano, quindi modellate l'impasto prima di infornarlo in modo da ottenere la forma che volete. In questa ricetta infatti ho fatto degli scroccadenti piuttosto grandi, ma più fate piccoli i cilindretti e più li schiacciate prima di infornarli, più sottili e appiattiti verranno i vostri biscotti.

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri Dolci](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)

[Passatelli in brodo](#)



Per il vostro cenone di capodanno, ma non solo, vi proponiamo un primo piatto tipico della tradizione romagnola: i passatelli in brodo. Un piatto povero della tradizione contadina, quindi un piatto semplice, ma molto buono e che si presta a tante varianti.

Ingredienti per 4 persone

Per i passatelli:

3 uova

230 g di parmigiano

230 g di pangrattato

1 pizzico di sale

Per il brodo:

1 carota

1 cipolla bianca

1 costa di sedano

qualche rametto di prezzemolo

4 litri di acqua

1 kg circa di carne di gallina da brodo

sale grosso

Preparazione

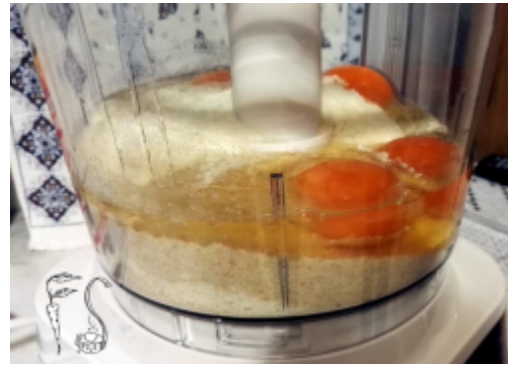
Per prima cosa prepariamo il brodo di gallina. Mettete l'acqua in una casseruola piuttosto grande. Pulite e pelate la carota e la costa di sedano e tagliateli grossolanamente. Pelate e tagliate grossolanamente anche la cipolla. Mettete nella casseruola la carota, la cipolla, il sedano e la carne di gallina, accendete il fuoco e portate a bollore. Dopodiché abbassate la fiamma al minimo e lasciate su fuoco bassissimo per circa 2 ore.

Di tanto in tanto, con una ramina, eliminate il grasso che affiora in superficie.

Al termine delle due ore, filtrate il brodo eliminando

la carne e la verdura e lasciatelo raffreddare.

Nel frattempo preparate i passatelli.



Mettete nel robot da cucina circa 150 g di parmigiano, 150 g di pangrattato e le uova. Iniziate ad impastare e poco a poco, in base alla consistenza dell'impasto, aggiungete, in pari proporzioni, la parte restante di parmigiano e pangrattato, fino ad ottenere un composto omogeneo e non troppo morbido.

Con l'impasto così ottenuto, create delle palline non troppo piccole e, una ad una, mettetele nello schiacciapatate.



Chiudete lo schiacciapatate e fate cadere i passatelli nel tegame con il brodo.



Prima di cuocere i passatelli, lasciateli un po' a mollo nel brodo, in modo da farli insaporire ancora di più e in modo da compattare bene l'impasto, così non si romperanno in cottura.

Riaccendete il fuoco e riportate a bollore il brodo coi passatelli. Quando saliranno a galla, saranno pronti!

[Torna alla Home](#)

[Vedi altri Primi](#)

[Vedi altri Piatti Tipici](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)

Polenta alla ciociara



Oggi vi presentiamo una super ospite d'onore...Nonna Adelina dalla Ciociaria che ci propone un piatto tipico della sua tradizione: la polenta.

Nonna Adelina ci racconta che quando era bambina con i suoi fratelli mangiava la polenta molto spesso, quasi una sera sì e una no, ovviamente non bella ricca e ben condita come la mangiamo oggi ma semplicemente con un po' di olio o con le foglie di cavolfiore ripassate in padella. Era un piatto semplice e povero che riusciva a

sfamare le famiglie numerose dei nostri nonni.

Ingredienti per 6 persone

per la polenta

700 g di farina di mais

3 litri di acqua

Sale qb

Olio qb

Per prima cosa setacciare la farina e tenerla da parte. Mettere l'acqua sul fuoco in una pentola capiente e prima che inizi a bollire mettere il sale. Aggiungere piano piano la farina e iniziare a mescolare con mattarello di legno. Aggiungere l'olio e continuare a mescolare aggiungendo piano piano tutta la farina. Lasciarla cuocere almeno per un'ora buona, girando di tanto per non farla attaccare.



Un segreto della vecchia tradizione per capire quando la polenta è pronta consiste nell'appoggiare il mattarello di legno sul fondo della pentola, lasciarlo un minuto facendo attenzione a tenerlo a contatto con il fondo, se fa presa e per staccarlo bisogna fare forza, vuol dire è pronta.

Con un mestolo versare la polenta nel piatto, allargarla stendendola bene e lasciarla raffreddare qualche minuto prima di metterci il condimento.



La tradizione Ciociaria prevede l'utilizzo della scifa di legno al posto del piatto, una volta veniva usata una scifa grande messa al centro del tavolo e tutta la famiglia mangiava insieme da lì...e chi era lento, come ci racconta nonna Adelina, mangiava ben poco. Condire la polenta con le verdure e il sugo e servire.



Condimento

Broccoletti

broccoletti

sale

olio

peperoncino

I broccoletti sono una verdura tipica della Ciociaria, non sono cime di rapa, non sono broccoli sono proprio i broccoletti, a foglia lunga con la cimetta piccola al centro, detti anche broccoli a foglia di ulivo.

I broccoletti vanno prima puliti, poi lessati in acqua bollente e poi ripassati per circa un'ora a fuoco lento

in padella con abbondante olio, uno spicchio di aglio, peperoncino e un pizzico di sale.



Cime calate in padella

1 cavolfiore

Olio

Aglio

Peperoncino

Vino bianco

Sale

Le cime calate in padella sono un contorno tipico della Ciociaria e spesso viene usato anche come accompagnamento della polenta.

La preparazione è molto semplice, pulire il cavolfiore e lavarlo accuratamente. Metterlo in una padella con acqua, olio, uno spicchio d'aglio, sale e peperoncino e coprire con una scodella, non con il normale coperchio, ma proprio con un piatto perché le cimette devono stufarsi piano piano con il vapore. Farle appassire e a metà cottura aggiungere un bicchiere di vino bianco e lasciarle cuocere ancora fino a che non diventano morbide.



Sugo con le costolette di maiale

800 g di costolette di maiale

700 g di polpa di pomodoro

Olio

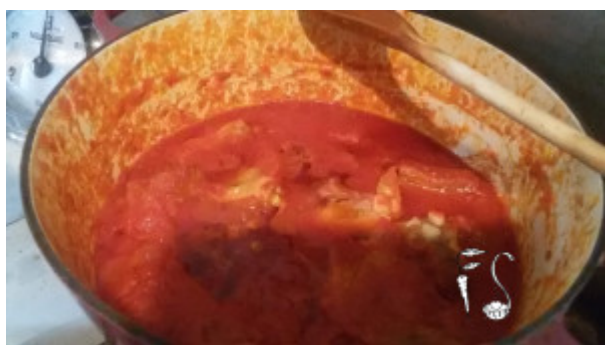
Peperoncino

Aglione

Vino bianco

Per prima cosa mettere le costolette di maiale in una pentola e coprirle di acqua. Portare ad ebollizione per circa 10 minuti e scolare l'acqua di cottura.

Successivamente rosolare le costolette per circa 15 minuti in una pentola con aglio, olio, peperoncino e mezzo bicchiere di acqua calda. Aggiungere un bicchiere di vino bianco, lasciarlo evaporare e poi aggiungere la polpa di pomodoro. Aggiustare di sale e lasciare cuocere a fuoco lento per circa un'ora e mezza.



Un ringraziamento speciale a Nonna Adelina per aver partecipato alla nostra rubrica e soprattutto per averci tramandato questa bellissima tradizione.

Grande Nonna!!!!



[Torna alla Home](#)

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

[Vedi tutte le Ricette](#)

[Cicoria e Patate](#)



Oggi vi proponiamo un contorno che ha dentro tutti i profumi della Ciociaria, che mi ricorda l'aria di casa e la raccolta delle olive, occasione in cui mia nonna e mia mamma raccoglievano nei campi la cicoria selvatica. E' una tradizione tipica della mia famiglia, una tradizione che ho cercato di conservare e che tengo stretta nel mio cuore. Ho chiesto tante volte a mia

nonna come fa a distinguere le piante buone da quelle non commestibili, ma lei mi ha sempre risposto che lo sa e basta, perché così le hanno insegnato sua mamma e sua nonna e così lei ha insegnato alle sue figlie e alle sue nipoti.

Ingredienti per 2 persone

500 g di cicoria cotta

600 g di patate

La parte più lunga della preparazione della ricetta è la raccolta della cicoria, che poi deve essere pulita, o meglio come si dice in Ciociaria "recapata", ovvero privata dello scarto, lavata accuratamente ed infine lessata.



In assenza della cicoria selvatica potete usare quella coltivata, non ha lo stesso sapore e lo stesso profumo, più che altro perché con la cicoria selvatica si riesce a fare un mix di piante diverse con sapori diversi.

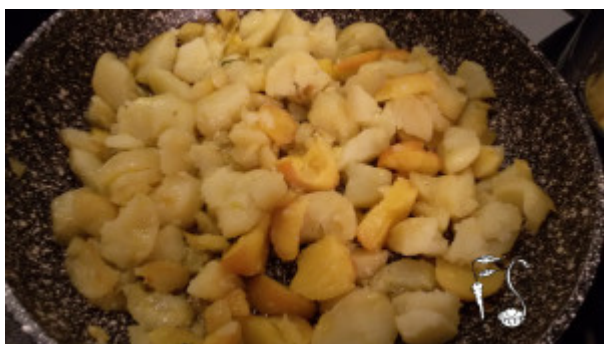
Quando la cicoria è stata lessata, strizzarla bene per eliminare l'acqua di cottura e metterla in una padella con un filo di olio e un pizzico di peperoncino. Farla ripassare a fuoco lento.



Bollire le patate in una pentola e quando sono cotte privarle della buccia, lasciarle raffreddare ed infine tagliarle a tocchetti.

Ripassare le patate in una padella con olio, sale fino a che non iniziano a dorare.

Aggiungere la cicoria, un altro po' di olio e cuocere per almeno 30 minuti.



Grazie a nonna e mamma per avermi tramandato questa bellissima tradizione che cercherò di conservare, mantenere e tramandare di conseguenza...promesso!

[Torna alla Home](#)

[Vedi altro in secondi e contorni](#)

[Vedi tutte le Ricette](#)