

maite.marie.ilfotografo

# la cucina di riciclo

PDF 1  
pagine.diari.fascicoli di

κλγcλnthus



LA CUCINA  
κλγcλnthus

aprendo

il fri

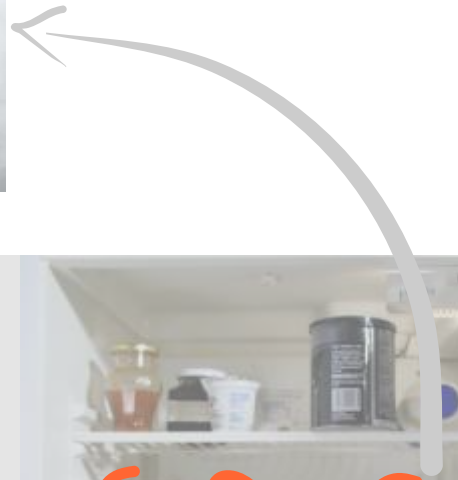
go

del fotografo



h. 15.30  
domenica 1 giugno 2008





che cosa

**c'è**  
di commestibile?





e...

che cosa

**ci facciamo?**



# menù ipotesi

riso al vino rosso

riso al limone

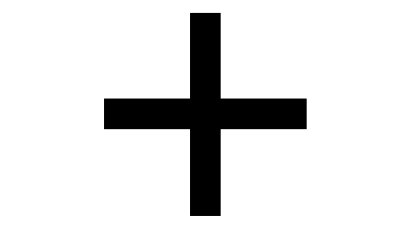
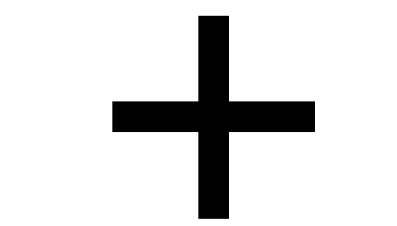
soufflé di formaggio

cipollotti al guanciale

tatin di albicocche







# menù

## riso al vino **ROSSO**

### **Ingredienti**

riso per risotto (il nostro era Carnaroli),  
calcolare una tazza a testa  
2 cipollotti di media grandezza  
un bicchiere circa di vino rosso (il nostro  
era Shiraz Casale del Giglio )  
olio extravergine d'oliva  
brodo vegetale  
burro  
un cucchiaino di aceto balsamico e un  
cucchiaino di zucchero  
sale

Tagliare i cipollotti molto sottili e metterli in una padella larga con mezzo bicchiere d'acqua, cuocere a fiamma dolce fino a quando non si saranno ammorbiditi. A parte tostare velocemente il riso a fuoco vivo, quindi abbassare la fiamma, aggiungere le cipolle e lasciar cuocere qualche minuto. Versare il vino (assolutamente non freddo, meglio se intiepidito o almeno a temperatura ambiente) alzare la fiamma e far sfumare. Aggiungere il brodo, abbassare la fiamma e far andare dolcemente. A fine cottura mantecare con una noce di burro (15 g circa) e un cucchiaino di aceto balsamico in cui si è sciolto un cucchiaino di zucchero, aggiustare di sale e servire subito.



# menù



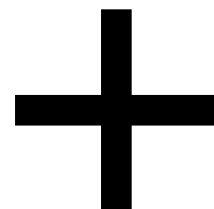
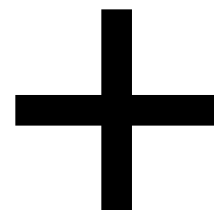
## risotto al limone

### Ingredienti

riso per risotto (il nostro era Carnaroli),  
calcolare una tazza a testa  
un avanzo di vino tipo Prosecco  
(il nostro era Cava\*), 1 bicchiere circa  
2 cipollotti di media grandezza  
1 limone  
1 cucchino di miele  
15/20 g di burro  
brodo vegetale  
sale

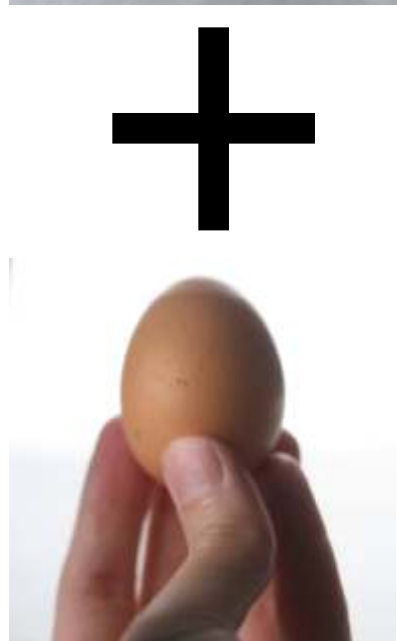
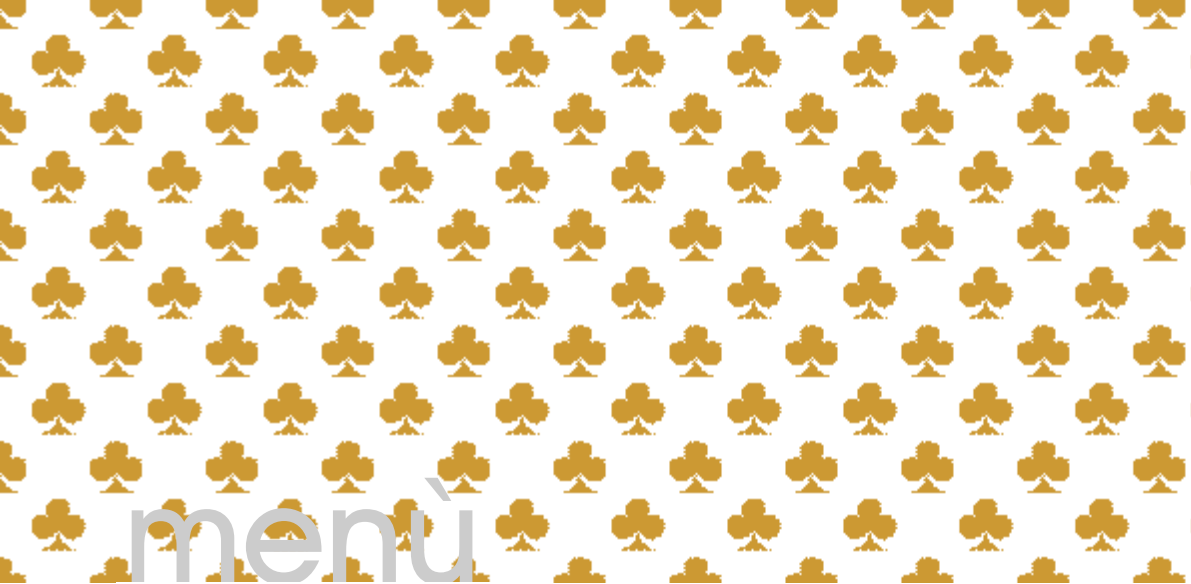
In una padella rosolare i cipollotti tagliati fini con mezzo bicchiere di acqua fino a quando non si ammorbidiscono e diventano trasparenti, aggiungere la scorza grattugiata del limone e mezzo cucchiaino di sale. A parte tostare il riso in una padella ampia con due cucchiiai di olio extravergine d'oliva, aggiungere le cipolle, il vino a temperatura ambiente (assolutamente non freddo!), alzare la fiamma e far sfumare. Aggiungere quindi il succo del limone, e progressivamente il brodo vegetale a mestoli; lasciar cuocere a fuoco dolce mescolando di tanto in tanto. A fine cottura, mantecare con il burro e un cucchiaino di miele. Controllare che sia giusto di sale e servire subito.

*\*il Cava è uno spumante tradizionale della regione del Penedès, Catalunya, Spagna, ottenuto con il metodo champenuas classico*



10





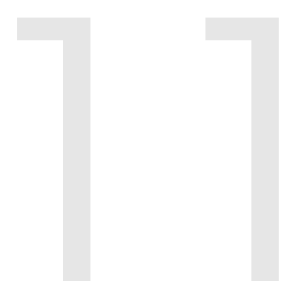
menù

## soufflé di formaggio

### Ingredienti

- 150 g di formaggio grattugiato (il nostro era metà parmigiano metà pecorino romano)
- 25 farina
- 25 di burro
- 2 dl di latte fresco
- 2 uova + 2 albumi

Sciogliere il burro a bagnomaria, aggiungere la farina setacciata, quindi il latte e cuocere a fuoco dolce per 10 minuti, amalgamare i formaggi e lasciare intiepidire. Incorporare i tuorli e alla fine gli albumi montati a neve fermissima; versare in uno o più stampi imburrati e cosparsi di pan grattato. Cuocere in forno a fuoco medio per 15-20 minuti e servire subito.



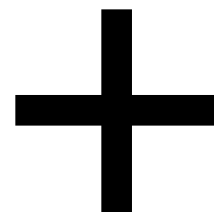


## cipollotti al guanciale

### Ingredienti

guanciale di maiale  
cipollotti freschi  
pepe

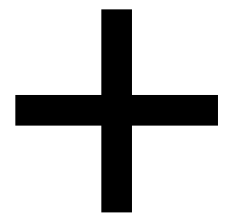
Tagliare a fette sottili il guanciale. Lavare i cipollotti e curarli mantenendo anche buona parte del verde. Avvolgere strettamente le fette di guanciale attorno ai cipollotti, procedendo a spirale e aiutandosi con del filo di cotone (quello bianco per cucire). Cospargere di pepe abbondante e mettere in forno caldissimo per pochi minuti, servire caldi o tiepidi



# menù

## Ingredienti

125 g di pane in cassetta  
3 cucchiaini di zucchero  
50 g di burro (per l'impasto) + 10 g  
(per ungere la teglia)  
5-6 albicocche di media grandezza



## tatin di albicocche

Tostare brevemente il pane in forno pre-riscaldato a media temperatura (70°) fino a quando non si sarà asciugato e somiglierà a una fetta biscottata. Frullarlo nel mixer fino a ridurlo in polvere, aggiungere lo zucchero, il burro fuso in modo da ottenere un impasto morbido ma compatto; avvolgere in una pellicola trasparente e conservare in frigo per mezz'ora.

Lavare le albicocche, denocciolarle e tagliarle a spicchi sottili e regolari.

Ungere (molto) una teglia da crostata, spolverizzare di zucchero e disporre le fettine di albicocche a raggiera. Stendere la pasta raffreddata schiacciandola con le mani sopra un foglio di carta da forno, dargli una forma circolare, quindi rovesciarla sulla tortiera con le albicocche e rimboccare con cura i bordi.

Cuocere in forno a 120° per circa 30-40 minuti. Lasciare raffreddare, quindi rovesciare e servire.

## il riciclo del riciclo



### polpette di riso rosso

Fare delle polpette con il risotto freddo, passarle nel pan grattato e friggerle. Per la salsa di accompagnamento l'idea iniziale era di usare il verde dei cipollotti (l'avanzo gambesco di quelli usati per il risotto) sbollentati e frullati con lo yogurt bianco (!), ma siccome non ce n'era abbiamo usato un avanzo di quello alla mela verde (!! ) e il risultato (corretto di sale, pepe e poco olio) è buono per quanto alternativo e si accompagna bene con le polpette ...

## ovvero gli avanzi degli avanzi



### involtini di riso giallo

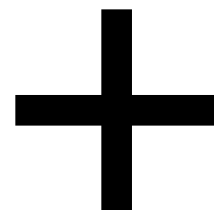
Avvolgere un cucchiaino abbondante di risotto freddo dentro una foglia di limone, arrotolarla e richiuderla su se stessa utilizzando il picciolo della foglia stessa. Irrorare di olio extravergine di oliva e servire freddissimo. NB per una volta si può mangiare anche la foglia...

LA ● CUCINA 



[www.lacucinadicalycanthus.net](http://www.lacucinadicalycanthus.net)

Indice



riso al vino rosso	p 8
riso al limone	p 9
soufflé di formaggio	p 11
cipollotti al guanciale	p 12
tatin di albicocche	p 13
polpette di riso rosso	p 14
involtini di riso giallo	p 14

da un'idea di  
maite

fotografie,  
progetto grafico  
e realizzazione,  
il fotografo

la cucina  
di calicanthus  
© 2008