



AssoPanificatori



59

RICETTE

REGIONALI



.....
CON PANE RAFFERMO
.....



Siamo di fronte ad un prodotto alimentare che non ha eguali con tutti gli altri. Il suo valore travalica lo stesso concetto di alimentazione e quindi di semplice prodotto, anche se fondamentale per la riproduzione umana. Esso contiene diversi valori, simboli, segnali culturali nonché quelli profondamente religiosi. Si potrebbe su questo terreno, scrivere una tesi di laurea in antropologia culturale. Pensate solo ad alcuni modi di dire quale “sei buono come il pane” che in questo caso non significa nella vulgata tradizionale avere un sapore buono, ma significa “essere buoni”, essere solidali, “essere per la comunità”. Oppure il sostantivo “companatico” pensate non esiste nessun elemento alimentare che ha questa valenza con il relativo sostantivo. Inoltre, anche se sarebbe troppo complicato e complesso definire il significato religioso di questo alimento; basterebbe citare cosa significa nella religione cristiana il pane quale corpo di Cristo, nelle diverse omelie o preghiere o momenti eucaristici, insomma “dacci oggi il nostro pane quotidiano”. Ed ancora il pane quale alimento che coinvolge, comunica fratellanza, comunità; infatti il pane a tavola non si mette a porzione singola, ma si mette in un cesto, a disposizione di tutti.

Il pane poi, a differenza di altri alimenti non lo si dovrebbe mai tagliare col coltello, sarebbe vietato dalla tradizione, lo si dovrebbe spezzare solo con le mani e mai, dico mai, questo ce lo insegnano i nostri nonni, appoggiarlo sulla tavola al contrario della sua parte piana. I vecchi si alzerebbero da quel tavolo, lo riterrebbero un abominio. Sembra che ciò derivi dal fatto che i ristoratori francesi obbligati a non farsi pagare dai boia delle ghigliottine, apparecchiavano la loro tavola col pane rovesciato per farli riconoscere. Questo meraviglioso alimento, ha visto poi la messa in campo di grandi capacità artigianali da chi lo produce, da sempre per modificarne e migliorarne il gusto e l'aroma: pane all'olio, al burro, pane carasau, pane con canditi, insomma se ne sono fatti tanti di atti creativi per articularlo in diverse direzioni e diverse produzioni. Il pane poi, non si getta mai, mai e poi mai va sprecato, anche quando supera nel tempo la sua fragranza e si trasforma in rafferma, poiché serve per arricchire e realizzare minestre, zuppe anche particolari o, ecco qui un'altra grande invenzione linguistica oltre che culinaria, “impanare” e friggere carni, pesci, ortaggi e tanto altro ancora. Come disconoscere le tante e splendide ricette con cui il Pane rafferma, sia in blocco che grattugiato, diventa ingrediente essenziale per la loro composizione. Inoltre il pane è il progenitore di uno dei prodotti che maggiormente attraversa l'arte culinaria nel mondo e ci riferiamo alla pizza ed anche quella, un po' troppo sottovalutata, e molto più semplice dell'arte (sì arte) del panino imbottito. Ed infine vorrei ricordare simpaticamente una cosa che ci ha fatto conoscere il grande poeta Virgilio. Il pane, in antichità, serviva anche come supporto (come l'attuale piatto) per il cibo da consumare e una volta sbarcati nel Lazio Enea e i suoi compagni, dalla gran fame, se lo mangiarono assieme al resto. Furono forse loro gli Inventori del prodotto “pizza” o “panino”? agli antropologi e ai diversi studiosi la soluzione dell'arduo problema.

Rosario Trefiletti

Centro Consumatori Italia



Nel mondo contemporaneo dove le tecnologie avanzano a passi da gigante, rischiamo di dimenticare le pratiche e i saperi dei nostri antenati. Riferendoci a ciò che nell'alimentazione ci sta più vicino, il Pane, possiamo affermare che per tutti noi non è solo un alimento; è un simbolo di storia, cultura e tradizione.

È il frutto di secoli di conoscenze tramandate di generazione in generazione, un tesoro che dobbiamo preservare e valorizzare. È proprio in questi gesti antichi, nelle tecniche tramandate e nelle materie prime genuine che risiede l'essenza della vera Arte Bianca. Noi che facciamo parte di questo mondo, siamo come gli ufficiali di una nave in attesa di un nuovo equipaggio. Accogliamo le nuove leve, i nuovi Panificatori e diamo loro non solo gli strumenti per utilizzare al meglio le tecnologie moderne, ma anche la sensibilità per percepire le sfumature fuggevoli del mestiere. Su una nave è necessario tramandare come spiegare le vele al soffio del vento, come riconoscere le costellazioni per navigare nella notte; così noi siamo chiamati a riconoscere le qualità della farina, a sentire l'impasto sotto le mani, a cogliere i profumi del Pane appena sfornato.

Ogni gesto, ogni metodo, ogni minuto trascorso nella lavorazione del Pane racconta una storia. È una storia di fatiche e passioni, di mani che impastano, di forni che cuociono, di tradizioni ed esperienze che si perpetuano. Queste storie non possono essere trasmesse solo attraverso le tecniche moderne, ma devono essere vissute e condivise con tale intensità da farci sentire vicini ai nostri antenati.

In questo percorso, anche il supporto dell'Analisi Sensoriale dei Prodotti da Forno potrebbe giocare un ruolo fondamentale. Quelle fuggevoli sensazioni, quelle emozioni impalpabili o l'intuito dato dall'esperienza sono essenziali per insegnare alle nuove leve e per acquisire e trasmettere la capacità di riconoscere le Qualità Sensoriali del Pane. Questo è fondamentale non solo per le nuove generazioni di Panificatori, ma anche per i consumatori, attenzionati a riconoscere le Qualità dei Pani Artigianali. Con l'aiuto dei nostri cinque sensi, possiamo distinguere e riconoscere le caratteristiche da ottenere da un buon Pane tradizionale: il grado di cottura ideale, l'alveolatura giusta e ben distribuita nella mollica, i vari gradi di elasticità e di sofficietà. Queste sensazioni non solo il Maestro Panificatore deve saper produrre, ma i consumatori devono imparare a riconoscere e apprezzare.

Questo libro di ricette è un omaggio a quel sapere antico, una guida per tutti coloro che vogliono riscoprire e tramandare l'Arte della Panificazione. È un invito a mantenere viva la tradizione, a continuare a raccontare le storie legate al Pane, a nutrire non solo i nostri corpi, ma anche le nostre anime.

Cav. Davide Trombini

Mastro Panificatore

VALLE D'AOSTA

Zuppa alla valdostana

La zuppa alla valdostana è una zuppa di cavolo verza e fontina D.O.P. Pulite la verza eliminando le foglie esterne più dure, spezzettate il resto. Fatela quindi appassire in una padella capiente, con un filo d'olio. Aggiungete poi il brodo ed un pizzico di sale e fate cuocere per 5 minuti circa. Tagliate ora le fette di pane e disponetele in una teglia da forno leggermente imburrata. Bagnatele quindi con un po' di brodo. Tagliate a fette sottili la fontina e, dopo aver adagiato il primo strato di verza sul pane, mettete anche il formaggio. Formate il secondo strato di verza, pane, formaggio e bagnate nuovamente con il brodo. Infornate a 180° per 30 minuti circa, o fin quando il formaggio non si dorerà. Portate in tavola ancora calda.

INGREDIENTI PER 4/6 PERSONE

- 500 ml di brodo di carne
- 1 piccolo cavolo verza
- 150 gr di fontina
- 250 gr di pane raffermo
- burro, sale, olio extravergine d'oliva q.b.

Canederli al formaggio

Pulite la cipolla, tagliatela a pezzettini molto piccoli e fatela rosolare perfettamente in una padella con un filo d'olio extravergine di oliva. Preparare il pane, togliere la crosta quindi tagliatelo a pezzettini e mettetelo in un contenitore e bagnatelo con il latte mescolando in modo da distribuirlo bene. Tagliate a piccoli pezzettini la fontina e aggiungetela all'impasto del pane assieme alle uova e iniziate ad impastare. Aggiungete al composto un ciuffo di prezzemolo tritato e la cipolla, la farina, una spolverata di noce moscata e sale. Continuate ad impastare tutti gli ingredienti e, con le mani leggermente umide, preparate delle "palle" della stessa misura, più o meno grandi come 2 cucchiaini di impasto messi assieme. Portate ad ebollizione dell'acqua, salate e fate cuocere per circa 15 minuti i canederli al formaggio o finché non vengono a galla. In un pentolino fate sciogliere del burro a fiamma bassa e quando i canederli saranno cotti, metteteli nei piatti da portata, irrorate con un po' di burro e volendo aggiungete una macinata di pepe o del parmigiano.

INGREDIENTI PER 4/6 PERSONE:

- 300 gr di pane raffermo
- 200 gr di latte
- 200 gr di fontina
- 1 cipolla
- 1 cucchiaino di farina 00
- 3 uova
- 80 gr di burro
- prezzemolo, sale, olio extravergine d'oliva e noce moscata q.b.

Gnocchi di pane nero con cipolla rosolata

In un pentolino portare ad ebollizione il latte di riso, quindi toglierlo dal fuoco. Tagliare in pezzi le fette di pane di segale, e lasciarli in ammollo nel latte caldo, mescolando di tanto in tanto, finché il pane non avrà assorbito il latte.

Mescolare fino a quando non si avrà ottenuto un composto omogeneo, ed il pane sarà completamente molle. Aggiungere le uova, la noce moscata, il pepe ed il sale. Unire anche le due farine e mescolare accuratamente. Si otterrà un composto denso e cremoso, una sorta di crema di pane abbastanza densa. Coprire e lasciar riposare in frigorifero per 3 ore. Trascorse le tre ore riprendere il composto dal frigo e lavorarlo poco alla volta sul piano lavoro infarinato con della farina di semola.

Formare dei filoncini non troppo spessi e con un coltello, tagliare degli gnocchetti. Man mano che si vengono a formare spolverare gli gnocchetti con altra farina di semola per non farli attaccare. Eliminare la farina in eccesso dagli gnocchi utilizzando un colino. Portare a bollore abbondante acqua salata, quindi versarvi gli gnocchetti, mescolare e attendere che tornino a galla.

Lasciar cuocere per 2-3 minuti dal bollore, quindi prelevarli con un scolapasta e trasferire nella padella con il condimento. Mondare le cipolle e tagliarle a fette sottili con una mandolina. Trasferirle in padella e lasciarle dorare con il burro. Quando le cipolle saranno dorate sfumare con il vino e lasciarle evaporare. Una volta evaporato il vino versare il brodo vegetale e su fiamma bassa, lasciar cuocere fino a quando il liquido non sarà ridotto del tutto. Aggiustare di sale, pepare e mantenere in caldo.

Dopo aver cotto gli gnocchi di pane in acqua e fatti saltare in padella insieme al condimento di cipolle, gli gnocchi sono pronti per essere impiattati. Completare il piatto con una spolverata di formaggio grattugiato.

INGREDIENTI PER 4/6 PERSONE

Per gli gnocchi di pane

- 350 gr di pane di segaleraffermo
- 500 ml di latte di riso non zuccherato
- 100 gr di farina di segale integrale
- 100 gr di farina 00
- 2 uova
- 8 gr di sale, noce moscata e pepe q.b.

Per le cipolle rosolate

- 2 cipolle bianche; 60 gr di burro
1/2 bicchiere di vino bianco
da tavola
- 1/2 bicchiere di brodo vegetale
pepe e sale q.b

Per completare

- *parmigiano reggiano*
(stagionato 36 mesi) q.b.
- *farina di semola per il piano lavoro*



Torta di pane alla piemontese

Tagliate il pane raffermo a pezzetti e raccoglieteli in una ciotola. Ammollate il pane per cinque minuti nel latte e lavoratelo con le mani fino a quando otterrete una consistenza sufficientemente morbida.

Aggiungete al pane ammolato tutti gli altri ingredienti, quindi amalgamate nuovamente in modo da ottenere un composto omogeneo. Versate l'impasto ottenuto in una tortiera a cerniera e fate cuocere in forno a 180° per 45-50 minuti.

Estraete il dolce, liberatelo dell'anello a cerniera quindi servite la vostra torta di pane zero sprechi tiepida o meglio ancora fredda.

INGREDIENTI

- 300 gr di pane raffermo
- 50 gr di noci
- 100 gr di uvetta
- 20 gr di canditi
- 30 gr di pinoli
- 1 mela, 1 cucchiaino di cacao
- 400 ml di latte
- 2 uova
- 50 gr di biscotti secchi
- 50 gr di amaretti
- 20 gr di zucchero
- 200 gr di cioccolato fondente

La zuppa mitonà

Per prima cosa mettete a bagno i capperi in acqua fredda e lasciateli in ammollo per circa un'ora, cambiando l'acqua un paio di volte. Lavate le acciughe e privatele delle lisce. Lavate i porri e affettateli a rondelle molto sottili utilizzando anche qualche centimetro del gambo verde e tagliate anche lo spicchio d'aglio a fettine sottilissime. Prendere una pentola antiaderente e scaldate 4 cucchiaini d'olio extravergine insieme alla noce di burro e mettete tutti gli ingredienti cominciando dall'aglio lasciandolo ammorbidire a fuoco basso. Unite le acciughe e sempre a fiamma bassa, fatele sciogliere schiacciandole con un mestolo di legno. Unite i porri e i capperi tritati finemente. Mescolate bene e fate stufare per una ventina di minuti a fuoco basso. Aggiungete un mestolo di brodo in cui sarà stato stemperato 1 cucchiaino di concentrato di pomodoro e proseguite la cottura fino a quando i porri non siano divenuti tenerissimi, trasparenti e quasi disfatti.

A questo punto unite il pane raffermo. Tagliato in listarelle larghe approssimativamente 3 dita e doratelo in forno già caldo a 180°, fino a quando sarà croccante. Imburrate una pirofila e sistematevi quindi uno strato di listarelle di pane e sopra aggiungeteci una parte dei porri e una spolverata di parmigiano.

Continuate con uno strato di pane, uno di porri e parmigiano e così via fino ad esaurire gli ingredienti. L'ultimo strato è preferibile che sia di pane. Non riempite completamente la pirofila, poiché il pane aumenta di volume. Aggiungete lentamente il brodo caldo in modo da inzuppare il pane fino alla superficie. Infornate la teglia in forno già caldo a 180° e lasciate cuocere per circa 30 minuti facendo gratinare la superficie rendendola croccante.

A fine cottura spolverate la zuppa con parmigiano e fiocchetti di burro e lasciate la zuppa ancora qualche minuto in forno. Servire non troppo calda.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 1 cucchiaio di capperi
- 4 porri
- 4 acciughe
- 1 spicchio d'aglio
- 4 cucchiaini di olio extravergine
- 500 gr di pane raffermo
- 1 litro di brodo di carne
- 1 cucchiaio di concentrato di pomodoro
- 1 manciata di parmigiano grattugiato
- 1 noce di burro

Cagliette piemontesi (o calhetas)

Mettete a mollo il pane raffermo nel latte per 2 ore. Trascorso il tempo necessario, mettete una pentola con acqua salata sul fuoco e portatela ad ebollizione. Strizzate il pane e formate un composto unendo anche la farina, le uova, il salame e la toma (tagliati a piccoli dadini). Impastate bene con le mani per 5-6 minuti, quindi iniziate a fare gli gnocchi/cagliette (come una piccola polpetta). A questo punto potete cuocere le cagliette nell'acqua bollente che saranno cotte quando verranno a galla. Per il condimento in una padella fate sciogliere abbondante burro insieme a qualche fogliolina di salvia lavata e una volta scolati gli gnocchi, fateli saltare in padella. Servite le cagliette ben calde, spolverizzando con del parmigiano grattugiato e una manciata di pepe.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 250 gr di pane raffermo
- 500 ml di latte
- 1 salamino
- 200 gr di toma piemontese
- 100 gr di farina
- 2 uova
- burro, salvia, parmigiano, sale e pepe q.b.



LIGURIA

Panzanella ligure

Per prima cosa, in una ciotola, inumidire il pane raffermo con qualche cucchiaino di acqua fredda. Il pane non deve esserne zuppo ma semplicemente ammorbidito, quindi spezzettatelo a tocchetti con un coltello e aggiungete un cucchiaino di aceto. Con le forbicine spezzettare le erbe aromatiche e distribuitele sul pane, coprire con pellicola per alimenti e lasciare in frigo ad insaporire per qualche ora.

Prima di pranzo iniziate a condire la Panzanella: aggiungere al pane le verdure tagliate a fettine, le olive, la mozzarella tagliata a pezzettini e il sale. Aggiungere per ultimo i pomodorini e i pinoli tostati.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 4 fette spesse di pane raffermo
- 4 carote pelate e tagliate a fettine sottili
- 2 cetrioli
- pomodorini tagliati a spicchi
- olive nere liguri, mozzarella, erbe aromatiche, una manciata di pinoli tostati, qualche fettina sottile di porro
- acqua, olio, sale, aceto a piacere q.b.

Pancotto ligure

Fate scaldare 4 cucchiaini di olio in una casseruola e fatevi soffriggere gli spicchi d'aglio interi e l'origano. Quando l'olio inizia a sfrigolare, unitevi un litro d'acqua, salate secondo il vostro gusto e portate ad ebollizione.

Quando il brodo risulterà abbastanza aromatizzato e l'aglio sarà cotto, unite i panini raffermi che avete provveduto a tagliare a fette ed il parmigiano grattugiato.

Lasciate il pane nel brodo per pochi minuti non troppo, per evitare al pane di ram-mollirsi troppo e servite in tavola.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 3 panini raffermi
- 2 spicchi di aglio
- 4 cucchiaini da tavola di olio extravergine d'oliva (Evo)
- 1 cucchiaino da tè di origano essiccato
- 30 gr parmigiano reggiano
- sale q.b.

Zuppa di legumi (mesciua)

Mettere a mollo in una ciotola i fagioli, coprendoli con abbondante acqua tiepida e aggiungete un pizzico di bicarbonato. In un'altra ciotola mettete il farro e i ceci e coprite anch'essi di acqua tiepida, unite un pizzico di bicarbonato. Lasciate il tutto in ammollo per almeno 12 ore. Scolate i ceci e il farro circa 4 ore prima del pranzo, metteteli in pentola con acqua fredda leggermente salata e lessateli per circa 2 ore e/o fino a cottura. In un'altra pentola cuocete i fagioli, dopo averli scolati e lessateli in acqua leggermente fredda per circa 1 ora e 30'.

A questo punto mettete i fagioli con parte del loro liquido nella pentola con i ceci e il farro, controllando che ci sia almeno 1 litro e mezzo di liquido. Regolate di sale e cuocete ancora per circa 15 minuti per far amalgamare i sapori. Versate la zuppa di legumi in una zuppiera. Ogni commensale condirà la sua porzione direttamente nel suo piatto, nel quale avrà posto una fetta di pane raffermo, con un giro di olio extravergine di oliva e una macinata di pepe.

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

- 300 gr ceci
- 300 gr fagioli cannellini
- 100 gr farro (o grano tenero)
- bicarbonato, olio extravergine di oliva, sale, pepe e pane raffermo q.b.

Torta paesana lombarda

.....
LOMBARDIA
.....

Spezzettare finemente 200 gr di pane raffermo e metterlo in una grossa ciotola. Iniziate a scaldare 7,5 dl di latte nel quale fate sciogliere 50 gr di burro, aggiungete 50 gr di cioccolato fondente tagliato a pezzettini sottili, 100 gr di amaretti e 100 gr di biscotti secchi spezzettati, 125 gr di cacao amaro passato al setaccio e 100 gr di zucchero.

Mettere il composto nella ciotola con il pane raffermo e lasciate riposare per 2-3 ore fino a che il pane non si sia ammorbidito. In una ciotolina piena d'acqua mettete 50 gr di uvetta passa e lasciatela ammorbidire. Trascorso il tempo necessario iniziate a lavorare il composto di pane con le mani fino a quando non risulti ben amalgamato. A questo punto aggiungete l'uvetta strizzata, 2 uova intere, 30 gr di pinoli, 50 gr di scorze di cedro candito e 50 gr di scorza di arancia candita, che avete provveduto a tritare finemente, la scorza grattugiata di 1 limone, 1 cucchiaino di cannella in polvere, un pizzico di noce moscata e un pizzico di sale.



Amalgamate bene il tutto e versate l'impasto in uno stampo dai bordi alti. Cuocere il dolce in forno già caldo a 180° per circa 1 ora e 30 minuti. Prima di servire la torta in tavola fate raffreddare.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 200 gr di pane raffermo
- 7,5 dl di latte intero
- 50 gr di burro
- 50 gr di cioccolato fondente
- 100 gr di amaretto
- 100 gr di biscotti secchi
- 125 gr di cacao amaro
- 100 gr di zucchero
- 50 gr di uva passa
- 50 gr di cedro candito
- 50 gr di scorza di arancia candita
- 1 scorza di limone grattugiata
- 30 gr di pinoli
- 2 uova
- 1 cucchiaino di cannella, noce moscata e sale q.b.

Pancotto lombardo all'uovo (Pancott maridàa)

Prendete una casseruola antiaderente e fate sciogliere il burro con le foglie di salvia rosolare per qualche minuto, quindi aggiungete il pane raffermo (michetta) spezzettato in pezzetti piccoli e fatelo rosolare per qualche minuto. Togliete dal fuoco ed eliminate le foglie di salvia.

A questo punto versate sopra il brodo in modo da coprire il pane, coprite e fare risposare per circa 10 minuti o fin quando il pane non si sia ammolato completamente. Con l'aiuto di una forchetta schiacciatelo fino a ridurlo in pappa.

In un piatto fondo sbattere l'uovo con po' di sale, pepe nero e del parmigiano grattugiato. Rimettere la casseruola sul fuoco e portatela ad ebollizione. A questo punto versare l'uovo e con il cucchiaio di legno amalgamate il tutto creando una pappa cremosa e morbida. Lasciate sul fuoco fino a quando l'uovo non sarà cotto, spegnete e servire caldissimo. Su ogni piatto mettete abbondante parmigiano grattugiato.

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

- 4 michette raffermate (no pane all'olio o al latte)
- 2 l di brodo (vegetale o di carne)
- 4 noci di burro
- 4 foglie di salvia
- 4 uova
- 4 cucchiai di parmigiano grattugiato
- sale e pepe nero q.b.

Canederli allo speck

Prendete il pane raffermo e tagliatelo a dadini di 1 cm per lato e mettetelo in una ciotola capiente. Rompete le uova e sbattetelo e unite il latte mescolando e versatelo sul pane. Amalgamate il composto e lasciate riposare.

Pulite la cipolla e tagliatela a fettine sottilissime e tagliate lo speck a dadini. In una padella fate fondere il burro a fuoco basso e unite la cipolla e lo speck e soffriggete lentamente per una decina di minuti e lasciate raffreddare e unite il soffritto al composto preparato con il pane raffermo. Insaporite con sale e pepe e il prezzemolo tritato e l'erba cipollina. Potete anche aggiungere del formaggio stagionato grattugiato.

Aggiunta poco alla volta 30 grammi di farina. Quindi mescolate il tutto con le mani fino ad avere un composto omogeneo leggermente umido ma che non si deve attaccare alla ciotola. Lasciate riposare per almeno 30 minuti.

Con le mani leggermente infarinate formate delle palline grandi quanto una noce e ponetele su un piatto infarinando i canederli leggermente per non farli attaccare. Portate ad ebollizione l'acqua assieme con un pizzico di sale grosso e/o del brodo, se volete dei canederli più saporiti.

Quando l'acqua incomincerà a bollire mettete lentamente i canederli abbassate la fiamma e lasciateli cuocere a fuoco moderato per circa 10 minuti (se sono piccoli) controllando la cottura con una forchetta. Quando il canederlo sarà morbido potete scolateli. Servirli cosparsi di burro fuso e formaggio stagionato grattugiato, oppure con la salsa di pomodoro calda e se, avete usato il brodo per la cottura, si possono gustare anche assieme a qualche mestolo di brodo bollente.

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

- 250 gr di pane raffermo
- 2 uova
- 250 ml di latte
- 1 cipolla piccola
- 100 gr di speck
- 1 cucchiaino di prezzemolo tritato
- 1 cucchiaino di erba cipollina tritata
- 2 cucchiaini di formaggio stagionato grattugiato
- 30 gr di farina
- 40 gr di burro; sale e pepe q.b.

Per il condimento dei canederli

- 150 gr di burro fuso
- formaggio stagionato grattugiato q.b.



VENETO

Panada veneta (panà)

Tagliate il pane rafferma a fette spesse togliendo la crosta. In una pentola con il fondo spesso sistemate le fette di pane una vicina all'altra senza lasciare spazi vuoti, coprite con il brodo di manzo tiepido a filo, senza coprire le ultime fette del pane. Lasciate riposare il tutto per 40 minuti circa. Trascorsi i 40 minuti aggiungete un mestolo di brodo e portate la panada sul fuoco, quando inizia a bollire scuotete la pentola facendo attenzione che non si attacchi, ma senza mescolare così i pezzi di pane rimangono integri, morbidissimi e saporiti e cuocete per 30 minuti. Se vedete che cuocendo asciuga troppo aggiungete un altro mestolo di brodo. A cottura ultimata cospargete con il formaggio grattugiato e regolate il sale. Condite con un filo di olio extra vergine di oliva, lasciate riposare per 5 minuti. Portate la panada a tavola ancora calda.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 600 gr di pane rafferma (senza crosta)
- 1,5 l di brodo di manzo
- 120 g di parmigiano reggiano
- olio extravergine d'oliva q.b.
- 3 pizzichi sale q.b.

TOSCANA

Panzanella

Tagliare il pane a cubetti grossolani mettetelo in una ciotola e aggiungete acqua e aceto e mescolate il composto fino a quando il pane sarà bagnato uniformemente e tenete da parte. Preparazione delle verdure: tagliate i pomodori a pezzetti piccoli, togliete la buccia e le due estremità al cetriolo e tagliatelo a fettine sottili, pulite la cipolla, tagliatela a metà e affettatela sottilmente. Prendete la ciotola con il pane e mescolate nuovamente aggiungendo i pomodori, i cetrioli e le foglie di basilico spezzettate. Condite con il sale, il pepe e l'olio. Mescolate ancora e conservate in frigorifero la panzanella fino al momento di servirla.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 350 gr di pane rafferma
- 60 gr di aceto di vino bianco
- 220 gr pomodori ramati maturi
- 200 gr di cetrioli
- 90 gr di cipolle rosse
- acqua (q.b. per bagnare il pane)
- sale, basilico, olio extravergine d'oliva, peperone q.b.

Pappa al pomodoro

Mettete in una pentola i pomodori sbucciati, privateli dei semi e tagliatili a pezzi grandi. Tritate la costa di sedano, lo spicchio d'aglio e mettete il tutto in una ciotola unendo un pizzico di pepe nero, un cucchiaino d'olio, sale e due mestoli d'acqua a persona. Portate a bollire per circa un'ora a fuoco lento.

Spegnete e lasciate riposare. Mezz'ora prima di portare in tavola la pappa, accendete di nuovo il fuoco, unite i dadini di pane raffermo, calcolando mezza fetta per persona e fate bollire a fuoco basso. Servite la pappa cosparsa di basilico spezzettato e di formaggio grattugiato.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 300 gr di pomodori maturi
- 1 costa di sedano
- 1 spicchio di aglio
- basilico, formaggio grattugiato, pane raffermo, olio d'oliva, e sale q.b.
- 1 pizzico di pepe nero

Insalata di pane

Ammollate il pane nell'acqua, premerlo fra le mani per eliminare l'acqua e sbriciolarlo in un'insalatiera. Lavare la rucola e spezzettarla con le mani. Condite con olio extra vergine di oliva. Mescolate bene e fate riposare un po' prima di servire.

Potete unire dei pomodorini ciliegini per decorare.

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

- 6 fette di pane raffermo
- 300 gr di insalata rucola
- 6 pomodori
- 18 pomodori ciliegini
- 1 mazzetto di basilico
- olio extra vergine d'oliva, sale e pepe q.b.



Gnocchi di pane al ragù (gnocchi de pan)

Per preparare il ragù prendete la carota, il sedano e la cipolla e dopo averle lavate, tritatele finemente ottenendo così un battuto. Prendete un tegame aggiungete un filo d'olio e il trito di cipolla, sedano e carota, che avete preparato e cominciate a far soffriggere gli odori. Una volta dorati, aggiungete la carne macinata di maiale e di manzo. Fate rosolare il tutto per circa 6-7 minuti fino a quando il liquido di cottura fuoriuscito dalla carne non si è asciugato, sfumate con mezzo litro di vino rosso.

Continuate la cottura per circa 20 minuti a fuoco vivo per far evaporare rapidamente il vino. Poi aggiungete i pomodori pelati e il sale. Coprite il tegame con il coperchio e continuate la cottura a fuoco lento per circa 40 minuti. Prendete il pane raffermo e tagliatelo a pezzi. Mettete i pezzi di pane in una ciotola abbastanza capiente e versateci dentro prima un bicchiere di latte poi uno di acqua. Lasciate ammorbidire il pane lentamente. Una volta che tutto il pane si sarà ben ammolato, strizzatelo con le mani in modo da eliminare il liquido e trasferitelo in una seconda ciotola. Sbriciolate per bene il pane, poi sgusciate le uova. rendete il prosciutto cotto e tagliatelo a dadini piccoli, stessa cosa fate con la pancetta affumicata e con la lingua salmistrata. Aggiungete i dadini di prosciutto, di pancetta, di lingua e di prezzemolo tritato all'impasto di pane. Infine aggiungete il grana padano grattugiato ed un pizzico di sale. Mescolate il tutto con un mestolo affinché tutti gli ingredienti non saranno ben amalgamati tra di loro. Con le mani bagnate poi ricavate delle porzioni dall'impasto, formando poi degli gnocchi rotondi delle dimensioni simili a quelle di un mandarino. Versate della farina in un contenitore e impanateli in modo che risultino ben asciutti all'esterno. In una bella pentola capiente, fate bollire acqua salata e lessate uno dopo l'altro gli gnocchi di pane. Al momento della cottura dovrebbero venire a galla nell'acqua bollente. Il tempo di cottura comunque non sarà minore di 15 minuti. Impiattate gli gnocchi e condite con il ragù che avete preparato in precedenza.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Per il ragù di carne

- 1 carota, 1 costa di sedano, 1 cipolla
- 100 gr di carne di maiale macinata
- 150 gr di carne di manzo macinata
- ½ litro di vino rosso
- 300 gr di pomodori pelati
- olio extravergine d'oliva e sale q.b.

Per la preparazione degli gnocchi di pane

- 500 gr di pane raffermo
- 1 bicchiere di latte
- 2 uova
- 50 gr di prosciutto cotto
- 50 gr di pancetta affumicata
- 50 gr di lingua salmistrata
- 80 gr di grana padano grattugiato
- 1 mazzetto di prezzemolo
- farina e sale q.b.

Pane fritto dolce

Mescolate in una terrina il latte con lo zucchero, aggiungete lentamente la farina in modo da non creare grumi, un uovo intero e la scorza grattugiata del limone e mescolate con una frusta.

Tagliate il pane raffermo a fette spesse circa 1cm, mettetele in un piatto con i bordi alti e bagnatele con il composto che avete preparato. Lasciatelo riposare per qualche minuto fino a quando non sia ben inzuppato.

Quindi in una padella scaldate abbondante olio di semi e quando sarà ben caldo prendete le fette di pane e schiacciatele leggermente con una forchetta per eliminare il latte in eccesso. A questo punto mettete le fette di pane nella padella e friggetele fino quando non appaiono completamente dorate.

Ponete il pane fritto su della carta assorbente da cucina per far scolare l'olio in eccesso e servitelo ancora caldo.

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

- 300 ml di latte
- 30 gr di zucchero
- 40 gr di farina
- 1 uovo
- scorza grattugiata di 1 limone
- olio di semi q.b.

Sope de javal

In una casseruola mettete a bollire per 10 minuti il vino con lo zucchero, i chiodi di garofano, le bucce di limone e la cannella.

In una zuppiera sbattete le uova e immergetevi le fette di pane. Prendete una padella mettete il burro insieme all'olio e fatelo leggermente scaldare, metteteci le fette di pane bagnate nell'uovo e friggetele girandole finché non saranno dorate da tutte e due le parti.

Ponetele a scolare su della carta assorbente da cucina e servitele in piatti fondi singoli versandovi sopra il vino bollente.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 0,6 l di vino rosso dolce
- 50 gr di zucchero
- 4 chiodi di garofano
- la buccia di 4 limoni
- 1 pezzetto di cannella
- 8 fette di pane raffermo
- 2 uova
- 50 gr di burro
- 1 dl di olio extravergine d'oliva



Bustrengo dolce

Mettete a bagno nell'anice l'uvetta sultanina e fatela ammorbidire. Prendete una ciotola capiente e versatevi dentro il latte, le uova e lo zucchero e iniziate a mescolare il tutto con una frusta fino a ottenere un composto liscio e omogeneo.

Quindi unite il pane raffermo grattugiato, la farina di mais, la farina bianca, la scorza grattugiata del limone e il lievito per dolci setacciato insieme alla vanillina per evitare grumi. Mescolare bene l'impasto fino a quando non sarà omogeneo.

Unite l'uvetta strizzata bene e mescolate velocemente il composto. Mettete il composto in una teglia di circa 24 cm di diametro, con altezza 3 centimetri. Cuocete il dolce in forno statico preriscaldato a 180° per 50 minuti. Passato il tempo di cottura sfornate il bustrengo e servitelo non appena si sarà raffreddato.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 1 l di latte
- 2 uova
- 200 gr di zucchero
- 200 gr di pane raffermo grattugiato
- 50 gr di farina di mais
- 25 gr di farina 00
- la scorza grattugiata di 1 limone
- ½ bustina di lievito per dolci
- 1 bustina di vanillina
- uvetta sultanina (macerata nell'anice)

Acqua cotta (zuppa di pane)

Affettate finemente i cipollotti con parte delle foglie verdi e metteteli a soffriggere in una padella con un filo di olio facendoli cuocere lentamente e se necessario aggiungete un po' d'acqua durante la cottura. Aggiungete nella padella i pomodori e fate cuocere per circa 20 minuti continuando ad aggiungere un po' d'acqua se tende ad asciugare troppo. Quindi tagliare le bietole a pezzetti e quando il sughetto di pomodoro è cotto, aggiungete le bietole, mettete un dado sbriciolato o un cucchiaino di dado in polvere e aggiungete 1 litro di acqua. Quando le bietole saranno cotte (circa 10-15 minuti), aggiungete il pane raffermo tagliato a pezzetti. Cuocere alcuni minuti girando per frantumare il pane e amalgamare il composto. Servire caldo aggiungendo olio extravergine di oliva e pecorino grattugiato.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 6-7 cipollotti (o 3 cipolle medie)
- 500 gr di pomodori a pezzi
- 500 gr di bietola
- 500 gr di pane raffermo
- pecorino o parmigiano, olio extravergine d'oliva e sale q.b.

Lasagne di pane con verdure e formaggi filanti

Abbrustolite 6 fette di pane raffermo in forno. Prendete una padella e metteteci un po' d'olio extra vergine di oliva, fateci imbiondire l'aglio che avete provveduto a tritare finemente, insieme a un pezzettino di peperoncino e metà verza, di media grandezza, e una decina di foglie di bietola tagliate a strisce sottili. Quindi unite un mestolo di brodo vegetale, regolate il sale e fate cuocere.

Prendete una pirofila da forno, ungetela e disponetevi sopra le fette di pane raffer-
mo ben incastrate, quindi adagiate sopra le verdure in modo da ricoprire tutto lo
strato di pane. Irrorare il composto con un po' di olio, un mestolino di brodo vegeta-
le, 5 o 6 fettine di mozzarella ben scolata in modo che non faccia acqua in cottura,
130 g di fontina tagliata a listarelle e ricoprite tutta la superficie. Si possono realizza-
re anche più strati. Cuocere in forno a 220° per mezz'ora circa.

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

- 6 fette di pane raffermo tipo casereccio
- 1 spicchio d'aglio
- ½ verza
- 10 foglie di bietola
- olio Evo, brodo vegetale, mozzarella, fontina e peperoncino a.b.

Panzanella romana

Immergete le fette di pane raffermo in una insalatiera con acqua e mezzo bicchiere di aceto di vino bianco, regolando l'aceto secondo il vostro gusto, e lasciatelo a spugnarsi il tempo necessario. Il pane non deve essere troppo bagnato.

Quindi prendete i pomodori maturi, tagliateli a fette e metteteli sul pane che avete fatto scolare dall'acqua in eccesso. Aggiungete il basilico, il sale, l'olio e per ultimo un po' di origano a piacere. Servite in tavola.

LAZIO

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 4 fette di pane raffermo
- 4 pomodori maturi
- ½ bucciere di aceto bianco
- sale, basilico e origano q.b.



La minestra di pane sotto

Mettete in ammollo i legumi secchi in acqua tiepida (ceci, lenticchie e fave) la sera prima di cucinarli. Poco prima di cucinare tagliate a striscioline la cicoria, la bietola, la carota, il sedano e pomodori. Quindi affettate la cipolla a rondelle sottili e fatela soffriggere insieme al peperoncino e all'aglio fino a quando non diventa dorata. Aggiungete poco per volta le verdure fresche e fatele appassire. A questo punto unite i legumi e aggiungete dell'acqua. Girate bene il miscuglio e mettete a bollire a fuoco lento per un'ora e mezza. Assaggiare la minestra per regolare il sale e la cottura. La zuppa deve avere un aspetto denso e cremoso e con poca acqua.

Mettete sul fondo della zuppiera le fette di pane raffermo e versatevi sopra parte della zuppa fino a ricoprire il pane. Potete fare più strati di pane e zuppa fino ad esaurimento degli ingredienti. Lasciate riposare la zuppa per una quindici minuti prima di servirla in tavola. Potete aggiungere del pecorino grattugiato su ogni piatto.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 300 gr di ceci
- 300 gr di lenticchie
- 300 gr di fave
- 400 gr di cicoria
- 400 gr di bietola di campo
- 200 gr di pecorino grattugiato
- due carote; 1 cipolla rossa, 1 gambo di sedano, 2 pomodori maturi, 1 spicchio d'aglio, 1 peperoncino, 12 fette di pane raffermo, 2 l di acqua
- sale e olio q.b.

Frittata di pane

Prendete della mollica di pane e mettetela ad ammolare nel latte. Prima di utilizzarla strizzatela bene. Prendete una insalatiera e mettete la mollica di pane strizzata, le uova, il basilico tritato e i due formaggi grattugiati; salate, pepate. Mescolate bene gli ingredienti fino ad ottenere un composto omogeneo.

A questo punto aggiungete il prosciutto cotto a dadini. Scaldare l'olio insieme al burro in una padella e versatevi il composto per farlo rapprendere, facendo attenzione che le uova non si attacchino sul fondo. Girate la frittata con l'aiuto di un piatto, fatela scivolare di nuovo nella padella. Appena cotta da entrambe le parti potete servirla preferibilmente ancora calda.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 400 gr di mollica di pane raffermo
- 1 bicchiere di latte
- 8 uova, qualche foglia di basilico tritato
- 100 gr di parmigiano grattugiato
- 50 gr di pecorino romano
- 70 gr di prosciutto cotto
- 1 cucchiaino d'olio, un pezzo di burro, sale e pepe q.b.

Bostrengo dolce natalizio

Lessate il riso in acqua bollente per il tempo indicato sulla confezione, scolatelo e lasciatelo raffreddare. Nel frattempo mettete il pane raffermo in ammollo nel latte e tritate tutta la frutta secca. In una ciotola a parte lavorate il burro con lo zucchero e quando il composto sarà morbido aggiungete le uova e il riso mescolando bene. Strizzate bene il pane e aggiungete le farine, il cacao, la frutta secca e mescolate il composto fino a quando non risulterà omogeneo.

Quindi unite la mela sbucciata e tagliata a pezzetti e la scorza dell'arancia grattugiata, il rum e continuate ad amalgamare il composto. Prendete una teglia rettangolare rivestite con la carta da forno, bagnata e strizzata, versatevi il composto e livellatelo con cura. Fate scaldare il forno e infornate il dolce a 175° per circa 1 ora. Sforate il dolce e fatelo raffreddare, tagliatelo a cubotti. Cospargetelo con abbondante zucchero a velo prima di servirlo.

INGREDIENTI

- gr 750 di farina 00
- 300 gr di farina di mais
- 150 gr di riso
- 30 gr di cacao amaro in polvere
- 100 gr di pane raffermo
- 150 gr di fichi secchi
- 100 gr di gherigli di noce
- 50 gr di uvetta
- 1 bicchiere di latte
- 100 gr di ucchero
- 3 uova
- 1 mela
- 1 arancia
- 1 cucchiaino di rum
- 50 gr di burro
- zucchero a velo q.b.

Pancotto alla marchigiana

Disponete in un tegame basso e capiente le fette di pane raffermo e versatevi sopra il brodo bollente. Mentre il pane s'inzuppa nel brodo, con una frusta sbattete le uova fresche aggiungendo il sale e il pepe.

Versate le uova sbattute sul pane inzuppato e aggiungete una manciata di parmigiano grattugiato. Mettete il tegame in forno preriscaldato a 200° per 15 minuti, il tempo necessario perché si formi una crosticina dorata. Se di vostro gradimento potete aggiungere del prezzemolo tritato.

INGREDIENTI

- ½ kg di pane raffermo
- brodo di carne q.b.
- 6 uova
- sale, pepe, parmigiano grattugiato e prezzemolo q.b.



Olive all'ascolana

Fate soffriggere la pancetta in una casseruola con olio d'oliva e dopo pochi secondi unite il manzo e il maiale. Lasciate soffriggere per un minuto, quindi aggiungere la salsa di pomodoro con mezzo bicchiere d'acqua, mescolare e lasciate cuocere a fuoco lento per 30 minuti. Unite i fegatini di pollo spezzettati sottili e continuate la cottura per altri 5 minuti, quindi scolate le carni e tritare il tutto molto finemente. Mettete il trito in una ciotola e unite il fondo di cottura della carne, la mollica di pane, inzuppata e strizzata nel brodo tiepido, 1 uovo, il parmigiano grattugiato, sale, pepe, noce moscata e amalgamate bene.

Snocciolare le olive verdi senza romperle usando un coltellino per togliere il nocciolo, poi farcite le olive con il composto di carni.

Scaldare circa 200 ml di olio per friggere, preparate in un piatto la farina, in un altro il pangrattato e una ciotola con le uova sbattute. Passare le olive prima nella farina, poi nelle uova, infine nel pangrattato e sfriggetele nell'olio caldo per 5 minuti, girandole in modo da ottenere una cottura uniforme. Ponetele a scolare sulla carta assorbente da cucina e servirle.

INGREDIENTI

- 60 olive verdi grosse (varietà ascolana tenera)
- 130 gr di pancetta o lardo
- 150 gr di polpa di maiale
- 150 gr di polpa di manzo
- 2-3 fegatini di pollo
- 2 cucchiaini di salsa di pomodoro
- 30-40 gr di mollica di pane raffermo
- 50 gr di Parmigiano
- 3 uova, 1 pizzico di noce moscata
- 30 ml di brodo
- 30 ml di olio d'oliva
- 100 gr di farina
- 150 gr di pangrattato
- 200 ml di olio per frittura
- sale e pepe q.b.

UMBRIA

Polpette di Sant'antonio

Tagliate il pane a pezzetti e copritelo con l'acqua e fatelo ammorbidire per una decina di minuti, quindi strizzatelo bene e mettetelo da parte. In una ciotola capiente mettete il pane, la carne e le uova. Amalgamare bene gli ingredienti fino ad avere un composto omogeneo e aggiungete il formaggio, l'uvetta e i pinoli tagliati grossolanamente. Aggiungete il sale e il pepe e continuate ad amalgamare gli ingre-

In una pentola mettete qualche cucchiaino di olio e uno spicchio di aglio schiacciato, e fate dorare. Quindi aggiungete la passata di pomodoro, salate e fate cuocere 10 minuti circa. Passato il tempo indicato aggiungete le polpette e proseguite la cottura per circa 20 minuti a fuoco moderato. Regolate di sale e aggiungete qualche foglia di basilico.

- 100 gr di pane raffermo
- 400 gr di macinato di manzo
- 2 uova
- 50 gr di uva sultanina
- 2 cucchiaini di pinoli
- 30 gr di parmigiano reggiano grattugiato

- 800 ml di pomodori (passata)
- 1 spicchio d'aglio
- olio extravergine di oliva, sale e pepe q.b.

Tagliate il pane a pezzi. In una casseruola fate rosolare con un po' di olio di oliva, le verdure tritate grossolanamente e la pancetta. Quindi unite il pane e la passata di pomodoro e lasciate cuocere per qualche minuto. Aggiungete un rametto di rosmarino e il brodo di verdura caldo. Lasciate cuocere a fuoco basso per almeno 20 minuti. Aggiustate il sale e fate cuocere ancora qualche minuto. Mettete la minestrina nei piatti fondi, aggiungete un giro d'olio a crudo, volendo del pepe e il parmigiano a scaglie.

- 200 gr di pane raffermo
- 2 coste di sedano
- 1 cipolla piccola
- 1 carota piccola
- 60 gr di pancetta affumicata (due fette)

- 100 gr di passata di pomodoro
- 700 ml di brodo di verdura
- un rametto di rosmarino
- olio extravergine d'oliva,
sale, pepe e parmigiano q.b.



Panzanella contadina umbra

Tagliate a pezzi il pane raffermo e mettetelo a mollo in abbondante acqua per alcuni minuti, fino a che raggiunga una consistenza morbida. Strizzatelo accuratamente e metterlo in una ciotola capiente. Tagliare a pezzetti i pomodori maturi facendo attenzione a raccogliere tutto il succo fino a quando il composto non si sia insaporito bene. Tagliate la cipolla e i cetrioli a fettine sottilissime, aggiungete un pizzico di sale e mescolate bene. Prendete la ciotola con il pane ammollato e aggiungete i pomodori insaporiti, mescolando bene e delicatamente il composto per far assorbire il succo del pomodoro al pane. A questo punto aggiungete le fettine di cipolla e i cetrioli, mescolate sempre facendo attenzione a non spappolare il pane, aggiustate il sale e il pepe e aggiungete un bel giro d'olio. Lasciate riposare la panzanella in frigo alcune ore prima di consumare.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 500 gr di pane raffermo
- 250 gr di pomodori maturi
- 2 cetrioli
- 1 cipolla
- basilico, menta, sale, pepe
- olio Evo q.b.

ABRUZZO

Pallotte cacio e ova

Per preparare le pallotte mettete in una ciotola la mollica di pane sbriciolata e i due formaggi grattugiati, le uova sbattute, l'aglio e il prezzemolo tritati e il pepe. Amalgamate il tutto con le mani fino a quando il composto non risulterà omogeneo, infine aggiungete un po'di sale. Formate delle polpettine a forma di sfera, di media dimensione e passatele dentro la farina. Quindi friggete le pallotte in abbondante olio di semi caldo fino a quando non diventeranno dorate. Toglitele dalla padella e mettetele a scolare su carta assorbente da cucina per togliere l'olio in eccesso, coperte per non farle freddare. Mettete ad appassire in un tegame la cipolla tagliata sottile insieme all'olio di oliva a fuoco moderato per far prendere colore. Aggiungete la passata di pomodoro e lasciate che arrivi a bollore ma a fuoco lento, quindi aggiungete le pallotte e fate cuocere con il coperchio per circa 30 minuti, fino a quando il sugo non si sarà rappreso. Mescolate delicatamente, unite qualche foglia di basilico. Servite le pallotte cacio e ova ancora calde.

INGREDIENTI PER 4/6 PERSONE

Per le pallotte

- 120 gr di mollica di pane sbriciolata
- 75 gr di parmigiano grattugiato
- 75 gr di pecorino grattugiato
- 6 uova
- 1 spicchio d'aglio
- 1 cucchiaio di prezzemolo tritato

- 1 l di olio di semi per friggere
- 100 gr di farina 00
- sale e pepe q.b.

Per il sugo

- 1 l passata di pomodoro
- 1 cipolla media
- olio extravergine d'oliva e sale q.b.

Patate marinate con salsiccia e mollica

Prendete le patate, sbucciatele e tagliatele a fette di circa 3/4 mm. Oliate una teglia da forno. Eliminate il budello delle salsicce e sbriciolatele. Prendete la mollica di pane, sbriciolatela e fate un battuto con aglio e prezzemolo.

A questo punto sulla teglia da forno alternate le fette di patate con il battuto e salsicce fino a terminare tutti gli ingredienti. Aggiungete il pecorino e un po' di olio sulla superficie. Infornate nel forno caldo a 180° e lasciate cuocere per circa un'ora.

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

- 4 patate
- 2 salsicce
- la mollica di 2 fette di pane raffermo

- 1 spicchio di aglio
- prezzemolo, olio extravergine d'oliva e pecorino romano q.b.

Cozze alla vastese

Prendete le cozze e con un coltello eliminate le incrostazioni, se non è stato fatto dal rivenditore e strappate anche la barbetta ad ogni guscio e sciacquatele più volte.

Prendete un tegame e soffriggete in un paio di cucchiai di olio di oliva uno spicchio d'aglio schiacciato fino a quando non sarà dorato. A questo punto aggiungete le cozze, un pizzico di pepe e del vino bianco che fate evaporare, coprite con un coperchio e lasciate cuocere pochi minuti, giusto il tempo di fare aprire le cozze. Quindi prendetele con un mestolo forato e ponetele su un piatto da portata, eliminate l'aglio e filtrate l'acqua di cottura con un colino sul quale avrete della carta da cucina o garza per evitare che l'eventuale sabbia finisca sulle cozze.



In un tegame con un po' d'olio di oliva rosolate uno spicchio d'aglio, aggiungete i pomodori tagliati a pezzettini, qualche foglia di basilico tagliuzzata e lasciate cuocere a fuoco basso per 10 minuti. Quindi eliminate le valve più piccola delle cozze e disponetele in una teglia da forno rivolte verso l'alto.

Bagnate il pane raffermo con l'acqua delle cozze e sbriciolate la mollica con le mani, aggiungete il formaggio grattugiato, un pizzico di sale e di pepe e una manciata di prezzemolo tritato. Quindi riempite con questo composto ogni cozza e irroratela con la salsa di pomodoro.

Cuocete le cozze alla vastese in forno per 10 minuti a 180°. Prima di servirle mettete sopra un pizzico di prezzemolo tritato e un filo di olio di oliva.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 1 kg di cozze
- 3 pomodori maturi
- 2 cucchiaini di parmigiano
- ½ di vino bianco
- la mollica di 2 fette di pane raffermo
- 2 spicchi d'aglio
- 1 mazzetto di prezzemolo tritato, qualche foglia di basilico, olio di oliva, pepe nero macinato fresco q.b.

MOLISE

Pane imbusso

In una pentola capiente mettete a scaldare i fagioli e aggiustate il sale. Prendete delle fette di pane raffermo. Scaldate una padella e ponetevi le fette di pancetta fino a quando non diventeranno croccanti. Trasferite la pancetta su della carta assorbente da cucina e tenetela da parte. Lavate e tritate finemente il prezzemolo. Quindi mettete le fette di pane in un piatto e copritele con i fagioli cercando di bagnare tutto il pane con l'acqua di cottura. Su ogni porzione mettete dei pezzi di pancetta croccante e spolverate il tutto con del prezzemolo tritato. Prima di servire aggiungete un filo di olio di oliva su ogni piatto.

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

- 400 gr di fagioli cannellini cotti e non sgocciolati
- 4 fette di pane raffermo
- 8 fette sottili di pancetta
- olio d'oliva, prezzemolo e sale q.b.

Spaghetti con mollica

Prendete le fette di pane raffermo private della crosta e sbriciolate la mollica. Mettere a bollire l'acqua per cuocere gli spaghetti. Spezzettate la frutta secca a pezzi più o meno grandi, secondo il vostro gusto, ma non troppo piccoli. Prendete una padella ampia, in quanto dovrà contenere anche gli spaghetti, metteteci un po' di olio di oliva e lo spicchio dell'aglio e lasciatelo rosolare. Appena rosolato aggiungete la mollica di pane, per farla rosolare mantenete la fiamma bassa e cuocete per circa 5 minuti, mescolando per farla abbrustolire uniformemente. Unite la frutta secca e lasciate dorare per altri 5 minuti, sempre a fiamma bassa. Eliminate l'aglio e aggiungete se serve un po' di sale. Quando l'acqua bolle, salatela e lessate gli spaghetti. Toglieteli al dente conservando un po' di acqua di cottura. Versate gli spaghetti direttamente nella padella dove c'è il condimento e aggiungete $\frac{1}{2}$ bicchiere di acqua di cottura, mescolando in modo che la pasta sia tutta condita. Aggiungete del prezzemolo tritato, date una rapida mescolata e servire ancora caldo.

INGREDIENTI PER 4/6 PERSONE

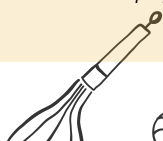
- 600 gr di spaghetti
- 200 gr di mollica di pane raffermo
- 35 gr di mandorle
- 35 gr di noci
- 35 gr di nocciole tostate
- 70 ml di olio d'oliva
- 1 spicchio di aglio
- 1 ciuffo di prezzemolo

Baccalà arraganato del Molise

Mettete in ammollo l'uva sultanina in acqua tiepida per una decina di minuti. Nel frattempo tagliate i pomodorini a pezzi e conditeli con olio d'oliva, sale e pepe. Tritate il pane raffermo con il prezzemolo, l'aglio e le noci, per la panatura. Tagliate a cubetti il baccalà e passatelo nella panatura che avete preparato. Prendete una pirofila leggermente oliata e metteteci i pomodorini, l'uvetta strizzata, le olive e i capperi e bagnate il fondo con il vino bianco. Aggiungete i pezzetti di baccalà passati nella panatura aromatica. Cuocete il baccalà arraganato nel forno statico preriscaldato a 180° per circa 40 minuti. Non appena la panatura risulta dorata e croccante, sfornatelo e servitelo caldo.

INGREDIENTI PER 4/6 PERSONE

- 600 gr di baccalà ammollato
- 250 gr di pomodorini
- 2 fette di pane raffermo
- 80 gr di olive nere denocciolate
- 30 gr di noci sgusciate
- 2 cucchiaini di uva passa
- 1 cucchiaino di capperi
- 150 ml di vino bianco secco
- 1 spicchio d'aglio
- 1 mazzetto di prezzemolo
- olio d'oliva sale e pepe q.b.



Braciolette all'antica

Prendete la mollica del pane raffermo bagnatela, strizzatela bene e mescolatela con la carne macinata, il prezzemolo e l'aglio tritati, il parmigiano e l'uovo e un pizzico di sale e pepe, strutto o burro, la maggiorana e amalgamate tutti gli ingredienti in una terrina. Quando il composto sarà omogeneo formate delle crocchette. Su ogni spiedino alternate una crocchetta/bracioletta e una fettina di pane raffermo, iniziando e terminando con il pane. Il pane deve essere tagliato della stessa lunghezza delle braciolette. Mettete gli spiedini in una pirofila unta con l'olio. Aggiungete qualche fiocchetto di burro, e cuocete in forno preriscaldato per circa mezz'ora. Quando saranno cotte, togliete dal forno e servite.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 200 gr di mollica di pane raffermo
- 500 gr di carne macinata di manzo
- 150 gr parmigiano reggiano
- 1 spicchio di aglio
- 20 gr di strutto o burro
- 4 cucchiaini da tavola di olio d'oliva
- prezzemolo, maggiorana, sale e pepe nero q.b.

Alici arraganate

Prendete le alici e pulitele eliminando la testa, le interiora, la lisca centrale e apritele a libro, sciacquatele bene e poi asciugatele. Fate preriscaldare il forno a 180°. In una ciotola mescolate il pane grattugiato, lo spicchio di aglio tritato finemente e l'origano, la buccia grattugiata del limone, un po' di pepe e mettete da parte.

Quindi sistemate le alici in una teglia da forno unta di olio e disponetele con la parte del dorso verso il basso e iniziate a fare gli strati alici. Ricoprite con il pane e aggiungete e così via fino ad esaurire tutti gli ingredienti e terminando con altro pane grattugiato. Irrorando con il succo del limone e con altro olio extravergine d'oliva mettete nel forno caldo per circa 15 minuti. Sfornate la teglia e fate riposare pochi minuti e servite le alici arraganate.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 1 kg di alici fresche
- 150 gr di mollica di pane raffermo grattugiato
- 1 spicchio di aglio
- 4 cucchiaini di olio
- succo e buccia di un limone
- origano, pepe nero macinato q.b.

Mozzarella in carrozza

Prendete la mozzarella e tagliatela in 8 fette dello spessore di un centimetro più o meno uguali alle dimensioni delle fette di pane. Mettete una fetta di mozzarella tra le due fette di pane, premendo leggermente per rendere il tutto compatto "Carrozze". Procedete nello stesso modo con tutte le fette del pane.

Sbattete le uova insieme ad un dito di latte e una presa di sale. Immergete nel composto le carrozze, passato precedentemente nella farina, facendo in modo che si inzuppino bene nell'uovo avendo cura di chiudere i punti di congiunzione esterna delle fette di pane. In una padella fate scaldare abbondante olio, quando sarà ben caldo, tuffatevi le carrozze due o tre alla volta e cuocetele finché saranno ben dorate. Le carrozze devono essere ben croccanti quindi fate attenzione che non si abbassi troppo la temperatura dell'olio. Ponetele sulla carta assorbente da cucina in modo da eliminare l'olio in eccesso e servitele ben calde.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 450 gr circa di mozzarella
- 16 fette di pane casareccio raffermo
- 200 gr di farina 00
- 8 uova
- 100 gr di latte intero
- olio d'oliva per friggere
- 2 cucchiaini di strutto
- sale q.b.

BASILICATA

Pasta ammuddicata

Prendete le acciughe pulite, lavate e diliscate e mettetele in una padella con qualche cucchiaio di olio e cuocete per qualche minuto, fino a quando non saranno completamente sciolte. In un'altra padella scaldate la mollica di pane sbriciolata, con un po' di olio, cuocetela a fuoco basso facendo molta attenzione a non farla bruciare. Unite sale e pepe.

Lessate i bucatini, scolateli al dente e conditeli con le acciughe e la mollica di pane che avete preparato, mescolate il tutto e serviteli caldi.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 400 gr di bucatini
- 5 acciughe sotto sale
- 100 gr di mollica di pane raffermo
- olio, sale e pepe q.b.



Polpette di pane alla materana

Togliere la crosta alle fette di pane e mettete la mollica ottenuta a bagno nel latte. Non appena molle prendete la mollica, strizzatela e ponetela in un in un piatto fondo capiente, sminuzzatela bene con le mani, aggiungete l'uovo, il formaggio, l'aglio tritato finemente, il sale e il prezzemolo.

Impastate il tutto con le mani e formate delle polpette molto grandi, appoggiatele su un foglio di carta da forno. Friggetele nell'olio extra vergine d'oliva fino a quando non saranno marrone scuro. Quindi scolatele e passatele nella pentola con il sugo di pomodoro, cucinato tradizionalmente. Fatele cuocere circa 20 minuti. Servitele calde cosparse di formaggio grattugiato.

INGREDIENTI PER 10/15 POLPETTE

- 400 gr di mollica di pane di grano duro
- 1 uovo
- 1 spicchio di d'aglio
- 1 rametto di prezzemolo
- 1 l di latte
- 40 gr di parmigiano grattugiato o pecorino
- olio e sale q.b.

Per il sugo

- 1 barattolo di pomodori pelati
- basilico q.b.

Frizzuli con ragù di carne e mollica di pane

Prendete una padella e fate soffriggere gli ortaggi in abbondante olio. Appena soffritti aggiungete le bracioline, i bocconcini di vitello e fateli rosolare su ogni lato. Sfumate con un bicchiere di vino bianco. Quindi aggiungete la pancetta di maiale, la salsa, l'alloro e un ciuffetto di prezzemolo e fate cuocere a fuoco lento per circa tre ore fino a quando il sugo non sarà pronto.

Per preparare la pasta disponete la semola a montagnetta sul piano di lavoro, formate con le mani un buco al centro (cratere) e versateci dentro l'acqua piano piano. Cominciate ad impastare fino a che il composto non sarà ben amalgamato. Formate un grande panetto tondo, lasciatelo riposare per circa 20/30 minuti.

Passato il tempo necessario dividete il panetto in 4 pezzi e iniziate a lavorare ciascuno pezzo con le mani, per ottenere dei cilindri di pasta spessi quanto una matita. Tagliate i cilindri in pezzi circa 6/7 cm e con un ferretto formate delle spirali arrotolando il cilindro di pasta intorno allo strumento.

Arrotolate con le mani avanti e indietro la pasta sul ferretto per dare alla pasta lo spessore voluto. Quindi sbriciolare il pane raffermo con il mixer, fatelo saltare in una padella con un filo di olio e un pizzico di polvere di peperoncino.

Appena la mollica diventa croccante (attenzione a non farla bruciare) toglitela dal fuoco, fatela raffreddare e usatela insieme al ragù come condimento sulla pasta lessata e scolata.

INGREDIENTI PER 4/6 PERSONE

Per la pasta

- 400 gr di semola macinata sottile di grano duro
- acqua q.b.

Per il ragù

- 1 carota
- 1 cipolla
- 1 costa di sedano
- olio d'oliva, sale, prezzemolo, alloro q.b.

- 4 piccole bracirole
- 4 bocconcini di vitello
- 1 bicchiere di vino bianco
- 1 l di salsa di pomodoro
- 100 gr di pancetta di maiale

Per la mollica

- 1 fetta grande di pane casereccio raffermo
- olio di oliva e peperoncino in polvere q.b.

Peperoni ripieni alla lucana

Prendete i peperoni, lavateli e svuotateli dai semi togliendo la cima (mantenendoli interi) che conserverete per usarla come tappo una volta riempiti i peperoni.

Per il ripieno sminuzzate la mollica di pane e mescolatela con l'aglio e il prezzemolo, le acciughe tritate, il pecorino, l'olio e lasciatela riposare per circa 1 ora, in modo che si insaporisca. Quindi riempite i peperoni con il ripieno, chiudendoli con la cima/torsolo che avete conservato. Ponete i peperoni in una teglia da forno dopo averli conditi con aglio, prezzemolo, sale, pepe e abbondante olio. Infornate la teglia nel forno preriscaldato a 170° per circa mezz'ora.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 4 peperoni gialli abbastanza grandi

Per il ripieno

- 200 gr di mollica di pane
- 2 spicchi d'aglio tritati
- 50 gr di acciughe
- 50 gr di pecorino

- 2 cucchiaini di prezzemolo tritato
- ½ bicchiere d'olio d'oliva

Per il condimento

- 1 spicchio d'aglio tritato
- 1 cucchiaino di prezzemolo tritato
- 1 dl olio d'oliva
- sale, pepe nero q.b.



Zuppa di pane alla pugliese

Prendete le cipolle bianche affettatele non troppo sottili, buttatele in 1 litro di acqua bollente leggermente salata e fatele cuocere fino a quando non saranno morbide. A metà cottura unite i pomodori tagliati a fette, il prezzemolo tritato, pepe nero pestato nel mortaio e l'olio. In 4 piatti fondi disponetene strati di fette di pane rafferma sul quale verserete un po' di olio, un po' di sale e abbondante origano in polvere. Versate sui piatti la zuppa caldissima e ben mescolata, aggiungete un po' di pepe e altro origano e servite subito caldissima.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 400 gr di cipolla bianca
- 400 gr di pomodori ramati
- 3 cucchiaini di prezzemolo spezzettato
- 12 fette di pane rafferma
- 4 cucchiaini d'olio d'oliva
- 1 cucchiaino di origano
- sale e pepe q.b.

Pancotto del gargano

Prendete le cime di rapa, pulitele eliminando le foglie rovinate e i gambi più duri e fibrosi, tagliatele grossolanamente. Lavatele bene sotto l'acqua corrente e scolatele. Sbucciate le patate e tagliatele a cubetti, lavate i pomodori e tagliate anch'essi a pezzi grossolanamente.

Scaldare un filo d'olio in una padella capiente, fate soffriggere leggermente lo spicchio d'aglio in camicia quindi unite le patate, i pomodori e le cime di rapa. Aggiungete il pane rafferma spezzato grossolanamente con le mani. Mescolate bene tutti gli ingredienti. versateci sopra dell'acqua fino a coprirli e salate.

Cuocete a fiamma media con il coperchio per 40 minuti mescolando di tanto in tanto. Trascorso il tempo togliete il coperchio e alzate leggermente la fiamma. Cuocete per altri 20 minuti, finché il liquido presente non si sarà quasi del tutto asciugato. Potete lasciare la zuppa più o meno brodosa a seconda dei vostri gusti. Servite la zuppa calda condita con un filo d'olio a crudo e una grattata di pepe.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 290 gr di pane rafferma pugliese (con la crosta)
- 650 gr di cime di rapa
- 440 gr di patate
- 220 gr di pomodori ramati maturi
- 1 spicchio d'aglio
- acqua, olio d'oliva, sale fino e pepe nero q.b.

Friselle pugliesi all'acquasale

In una ciotola abbastanza capiente mettete i pomodori datterini, sia gialli che rossi, tagliati in quattro pezzi. Aggiungete i cetrioli pelati e tagliati a fettine, la cipolla di Tropea affettata sottile e condite con sale fino e basilico spezzettato.

Versate sopra l'olio d'oliva abbondante a piacere e date una veloce mescolata a tutti gli ingredienti. Lasciate insaporire l'insalata per 10-15 minuti.

Passate velocemente le friselle o fette di pane raffermo sotto il getto dell'acqua in modo che si bagnino ma non si inzuppino troppo, e le disponete su un vassoio.

Distribuite il condimento sulle friselle e aggiungete la mozzarella tagliata in cubetti, qualche fogliolina di basilico e ancora un filo d'olio d'oliva.

INGREDIENTI

- 6 friselle ofette di pane raffermo
- 3 mozzarelle
- 24 datterini rossi/gialli
- 3 cetrioli
- 1 cipolla di tropea
- sale, basilico fresco, olio Evo q.b.

Corbe riempiene alla pugliese

Prendete il pane, ammolatelo nell'acqua e togliete la crosta non appena il pane si sarà ammorbidito. Strizzate bene la mollica e mettetela in una ciotola insieme al prezzemolo e all'aglio tritati finemente, al formaggio grattugiato, le uova, sale e pepe. Impastate il tutto amalgamando bene gli ingredienti. In un tegame versate dell'olio di oliva e fate rosolare l'aglio.

Non appena l'aglio sarà dorato aggiungete la passata di pomodoro, un pizzico di sale e lasciate cuocere a fuoco lento per una 15 di minuti. Lavate le cozze e raschiatele bene, se non è stato fatto dal rivenditore. Ora prendete una cozza alla volta e servendovi di coltellino apritele. Una volta aperte le cozze riempiatele con un po' di impasto che avete preparato e chiudetele bene utilizzando un filo di cotone che farete girare più volte intorno alla cozza in modo di chiuderla bene. Sistemate le cozze ripiene nel sugo precedentemente portato a bollire e lasciate cuocer con il coperchio per 15 minuti. Una volta cotte eliminate il filo e servitele calde.



INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 500 gr di acqua
- 500 gr di cozze fresche pulite
- 70 gr di pane raffermo a pezzi
- 30 gr di parmigiano reggiano grattugiato
- 3 rametti di prezzemolo tritato
- 5 foglie di basilico, lavate ed asciugate
- 2 spicchi d'aglio
- 3 uova
- 2 pizzichi di sale
- 1 pizzico di pepe nero macinato
- ½ di peperoncino piccante
- 20 g di olio d'oliva
- 250 g di polpa di pomodoro
- ½ bicchiere di vino bianco

CALABRIA

Vrasciole calabresi

Sono polpette di carne dalla forma allungata e fritte. Per procedere alla preparazione prendete il pane raffermo, spezzatelo e ponetelo in una ciotola capiente bagnandolo con il latte e lasciatelo ammorbidire per qualche minuto.

Quindi strizzate il pane bene e mettetelo in una ciotola assieme ai formaggi grattugiati, alle due uova, aggiungete il pepe, l'aglio e il prezzemolo tritati sottilissimi.

Al composto unite la carne macinata, salate e iniziate ad impastate con le mani per ottenere un composto omogeneo. Formate, inumidendo un pochino le mani per evitare che il composto vi si attacchi, le vostre vrasciole dandogli la caratteristica forma allungata. Friggetele in olio ben caldo fino a farle diventare ben dorate, scolatele su carta assorbente per togliere l'olio in eccesso e servitele ben calde.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 160 gr di pane raffermo
- 600 gr di manzo macinato
- 2 uova
- 40 gr di pecorino grattugiato
- 40 gr parmigiano grattugiato
- 1 spicchio d'aglio
- latte, sale, pepe e prezzemolo q.b.

Zuppa fredda calabrese

Prendete i pomodori lavateli, privateli del picciolo e tagliateli a fette nel senso della larghezza. In una ciotola ponete il pane raffermo tagliato a fette e spruzzateci sopra dell'acqua leggermente salata, facendo in modo che si ammorbida appena.

Prendete un tegame largo e fondo e sfregate sulla base e sulle pareti l'aglio. A questo punto riempite il tegame con strati alternati di fette di pane e pomodoro.

Su ogni strato mettete un po'di sale, pepe, olio, origano, foglie di basilico e aglio spezzettati sottilissimi.

Continuate con gli strati fino ad esaurire degli ingredienti, cercando di terminare con lo strato di pomodori. Lasciate riposare la zuppa almeno 15 minuti e poi servitela.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 6 pomodori maturi e sodi
- 300 gr di pane casereccio raffermo
- 4 cucchiaini d'olio d'oliva extra vergine
- 2 spicchi di aglio
- 1 mazzetto di basilico
- 1 rametto di origano
- sale e pepe q.b.

Pasta con mollica alla calabrese

In una padella tostate, con un filo d'olio di oliva, la mollica di pane raffermo senza bruciarla. Quando sarà ben tostata toglietela dalla padella e mettetela da parte.

Nella stessa padella aggiungete un altro filo d'olio d'oliva, lo spicchio d'aglio, il peperoncino rosso, le acciughe e fate cuocere a fuoco basso per qualche minuto.

In abbondante acqua salata fate cuocere gli spaghetti. Appena cotti scolateli e aggiungeteli agli altri ingredienti che avete preparato nella padella.

Quindi mescolate la pasta con tutti gli ingredienti ed aggiungete la mollica tostata. Servite la pasta con mollica ben calda.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- mollica di pane raffermo q.b.
- 8 acciughe sott'olio
- 1 spicchio di aglio
- peperoncino, olio di oliva e sale q.b.
- 400 gr di spaghetti



Melanzane spaccate e gratinate al forno

Lavate, spuntate e tagliate a metà ciascuna melanzana. Togliete la polpa in profondità senza bucare la buccia, facendo in modo che la polpa di ciascuna melanzana risulti divisa a cubetti ben saldi alla buccia della melanzana. A questo punto cospargete del sale sulle melanzane e mettetele in uno scolapasta in modo che perdano il gusto amarognolo dato dall'acqua di vegetazione, per circa 1 ora.

Lavate i pomodorini e il peperone e tagliateli a cubetti molto piccoli.

Metteteli in una ciotola con le foglie di basilico tritate insieme ad 1 spicchio d'aglio, mezzo cucchiaino di sale, 1 pizzico di pepe, abbondante origano e un filo di olio extra vergine d'oliva. Mescolate bene il tutto affinché gli ingredienti si insaporiscano.

Trascorsa l'ora di riposo, prendete le melanzane, sciacquatele rapidamente sotto l'acqua corrente per eliminare il sale in eccesso e strizzatele. Quindi riempite ciascuna melanzana con il condimento preparato, facendo in modo che penetri tra i cubetti realizzati nella polpa. Prendete una pirofila e metteteci le melanzane, cospargetele con abbondante mollica di pane e irroratele con abbondante olio.

Informate la teglia nella parte bassa del forno a 180° per 30 min circa o fino a quando non saranno ben cotte e si sarà formata la crosticina dorata di pane in superficie.

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

- 1 kg di melanzane di media grandezza
- 400 gr di pomodorini
- 1 peperone
- mollica di pane raffermo
- 1 spicchio di aglio
- foglie di basilico, origano, olio extra vergine d'oliva, pepe nero e sale q.b.

SICILIA

Pizzette di pane raffermo alla siciliana

Tagliate il pane raffermo a fette rettangolari. Disponete le fette di pane su una teglia foderata con carta da forno e mettetela nel forno preriscaldato facendo abbrustolire il pane sotto e sopra per circa un minuto. Una volta pronto cospargete ogni fetta di pane con un pò d'olio di oliva e farcite con la passata di pomodoro. Nel frattempo, tagliate la mozzarella a fette sottili e sgocciolate le acciughe dall'olio in eccesso. Quindi farcite le "pizzette" di pane con la mozzarella, le acciughe, le olive nere e l'origano. Infornare nuovamente la teglia nel forno a 180-200° e proseguire la cottura per altri 5 minuti. Servite le pizzette di pane raffermo alla siciliana ben calde.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 300 gr di pane raffermo
- 200 gr di polpa di pomodoro
- 200 gr di mozzarella
- 8 filetti di acciughe
- olio di oliva q.b.

Crema di pane siciliano

Prendete una pentola e versatevi dell'olio di oliva, aggiungete l'aglio schiacciato, il porro tritato, fateli imbiondire insieme alle foglie di alloro e un cucchiaino di miso. Quindi aggiungete la salsa e fate insaporire per qualche minuto. Tagliate il pane raffermo a pezzi e aggiungetelo alla salsa. Aggiungete anche la salvia tritata e coprite di brodo vegetale o acqua, aggiustate il sale e pepe.

Fate cuocere il tutto per circa un'ora a fuoco basso, mescolando di tanto in tanto il pane per romperlo. A cottura ultimata fate riposare e intiepidire. Quindi mettete la zuppa in pirofile monoporzione o in una teglia da forno. Aggiungete un filino di olio in superficie e fate gratinare in forno 180° per 10/15 minuti.

INGREDIENTI

- 300 gr di pane raffermo
- 1 porro e 1 spicchio di aglio
- 2 foglie di alloro e salvia
- 200 gr di salsa di pomodoro
- 1 cucchiaino di miso (condimento derivato dai semi della soia gialla)
- brodo vegetale o acqua, sale, pepe, olio di oliva q.b.

Pasta con acciuga e mollica

Dissalate le acciughe sotto l'acqua corrente, diliscatele e spezzettatele a pezzettini. In una teglia tostate il pangrattato con un filo d'olio. Prendete una padella, versatevi abbondante olio di oliva e fate imbiondire l'aglio. Una volta imbiondito eliminatelo e sciogliete le acciughe nel condimento aiutandovi con una forchetta in modo da ottenere un composto omogeneo. Per non farlo asciugare troppo versatevi un mestolino di acqua di cottura della pasta, cospargete di pepe e spegnete la fiamma. Lessate gli spaghetti in acqua bollente salata, scolateli al dente in un pito da portata, conditeli con la salsa che avete preparato e cospargeteli con il pangrattato.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 400 gr di spaghetti
- 100 g di pangrattato
- 5 acciughe sotto sale
- 2 spicchi di aglio
- olio d'oliva, sale e pepe q.b.



Involtini alla siciliana

Prendete le fettine di carne, eliminate il grasso e tagliatele cercando di conferirgli una forma ovale. Quindi battetele con un batticarne per ridurne lo spessore, inumidendolo di tanto in tanto il batticarne in modo che scivoli bene sulle fettine di carne. Per la farciatura unite metà del pane raffermo con il provolone tritato (o ridotto in cubetti piccolissimi), aromatizzate con le erbe aromatiche tritate, aggiustate il sale e aggiungete con 3-4 cucchiaini di olio. Disponete su ogni fettina di carne circa 2 cucchiaini rasi di farcitura e chiudete gli involtini arrotolando le fettine di carne su se stesse, ma senza stringere troppo. Infilate con uno spiedino due o tre involtini ponendo tra l'uno e l'altro una foglia di alloro, facendo attenzione a di chiudere lo spiedino con una foglia di alloro per fermarli. Condite con sale e pepe e irrorate con po' olio, dopodiché li spolverate con il pangrattato miscelato al rimanente pane raffermo. Irrorate nuovamente gli involtini alla siciliana con un filo di olio, metteteli sulla griglia calda o su una piastra leggermente unta per circa 3-4 minuti. Girateli per farli cuocere su tutti i lati per circa un minuto. Copriteli con un foglio di carta d'alluminio e cuocete per altri 4-5 minuti circa. A cottura ultimata irrorateli con un filo d'olio e serviteli ben caldi.

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

- 12 fettine di carne di vitello sottili
- 100 gr di formaggio provolone tritato
- 100 gr di pane raffermo grattugiato
- 1 mazzetto di erbe aromatiche (timo, prezzemolo, maggiorana, alloro)
- 2-3 cucchiaini di pangrattato
- olio di oliva, sale e pepe q.b.

SARDEGNA

Matzamurru o mazzamurru

Prendete un tegame capiente e preparate un buon sugo. Mettete a rosolare un trito a base di cipolla, carota e sedano. Aggiungete la passata di pomodoro e lasciate cuocere il sugo a fuoco medio per almeno 15 minuti. Insaporite con sale, pepe e qualche fogliolina di basilico. Nel frattempo, fate scaldare il brodo di carne a fiamma bassa e fate ammolare le fette di pane raffermo nel brodo, immergendole da entrambi i lati. Prendete una pirofila da forno e ungetela con il burro fuso, versate sul fondo un mestolo di sugo e disponete le fette di pane ammolate in modo da formare uno strato uniforme. Copritelo con altro sugo e un'abbondante spolverizzata di pecorino grattugiato. Continuate a formare gli strati di pane e sugo fino all'esaurimento degli ingredienti. Quindi infornate la pirofila nel forno preriscaldato a 180° per 15 minuti. Servite in tavola il matzamurru guarnito con qualche foglia basilico.



INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- 500 gr pane raffermo
- 400 gr passata di pomodoro
- 50 gr di cipolla, sedano e carota
- 250 ml brodo di carne
- 100 gr pecorino grattugiato
- qualche foglia di basilico
- olio di oliva, burro, sale e pepe q.b.

Zuppa gallurese

Preparate un buon brodo di carne a base di agnello e pecora. Grattugiate il formaggio Casizolu e il pecorino e metteteli in una ciotola. Aggiungete del pepe e mescolate il composto. Tagliate la pagnotta di pane a fette spesse circa 1 cm. Prendete una pirofila con il bordo alto e adagiate sul fondo le fette di pane, in modo da non lasciare spazi tra una fetta e l'altra. Mettete sopra il pane uno strato abbondante dei formaggi grattugiati in modo da ricoprire tutte le fette. Proseguite con gli altri strati alternando lo strato di pane con uno strato di formaggio fino all'esaurimento degli ingredienti (non più di 4 strati). Terminate con uno strato di pane sul quale verserete il brodo di carne lentamente, bucherellando il pane con una forchetta in modo da far penetrare il liquido. Con un cucchiaino pressate il pane in superficie, in modo da inumidirlo bene. Aspettate qualche minuto che si assorba bene il brodo e coprite interamente questo ultimo strato con il resto del formaggio. Mettete la pirofila nel forno preriscaldato a 200° e fate cuocere per 30 minuti, finché non si creerà in superficie una crosticina dorata. Servitela ben calda.

INGREDIENTI

Per una teglia 20x20cm

- 270 gr di pane raffermo di semola
- 260 gr di pecorino sardo
- 350 gr di casizolu (formaggio sardo)
- 1 l brodo di carne di pecora e agnello
- pepe nero q.b.

Pane indorau

Prendete il pane raffermo e tagliatelo a fette di 1 cm. In una ciotola capiente mettete le uova con il latte, il sale e a poco a poco aggiungete la farina e amalgamate fino ad ottenere un composto omogeneo. Immergetevi poi il pane raffermo e lasciatelo nella ciotola. In una padella capiente fate scaldare lo strutto o l'olio di oliva. Quando lo strutto/olio di oliva è caldo immergete il pane stando attenti a farlo dorare prima da un lato e poi dall'altro. Quando le fette avranno raggiunto una bella colorazione dorata mettetele sulla carta assorbente per alimenti in modo da far scolare l'olio in eccesso. Servite il pane indorau caldo.

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

- pane raffermo 1 o 2 (½ fette a testa)
- 3 uova
- ¼ di litro Latte
- 300gr di farina
- sale e strutto/olio di oliva q.b.



