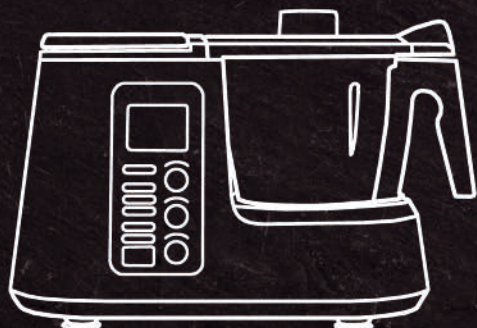


IL RICETTARIO

PER IL ROBOT DA CUCINA



monsieur
cuisine
édition plus



IL RICETTARIO

PER IL ROBOT DA CUCINA







monsieur
cuisine

édition plus

NOTE AL LIBRO

- Le temperature del forno indicate si riferiscono sempre a un modello elettrico con calore dal basso e dall'alto. Se utilizzate la cottura ventilata, riducete la temperatura consigliata di 20 °C.
- Se non indicato diversamente, i cibi vengono sempre cotti sul ripiano centrale del forno.
- Nel caso di stampi, se non viene citato il diametro, le quantità di pasta sono pensate per torte, crostate o quiche di 26 cm di diametro.
- Per quanto riguarda le indicazioni sulla programmazione dell'apparecchio, si tratta di linee-guida generali, a cui potete attenervi. In base alle dimensioni e al grado di maturazione di frutta e verdura, potrebbero esserci variazioni minime. Anche il gusto personale va tenuto in considerazione: sentitevi liberi di apportare i cambiamenti che ritenete più opportuni.
- L'indicazione del peso per frutta e verdura si riferisce sempre al peso lordo della merce non pulita.
- Per preparare 500 ml di brodo: 500 ml di acqua + 1 dado da cucina (oppure 2 cucchiaini di brodo granulare o 1-2 cucchiaini di concentrato per brodo fatto in casa).

SIMBOLI PRESENTI NELLE RICETTE

-  Porzioni
-  Livello di difficoltà
-  Valori nutrizionali
-  Tempo di preparazione (+ altri tempi)

ABBREVIAZIONI

cm	=	centimetro	kg	=	chilogrammo
P	=	proteine	C	=	carboidrati
G	=	grassi	kJ	=	chilojoule
g	=	grammo	l	=	litro
kcal	=	chilocalorie	ml	=	millilitro



Qui troverete molte altre ricette, trucchi e consigli, oltre al nostro shop online:

www.monsieur-cuisine.com

SOMMARIO

Note al libro	2
■ Introduzione e ricette di base	4
■ Salse, dip e creme	38
■ Zuppe e insalate	58
■ Contorni e snack	82
■ Pasta, risotti e co.	104
■ Patti principali con carne, pesce e verdure	130
■ Pappe per i più piccoli	184
■ Bevande, frullati e smoothies	190
■ Dessert	204
■ Cotti al forno	222
Indice delle ricette	254



BENVENUTI NEL MONDO DI



monsieur cuisine édition plus

Tagliare per ore, impastare e mescolare senza sosta sono ricordi del passato: oggi Monsieur Cuisine vi dà una mano fondamentale in cucina, permettendovi di preparare piatti freschi e saporiti in modo semplice e rapido, indipendentemente che si tratti di zuppe e salse ricche, pietanze a base di verdure, carne o pesce, smoothies e frullati golosi, dessert raffinati o torte e pani irresistibili.

Monsieur Cuisine riunisce in una sola macchina molte funzioni pratiche e vi aiuta nella maggior parte dei lavori in cucina: non solo infatti può sminuzzare, mescolare, frullare e ridurre in purea, miscelare e montare, ma può anche cuocere, dato che tra le sue funzioni ci sono anche quelle di rosolare, cuocere al vapore o stufare. Con le sue molteplici funzioni, sostituisce una moltitudine di utensili vari. In questo modo non soltanto si risparmia denaro, ma anche spazio in cucina.

Diverse operazioni si potranno d'ora in poi riunire in un solo passaggio, rendendo anche inutile una molteplicità di pentole e padelle. Sono lontani ormai i tempi in cui almeno due o tre utensili in cucina erano indispensabili per preparare una ricetta. Da oggi ne basterà uno solo: il vostro Monsieur Cuisine, perché con lui cucinare diventa un gioco da ragazzi.

Prendetevi comunque il tempo necessario per imparare a conoscere il vostro Monsieur Cuisine. Soprattutto per quanto riguarda la funzione di sminuzzare dovete acquisire l'esperienza necessaria. Nelle ricette vengono date le indicazioni di tempo

e velocità necessarie, ma queste possono essere aumentate o diminuite a piacere. Fate una prova: imparate a individuare il tempo ideale per voi. Più spesso utilizzerete il vostro Monsieur Cuisine, più rapidamente imparerete a usare le sue funzioni.

Monsieur Cuisine è adatto in egual misura per principianti ed esperti in cucina. All'inizio orientatevi seguendo le ricette proposte in questo libro, per poi spaziare tra i vostri piatti e i dolci preferiti, seguendo il gusto e l'umore del momento. Consigli e suggerimenti, trucchi del mestiere, tabelle chiare per utilizzare gli ingredienti principali e numerose ricette di base dovrebbero facilitarvi l'accesso all'arte di cucinare con Monsieur Cuisine.

VI AUGURIAMO DIVERTIMENTO, SODDISFAZIONI E OTTIMI RISULTATI CON L'IMPIEGO DELLA VOSTRA MACCHINA PER CUCINARE.

CON MONSIEUR CUISINE CUCINARE SI TRASFORMERÀ IN UNA VERA ESPERIENZA DA VIVERE.



CONSIGLI GENERALI PER L'USO DELL'APPARECCHIO

- Scegliete un punto della cucina stabile e libero per collocarvi Monsieur Cuisine.
- La caraffa deve sempre essere pulita, priva di sostanze grasse e asciutta.
- Installate sempre il misurino sul coperchio, che funge anche da chiusura per il foro di riempimento, se non viene altrimenti indicato nella ricetta. (A meno che non utilizzate il tasto rosolare: in questo caso il misurino non va mai installato).
- Fate attenzione, perché il misurino diventa molto caldo quando viene inserita una funzione di cottura e perché durante l'aggiunta di altri ingredienti attraverso il foro di riempimento si potrebbe verificare la fuoriuscita di vapore bollente.

IMPORTANTISSIMO DA RICORDARE:

- Utilizzate al massimo 500 g di farina per un impasto
- Utilizzate al massimo 500 g di carne trita per ricetta
- La quantità massima di 2,2 l non deve mai essere superata

SGUARDO GENERALE SULLE FUNZIONI

SMINUZZARE E POLVERIZZARE

Una buona parte del lavoro in cucina è occupato dalle azioni di preparare gli alimenti e sminuzzare. Tutti noi sappiamo, per esempio, quanto sia dispendioso in fatto di tempo tagliare gli alimenti crudi per una ricetta. Da oggi, Monsieur Cuisine sminuzzerà in pochi secondi carote, mele, sedano o verza, trasformando questi ingredienti in una saporita insalata croccante.

Persino gli alimenti più duri, cereali oppure semi e frutta secca contenenti olio, come semi di lino, semi di papavero, mandorle o cioccolato non saranno più un problema. Nella tabella seguente abbiamo riassunto valori orientativi del tempo necessario per sminuzzare un dato alimento.

Come detto, si tratta di indicazioni orientative, perché in base al grado di maturazione o di essiccazione ci potrebbero essere delle variazioni. Anche il gusto e le preferenze personali sono fondamentali: provate quindi prima le nostre indicazioni, e modificatele seguendo le vostre esigenze.

CONSIGLI E INDICAZIONI

- È preferibile utilizzare la spatola tra le varie fasi di lavorazione per spostare gli alimenti sminuzzati dalle pareti interne della caraffa verso il fondo, un'operazione necessaria in particolare per piccole

quantità che devono essere prima tagliuzzate e poi rosolate.

- Noci, cioccolato e formaggio vanno sempre preparati all'inizio di una ricetta, per poi pulire e raffreddare bene la caraffa prima di procedere con la lavorazione.
- Quando si devono sminuzzare quantità maggiori, è meglio dividere gli alimenti da tagliare in più porzioni, perché in questo modo il risultato sarà più omogeneo.
- Il tasto turbo porta subito al massimo il numero di giri di Monsieur Cuisine. Mettete l'alimento grossolanamente tagliato nella caraffa e attivatelo: fino a quando terrete il tasto premuto, la macchina lavorerà alla potenza massima. Molto comodo per sminuzzare e polverizzare rapidamente grana, zucchero e spicchi d'aglio.
- Gli alimenti con una consistenza più dura, come le carote, dovrebbero essere tagliati in pezzetti di 3-4 cm prima di lavorarli nella caraffa, perché altrimenti potrebbero bloccare la lama.

ALIMENTO	QUANTITÀ	VELOCITÀ	TEMPO
Aglio	1 spicchio	8	5 secondi
Avena	250 g	10	1 minuto
Carne (congelata)	100 g	8	15 secondi
Carote (tagliate a pezzi di ca. 5 cm)	500 g	6	8 secondi
Cavolo (rosso/bianco)	500 g	5	10 secondi
Chicchi di caffè	100 g	9	1 minuto
Cioccolato	200 g	8	15 secondi
Cipolla	1 pezzo	5	6 secondi
Cubetti di ghiaccio	200 g	8	20 secondi
Erbe aromatiche	20 g	6	8 secondi
Farro (spelto)	250 g	10	1 minuto
Frutta secca	200 g	10	15 secondi
Grani di pepe	20 g	10	20 secondi
Grano	250 g	10	1,30 minuti
Grano saraceno	250 g	10	1 minuto
Mandorle	200 g	10	15 secondi
Mele (a pezzetti)	600 g	5	6 secondi
Panino	1 pezzo	8	20 secondi
Patate (a pezzetti)	1 kg	5	12 secondi
Segale	250 g	10	1,30 minuti
Semi di lino	100 g	10	15 secondi
Semi di papavero	250 g	9	40 secondi
Sesamo	50 g	9	20 secondi
Spezie	20 g	10	45 secondi
Zucchero	100 g	10	20 secondi

MESCOLARE, FRULLARE E MONTARE

Frullare la frutta per uno smoothie goloso, cucinare una sana minestra di verdure, montare gli albumi a neve ben soda o la panna, preparare una marmellata o una confettura di frutta, con Monsieur Cuisine tutto diventa semplice. Non dovrete più rimanere faticosamente in piedi davanti ai fornelli: potrete dedicarvi ad altro mentre Monsieur Cuisine lavora per voi.

CONSIGLI E INDICAZIONI

- Aumentate gradualmente il processo di ridurre in purea, fino a ottenere il livello di velocità più alto indicato nella ricetta. In questo modo otterrete il risultato migliore.
- Per montare a crema (per esempio per uno smoothie), si consiglia di lavorare senza accessorio mixer. Buoni risultati si ottengono regolando la macchina sulla velocità 8 e quando il composto viene lavorato per almeno 30 secondi o più a lungo. Utilizzate l'accessorio mixer soltanto quando è richiesto nella ricetta.
- Quando tutti gli alimenti hanno la stessa temperatura, il processo di emulsionare dà i risultati migliori. Per esempio, la maionese si prepara con Monsieur Cuisine impostato sulla velocità 4 in soli 5 minuti. A differenza della ricetta tradizionale della maionese, qui si utilizza l'uovo intero e non soltanto il tuorlo.
- Quando montate la maionese applicate sempre il coperchio del foro di apertura, ovvero il misurino. Se versate l'olio necessario molto lentamente sul coperchio della caraffa, penetrerà a filo, intorno al bordo del misurino. Un modo semplice per preparare la maionese, che garantisce ottimi risultati!
- Quando dovete utilizzare notevoli quantità di liquido molto caldo, aumentate gradualmente la velocità della macchina. Il vantaggio: anche maggiori quantità di liquido giungono a bollire lentamente e si evita la formazione di schizzi oppure la fuoriuscita del liquido dal bordo.
- L'accessorio mixer è utile quando si deve inglobare una quantità elevata di aria, come per esempio quando si devono montare gli albumi o la panna. Potete applicare l'accessorio mixer sull'inserito lame. Può essere impiegato fino alla velocità 4.
- Il tempo necessario per montare la panna dipende dalla sua temperatura e dalla percentuale di grasso: osservate sempre il risultato che state ottenendo.
- Con le preparazioni più delicate, che devono essere soltanto mescolate e non sminuzzate (per esempio risotti e zuppe dense) è consigliabile limitarsi alla velocità 1 o, ancor meglio, utilizzare la funzione reverse, cioè antiorario.

ALIMENTO	QUANTITÀ	VELOCITÀ	TEMPO
Panna montata, montare a neve	200 g	4	3 minuti oppure osservando il risultato
Frutta, cruda, ridurre in purea	250 g	9	1 minuto
Verdura, cruda, ridurre in purea	250 g	9	1 minuto
Verdura, cotta, ridurre in purea	250 g	9	45 secondi

BOLLIRE, STUFARE, CUOCERE AL VAPORE

Senza usare altri strumenti, con Monsieur Cuisine potete anche cucinare in modo facile e veloce patate, pasta, riso e legumi. Tuttavia ricordate che in base alla varietà di pasta o riso il tempo di cottura cambia in modo sostanziale. Pertanto fate attenzione ai tempi indicati sulla confezione dell'alimento.

La preparazione di molte ricette inizia facendo appassire o rosolare cipolle, aglio, carote e sedano in olio oppure burro. Attraverso questo procedimento si sviluppano aromi intensi e la struttura dell'alimento viene modificata. Utilizzando Monsieur Cuisine, con la sua funzione integrata di cottura, l'operazione richiede pochissimo tempo.

Cucinare sul vapore che si leva verso l'alto è un metodo antichissimo, conosciuto da oltre 5000 anni. Il vapore acqueo avvolge il cibo da ogni lato, cuocendolo ma mantenendo intatte tutte le sue caratteristiche e il sapore. L'alimento non viene cotto nell'acqua, asciugato o intriso di condimento, e si conservano vitamine e aromi naturali. Inoltre la mancanza di grassi permette di non ingerire calorie inutili. Insomma, la base di un'alimentazione sana.

Monsieur Cuisine permette la preparazione di ricette complete. Sfruttando la possibilità di cucinare su vari livelli e contemporaneamente verdure e pesce, carne o pollame, patate, riso e pasta, risparmierete tempo e costi energetici.

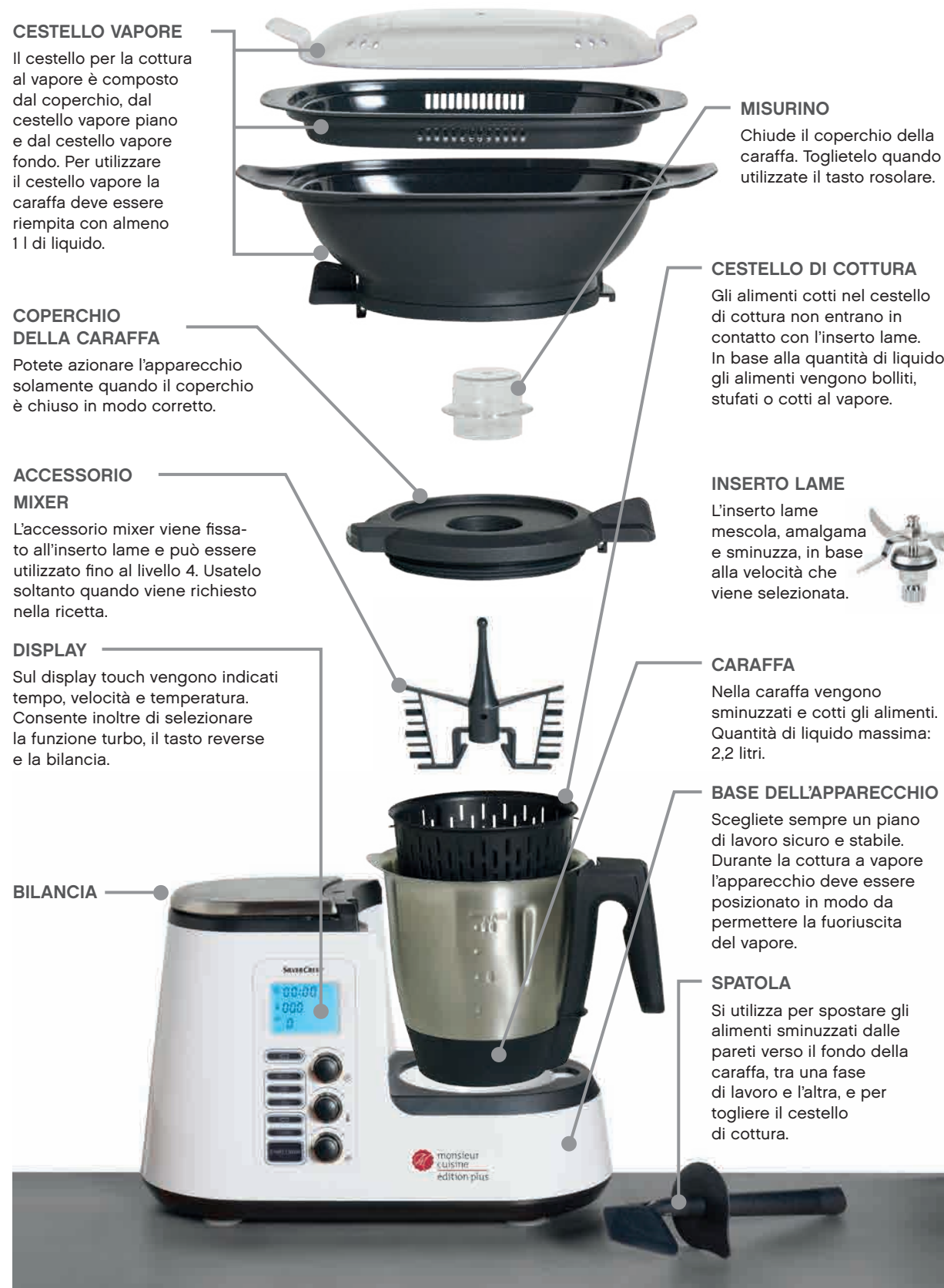
**CONSIGLI E INDICAZIONI**

- Monsieur Cuisine deve essere libero, in modo che il vapore possa uscire senza problemi.
- Afferrate il cestello vapore usando sempre delle presine e sollevando il coperchio in direzione opposta alla vostra.
- Distribuite l'alimento da cuocere in modo omogeneo nei cestelli vapore piano e fondo, lasciando libera qualche fessura così che il vapore possa distribuirsi liberamente in maniera uniforme. Solo in questo modo tutti gli ingredienti potranno cuocere allo stesso modo.
- Quando dovete cucinare carne o pesce è preferibile foderare i cestelli vapore con un foglio di carta da forno inumidito, così che l'alimento non si attacchi al fondo. Importante: alcune fessure devono essere lasciate libere, affinché il vapore possa circolare.
- Per gli ingredienti con il tempo minore di cottura scegliete il cestello vapore piano.
- I tempi indicati nella ricetta possono variare in base a dimensioni, spessore e consistenza dell'alimento.
- Potete cucinare al vapore sia con il cestello di cottura, sia con il cestello vapore. In ogni caso fate sempre attenzione che la caraffa sia riempita con una quantità sufficiente di liquido (500 ml per la cottura al vapore nel cestello di cottura, 1 l nel cestello vapore). Il liquido (per esempio acqua o brodo, a seconda della ricetta) viene scaldato a 120 °C, si forma il vapore, questo sale verso l'alto e circola.
- Utilizzate il liquido emesso dal vapore per la preparazione di salse, che risulteranno particolarmente gustose.

ALIMENTO	QUANTITÀ	TEMPO DI COTTURA
VERDURA		
Asparagi, turione intero	500 g	18 minuti
Broccolo, a rosette	500 g	12 minuti
Carote (fette spesse circa 3 mm)	500 g	12 minuti
Carote, intere, molto sottili	500 g	12 minuti
Cavolfiore, a rosette	500 g	15 minuti
Cavolfiore, intero	500 g	12 minuti
Cavolo, a listarelle	500 g	12 minuti
Cavolo rapa (pezzetti larghi circa 10 mm)	500 g	15 minuti
Champignon, a fette	250 g	15 minuti
Fagiolini verdi, interi	500 g	10 minuti
Finocchi (pezzetti larghi circa 10 mm)	800 g	12 minuti
Patate, pelate e tagliate a quarti	100 g	15 minuti
Patate, piccole con la buccia	800 g	15 minuti
Peperoni (listarelle larghe circa 10 mm)	500 g	10 minuti
Piselli, surgelati	250 g	8 minuti
Porro (anelli larghi circa 10 mm)	500 g	6 minuti
Spinaci, freschi	250 g	8 minuti
Taccole, intere	200 g	8 minuti
Zucchine (fette spesse ca. 5 mm)	500 g	12 minuti
FRUTTA		
Albicocche, a metà	500 g	10 minuti
Mele, a quartini	500 g	12 minuti
Pere, a quartini	500 g	12 minuti
Pesche, a metà	500 g	10 minuti
Prugne, a metà	500 g	12 minuti
CARNE		
Filetto di pollo, a pezzetti	500 g	12 minuti
Filetto di pollo, intero	150 g	15 minuti
Filetto di tacchino, a pezzetti	500 g	12 minuti
Filetto di tacchino, intero	150 g	15 minuti
Polpette di carne trita	500 g	15 minuti
PESCE		
Filetto di merluzzo nero	1-4 pezzi da 200 g cad., 2 cm di spessore	12 minuti
Filetto di salmone	1-4 pezzi da 300 g cad., 3-4 cm di spessore	12 minuti
Gamberi, crudi	250 g	10 minuti
Molluschi in conchiglia	1 kg	15 minuti
Trota, intera	2 pezzi da 250 g cad.	15 minuti

COMPONENTI DEL MONSIEUR CUISINE

*Nel libretto di istruzioni che accompagna l'apparecchio troverete la spiegazione completa di tutte le funzioni.



SGUARDO GENERALE SU TASTI E PROGRAMMI AUTOMATICI

TASTO TARA

Posizionate la caraffa sulla bilancia e premete il tasto TARA: quando verserete gli ingredienti vi verrà mostrato il peso. Per spegnere la bilancia, premete ancora il tasto TARA per qualche secondo oppure girate una manopola regolatore.

TASTO TURBO

Il tasto turbo si utilizza per alimenti da sminuzzare rapidamente (per esempio l'aglio). Viene attivato premendolo e poi tenendolo schiacciato. Il tasto turbo funziona soltanto senza una temperatura selezionata, quindi esclusivamente con alimenti freddi.

TASTO IMPASTARE

Premendo il tasto impastare, comparirà la seguente scritta: durata 1:30 minuti.

La durata può essere aumentata fino a 3 minuti. Temperatura e velocità non si possono regolare.

Il programma impasta alternando movimenti verso destra e verso sinistra e inserisce automaticamente anche delle pause.

TASTO COTTURA AL VAPORE

Premendo il tasto cottura al vapore, comparirà la seguente scritta: 20 minuti/120 °C/velocità 0.

Il tempo può essere portato al massimo a 60 minuti. Temperatura e velocità non si possono regolare.

Quando la modalità "Cottura al vapore" è attiva, il tasto corrispondente lampeggia. Il tempo predisposto parte nel momento in cui viene raggiunta la temperatura necessaria (ci vogliono circa 10 minuti). Se si vuole interrompere il processo di aumento della temperatura (per esempio quando la caraffa contiene comunque un liquido molto caldo), premete nuovamente il tasto cottura al vapore, per interrompere il processo di scaldare.

TASTO ROSOLARE

Premendo il tasto rosolare, comparirà la seguente scritta: 7 minuti/130 °C/velocità 1. Si attiva contemporaneamente la funzione reverse.

Il tempo può essere portato al massimo a 14 minuti e anche la temperatura è regolabile. La velocità invece non può essere modificata.

Nella fase di rosolatura il fondo della caraffa arriva a 130 °C. Le lame ruotano soltanto in senso antiorario (funzione reverse), in modo che nulla venga sminuzzato. Durante le singole fasi di mescolamento l'apparecchio introduce automaticamente delle pause, per permettere che si sviluppino intensi aromi di arrosto.

Quando si utilizza il tasto rosolare, togliete il misurino dal coperchio della caraffa, per permettere al vapore di uscire.

TASTO REVERSE

Con la funzione reverse (antiorario) l'apparecchio mescola ma non sminuzza. Può essere utilizzato fino alla velocità 3. Temperatura e tempo sono invece selezionabili liberamente.







ZUCCHERO A VELO VANIGLIATO

1 baccello di vaniglia
250 g di zucchero

1. Tagliate a metà il baccello di vaniglia, incidete le due metà con un coltello affilato nel senso della lunghezza e separatele leggermente. Versate metà dello zucchero in un vasetto dotato di tappo a vite, unite i pezzetti di vaniglia e coprite con lo zucchero restante. Scuotete bene il vasetto e fate riposare per almeno 2 giorni.
2. Trascorso questo tempo, versate la miscela di zucchero e vaniglia nella caraffa e sminuzzatela con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 8**. Se preferite ripetete il procedimento.
3. Versate di nuovo lo zucchero nel vasetto e conservatelo in luogo asciutto fino al momento dell'uso.

CONSIGLIO

→ 1 cucchiaino di zucchero vanigliato preparato in casa corrisponde a 3 cucchiaini di prodotto acquistato.

 Per 1 vasetto (da 250 g)  Minima  Per vasetto ca. 1025 kcal/4291 kJ
0 g P, 0 g G, 250 g C  Pronto in: 48 h, 10 min.
Preparazione: 10 min. (+ riposo: 2 giorni)

ALBUMI A NEVE

1. Applicare l'accessorio mixer alla caraffa.
2. Versate gli albumi nella caraffa e montateli a neve ben soda con il misurino inserito per 4 minuti e **30 secondi/velocità 4**. A metà della preparazione aggiungete 1 pizzico di sale attraverso il foro di riempimento.

4 albumi (grandezza M)
1 pizzico di sale

CONSIGLIO





→ Per montare gli albumi a neve, la caraffa e l'accessorio mixer devono essere ben freddi, puliti e privi di sostanze grasse.

 Per 4 albumi  Minima  Per albumi ca. 20 kcal/84 kJ
4 g P, 0 g G, 0 g C  Pronto in: 5 min.
Preparazione: 5 min.

FONDERE IL CIOCCOLATO

200 g di cioccolato fondente
o da copertura

1. Spezzettate il cioccolato e versatelo nella caraffa, quindi sminuzzatelo con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 8**.
2. Con l'aiuto della spatola spostate il cioccolato dalle pareti verso il fondo della caraffa, poi fatelo fondere con il misurino inserito per **2 minuti e 30 secondi/50 °C/velocità 1**.
3. Nel caso in cui il cioccolato non sia ancora perfettamente sciolto, spostate con la spatola il composto dalle pareti verso il fondo della caraffa, quindi fatelo fondere con il misurino inserito ancora per **1 minuto e 30 secondi/50 °C/velocità 1**.

 Per 4 porzioni  Minima  Per porzione: ca. 264 kcal/1105 kJ
3 g P, 17 g G, 23 g C  Pronto in: 4 min.
Preparazione: 1 min. (+ cottura: 3 min.)

BOLLIRE LE UOVA

1. Versate 500 ml di acqua fredda nella caraffa.
2. Disponete le uova nel cestello di cottura, mettetelo nella caraffa e fate cuocere con il misurino inserito per **il tempo necessario a ottenere la consistenza desiderata/120 °C/velocità 1**.

4 uova (grandezza M)

- **9 minuti:** uova morbide (alla coque)
- **11 minuti:** uova semi-morbide (bazzotte)
- **14 minuti:** uova sode

CONSIGLIO

→ Per cucinare una quantità maggiore di uova sode, per esempio per un'insalata di uova, disponetele nel cestello di cottura e nel cestello vapore fondo, quindi fatele cuocere con il **tasto cottura al vapore/12 minuti**.

 Per 4 uova  Minima  Per uova ca. 100 kcal/419 kJ
8 g P, 7 g G, 0 g C  Pronto in: 9-14 min.
Preparazione: 9-14 min.

CUOCERE LA PASTA

1 e ½ cucchiaini di sale
300 g di pasta





INOLTRE:

1 cucchiaino di burro

1. Versate 1,7 litri di acqua fredda nella caraffa, unite il sale e fate bollire con il misurino inserito per **10 minuti/100 °C/velocità 1**.
2. Versate la pasta attraverso il foro di riempimento e fate cuocere con il misurino inserito e il **tasto reverse** per **il tempo indicato sulla confezione della pasta/100 °C/velocità 1**.
3. Scolate la pasta, conditela con il burro e servitela.

CONSIGLIO

→ Potete cuocere in questo modo anche gli spaghetti: basterà versarli nell'acqua bollente attraverso il foro sul coperchio.

 Per 2 porzioni  Minima  Per porzione: ca. 585 kcal/2449 kJ
17 g P, 8 g G, 108 g C  Pronto in: 25 min. (dipende dal tipo di pasta) · Preparazione:
5 min. (+ riscaldare 10 min., tempo di cottura della pasta)

CUOCERE LE PATATE

1. Versate nella caraffa 500 ml di acqua fredda. Lavate bene le patate, passatele con una spazzolina, versatele nel cestello di cottura e applicatelo nella caraffa.
2. Se le preferite bollite senza buccia, sbucciatele, lavatele, dividetele a quarti o a ottavi a seconda delle dimensioni, quindi disponetele nel cestello di cottura.
3. Distribuite il sale e il cumino (solo per le patate bollite con la buccia) e fate cuocere con il misurino inserito e il **tasto cottura al vapore/15 minuti**.

800 g di patate piccole,
a pasta soda
1 cucchiaino di sale
1 cucchiaino di cumino

 Per 4 porzioni  Minima  Per porzione: ca. 154 kcal/645 kJ
4 g P, 0 g G, 35 g C  Pronto in: 25 min.
Preparazione: 10 min. (+ cottura: 15 min.)





CUOCERE IL RISO

200 g di riso parboiled
(tempo di cottura 20 min.)
1 cucchiaino di sale
1 cucchiaino di burro

1. Versate il riso parboiled nel cestello di cottura, inseritelo nella caraffa, cospargete con il cucchiaino di sale e versate nella caraffa, sul riso, 1,5 litri di acqua fredda.
2. Fate cuocere con il misurino inserito per **30 minuti/100 °C/velocità 1**.
3. A metà cottura mescolate il tutto con la spatola. Condite il riso con il burro e servitelo.

CONSIGLIO

→ Il tempo di cottura può cambiare in base alla varietà di riso.

 Per 2 porzioni  Minima  Per porzione: ca. 353 kcal/1478 kJ
7 g P, 1 g G, 77 g C  Pronto in: 35 min.
Preparazione: 5 min. (+ cottura: 30 min.)





PURÈ DI PATATE

1. Versate nella caraffa 500 ml di acqua fredda. Pelate le patate, lavatele, tagliatele a metà, quindi distribuitele nel cestello di cottura, fissatelo alla caraffa e fate cuocere a vapore con il misurino inserito e il **tasto cottura al vapore/15 minuti**.
2. Togliete il cestello di cottura, eliminate l'acqua nella caraffa, versate nella caraffa le patate con il latte e il burro e sminuzzate con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 6**. Insaporite con noce moscata, pepe e sale, quindi mescolate il tutto per **10 secondi/velocità 2**. Servite il purè di patate ben caldo.

800 g di patate piccole,
a pasta farinosa
250 ml di latte a temperatura
ambiente (fresco, 3,5 % di grassi)
20 g di burro
noce moscata, pepe e sale
per insaporire

VARIANTI

- Profumate il purè con un poco di rafano fresco grattugiato al momento.
- Cuocete insieme alle patate anche 350 g di zucca hokkaido a dadini.
- Mescolate al purè di patate anche 100 g di parmigiano (32 % di grassi) grattugiato al momento.
- Incorporate al purè erbe aromatiche fresche finemente tritate.

 Per 4 porzioni  Minima  Per porzione: ca. 204 kcal/854 kJ
6 g P, 6 g G, 34 g C  Pronto in: 25 min.
Preparazione: 10 min. (+ cottura: 15 min.)

CROCHETTE DI PATATE

1 kg di patate a pasta farinosa
2 cipolle (100 g)
20 g di amido per alimenti
1 cucchiaino di sale
1 pizzico di pepe
2 uova (grandezza L)
5 cucchiari di olio per friggere


1. Pelate le patate, lavatele, tagliatele a metà, quindi versatele crude nella caraffa. Pelate le cipolle, dividetele a metà e unitele alle patate.
2. Aggiungete l'amido, 1 cucchiaino di sale e 1 pizzico di pepe, quindi sminuzzate il tutto con il misurino inserito per **12 secondi/velocità 5**.
3. Unite le uova e mescolate con il misurino inserito e il **tasto reverse/20 secondi/velocità 3**. Regolate ancora di sale e pepe e mescolate di nuovo con il misurino inserito e il **tasto reverse/10 secondi/velocità 2**.
4. Scaldate l'olio in una padella antiaderente, raccogliete dal composto 1 cucchiariata generosa e versatela nella padella, friggendo la crocchetta. Ripetete l'operazione fino a esaurimento degli ingredienti.


CONSIGLIO

→ Servite le crocchette accompagnandole a piacere con mousse di mele, mirtilli rossi o salmone affumicato.

 Per 4 porzioni

 Minima

 Per porzione: ca. 358 kcal/1499 kJ
9 g P, 15 g G, 46 g C

 Pronto in: 25 min.
Preparazione: 25 min.

FRITTELLE

4 uova (grandezza L)
1 pizzico di sale
500 g di farina (tipo 00)
800 ml di latte a temperatura ambiente (fresco, 3,5 % di grassi)
1 cucchiaino di burro

1. Versate tutti gli ingredienti tranne il burro nella caraffa e lavorateli con il misurino inserito per **35 secondi/velocità 4**, fino a ottenere un impasto liscio.
2. Fatelo riposare per 10 minuti.
3. Scaldate un po' di burro in una padella e versatevi una porzione di impasto usando un mestolino.
4. Fate cuocere la frittella da entrambi i lati per circa 2 minuti, fino a quando sarà dorata.
5. Scolate la frittella pronta e tenetela in caldo mentre preparate le altre 9.


CONSIGLIO


→ Le frittelle sono ottime sia con un ripieno dolce, sia con uno salato, ma anche servite semplici, senza farcitura, e accompagnate da frutta, marmellata, gelato o zucchero aromatizzato alla cannella.

14

 Per 10 frittelle

 Minima

 Per frittella ca. 284 kcal/1189 kJ
12 E, 7 g G, 41 g C

 Pronto in: 35 min.
Preparazione: 25 min. (+ riposo: 10 min.)

PARMIGIANO GRATTUGIATO

1. Private il parmigiano della crosta e tagliatelo a dadini di 3 cm di lato. Versate i pezzetti nella caraffa e sminuzzateli con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 10**.
2. Ripetete il procedimento fino a ottenere il risultato desiderato.


150 g di parmigiano
(32 % di grassi)

CONSIGLIO

→ Anche il gouda, l'emmentaler e altri formaggi a pasta dura possono essere sminuzzati con lo stesso procedimento descritto sopra. Dal momento però che sono formaggi più morbidi del parmigiano, è bene lavorarli quando sono ben freddi. Regolate il tempo e la velocità a vostro piacere.

 Per 1 porzione (150 g)

 Minima

 Per porzione: ca. 374 kcal/1566 kJ
36 g P, 26 g G, 0 g C

 Pronto in: 5 min.
Preparazione: 5 min.

YOGURT

1. Portate il forno a 50 °C.
2. Versate il latte a temperatura ambiente nella caraffa e scaldatelo con il misurino inserito per **7 minuti/45 °C /velocità 1**.
3. Unite lo yogurt e mescolate con il misurino inserito per **3 minuti/velocità 2**.
4. Fate bollire 6 vasetti con tappo a vite in acqua bollente e lasciateli asciugare capovolti su un canovaccio.
5. Versate il composto di latte e yogurt nei vasetti, richiudeteli e lasciateli riposare nel forno freddo e buio per 6 ore. Durante questo tempo non spostate i vasetti e non aprite il forno. Conservate quindi lo yogurt in frigorifero fino al momento del consumo.


1 l di latte a temperatura ambiente
(latte a lunga conservazione,
3,5 % di grassi)
150 g di yogurt greco
(10 % di grassi)


CONSIGLIO

→ Lo yogurt si mantiene in frigorifero fino a un massimo di 3 giorni.

 Per 4 vasetti (da 290 ml cad.)

 Minima

 Per vasetto ca. 264 kcal/1105 kJ
3 g P, 17 g G, 23 g C

 Pronto in: 3 h. 10 min.
Preparazione: 10 min. (+ riposo: 3 h.)

15



CONCENTRATO PER BRODO VEGETALE

- 2 cipolle piccole (100 g)
- 2 carote piccole (100 g)
- 1 costa di sedano (100 g)
- 1 pezzetto di radice di prezzemolo (100 g)
- 1 porro piccolo (100 g)
- 4 rametti di erbe aromatiche fresche a piacere
- 2 spicchi d'aglio
- 100 g di pomodori secchi
- 1 cucchiaino di origano essiccato
- 1 cucchiaino di maggiorana essiccata
- 1 cucchiaino di pepe spezzettato
- 25 g di sale marino
- 2 cucchiaini di olio d'oliva

1. Mondate le verdure, se necessario pelatele, lavatele, asciugatele e tagliatele grossolanamente. Lavate le erbe aromatiche, asciugatele e staccate le foglioline dai rametti. Pelate gli spicchi d'aglio.
2. Versate nella caraffa le verdure, le erbe, gli spicchi d'aglio, i pomodori secchi, l'origano, la maggiorana e 1 cucchiaino di pepe sminuzzato, lavorando con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 6**. Eventualmente usate la spatola per spostare verso il fondo quanto rimasto sulle pareti della caraffa.
3. Aggiungete il sale, 30 ml di acqua a temperatura ambiente e l'olio, quindi fate cuocere il tutto senza il misurino inserito per **25 minuti/100 °C/velocità 2**.
4. Frullate finemente con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 10**. Versate il concentrato ancora bollente in vasetti dotati di tappo a vite, precedentemente sterilizzati. Richiudete i vasetti e fateli raffreddare.

CONSIGLI

→ Sciogliete 1-2 cucchiaini di concentrato per brodo in 500 ml di acqua bollente e usatelo come il prodotto abituale. Se non ci sono bambini a tavola, potete sostituire l'acqua con pari quantitativo di vino bianco. Se il concentrato per brodo vegetale è tenuto in frigorifero si conserva per diversi mesi.



CONCENTRATO PER BRODO DI CARNE

1. Tagliate la carne a dadini (3 cm di lato), mettetela in freezer per circa 20 minuti, quindi sminuzzatela in 2 porzioni nella caraffa con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 8**. Versatela in una ciotola.
2. Mondate le verdure e le erbe, lavatele, asciugatele, se necessario sbucciatele e tagliatele grossolanamente. Staccate le foglioline dai rametti delle erbe. Sminuzzate verdure ed erbe nella caraffa insieme con timo e pepe, lavorando con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 6** e spostando il composto con la spatola. Al termine, aiutatevi con la spatola per spostare il tutto dalle pareti interne verso il fondo della caraffa.
3. Aggiungete il sale, il brodo a temperatura ambiente, l'olio e la carne, poi fate cuocere il tutto senza misurino inserito per **25 minuti/100 °C/velocità 2**.
4. Frullate finemente con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 10**. Versate il concentrato ancora bollente in vasetti dotati di tappo a vite, precedentemente sterilizzati. Richiudete i recipienti e fateli raffreddare.

- 300 g di carne di manzo senza ossi e grasso
- 2 piccole cipolle (100 g)
- 2 piccole carote (100 g)
- 1 costa di sedano (100 g)
- 1 pezzetto di radice di prezzemolo (100 g)
- 1 piccolo porro (100 g)
- 4 rametti di erbe aromatiche fresche a piacere
- 2 spicchi d'aglio
- 100 g di pomodori secchi
- 1 cucchiaino di timo essiccato
- 1 cucchiaino di pepe schiacciato
- 25 g di sale marino
- 2 cucchiaini di olio d'oliva

CONSIGLI

→ Sciogliete 1-2 cucchiaini di concentrato per brodo in 500 ml di acqua bollente e usatelo come il prodotto abituale. Se non ci sono bambini a tavola, potete sostituire l'acqua con pari quantitativo di vino rosso secco. Se il concentrato per brodo di carne è tenuto in frigorifero si conserva per diversi mesi.





CONCENTRATO PER BRODO DI POLLO

400 g di carne di pollo privata della pelle
 2 cipolle piccole (100 g)
 2 carote piccole (100 g)
 1 costa di sedano (100 g)
 1 pezzetto di radice di prezzemolo (100 g)
 1 piccolo porro (100 g)
 4 rametti di erbe aromatiche fresche a piacere
 1 cucchiaino di maggiorana essiccata
 1 cucchiaino di pepe bianco
 25 g di sale marino
 2 cucchiai di olio di semi di girasole

1. Tagliate la carne di pollo a dadini (3 cm di lato), mettetela in freezer per circa 20 minuti, quindi sminuzzatela in 2 porzioni nella caraffa con il misurino inserito per **25 secondi/velocità 8**. Versatela in una ciotola.
2. Mondate le verdure, se necessario pelatele, lavatele, asciugatele e tagliatele grossolanamente. Lavate le erbe aromatiche, asciugatele e staccate le foglioline dai rametti. Versate nella caraffa le verdure e le erbe insieme con maggiorana e pepe, lavorando con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 6**. Eventualmente aiutatevi con la spatola per spostare il tutto verso il fondo della caraffa.
3. Aggiungete il sale, 50 ml di acqua a temperatura ambiente, l'olio di semi di girasole e la carne di pollo, poi fate cuocere il tutto senza misurino inserito per **25 minuti/100 °C/velocità 2**.
4. Lavorate ancora con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 10**. Versate subito il concentrato bollente in vasetti dotati di tappo a vite, precedentemente sterilizzati. Richiudete bene i recipienti e fate raffreddare.

CONSIGLI

- Sciogliete 1-2 cucchiai di concentrato per brodo in 500 ml di acqua bollente e usatelo come il prodotto abituale.
- Se il concentrato per brodo di pollo è tenuto in frigorifero si conserva per diversi mesi.



SALSA VELLUTATA

1. Mettete il burro a pezzetti nella caraffa e fatelo fondere con il misurino inserito per **2 minuti/90 °C/velocità 2**.
2. Unite la farina, applicate l'accessorio mixer e fate cuocere con il misurino inserito per **3 minuti/100 °C/velocità 1**. Togliete l'accessorio mixer.
3. Versate il brodo vegetale caldo e lavorate il tutto con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 6**. Proseguite quindi la cottura senza il misurino inserito per **10 minuti/100 °C/velocità 1**. Insaporite con sale e pepe e mescolate con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 1**.

60 g di burro
 50 g di farina (tipo 00)
 500 ml di brodo vegetale caldo
 Sale e pepe per insaporire

VARIANTI

- Profumate la salsa a piacere con noce moscata o succo di limone.
- Per preparare altre varianti, potete aggiungere formaggio grattugiato, erbe aromatiche tritate al momento, concentrato di pomodoro, senape o rafano grattugiato.



SALSA BRUNA (SPAGNOLA)

1 kg di ossi con midollo
2 carote (140 g)
1 pezzetto di sedano rapa (250 g)
3 cipolle (200 g)
30 ml di olio d'oliva
1 cucchiaio di concentrato di pomodoro
1 cucchiaio di farina (tipo 00)
400 ml di vino rosso secco
1 l di brodo di carne caldo
2 cucchiaini di sciroppo di barbabietola da zucchero
Sale e pepe per insaporire
10 g di amido per alimenti

1. Portate il forno a 200 °C. Disponete gli ossi in una pirofila e fateli cuocere in forno per 1 ora, voltandoli dopo 30 minuti. Togliete la pirofila dal forno e fate raffreddare gli ossi per 30 minuti.
2. Lavate le verdure, mondatele e se necessario pelatele, quindi tagliatele a pezzetti. Mettetele nella caraffa e sminuzzatele grossolanamente con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 5**.
3. Unite l'olio d'oliva e fate rosolare le verdure senza misurino inserito con il **tasto rosolare**.
4. Aggiungete il concentrato di pomodoro e spolverizzate la verdura con la farina. Fate rosolare il tutto senza il misurino inserito con il **tasto rosolare**.
5. Versate il vino rosso e fate bollire senza il misurino inserito per **10 minuti/130 °C/velocità 1**. Ponete sul coperchio il cestello di cottura come protezione dagli spruzzi.
6. Disponete gli ossi freddi nel cestello di cottura e fissatelo alla caraffa. Versate il brodo di carne caldo e fate cuocere con il misurino inserito per **20 minuti/110 °C/velocità 1**. Togliete quindi il cestello di cottura usando la spatola ed eliminate gli ossi.
7. Frullate la salsa nella caraffa con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 7** e filtratela attraverso un setaccio a maglia fine raccogliendola in un contenitore adeguato.
8. Rimettete la salsa nella caraffa, unite lo sciroppo di barbabietola da zucchero e riportate a ebollizione senza il misurino inserito per **10 minuti/100 °C/velocità 2**. Ponete sul coperchio il cestello di cottura come protezione dagli spruzzi.
9. Regolate la salsa di sale e pepe. Sciogliete l'amido in 2 cucchiaini di acqua tiepida, unitelo alla salsa nella caraffa e fate cuocere senza il misurino inserito per altri **2 minuti/100 °C/velocità 2**. Anche in questo caso ponete sul coperchio il cestello di cottura come protezione dagli spruzzi.

CONSIGLI

- Se la salsa non è sufficientemente scura, aggiungete nell'ultimo passaggio 1 cucchiaio di caramello.
- La salsa si conserva per circa 1 settimana in un recipiente con chiusura ermetica tenuto in frigorifero.





SALSA ALLA SENAPE

40 g di burro
40 g di farina (tipo 00)
400 ml di latte a temperatura ambiente (fresco, 3,5% di grassi)
3 cucchiaini di senape
½ cucchiaino di sale
2 pizzichi di pepe
1 pizzico di noce moscata
1 cucchiaino di succo di limone

1. Mettete il burro a pezzetti nella caraffa e fatelo fondere con il misurino inserito per **2 minuti/90 °C/velocità 2**.
2. Versate la farina e fate cuocere con il misurino inserito per **4 minuti/100 °C/velocità 2**.
3. Unite il latte a temperatura ambiente e mescolate il tutto con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 6**.
4. Lasciate quindi sobbollire con il misurino inserito per **5 minuti/90 °C/velocità 2**. Versate anche la senape e proseguite la cottura della salsa con il misurino inserito per **5 minuti/90 °C/velocità 2**.
5. Aggiungete ½ cucchiaino di sale, 2 pizzichi di pepe, noce moscata e succo di limone e mescolate con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 5**.
6. Regolate a piacere di sale e pepe e mescolate ancora con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 2**.

CONSIGLI

- Per una variante più dolce aromatizzate la salsa alla senape con del miele.
- La salsa alla senape è perfetta con pesce, carne e uova sode.



SALSA BERNESE

1. Mettete il burro spezzettato nella caraffa e fatelo fondere con il misurino inserito per **4 minuti/70 °C/velocità 2**. Versatelo in una ciotola e lasciate raffreddare la caraffa per 15 minuti. Nel frattempo lavate le erbe aromatiche, sgrondatele per asciugarle e staccate le foglioline dagli steli. Tritate finemente dragoncello, prezzemolo e cerfoglio, tenendoli divisi, quindi versateli in tre ciotoline e mettetele da parte.
2. Pelate lo scalogno, tagliatelo a metà, versatelo nella caraffa e sminuzzatelo con il misurino inserito e il **tasto turbo/3 secondi**. Con la spatola spostate i pezzetti rimasti sulle pareti della caraffa verso il fondo, poi unite il brodo di pollo bollente, l'aceto di mele, 1 cucchiaino di dragoncello e i grani di pepe sminuzzati. Fate ridurre leggermente senza il misurino inserito per **10 minuti/90 °C/velocità 2**. Filtrate il tutto attraverso un setaccio, raccogliete il liquido e fatelo raffreddare per 15 minuti.
3. Mettete nella caraffa i tuorli e il liquido tenuto da parte, poi mescolate con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 5**. Applicate l'accessorio mixer e scaldate il tutto con il misurino inserito per **7 minuti/70 °C/velocità 3**, iniziando, dopo 2 minuti dell'operazione, a versare gradualmente il burro raffreddato sul coperchio della caraffa in modo che cada goccia a goccia sulla lama in azione.
4. Insaporite la salsa con pepe di Cayenna, 1 cucchiaino di prezzemolo e 1 cucchiaino di cerfoglio e mescolate il tutto con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 3**. Regolate a piacere di sale e pepe, mescolate il tutto con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 1** e servite subito.

200 g di burro
2 rametti di dragoncello
2 rametti di prezzemolo
2 rametti di cerfoglio
1 scalogno (30 g)
100 ml di brodo di pollo bollente
2 cucchiaini di aceto di mele
3 grani di pepe
4 tuorli (grandezza M)
1 pizzico di pepe di Cayenna
Sale e pepe per insaporire



SALSA OLANDESE

180 g di burro
3 tuorli di uova freschissime
(grandezza M)
2 cucchiaini di brodo di pollo o vino
bianco a temperatura ambiente
Sale, pepe o pepe di Cayenna
e succo di limone per insaporire

1. Portate tutti gli ingredienti a temperatura ambiente.
2. Mettete il burro a pezzetti nella caraffa e fatelo fondere con il misurino inserito per **6 secondi/70 °C/velocità 2**. Versatelo in una ciotola e fate raffreddare la caraffa per 10 minuti.
3. Applicare l'accessorio mixer alla caraffa. Versate i tuorli e il brodo, oppure il vino bianco, a temperatura ambiente ed emulsionate con il misurino inserito per **8 minuti/70 °C/velocità 3**, iniziando dopo 3 minuti della lavorazione a versare lentamente il burro fuso sul coperchio della caraffa, in modo che entri goccia a goccia dal misurino sulla lama in azione. L'inserimento del burro dovrebbe proseguire per 2 minuti.
4. Insaporite la salsa a piacere con sale, pepe e succo di limone, mescolate di nuovo con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 2** e servitela subito.

CONSIGLIO

→ Se la salsa non è sufficientemente cremosa, lasciate intiepidire il contenuto della caraffa portandolo a 50 °C (vedi display), quindi montatelo di nuovo con l'accessorio mixer e il misurino inserito per **30 secondi/velocità 4**. Servite subito.



SALSA AL PREZZEMOLO

1. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo e staccate le foglioline dagli steli. Mettetele nella caraffa e sminuzzatele con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**. Versate il trito in una ciotola e lavate la caraffa.
2. Mettete il burro a pezzetti nella caraffa. Regolate la macchina senza il misurino inserito su **9 minuti/105 °C/velocità 2** e avviate. Dopo 2 minuti aggiungete la farina versandone un cucchiaino alla volta attraverso l'apertura del coperchio. Dopo 1 altro minuto versate il brodo a temperatura ambiente, sempre attraverso l'apertura nel coperchio. Richiudete l'apertura con il misurino mentre la macchina sta ancora cuocendo.
3. Se la salsa non è ancora abbastanza densa al termine della cottura, fate sobbollire il tutto senza il misurino inserito per altri **2 minuti/105 °C/velocità 2**.
4. Unite la crème fraîche, il succo di limone e 3 cucchiaini di prezzemolo e mescolate con il misurino inserito per **45 secondi/velocità 4**. Insaporite con sale e pepe e mescolate ancora con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 2**.

CONSIGLIO

→ Utilizzate il prezzemolo restante come decorazione.

→ La salsa al prezzemolo è ottima per accompagnare patate e roastbeef.

½ mazzetto di prezzemolo
40 g di burro
40 g di farina (tipo 00)
500 ml di brodo vegetale
a temperatura ambiente
60 g di crème fraîche
(30 % di grassi)
1 cucchiaino di succo di limone
Sale e pepe per insaporire





SALSA BESCAMELLA

50 g di burro
50 g di farina (tipo 00)
500 ml di latte a temperatura ambiente (fresco, 3,5 % di grassi)
Sale, pepe, noce moscata e succo di limone per insaporire

1. Mettete il burro a pezzetti nella caraffa e fatelo fondere con il misurino inserito per **3 minuti/90 °C/velocità 2**.
2. Aggiungete la farina e mescolate il tutto con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 6**. Con l'aiuto della spatola, spostate il composto dalle pareti verso il fondo della caraffa.
3. Fate cuocere con il misurino inserito per **4 minuti/100 °C/velocità 2**.
4. Unite il latte a temperatura ambiente e fate sobbollire senza il misurino inserito per **10 minuti/90 °C/velocità 2**.
5. Insaporite con sale, pepe, noce moscata e succo di limone.
6. Con l'aiuto della spatola spostate il composto dalle pareti verso il fondo della caraffa e mescolate ancora il tutto con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 5**.

CONSIGLIO

→ Potete profumare la salsa besciamella con dello zafferano, oppure sostituire una parte del latte con brodo, panna o vino bianco secco.



BIGNÈ

1. Versate nella caraffa 250 ml di acqua a temperatura ambiente, il burro a pezzetti e il sale, quindi scaldare il tutto con il misurino inserito per **5 minuti/100 °C/velocità 1**.
2. Unite la farina e mescolate con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 4**. Togliete la caraffa dall'apparecchio e fate raffreddare per 10 minuti.
3. Rimettete di nuovo la caraffa sull'apparecchio, togliete il misurino dal coperchio e regolate l'apparecchio su **40 secondi/velocità 5**. Unite le uova uno dopo l'altro versandole attraverso il foro sul coperchio, fino a ottenere un impasto morbido e liscio. Montate quindi la pasta con il misurino inserito per **25 secondi/velocità 5**.
4. Togliete la caraffa dalla macchina e fate raffreddare per 10 minuti. Portate il forno a 200 °C. Coprite una placca con la carta da forno.
5. Versate la pasta in una tasca da pasticciere con bocchetta stellata e formate sulla placca 12 rosette, lasciando la maggiore distanza possibile tra l'una e l'altra. Fate cuocere i bignè sul ripiano centrale del forno per circa 20 minuti, fino a quando saranno ben dorati. Sfornateli e incideteli orizzontalmente ancora caldi con un coltello seghettato o un paio di forbici da cucina. Lasciateli raffreddare completamente su una gratella.

60 g di burro
1 pizzico di sale
150 g di farina (tipo 00)
4 uova (grandezza M)



PASTA FROLLA

1. Versate nella caraffa il burro a pezzetti, lo zucchero, il sale, l'uovo e la farina, quindi lavorate il tutto con il misurino inserito e il **tasto impastare**, ottenendo una pasta omogenea. Se l'impasto risultasse troppo asciutto aggiungete 1 cucchiaino di acqua fredda e lavorate ancora con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 4**.
2. Formate con la pasta una palla e avvolgetela nella pellicola trasparente. Lasciatela riposare per almeno 30 minuti in frigorifero. Preriscaldate il forno portandolo alla temperatura indicata nella ricetta.
3. Mettete un poco di burro nello stampo e distribuitelo con un pennello. Se la pasta viene cotta alla cieca, ovvero senza farcitura, il bordo dello stampo non deve essere imburato, in quanto per via dell'elevata dose di burro la pasta diventerebbe troppo morbida durante la cottura, sciogliendo verso il basso.
4. Stendete la pasta in uno strato sottile con il mattarello, dopo averla posta tra due fogli di pellicola trasparente. La dimensione della sfoglia di pasta dipende da quella dello stampo utilizzato. Nel caso in cui anche il bordo dello stampo debba essere foderato di pasta, stendetela nella dimensione della tortiera più circa 4 cm. Disponete la pasta stesa nello stampo senza pellicola, e se lo prevede la ricetta create il bordo picchiando la pasta sul lato dello stampo. Infornate immediatamente. Se la ricetta prevede invece altri passaggi di lavorazione, è preferibile conservare la pasta nello stampo in frigorifero, fino al passaggio successivo.
5. Se la frolla viene cotta con il bordo e senza farcitura, deve essere cotta "alla cieca", per evitare che il bordo si ripieghi e che si formino sulla pasta bolle poco estetiche. Allo scopo, ricoprite la pasta con carta da forno e riempite lo stampo di legumi fino al bordo. Se la torta non ha bordo oppure si deve solamente fare una precottura, basta bucherellare il fondo con i rebbi di una forchetta.
6. Cuocete in parte o completamente la frolla secondo la ricetta. Al termine della cottura, sfornate la torta, staccate il bordo e fate raffreddare la pasta per 10 minuti nello stampo. Sformate quindi la frolla e fatela raffreddare completamente su una gratella. Dato che la frolla tende a rompersi facilmente, eseguite queste operazioni con molta attenzione.

PER LA PASTA

160 g di burro freddo
80 g di zucchero
1 pizzico di sale
1 uovo freddo da frigorifero (grandezza M)
300 g di farina (tipo 00)

INOLTRE

Burro morbido e farina (tipo 00) per lo stampo
Eventualmente 500 g di legumi per la cottura alla cieca

VARIANTE

→ Per una frolla salata utilizzate 200 g di farina (tipo 00), 100 g di burro freddo, 1 uovo (grandezza M) e ½ cucchiaino di sale, quindi lavorate il tutto con il misurino inserito e il **tasto impastare/2 minuti**.



Per 12 pezzi (stampo a cerniera da 26 cm ø)



Minima



Per pezzo: ca. 207 kcal/867 kJ
3 g P, 12 g G, 22 g C



Pronto in: 1 h. 15 min. · Preparazione: 5 min. (+ riposo: 30 min., cottura in forno: 30 min., raffreddamento: 10 min.)

PASTA BISCOTTO

4 uova (grandezza M)
150 g di zucchero
1 bustina di zucchero vanigliato (8 g)
75 g di farina (tipo 00)
75 g di amido per alimenti o fecola
1 pizzico di sale

INOLTRE

Burro per lo stampo
Zucchero per spolverizzare

1. Portate il forno a 220 °C.
2. Foderate una placca con carta da forno o imburrate il fondo di uno stampo a cerniera.
3. Applicate l'accessorio mixer nella caraffa. Versate nella caraffa le uova, lo zucchero e lo zucchero vanigliato e mescolate il tutto con il misurino inserito per **5 minuti/37 °C/velocità 3**. Montate quindi il composto con il misurino inserito per **5 minuti/velocità 4**.
4. Mescolate farina e amido, versateli con 1 pizzico di sale nella caraffa e lavorate il tutto con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 3**.
5. Mettete la pasta sulla placca, stendetela in uno strato omogeneo e fatela cuocere in forno per 7 minuti.
6. Stendete sul piano da lavoro un canovaccio inumidito e spolveriztatelo di zucchero. Togliete la pasta dal forno e sfornatela subito sul canovaccio, in modo che la carta da forno si trovi in alto. Spruzzate la carta di acqua fredda e quindi staccatela delicatamente dalla pasta. Arrotondate subito la pasta aiutandovi con il canovaccio e fatela raffreddare. Procedete quindi come da ricetta.
7. In alternativa, versate l'impasto in uno stampo a cerniera, stendetelo in uno strato uniforme e cuocetelo in forno per 10 minuti. Sfornate lo stampo e staccate accuratamente la pasta dal bordo con un coltello. Togliete quindi il bordo dello stampo e sfornate il fondo di pasta su una gratella. Fatelo raffreddare e procedere come da ricetta.



VARIANTE

→ Per la pasta biscotto al cioccolato, unite 3 cucchiaini di cacao a farina, amido o fecola e sale e lavorate l'impasto.





PASTA SFOGLIA

200 g di burro freddo
225 g di farina (tipo 00)
1 cucchiaino di sale
1 cucchiaino di zucchero

INOLTRE

Farina (tipo 00) per la spianatoia

1. Versate nella caraffa il burro freddo, la farina, 1 cucchiaino di sale, lo zucchero e 90 ml di acqua fredda e impastate con il misurino inserito per **25 secondi/velocità 4**. Togliete la pasta dalla caraffa e formate una palla sulla spianatoia infarinata. Avvolgetela nella pellicola trasparente e lasciatela in frigorifero per almeno 30 minuti.
2. Mettete la pasta fredda sulla spianatoia infarinata, appiattitela e quindi formate un rettangolo. Prendete le due estremità del rettangolo e portatele fino al centro, in modo da formare tre strati e avere di nuovo la forma di un rettangolo. Avvolgete la pasta nella pellicola trasparente e lasciatela in frigorifero per altri 30 minuti. Trascorso questo tempo, stendete la pasta dai lati aperti formando un rettangolo di 25 cm di lunghezza e ripiegate le due estremità verso il centro. Avvolgete ancora la pasta nella pellicola trasparente e lasciatela in frigorifero ancora per 30 minuti. Ripetete tutta l'operazione per altre 2 volte. Lavorate poi la pasta come indicato nella ricetta.

CONSIGLI

- Per l'alta percentuale di burro contenuta, la pasta risulta molto morbida, ma non deve essere collosa: se lo fosse, spolverizzatela con un velo di farina e lasciatela a lungo in frigorifero.
- A seconda delle dimensioni e della ricetta, la pasta sfoglia deve cuocere in forno per 12–25 minuti.



PASTELLA

1. Applicare l'accessorio mixer nella caraffa e montare gli albumi a neve ben soda con il misurino inserito per **2 minuti/velocità 4**. Togliete gli albumi dalla caraffa e staccate l'accessorio mixer.
2. Versate nella caraffa gli altri ingredienti e mescolate il tutto con il misurino inserito per **35 secondi/velocità 5**. Unite anche gli albumi montati e mescolate con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 3**. Se l'impasto fosse troppo liquido, incorporatevi ancora un poco di acqua.

2 albumi (grandezza M)
100 g di farina setacciata (tipo 00)
125 ml di latte freddo (fresco, 3,5 % di grassi)
1 tuorlo (grandezza M)
1 pizzico di sale
1 pizzico di lievito in polvere

CONSIGLI

- Invece del latte potete usare anche vino bianco o birra, se non ci sono bambini a tavola.
- Per rendere la pastella ancora più saporita, potete aggiungere un pizzico di pepe o di peperoncino piccante in polvere.
- Utilizzate la pastella per friggere pesce o verdure: dovete semplicemente intingere gli alimenti nel composto in modo uniforme e quindi friggerli in olio bollente fino a quando saranno dorati.





PASTA FRESCA

220 g di farina (tipo 00)
180 g di semola di grano duro
macinata finemente
1 cucchiaino di sale
3 cucchiai di olio d'oliva

INOLTRE

Farina (tipo 00) o semola
per la spianatoia

1. Versate nella caraffa farina, semola, sale, olio e 170 ml di acqua fredda, quindi impastate il tutto con il misurino inserito e il **tasto impastare/ 2 minuti**.
2. Mettete l'impasto grumoso su una spianatoia e lavoratelo con le mani fino a ottenere una pasta compatta e liscia. Avvolgetela nella pellicola trasparente e fatela riposare per 1 ora.
3. Stendete la pasta in uno strato molto sottile con il matterello. Se iniziasse ad attaccarsi, aggiungetevi un poco di farina o semola. Stendete ora la pasta a mano o a macchina nella forma desiderata: per le tagliatelle, per esempio, tagliate la pasta a listarelle larghe circa 1,5 cm.
4. Fate cuocere la pasta in abbondante acqua salata bollente, scolatela al dente e servitela.

CONSIGLI

- Se la pasta verrà consumata nell'arco di qualche ora, si può arrotondare a nido e farla asciugare all'aria, su un canovaccio.
- Se invece verrà conservata, deve essere asciugata completamente, meglio se appesa.



GNOCCHI FATTI IN CASA

1. Versate nella caraffa 500 ml di acqua fredda e 1 pizzico di sale. Sbucciate le patate, lavatele e, in base alle dimensioni, tagliatele a metà o a quarti. Versate le patate nel cestello di cottura, disponetelo nella caraffa e cuocete al vapore con il misurino inserito e il **tasto cottura al vapore/15 minuti**.
2. Togliete il cestello, eliminate l'acqua e fate raffreddare completamente le patate (meglio se per una notte).
3. Versate nella caraffa le patate, i tuorli, la farina, il sale rimasto, il pepe e la noce moscata e mescolate con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 4**.
4. Con l'aiuto della spatola spostate il composto dalle pareti verso il fondo della caraffa e mescolate ancora con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 6**.
5. Versate l'impasto di patate su una superficie infarinata e stendetelo formando un rotolo di 1,5 cm di spessore. Tagliate il rotolo a rochetti di 1 cm di spessore. A piacere passate ogni rochetto sui rebbi di una forchetta, premendo leggermente, in modo da formare il classico motivo a righe.
6. Portate a ebollizione abbondante acqua salata, tuffatevi gli gnocchi e fateli cuocere a fuoco medio per 4 minuti, fino a quando verranno in superficie. Raccoglieteli con una schiumarola e scolateli bene prima di metterli nei singoli piatti e condirli.

1 cucchiaino di sale
10 patate di medie dimensioni,
a pasta farinosa (1 kg)
3 tuorli (misura M)
200 g di farina (tipo 00)
3 pizzichi di pepe
1 pizzico di noce moscata
grattugiata

INOLTRE

Farina (tipo 00) per la spianatoia



CIALDE AL BURRO

85 g di burro morbido
 85 g di zucchero
 1 pizzico di sale
 2 uova (grandezza M)
 200 ml di latticello freddo
 (0,9 % di grassi)
 200 ml di farina (tipo 00)
 ½ cucchiaino di lievito in polvere

INOLTRE

Burro per il ferro da cialde

1. Versate nella caraffa il burro a pezzetti, lo zucchero e 1 pizzico di sale, quindi montate il tutto con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 5**, ottenendo un impasto cremoso. Con l'aiuto della spatola spostatelo dalle pareti verso il fondo della caraffa.
2. Aggiungete uova e latticello freddo e mescolate con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 5**.
3. Con l'aiuto della spatola spostate nuovamente l'impasto dalle pareti della caraffa verso il fondo. Setacciatevi farina e lievito, quindi mescolate con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 4**.
4. Con l'aiuto della spatola spostate nuovamente l'impasto dalle pareti della caraffa verso il fondo e lavorate il tutto con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 4**, ottenendo un impasto fluido.
5. Scaldare il ferro per cialde e imburrratelo.
6. Distribuite per ogni cialda 3 cucchiari di pasta sulla superficie e cuocete per 4 minuti, fino a quando sarà dorata su entrambi i lati.

CONSIGLIO

→ Le cialde sono ancora più deliziose se spolverizzate di zucchero a velo e servite con marmellata a piacere, panna montata o una pallina di gelato alla vaniglia.



RISO E LATTE

1. Versate nella caraffa il latte, lo zucchero, il sale e il riso, quindi fate sobbollire senza misurino inserito con il **tasto reverse/40 minuti/90 °C/velocità 1**.
2. Versate il riso in una ciotola e fatelo riposare per 15 minuti. Versatelo quindi nelle singole ciotole e gustatelo ancora tiepido, oppure conservatelo in frigorifero fino al momento di servirlo.

1,2 l di latte freddo
 (fresco, 3,5 % di grassi)
 75 g di zucchero
 2 pizzichi di sale
 250 g di riso a chicco tondo integrale
 (tempo di cottura: 40 min.)

CONSIGLI

- Per ottenere una preparazione ancor più morbida incorporatevi un poco di panna montata.
- Potete profumare il riso e latte con un mix di zucchero e cannella, oppure arricchirlo con scaglie di cioccolato, marmellata, noci caramellate o croccante.
- Servito in piccoli bicchierini, formando strati alternati con una composta calda di ciliegie, è un piacere per la vista e il palato.



SALSA DI POMODORO

2 cipolle (150 g)
2 spicchi d'aglio
50 ml di olio d'oliva
¼ di mazzetto di basilico
1,2 kg di passata di pomodoro
1 cucchiaino di zucchero
1 cucchiaino di origano essiccato
1 cucchiaino di maggiorana essiccata
1 cucchiaino di sale
½ cucchiaino di pepe

1. Sbucciate le cipolle e gli spicchi d'aglio. Tagliate le cipolle a quarti e sminuzzatele con l'aglio nella caraffa con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 6**. Spostate con la spatola il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa.
2. Unite l'olio e fate rosolare il tutto senza misurino inserito con il **tasto rosolare/4 minuti**.
3. Lavate il basilico, sgrondatelo per asciugarlo, staccate le foglioline e tritatele finemente.
4. Versate nella caraffa il basilico, la passata di pomodoro, lo zucchero, le erbe aromatiche essiccate, sale e pepe. Fate cuocere il tutto con il misurino inserito e il **tasto reverse/20 minuti/100 °C/velocità 3**.
5. Regolate ancora di sale e pepe e mescolate con il misurino inserito e il **tasto reverse/10 secondi/velocità 1**.

CONSIGLI

→ Questa salsa è ideale anche da conservare in dispensa per condire pasta o pizza. In questo caso, versatela ancora bollente in contenitori sterilizzati adatti.

→ Se la salsa è fredda, la si può anche congelare.



DIP DI POMODORI E RICOTTA

1. Lavate le erbe aromatiche, sgrondatele per asciugarle, staccate le foglioline dai gambi e versatele nella caraffa. Sminuzzatele con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**. Versate infine il trito in una ciotola.
2. Sbucciate la cipolla rossa, tagliatela a metà, mettetela nella caraffa e sminuzzatela con il misurino inserito e il **tasto turbo/2 secondi**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa.
3. Unite i pomodori secchi scolati e l'olio d'oliva, quindi stufate il tutto senza il misurino inserito per **3 minuti/100 °C/velocità 1**. Lasciate raffreddare il contenuto della caraffa per 20 minuti, staccato dal corpo macchina e senza coperchio.
4. Unite la ricotta e frullate con il misurino inserito e il **tasto turbo/5 secondi**. Aggiungete le erbe e incorporatele con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 4**. Regolate il dip di sale e pepe e mescolate con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 3**.

4 rametti di prezzemolo
2 rametti di timo
1 cipolla rossa (80 g)
6 pomodori secchi sott'olio
1 cucchiaino di olio d'oliva
150 g di ricotta (45 % di grassi)
Sale e pepe per insaporire

CONSIGLIO

→ Il dip è ottimo servito con pane fresco.

PATÈ DI OLIVE NERE

1 mazzetto di prezzemolo
3 spicchi d'aglio
300 g di olive nere denocciolate
1 peperoncino rosso piccante essiccato
3 cucchiaini di capperi sott'aceto
75 ml di olio d'oliva saporito
Sale e pepe per insaporire

INOLTRE

Olio d'oliva per coprire


1. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo e staccate le foglie-line dagli steli. Mettetele nella caraffa e sminuzzatele con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**. Versate il trito in una ciotola.
2. Sbucciate gli spicchi d'aglio e versateli nella caraffa. Unite le olive e sminuzzate il tutto con il misurino inserito e il **tasto turbo/4 secondi**. Aggiungete il prezzemolo tritato, il peperoncino sminuzzato, i capperi scolati e l'olio d'oliva e frullate il tutto con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 8**. Se la crema risultasse troppo densa, aggiungete un filo d'olio d'oliva.
3. Insaporite con sale e pepe, mescolate con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 4**, versate in un vasetto pulito dotato di tappo a vite e coprite con uno strato sottile di olio.


CONSIGLIO

→ Il patè di olive nere si mantiene in frigorifero per 2 settimane.

 Per 1 vasetto (da 250 ml)

 Minima

 Per vasetto ca. 445 kcal/1863 kJ
2 g P, 47 g G, 4 g C

 Pronto in: 15 min.
Preparazione: 15 min.


CREMA DI SALMONE AFFUMICATO

1. Tagliate l'avocado a metà, privatelo del nocciolo e staccate la polpa dalla buccia.
2. Lavate l'aneto, sgrondatelo per asciugarlo ed eliminate gli steli più grossi.
3. Versate nella caraffa la polpa di avocado, l'aneto e la panna acida, quindi lavorate il tutto con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 5**. Con l'aiuto della spatola spostate il composto dalle pareti verso il fondo della caraffa.
4. Aggiungete il salmone affumicato sminuzzato grossolanamente, il succo di limone, 1 pizzico di sale e 1 di pepe, quindi mescolate con il misurino inserito per altri **10 secondi/velocità 5**.
5. Regolate ancora di sale e pepe, mescolate con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 2**, poi versate in una ciotolina e servite subito.

1 avocado maturo (180 g)
1 mazzetto di aneto (piccolo)
80 g di panna acida (10 % di grassi)
100 g di salmone affumicato
1 cucchiaino di succo di limone spremuto al momento
1 pizzico di sale
1 pizzico di pepe

 Per 4 porzioni

 Minima

 Per porzione: ca. 150 kcal/628 kJ
7 g P, 12 g G, 3 g C

 Pronto in: 10 min.
Preparazione: 10 min.

DIP DI CAMEMBERT


1 cipolla piccola (60 g)
50 g di pomodori secchi sott'olio
250 g di Camembert morbido (45% di grassi)
75 g di burro morbido
200 g di panna acida (10 % di grassi)
1 pizzico di sale
1 pizzico di paprica dolce
1 pizzico di pepe di Cayenna

1. Sbucciate la cipolla e tagliatela a quarti. Versatela con i pomodori nella caraffa e sminuzzateli con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 9**.
2. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa.
3. Mettete nella caraffa anche il Camembert spezzettato e sminuzzatelo con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 5**. Unite gli altri ingredienti e incorporate il tutto con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 4**. Regolate il dip di sale e pepe e mescolate con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 2**, quindi servite.


CONSIGLI


→ Il dip di Camembert si mantiene in frigorifero per 1 settimana.

→ Il dip è ottimo servito con pane fresco.

 Per 6 porzioni

 Minima

 Per porzione: ca. 244 kcal/1022 kJ
10 g P, 20 g G, 5 g C

 Pronto in: 5 min.
Preparazione: 5 min.


CREMA DI FORMAGGIO FRESCO E OLIVE


1. Tostate i semi di sesamo in una padella senza condimento e sminuzzateli nel mortaio con ¼ di cucchiaino di sale, ottenendo una polvere fine.
2. Lavate il basilico, sgrondatelo per asciugarlo e staccate le foglioline dai gambi. Sbucciate lo spicchio d'aglio.
3. Mettete nella caraffa le foglie di basilico, le olive e lo spicchio d'aglio, quindi sminuzzateli con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 5**.
4. Unite il formaggio fresco, lo yogurt, 1 pizzico di pepe e la polvere di sesamo, poi mescolate il tutto con il misurino inserito e il **tasto reverse/20 secondi/velocità 3**.

1 cucchiaino di semi di sesamo
¼ di cucchiaino di sale
4 rametti di basilico
1 spicchio d'aglio
50 g di olive nere denocciolate
150 g di formaggio fresco cremoso (doppia panna)
75 g di yogurt (3,5 % di grassi)
1 pizzico di pepe

 Per 4 porzioni

 Minima

 Per porzione: ca. 95 kcal/398 kJ
6 g P, 6 g G, 3 g C

 Pronto in: 10 min.
Preparazione: 10 min.



MAIONESE

2 uova (grandezza M)
2 cucchiaini di succo di limone
2 cucchiaini di senape
2 pizzichi di sale
2 pizzichi di pepe
1 pizzico di zucchero
600 ml di olio di semi di girasole

1. Portate tutti gli ingredienti a temperatura ambiente.
2. Versate nella caraffa le uova, il succo di limone, la senape, sale, pepe e zucchero, quindi mescolate il tutto con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 3**.
3. Impostate la macchina con il misurino inserito su **4 minuti/velocità 4**. Azionatela e versate lentamente l'olio sul coperchio della caraffa, in modo che possa scendere a filo lungo il bordo del misurino. Aumentate gradualmente la quantità di olio. Al termine dell'operazione la maionese dovrebbe avere una bella consistenza cremosa.

CONSIGLI

- Se conservata in frigorifero la maionese si mantiene per circa 3 giorni.
- Mescolando maionese fatta in casa e ketchup sempre di preparazione casalinga si può preparare rapidamente una deliziosa salsa per cocktail. Allo scopo, versate nella caraffa 250 g di maionese, 6 cucchiaini di ketchup, 3 cucchiaini di latte (UHT, 1,5 % di grassi), 2 pizzichi di sale e 2 di pepe, 1 pizzico di zucchero e 3 cucchiaini di cognac. Mescolate il tutto con il misurino inserito per **12 secondi/velocità 3**, poi lasciate riposare per qualche ora prima del consumo. È eccellente con gamberetti bolliti, pollo e raclette, ovvero formaggio fuso.



KETCHUP

1. Lavate i pomodori, eliminate il picciolo, divideteli a quarti e metteteli nella caraffa. Sbucciate la cipolla e tagliatela a metà. Private della buccia anche gli spicchi d'aglio. Aggiungete entrambi ai pomodori nella caraffa. Unite anche i pomodori secchi e sminuzzate il tutto con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 7**.
2. Versate tutti gli altri ingredienti nella caraffa e mescolate con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 5**, quindi fate cuocere con il misurino inserito per **10 minuti/100 °C/velocità 2**. Proseguite la cottura senza il misurino inserito per **1 ora/95 °C/velocità 2**. Per proteggere dagli schizzi sistemate il cestello di cottura sul coperchio della caraffa. Proseguite di nuovo la cottura senza il misurino inserito per **1 ora/95 °C/velocità 2**, fino a quando il ketchup si sarà ridotto di 1/3.
3. Frullate il ketchup con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 9**. Se risultasse troppo liquido, riprendete la cottura senza il misurino inserito a **95 °C/velocità 1**, fino a quando otterrete la consistenza desiderata.
4. Versate il ketchup bollente in vasi o bottiglie sterilizzati, richiudeteli subito e teneteli capovolti per 5 minuti, quindi voltateli e lasciateli raffreddare completamente.

CONSIGLIO

- Se conservato in luogo fresco e asciutto, il ketchup si mantiene per circa 10 mesi.
- Una volta aperta, la bottiglia va tenuta in frigorifero.

1,5 kg di pomodori maturi
1 cipolla (70 g)
3 spicchi d'aglio
3 pomodori secchi
70 g di zucchero gelificante 1:3
4 chiodi di garofano
2 grani di cardamomo
1/4 di cucchiaino di pepe
1 cucchiaino di paprica piccante
1/4 di cucchiaino di pimento
1/4 di cucchiaino di macis in polvere, in sostituzione
1 pizzico di noce moscata
1/4 di cucchiaino di cannella in polvere
20 ml di aceto di mele
1 cucchiaino di sale





REMOULADE

½ mazzetto di prezzemolo
 1 cipolla (80 g)
 1 grosso cetriolo in agrodolce (30 g)
 2 cucchiaini di capperi sott'aceto
 1 uovo a temperatura ambiente (grandezza M)
 1 cucchiaino di succo di limone
 1 cucchiaino di senape di Digione
 ½ cucchiaino di sale
 ½ cucchiaino di zucchero
 1 pizzico di pepe
 300 ml di olio di semi di girasole
 1 uovo sodo (grandezza M)

1. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo e staccate le foglioline dagli steli. Sbucciate la cipolla, dividetela in quartini e versatela con il prezzemolo nella caraffa.
2. Unite il cetriolo tagliato a pezzetti e i capperi scolati, sminuzzate il tutto con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 7** e versate in una ciotola.
3. Mettete nella caraffa l'uovo, il succo di limone, la senape di Digione, sale, zucchero e pepe e mescolate con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 3**.
4. Regolate la macchina con il misurino inserito su **4 minuti/velocità 4**. Avviate l'apparecchio e versate l'olio di semi di girasole sul coperchio della caraffa all'inizio molto lentamente, in modo che possa filtrare a filo lungo il bordo del misurino. Aumentate gradualmente la quantità di olio.
5. Unite alla maionese il composto di cetrioli e cipolle e amalgamatelo con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 2**.
6. Tritate finemente l'uovo sodo e incorporatelo con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 4**.

CONSIGLI

- Se conservata in frigorifero, la remoulade si mantiene per circa 3 giorni.
- Insaporite la remoulade con il liquido di conservazione del cetriolo.



AIOLI

1. Sbucciate lo spicchio d'aglio, versatelo nella caraffa e sminuzzatelo con il misurino inserito e il **tasto turbo/2 secondi**.
2. Con la spatola raccogliete l'aglio rimasto sulle pareti e spostatelo verso il basso, poi unite l'uovo, il succo di limone, la senape, ½ cucchiaino di sale e 1 pizzico di pepe e mescolate con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 3**.
3. Impostate la macchina con il misurino inserito su **4 minuti/velocità 4**. Azionatela e versate lentamente l'olio di semi di girasole sul coperchio della caraffa, in modo che possa scendere a filo lungo il bordo del misurino. Aumentate gradualmente la quantità di olio: l'aioli è pronto quando ha raggiunto una consistenza cremosa.

1 piccolo spicchio d'aglio
 1 uovo a temperatura ambiente (grandezza L)
 1 cucchiaino di succo di limone
 1 cucchiaino di senape
 ½ cucchiaino di sale
 1 pizzico di pepe
 250 ml di olio di semi di girasole oppure olio d'oliva delicato, a temperatura ambiente

CONSIGLI

- Il risultato migliore si ottiene quando tutti gli ingredienti sono a temperatura ambiente.
- Chi preferisce un aioli dal sapore più deciso può utilizzare fino a tre spicchi d'aglio.
- L'aioli si conserva in frigorifero per circa 3 giorni.

DIP DI PEPERONI E FORMAGGIO

2 peperoni rossi (300 g)
2 peperoni gialli (300 g)
3 rametti di prezzemolo
5 cipollotti (120 g)
2 peperoncini rossi piccanti (30 g)
150 g di formaggio fresco
(doppia panna)
50 g di yogurt (3,5 % di grassi)
1 cucchiaino di cumino macinato
Sale e pepe per insaporire

1. Portate il forno a 210 °C.
2. Tagliate i peperoni a metà, mondateli, lavateli bene internamente ed esternamente, quindi disponeteli senza picciolo e con il lato tagliato verso il basso su una placca foderata di carta da forno. Fateli cuocere in forno per 15 minuti, fino a quando la buccia inizia ad annerirsi e si formano delle bolle.
3. Mettete i peperoni in un sacchetto da freezer, richiudetelo e fateli raffreddare per 30 minuti. Toglieteli dall'involucro e pelateli, quindi spezzettateli grossolanamente.
4. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo, staccate le foglioline dai gambi e versatele nella caraffa. Sminuzzatele con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**. Versate infine il trito in una ciotola e tenetelo da parte.
5. Mondate i cipollotti, lavateli e tagliateli a pezzetti di 3 cm di lunghezza. Tagliate i peperoncini piccanti a metà, privateli dei semi e del picciolo, lavateli bene internamente ed esternamente e sminuzzateli nella caraffa con il misurino inserito per **7 secondi/velocità 8**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa.
6. Versate nella caraffa i pezzetti di peperone e di cipollotto, quindi frullateli con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 8**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa.
7. Unite il formaggio fresco, lo yogurt, il cumino e il prezzemolo, poi frullate il tutto con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 2**. Regolate ancora di sale e pepe e mescolate con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 2**.

CONSIGLI

- Servite la crema con pane bianco croccante o verdure crude tagliate a bastoncino, da intingere nel dip.
- La crema si mantiene per 3 giorni se conservata in frigorifero dentro una vaschetta a chiusura ermetica.





GUACAMOLE

1 pomodoro (100 g)
 1 piccola cipolla (50 g)
 1 spicchio d'aglio
 2 avocado maturi (300 g)
 ½ lime (40 g)
 1 cucchiaino di harissa
 (salsa piccante a base
 di peperoncino)
 1 pizzico di sale
 1 pizzico di pepe

1. Lavate il pomodoro, tagliatelo a quarti e privatelo dei semi e del picciolo. Versatelo nella caraffa e sminuzzatelo con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 5**. Versate il pomodoro in una ciotola.
2. Sbucciate la cipolla e l'aglio, tagliate la cipolla a metà e sminuzzate entrambi nella caraffa con il misurino inserito e il **tasto turbo/7 secondi**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa.
3. Lavate gli avocado, divideteli a metà, privateli del nocciolo centrale e della buccia, quindi ricavate la polpa. Spremete il lime.
4. Versate la polpa di avocado nella caraffa con il succo di lime, l'harissa, 1 pizzico di sale e 1 di pepe e mescolate il tutto con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**.
5. Con l'aiuto della spatola spostate il composto dalle pareti verso il fondo, unitevi i pomodori e mescolate il tutto con il misurino inserito e il **tasto reverse/10 secondi/velocità 2**.
6. Regolate ancora di sale e pepe, mescolate con il misurino inserito e il **tasto reverse/10 secondi/velocità 1** e servite.



DIP DI MELANZANE AL CORIANDOLO

1. Lavate le erbe aromatiche, sgrondatele per asciugarle, staccate le foglioline dai gambi e versatele nella caraffa. Sminuzzatele con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**. Versate infine il trito in una ciotola.
2. Lavate le melanzane e forate in più punti la buccia usando i rebbi di una forchetta. Spennellatele con 3 cucchiari di olio di colza. Lavate i pomodori e spennellateli con l'olio restante. Fate cuocere i pomodori per 8 minuti e le melanzane per 15 minuti sotto il grill del forno.
3. Lasciate intiepidire la verdura per 10 minuti, quindi pelate i pomodori. Dividete le melanzane a metà e staccate la polpa dalla buccia. Sbucciate gli spicchi d'aglio e la cipolla, tagliate la cipolla a metà, quindi mettete aglio e cipolla nella caraffa e sminuzzateli con il misurino inserito e il **tasto turbo/1 secondo**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa.
4. Mettete nella caraffa la polpa di melanzana, i pomodori a quartini, lo yogurt, l'aceto di mele, il succo di limone, il miele e l'olio d'oliva e mescolate con il misurino inserito per **40 secondi/velocità 5**.
5. Incorporate alla crema le erbe aromatiche con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 3**. Regolate ancora di sale e pepe e mescolate con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 3**.

½ mazzetto di prezzemolo
 5 rametti di coriandolo fresco
 2 melanzane (650 g)
 4 cucchiari di olio di colza
 3 pomodori (350 g)
 2 spicchi d'aglio
 1 piccola cipolla rossa (70 g)
 75 g di yogurt greco
 (10 % di grassi)
 2 cucchiari di aceto di mele
 2 cucchiari di succo di limone
 1 cucchiaino di miele
 100 ml di olio d'oliva
 Sale e pepe per insaporire

CONSIGLIO

→ Il dip è ottimo servito con pane appena tostato.



MOUSSE DI SUSINE

1 kg di susine
200 g di zucchero

1. Lavate le susine, asciugatele, tagliatele a metà e privatele del nocciolo. Mettetele nella caraffa e sminuzzatele con il misurino inserito per **9 secondi/velocità 7**.
2. Portate a ebollizione i pezzetti di prugna con il misurino inserito per **3 minuti/100 °C/velocità 2**.
3. Unite lo zucchero e fate cuocere il tutto senza il misurino inserito per **40 minuti/120 °C/velocità 3**, ponendo il cestello di cottura sul coperchio per proteggersi dagli schizzi.
4. Nel frattempo sterilizzate i vasetti da conserva sciacquandoli con acqua bollente e mettendoli poi capovolti su un canovaccio pulito.
5. Riempiteli con la mousse bollente, richiudeteli subito e lasciateli capovolti per 5 minuti, poi girateli di nuovo e fateli raffreddare completamente.

CONSIGLI

- Dato che la quantità di acqua varia da frutto a frutto, il tempo di cottura può cambiare conseguentemente.
- Se conservata in luogo freddo e buio, la mousse di susine si mantiene per circa 6 mesi.



MARMELLATA DI SAMBUCO E SUSINE

1. Selezionate le bacche di sambuco, mettetele in uno scolapasta, lavatele con acqua fredda e lasciatele scolare. Asciugatele delicatamente con carta da cucina, privatele dei gambi e versatele nella caraffa.
2. Mondate le susine, lavatele, asciugatele e tagliatele a metà nel senso della lunghezza.
3. Privatele del nocciolo e tagliatele a pezzetti di 1,5 cm. Unite i pezzetti di susina alle bacche di sambuco, spolverizzate il tutto con lo zucchero di canna e mescolate con il misurino inserito per **40 secondi/velocità 2**. Fate riposare nella caraffa coperta per una notte intera (In alternativa potete mettere frutta e zucchero in una ciotola e farli riposare per una notte).
4. Il giorno seguente fate cuocere il composto nella caraffa senza il misurino inserito per **30 minuti/95 °C/velocità 2**. Fate una prova di gelificazione (vedi pag. 53) ed eventualmente prolungate la cottura.
5. Versate la marmellata ancora bollente nei vasi sterilizzati, pulendo subito i bordi di vetro da eventuali residui di confettura. Richiudete subito i vasi e teneteli capovolti per 5 minuti. Voltateli di nuovo e fateli raffreddare completamente a temperatura ambiente.

800 g di bacche di sambuco
250 g di susine
500 g di zucchero di canna



CONFETTURA AI QUATTRO FRUTTI DI BOSCO

1. Selezionate tutti i frutti di bosco, lavateli e scolateli.
2. Staccate i chicchi di ribes dai raspi e versateli con i mirtilli nella caraffa. Sminuzzateli con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**.
3. Unite lo zucchero gelificante e mescolate con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 2**.
4. Fate riposare i frutti frullati per 2 ore nella caraffa chiusa.
5. Mondate le fragole e tagliatele a metà o a quartini, a seconda delle dimensioni.
6. Tenete i lamponi interi e uniteli con le fragole agli altri frutti nella caraffa.
7. Aggiungete il succo di limone, mescolate bene il tutto con la spatola e fate cuocere con il misurino inserito per **12 minuti/120 °C/velocità 1**.
8. Fate una prova di gelificazione ed eventualmente prolungate il tempo di cottura.
9. Se volete potete frullare la confettura.
10. Versatela infine ancora bollente nei vasi sterilizzati, pulendo bene i bordi di vetro da eventuali residui di confettura. Richiudete subito i vasi e teneteli capovolti per 5 minuti. Voltateli di nuovo e fateli raffreddare completamente.

250 g di ribes rosso
 250 g di mirtilli
 1 kg di zucchero gelificante 1:1
 250 g di fragole
 250 g di lamponi
 2 cucchiaini di succo di limone



PROVA DI GELIFICAZIONE

→ Versate un cucchiaino della confettura bollente su un piatto freddo, poi inclinatelo. Se il composto scorre abbondantemente, proseguite la cottura ancora per 1 minuto, quindi rifate la prova di gelificazione. Se la confettura si addensa dopo breve tempo, ha superato il test.

CONSIGLIO

→ Chi preferisce una percentuale maggiore di frutta può utilizzare 500 g di zucchero gelificante 1:2.



Per 8 vasetti (da 250 ml cad.)



Minima



Per vasetto ca. 567 kcal/2374 kJ
 1 g P, 0 g G, 126 g C



Pronto in: 2 h. 27 min.
 Preparazione: 15 min. (+ riposo: 2 h., cottura: 12 min.)



GELATINA DI RABBARBARO

750 g di rabarbaro
2 mele acidule (250 g)
1 limone (80 g)
750 g di zucchero gelificante 1:1
(in base alla quantità di succo)

1. Lavate il rabarbaro e mondatelo. Tagliate gli steli a metà nel senso della lunghezza e quindi a pezzetti di circa 2 cm.
2. Lavate le mele e dividetele in quarti senza sbucciarle. Eliminate il torsolo e tagliate i quartini ancora a metà. Versate nella caraffa i pezzetti di rabarbaro e di mela e mescolateli con la spatola.
3. Spremete il limone raccogliendo il succo, quindi versatelo sui pezzetti di rabarbaro e di mela. Coprite il tutto con acqua a filo e fate cuocere con il misurino inserito per **30 minuti/110 °C/velocità 2**.
4. Preparate un setaccio foderato di garza inumidita. Versatevi il composto di frutta, raccogliendo il succo. Pesatelo e versatelo nella caraffa con uguale quantitativo di zucchero gelificante. Fate cuocere con il misurino inserito per **12 minuti/110 °C/velocità 2**.
5. Fate una prova di gelificazione (vedi pag. 53) ed eventualmente proseguite la cottura con il misurino inserito per **3 minuti/110 °C/velocità 2**.
6. Versate la gelatina bollente in vasi sterilizzati, pulendo con carta da cucina i bordi di vetro da eventuali residui di confettura. Richiudete subito i vasi e teneteli capovolti per 5 minuti. Voltateli di nuovo e fateli raffreddare completamente a temperatura ambiente.



MARMELLATA DI MIRTILLI E ANANAS

1. Private l'ananas della scorza esterna, eliminando tutti gli occhi, quindi tagliate il frutto in quattro parti. Togliete il torsolo centrale.
2. Versate la polpa nella caraffa e sminuzzatela con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 5**, ottenendo una purea mediamente fine.
3. Lavate i mirtilli, asciugateli bene con carta da cucina e selezionateli. Versateli nella caraffa con l'ananas e sminuzzate il tutto con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 5**. Aggiungete lo zucchero gelificante e frullate con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 5**.
4. Tagliate a metà il baccello di vaniglia nel senso della lunghezza, quindi con il dorso di un coltello raschiatelo ricavando il midollo con i semi. Unite sia il baccello esterno sia il midollo della vaniglia alla frutta nella caraffa. Aggiungete anche l'acido citrico. Spremete il limone e versate anche il suo succo sulla frutta.
5. Fate cuocere con il misurino inserito e il **tasto reverse/10 minuti/120 °C/velocità 2**. Eliminate il baccello di vaniglia con molta attenzione. Fate una prova di gelificazione (vedi pag. 53) ed eventualmente prolungate il tempo di cottura.
6. Versate la marmellata ancora bollente nei vasi sterilizzati, pulendo bene i bordi di vetro da eventuali residui di confettura. Richiudete subito i vasi e teneteli capovolti per 5 minuti. Voltateli di nuovo e fateli raffreddare completamente a temperatura ambiente.

1 ananas (1 kg)
800 g di mirtilli
1 kg di zucchero gelificante 2:1
1 baccello di vaniglia
2 bustine di acido citrico (10 g)
1 limone (80 g)





CONFETTURA DI MIRTILLI E NOCCIOLE

100 g di nocciole
50 g di pasta di marzapane cruda
850 g di mirtilli
1 limone (80 g)
50 ml di succo di ribes nero
1 kg di zucchero gelificante (1:1)

1. Versate le nocciole nella caraffa e sminuzzatele finemente con il misurino inserito e il **tasto turbo/2 secondi**. Se necessario ripetete l'operazione.
2. Mettete la pasta di marzapane spezzettata nella caraffa e sminuzzatela con il misurino inserito e il **tasto turbo/4 secondi**. Lavate i mirtilli, selezionateli ed eventualmente eliminate foglie e rametti. Spremete il succo di limone.
3. Versate nella caraffa prima i frutti di bosco, poi il succo di ribes, lo zucchero gelificante e il succo di limone. Mescolate il tutto con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 4**, quindi fate riposare questo composto per 1 ora, coperto.
4. Trascorso questo tempo fate sobbollire la preparazione nella caraffa con il misurino inserito per **8 minuti/120 °C/velocità 1**. Fate la prova di gelificazione mettendo un cucchiaino di confettura su un piattino per controllarne la consistenza, ed eventualmente prolungate la cottura ancora di qualche minuto.
5. Versate la confettura nei vasetti sterilizzati, richiudeteli subito e teneteli capovolti per 5 minuti, poi voltateli e lasciateli raffreddare completamente a temperatura ambiente.



CREMA DI CIOCCOLATO E NOCCIOLE

1. Portate il forno a 180 °C.
2. Distribuite le nocciole sulla placca e fatele tostare nel forno caldo per 12 minuti, fino a quando inizieranno a profumare.
3. Mettete le nocciole ancora calde su un canovaccio pulito e strofinatele staccando la pellicina. Lasciatele raffreddare per 30 minuti.
4. Versate le nocciole fredde nella caraffa e sminuzzatele con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 7**. Con l'aiuto della spatola spostate i pezzetti di nocciola dalle pareti verso il fondo della caraffa. Ripetete l'intero procedimento ancora per 5-6 volte, facendo di tanto in tanto una pausa, fino a ottenere una mousse di nocciole cremosa. Apparecchio e mousse non devono surriscaldarsi durante l'operazione. Trasferite la mousse in una ciotola.
5. Mettete nella caraffa il cioccolato alla nocciola spezzettato con la panna fredda, il burro a temperatura ambiente, lo zucchero vanigliato, il cacao amaro e il sale. Mescolate il tutto con il misurino inserito per **5 minuti/50 °C/velocità 2**, ottenendo una crema liscia. Con l'aiuto della spatola spostate il composto dalle pareti verso il fondo della caraffa.
6. Aggiungete la mousse di nocciole e mescolate la crema di cioccolato e nocciole con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 8**.
7. Versate la crema in un vasetto pulito e conservatela in frigorifero.

100 g di nocciole
150 g di cioccolato alla nocciola
75 ml di panna fredda (30 % di grassi)
50 g di burro a temperatura ambiente
1 cucchiaino di zucchero vanigliato
1 cucchiaino di cacao amaro
1 pizzico di sale





GAZPACHO

8 pomodori maturi (800 g)
 1 peperone verde (130 g)
 ½ cetriolo (250 g)
 1 cipolla rossa (80 g)
 1 spicchio d'aglio
 1 peperoncino rosso piccante (15 g)
 60 ml di olio d'oliva
 1 cucchiaio di aceto di mele
 ½ cucchiaino di paprica in polvere
 Sale e pepe per insaporire

INOLTRE

4 cucchiari di pinoli
 ½ mazzetto di erba cipollina
 Cubetti di ghiaccio a piacere

1. Incidete i pomodori formando una croce, tuffateli in acqua bollente e pelateli. Staccate i piccioli e tagliate i pomodori a metà. Dividete il peperone in quarti, eliminate semi, picciolo e nervature e lavatelo dentro e fuori. Pelate il cetriolo, lavatelo e tagliatelo a pezzetti. Sbucciate la cipolla e l'aglio e dividete la cipolla a metà. Tagliate il peperoncino a metà, togliete i semi e lavatelo dentro e fuori.
2. Versate tutte le verdure con 200 ml di acqua fredda, l'olio, l'aceto e la paprica nella caraffa e frullate con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 8**.
3. Fate raffreddare la zuppa nella caraffa in frigorifero per 30 minuti. (In alternativa, trasferite la zuppa in una ciotola e mettetela per 30 minuti in frigorifero).
4. Tostate i pinoli in una padellina senza condimento, fino a quando saranno dorati. Lavate l'erba cipollina, sgrondatela per asciugarla e tagliatela ad anelli sottili.
5. Insaporite la zuppa ormai fredda con sale e pepe, mescolate con il misurino inserito e il **tasto reverse/20 secondi/velocità 2**, versatela nelle ciotole e aggiungete eventualmente qualche cubetto di ghiaccio. Servitela infine cosparsa di erba cipollina e pinoli.



ZUPPA DI PEPERONI E RICOTTA

1. Mondate i peperoni, lavateli e tagliateli in quattro. Tagliatene una falda a dadini e tenetela da parte. Sbucciate la cipolla, dividetela a metà e mettetela nella caraffa con il resto dei peperoni. Dividete il peperoncino a metà, privatelo dei semi, lavatelo e mettetelo nella caraffa. Sminuzzate il tutto con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 5**. Con la spatola spostate il trito di verdure dalle pareti verso il fondo della caraffa.
2. Versate l'olio nella caraffa e rosolate le verdure senza il misurino inserito con il **tasto rosolare**.
3. Unite il brodo vegetale tiepido o caldo e fate cuocere il tutto con il misurino inserito per **10 minuti/100 °C/velocità 1**. Unite la panna a temperatura ambiente, poi frullate la zuppa con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 3-9**, aumentandola gradualmente.
4. Riportate di nuovo a bollore con il misurino inserito per **2 minuti/100 °C/velocità 2**. Togliete il coperchio della caraffa e lasciate intiepidire la zuppa.
5. Lavate il rosmarino, sgrondatelo per asciugarlo, staccate gli aghi e tritateli finemente. Unite alla zuppa la ricotta, il rosmarino e il miele e mescolate con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 4**. Regolate la zuppa di sale e pepe e mescolate ancora una volta con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 2**. Cospargetela con i dadini di peperone tenuti da parte e servitela.

4 peperoni rossi (800 g)
 1 cipolla (60 g)
 1 peperoncino rosso piccante (15 g)
 2 cucchiari di olio d'oliva
 500 ml di brodo vegetale tiepido o caldo
 250 ml di panna a temperatura ambiente (30 % di grassi)
 4 rametti di rosmarino
 120 g di ricotta (44 % di grassi)
 1 cucchiaino di miele
 Sale e pepe per insaporire



MINISTRONE

50 g di parmigiano reggiano (32 % di grassi)
 1 e ½ cipollotti (400 g)
 2 spicchi d'aglio
 30 g di pancetta mista a dadini
 2 cucchiari di burro
 1 patata a pasta soda (100 g)
 1 carota (70 g)
 2 pomodori (200 g)
 ¼ di zucchina (50 g)
 50 g di fagiolini verdi
 1 costa di sedano (60 g)
 1,2 l di brodo vegetale a temperatura ambiente
 1 cucchiaino di concentrato di pomodoro
 120 g di spaghetti
 ½ cucchiaino di sale
 ¼ di cucchiaino di pepe

INOLTRE:

Olio d'oliva per completare

1. Tagliate il parmigiano a pezzetti e sminuzzatelo finemente nella caraffa con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 9**. Versatelo in una ciotola e tenetelo da parte.
2. Pelate i cipollotti e l'aglio. Tagliate i primi in otto parti, quindi metteteli nella caraffa con l'aglio e sminuzzateli finemente con il misurino inserito per **9 secondi/velocità 6**. Raccogliete con la spatola i pezzetti rimasti sulle pareti della caraffa e spostateli verso il basso.
3. Unite i dadini di pancetta e il burro, quindi fate appassire il tutto senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/4 minuti**.
4. Sbucciate la patata e la carota, lavatele e tagliatele a metà. Mondate i pomodori, la zucchina, i fagiolini e il sedano, lavateli e tagliateli a pezzetti. Versate tutta la verdura nella caraffa e sminuzzatela grossolanamente con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 6**.
5. Aggiungete il brodo vegetale a temperatura ambiente e il concentrato di pomodoro e fate cuocere il tutto con il misurino inserito e il **tasto reverse/15 minuti/100 °C/velocità 1**. Spezzettate gli spaghetti, uniteli al minestrone con ½ cucchiaino di sale e ¼ di cucchiaino di pepe e cuoceteli con il misurino inserito e il **tasto reverse/ tempo di cottura indicato sulla confezione della pasta/100 °C/velocità 1**, fino a quando saranno al dente.
6. Versate il minestrone nei piatti fondi, conditelo con un filo di olio d'oliva, cospargetelo di parmigiano e servitelo.



CREMA DI VERDURA

1. Mondate e lavate le verdure miste a seconda della varietà, pelate carote e sedano rapa, poi tagliatele a pezzetti di circa 3 cm di lunghezza.
2. Pelate le patate, lavatele e tagliate anch'esse a pezzetti.
3. Lavate il pomodoro, dividetelo in quarti e privatelo del picciolo.
4. Sbucciate cipolla e aglio, dividete la cipolla a quartini.
5. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo e staccate le foglioline dai gambi.
6. Versate nella caraffa le verdure miste, le patate, il pomodoro, la cipolla e l'aglio, il prezzemolo, ½ cucchiaino di sale e 2 pizzichi di pepe insieme con 1 l di acqua a temperatura ambiente e fate cuocere con il misurino inserito per **35 minuti/100 °C/velocità 1**.
7. Unite il burro a pezzetti e frullate il tutto con il misurino inserito per **1 minuto e 20 secondi/velocità 5-8** aumentandola gradualmente.
8. Se necessario aggiungete altra acqua, regolate il passato di sale e pepe e mescolate con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 2**.
9. Versate la zuppa in ciotole o fondine e servitela.

800 g di verdure miste per zuppa (carote, sedano rapa, porro)
 3 patate a pasta farinosa (300 g)
 1 pomodoro (100 g)
 1 cipolla (80 g)
 1 spicchio d'aglio
 2 rametti di prezzemolo
 ½ cucchiaino di sale
 2 pizzichi di pepe
 20 g di burro



ZUPPA PICCANTE DI CASTAGNE

- 1 cipolla (70 g)
1 spicchio d'aglio
1 costa di sedano (80 g)
2 cucchiari di burro
400 g di castagne (cotte, sottovuoto)
600 ml di brodo vegetale caldo
100 ml di panna a temperatura ambiente (30 % di grassi)
¼ di cucchiaino di sale
1 pizzico di pepe
- INOLTRE**
½ peperoncino rosso piccante (5 g)
2 cipollotti (40 g)
1. Sbucciate la cipolla e lo spicchio d'aglio, quindi tagliate la cipolla a metà. Lavate il sedano, mondatelo e tagliatelo grossolanamente a pezzetti. Versate il tutto nella caraffa e sminuzzatelo con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 6**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa.
 2. Unite il burro e appassite la verdura senza il misurino inserito per **1 minuto/60 °C/velocità 2**, quindi fate rosolare senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/3 minuti/110 °C**.
 3. Mettete nella caraffa le castagne e sminuzzatele con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 5**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa e fate cuocere senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/5 minuti**.
 4. Versate il brodo bollente e portate a ebollizione con il misurino inserito per **5 minuti/100 °C/velocità 2**. Unite la panna a temperatura ambiente, ¼ di cucchiaino di sale e 1 pizzico di pepe e frullate con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 5-9** aumentandola gradualmente.
 5. Lavate il peperoncino e i cipollotti e mondateli, quindi tagliate entrambi a rondelle sottili. Insaporite ancora la zuppa con sale e pepe, versatela nei singoli piatti, decoratela con gli anelli di cipollotto e peperoncino e servitela.



CREMA DI ZUCCHINE

1. Sbucciate la cipolla e lo spicchio d'aglio, versateli nella caraffa e sminuzzateli con il misurino inserito e il **tasto turbo/4 secondi**. Con la spatola spostateli dalle pareti della caraffa verso il fondo.
2. Mondate le zucchine, lavatele, tagliatele prima a metà, poi grossolanamente a dadini, e versatele nella caraffa con il brodo vegetale caldo, ½ cucchiaino di sale e 2 pizzichi di pepe. Fate cuocere con il misurino inserito per **15 minuti/90 °C/velocità 1**.
3. Unite il burro e il formaggio fuso, quindi frullate con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 3-8**, aumentandola gradualmente.
4. Regolate ancora una volta di sale e pepe, mescolate con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 2**, e servite immediatamente.
- ½ cipolla piccola (20 g)
1 spicchio d'aglio
2 zucchine (500 g)
500 ml di brodo vegetale caldo
½ cucchiaino di sale
2 pizzichi di pepe
1 cucchiaino di burro
2 cucchiari di formaggio fuso (50 % di grassi)

CONSIGLIO

→ Potete sostituire il formaggio fuso con formaggio duro, come per esempio parmigiano (32 % di grassi) o grana padano, finemente grattugiato.



ZUPPA DI POMODORO CON MOZZARELLA

1. Tagliate la pancetta a dadini, quindi versateli nella caraffa, aggiungete l'olio e rosolate la pancetta senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare**.
2. Sbucciate le cipolle e tagliatele a metà; pelate anche gli spicchi d'aglio. Mettete cipolle e aglio nella caraffa e sminuzzate con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 6**.
3. Con l'aiuto della spatola spingete il ricavato dalle pareti verso il fondo e fate rosolare senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/ 2 minuti/110 °C**.
4. Lavate i pomodori, tagliateli a pezzetti, privateli dei semi e del picciolo e sminuzzateli nella caraffa con il misurino inserito per **15 secondi/ velocità 5**.
5. Fateli quindi cuocere senza il misurino inserito con **tasto rosolare/110 °C**.
6. Aggiungete il concentrato di pomodoro e il brodo a temperatura ambiente, poi lasciate cuocere il tutto con il misurino inserito per **15 minuti/100 °C/velocità 2**.
7. Frullate la zuppa con il misurino inserito per **40 secondi/velocità 6-8** aumentandola gradualmente.
8. Aggiungete la panna e mescolate il tutto con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 4**. Regolate la zuppa di sale e pepe e mescolate con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 2**.
9. Tagliate la mozzarella a fette e cospargetele con ½ cucchiaino di sale e ¼ di cucchiaino di pepe. Versate la farina su un piatto e il pangrattato su un altro. Sbattete le uova in una ciotola a bordi bassi.
10. Passate le fette di mozzarella prima nella farina, poi nell'uovo sbattuto e infine nel pangrattato. Premete leggermente la panatura sulle fette.
11. Scaldate l'olio in una padella e friggetevi le fette di mozzarella su entrambi i lati, fino a quando saranno ben dorate. Servite la zuppa con la mozzarella fritta.

PER LA ZUPPA

100 g di pancetta mista
 3 cucchiaini di olio d'oliva
 2 cipolle (160 g)
 2 spicchi d'aglio
 1 kg di pomodori carnosì, profumati
 1 cucchiaino di concentrato di pomodoro
 250 ml di brodo vegetale a temperatura ambiente
 4 cucchiaini di panna (30 % di grassi)
 Sale e pepe per insaporire

PER LA MOZZARELLA

125 g di mozzarella (45 % di grassi)
 ½ cucchiaino di sale
 ¼ di cucchiaino di pepe
 100 g di farina (tipo 00)
 200 g di pangrattato
 2 uova (grandezza M)

INOLTRE


Olio per friggere


CONSIGLIO

→ Se non ci sono bambini a tavola, potete profumare la zuppa con 3 cucchiaini di sherry.

 Per 4 porzioni

 Minima

 Per porzione: ca. 620 kcal/2596 kJ
 26 g P, 28 g G, 65 g C

 Pronto in: 1 h, 6 min. - Preparazione: 25 min.
 (+ cottura: 31 min., frittura: 10 min.)



ZUPPA DI POMODORO

1 cipolla (70 g)
1 spicchio d'aglio
2 cucchiaini di olio d'oliva
2 cucchiaini di concentrato di pomodoro
1 cucchiaino di zucchero
250 g di pomodori ciliegino
800 g di polpa di pomodoro in scatola
2 cucchiaini di granulato per brodo vegetale
2 cucchiaini di origano
1 cucchiaino di sale
¼ di cucchiaino di pepe

INOLTRE

10 foglie di basilico fresco
4 cucchiaini di crème fraîche (30 % di grassi)

1. Sbucciate la cipolla e lo spicchio d'aglio. Tagliate la cipolla a quartini e sminuzzatela grossolanamente insieme all'aglio nella caraffa con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**.
2. Con la spatola spostate il trito dalle pareti della caraffa verso il fondo, unite l'olio d'oliva e fate appassire la cipolla e l'aglio senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/4 minuti/100 °C**. Aggiungete il concentrato di pomodoro e 1 cucchiaino di zucchero e fate stufare senza misurino inserito con il **tasto rosolare/1 minuto e 30 secondi/100 °C**.
3. Lavate i pomodori ciliegino, asciugateli, versateli nella caraffa e sminuzzateli con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 9**. Con la spatola spostate ancora una volta il composto dalle pareti verso il fondo della caraffa. Aggiungete la polpa di pomodoro, il preparato per brodo e l'origano e fate cuocere con il misurino inserito per **15 minuti/90 °C/velocità 1**. Infine frullate il tutto con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 5-9** aumentandola gradualmente.
4. Portate a ebollizione la zuppa con il misurino inserito per **2 minuti/100 °C/velocità 1**. Insaporite con 1 cucchiaino di sale e ¼ di cucchiaino di pepe. Addolcite a piacere con un poco di zucchero in più e mescolate con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 2**. Lavate le foglie di basilico, sgrondatele per asciugarle e tagliatele a listarelle sottili. Versate la zuppa nelle tazze o fondine e decorate ogni porzione con 1 cucchiaino di crème fraîche e qualche listarella di basilico.



VELLUTATA DI ZUCCA

1. Sbucciate la cipolla, tagliatela a metà e versatela con lo spicchio d'aglio sbucciato nella caraffa. Sminuzzateli con il misurino inserito e il **tasto turbo/6 secondi**, spostando con la spatola il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa.
2. Lavate la zucca Hokkaido. Eliminate i semi e i filamenti e tagliatela a pezzetti di circa 3 cm di lato (la zucca Hokkaido non deve essere privata della scorza esterna). Versate la polpa di zucca sulle cipolle e sull'aglio nella caraffa e sminuzzatela con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 5**.
3. Unite il burro a dadini e con la spatola spostate il contenuto della caraffa dalle pareti verso il fondo. Fate rosolare senza il misurino inserito con il **tasto rosolare**.
4. Unite lo zucchero, ½ cucchiaino di sale, ¼ di cucchiaino di pepe, la cannella e la noce moscata.
5. Versate il brodo vegetale caldo e fate cuocere il tutto con il misurino inserito per **20 minuti/100 °C/velocità 1**.
6. Unite la panna e frullate la zuppa con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 3-8** aumentandola gradualmente. Profumate infine con il succo di limone e mescolate con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 1**.
7. Versate la zuppa nei singoli piatti e decoratela con la panna montata e qualche goccia di olio di semi di zucca.

1 cipolla (60 g)
1 spicchio d'aglio
800 g di zucca Hokkaido
50 g di burro
1 cucchiaino di zucchero di canna
½ cucchiaino di sale
¼ di cucchiaino di pepe
1 pizzico di cannella
1 pizzico di noce moscata
750 ml di brodo vegetale caldo
200 ml di panna a temperatura ambiente (30 % di grassi)
Succo di limone per profumare

INOLTRE

4 cucchiaini di panna montata (per es. panna spray)
Qualche goccia di olio di semi di zucca

RIBOLLITA

1 pezzo di pecorino o parmigiano,
a piacere (50 g)
½ mazzetto di prezzemolo
1 gambo di sedano (60 g)
1 carota (60 g)
1 cipolla (80 g)
2 spicchi d'aglio
5 cucchiaini di olio d'oliva
150 g di cavolo nero (in alternativa
cavolo verde)
120 g di spinaci
1 patata a pasta farinosa (90 g)
1 pezzo di verza (200 g)
300 g di fagioli bianchi in scatola
1 l di brodo caldo di carne
o di verdura
200 g di passata di pomodori
1 cucchiaino di concentrato
di pomodoro
1 rametto di timo
Sale e pepe per insaporire
4 fette sottili di pane toscano
raffermo

1. Tagliate il formaggio grossolanamente a pezzetti e metteteli nella caraffa. Sminuzzateli con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 9**. Versate il formaggio grattugiato in una ciotola.
2. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo e staccate le foglioline. Mondate il sedano, lavatelo e tagliatelo a pezzetti. Sbucciate la carota, la cipolla e l'aglio e metteteli nella caraffa insieme con il prezzemolo e il sedano. Sminuzzate con il misurino inserito per **7 secondi/velocità 6**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti della caraffa verso il fondo, aggiungete l'olio e fate rosolare senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/4 minuti**.
3. Mondate il cavolo nero e gli spinaci, lavateli, eliminate le coste dure centrali e spezzettate grossolanamente le foglie. Unite il cavolo nero al composto di verdure e sminuzzate con il misurino inserito per **7 secondi/velocità 10**. Versate nella caraffa gli spinaci e sminuzzateli con il misurino inserito per **7 secondi/velocità 10**. Se necessario con l'aiuto della spatola spostate la massa dalle pareti della caraffa verso il fondo e ripetete l'operazione.
4. Sbucciate la patata. Eliminate le foglie esterne della verza così come il torsolo centrale duro, tagliatela a pezzi e lavatela. Lasciate scolare i fagioli in un colino. Mettete nella caraffa la patata, la verza e la metà dei fagioli e sminuzzate con il misurino inserito per **9 secondi/velocità 5**. Con l'aiuto della spatola spostate i pezzi dalle pareti della caraffa verso il fondo. Aggiungete il brodo, la passata di pomodori e il concentrato di pomodoro e fate cuocere con il misurino inserito e il **tasto reverse/25 minuti/100 °C/velocità 2**.
5. Lavate il timo, sgrondatelo per asciugarlo e staccate le foglioline dal rametto. Unite nella caraffa i fagioli restanti e le foglioline di timo e fate cuocere con il misurino inserito e il **tasto reverse/10 minuti/95 °C/velocità 1**. Insaporite la zuppa con sale e pepe e mescolate con il misurino inserito con il **tasto reverse/10 secondi/velocità 1**.
6. Mettete le fette di pane sul fondo dei piatti, versate sopra la zuppa e servite spolverizzando il tutto con formaggio grattugiato.





PASTA E FAGIOLI

2 rametti di rosmarino
80 g di pancetta mista
1 cipolla piccola (50 g)
1 spicchio d'aglio
2 cucchiaini di olio d'oliva
1 costa di sedano (70 g)
1 carota (70 g)
900 ml di brodo caldo di carne
o di verdure
120 g di prosciutto crudo
250 g di passata di pomodoro
400 g di fagioli borlotti in scatola
(peso scolato 250 g)
200 g di pasta corta
(per es. penne, tempo
di cottura: 10 minuti)
Sale e pepe per insaporire

1. Lavate il rosmarino, sgrondatelo per asciugarlo, staccate gli aghi e sminuzzateli finemente con un coltello. Teneteli da parte. Private la pancetta della cotenna e degli eventuali nervi presenti, poi tagliatela a listarelle larghe 0,5 cm.
2. Sbucciate la cipolla e lo spicchio d'aglio, divideteli a metà e versateli nella caraffa con la pancetta, sminuzzandoli con il misurino inserito per **7 secondi/velocità 6**. Con la spatola spingete verso il basso il composto rimasto sulle pareti del recipiente, versate l'olio e fate rosolare senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/3 minuti**.
3. Nel frattempo mondare il sedano e lavatelo, pelate la carota e tagliate entrambi a pezzetti. Versateli nella caraffa e sminuzzateli finemente con il misurino inserito per altri **8 secondi/velocità 6**. Con la spatola spingete verso il basso il composto, unite il brodo caldo e fate cuocere con il misurino inserito per **15 minuti/95 °C/velocità 1**.
4. Unite il prosciutto a dadini, la passata di pomodoro, i fagioli e la pasta e fate cuocere il tutto con il misurino inserito e il **tasto reverse/tempo di cottura indicato sulla confezione della pasta/100 °C/velocità 1**.
5. Al termine del tempo indicato controllate la cottura della pasta ed eventualmente proseguite per qualche istante.
6. Regolate la zuppa di sale e pepe, mescolatela con il misurino inserito e il **tasto reverse/10 secondi/velocità 1** e servitela dopo averla profumata con il rosmarino.



ZUPPA THAI AL CURRY

1. Pelate lo zenzero e l'aglio, versateli nella caraffa e sminuzzateli con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**. Mettete il tutto in una ciotolina e lavate bene la caraffa. Lavate il lemongrass, incidetelo al centro e appiattitelo con il fondo di un pentolino. Mondate i funghi e tagliate a metà quelli più grossi. Sbucciate le carote, lavatele e affettatele a listarelle sottili. Lavate i pomodori e divideteli a metà. Lavate il petto di pollo sotto il getto dell'acqua fredda corrente, asciugatelo con la carta da cucina, tagliatelo a metà in senso orizzontale e riducetelo infine a listarelle spesse ½ cm.
2. Versate l'olio di cocco nella caraffa e scaldatelo leggermente con il misurino inserito per **1 minuto/110 °C/velocità 1**, fino a quando sarà fluido. Mescolatene metà in una ciotolina con la pasta di curry. Distribuite il composto sulla carne di pollo. Mettete la carne nella caraffa e rosolatela con l'olio di cocco restante senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare**, poi toglietela dal condimento.
3. Versate nella caraffa lo zenzero, l'aglio, il lemongrass, le carote e i funghi e fate appassire il tutto senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/5 minuti**. Aggiungete il latte di cocco e il brodo a temperatura ambiente e lasciate cuocere con il misurino inserito e il **tasto reverse/10 minuti/100 °C/velocità 1**. Unite la carne e i pomodori, poi continuate la cottura con il misurino inserito e il **tasto reverse/5 minuti/100 °C/velocità 1**. Regolate di sale e pepe, incorporate il legante per salse e fate cuocere ancora la minestra con il misurino inserito e il **tasto reverse/2 minuti/100 °C/velocità 1**. Togliete il lemongrass e servite.

1 pezzetto di zenzero (2 cm)
2 spicchi d'aglio
2 steli di lemongrass
150 g di funghi shiitake
4 carote (300 g)
200 g di pomodori ciliegino
400 g di petto di pollo a filetti
4 cucchiaini di olio di cocco
4 cucchiaini di pasta di
curry rossa thai
400 ml di latte di cocco
non zuccherato
500 ml di brodo vegetale
a temperatura ambiente
Sale e pepe per insaporire
15 g di addensante per salse



ZUPPA DI LENTICCHIE CON SALSICCIA

1 grossa carota (100 g)
 1 pezzo di sedano rapa (150 g)
 1 cipolla (80 g)
 ½ porro (70 g)
 1 cucchiaio di olio di semi di girasole
 300 g di lenticchie pardina
 1 cucchiaio di preparato granulare per brodo di carne
 4 salsiccia di carne mista bovina e suina (à 90 g)
 1 cucchiaino di levistico
 ½ cucchiaino di maggiorana essiccata
 1 cucchiaino di sale
 ¼ di cucchiaino di pepe
 1 cucchiaio di aceto di mele

1. Pelate la carota e il pezzo di sedano rapa, lavateli e tagliateli a pezzetti di circa 2 cm di lato. Versate entrambi nella caraffa e sminuzzateli con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 8**. Sbucciate la cipolla e tagliatela a metà.
2. Mondate il porro, lavatelo, tagliatelo grossolanamente a pezzetti e versatelo con la cipolla nella caraffa. Sminuzzatelo con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 8**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti interne verso il fondo della caraffa. Versate nella caraffa l'olio di semi di girasole e appassite la verdura senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/3 minuti/100 °C**.
3. Mettete nella caraffa le lenticchie con 1 litro di acqua e mescolatele con la spatola. Fate cuocere il tutto con il misurino inserito e il **tasto reverse/20 minuti/90 °C/velocità 1**, quindi unite il preparato per brodo e mescolate con la spatola. Mettete nella caraffa la salsiccia tagliata a grossi pezzi e proseguite la cottura con il misurino inserito e il **tasto reverse/15 minuti/90 °C/velocità 1**.
4. Se le lenticchie non fossero ancora completamente cotte, togliete le salsicce e mettetele in caldo, quindi proseguite la cottura della zuppa con il misurino inserito e il **tasto reverse/15 minuti/90 °C/velocità 1**.
5. Profumate la zuppa con levistico, maggiorana, 1 cucchiaino di sale, ¼ di cucchiaino di pepe e l'aceto di mele, quindi mescolate con il misurino inserito e il **tasto reverse/20 secondi/velocità 1**. Servite la zuppa con le salsicce.



ZUPPA DI CIPOLLE

1. Tagliate grossolanamente il formaggio e sminuzzatelo con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 6**. Versatelo in una ciotola.
2. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo, quindi staccate le foglioline e mettetele nella caraffa. Sminuzzatele con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 8**. Versate anche il prezzemolo in una ciotola e lavate la caraffa.
3. Sbucciate le cipolle e gli spicchi d'aglio. Tagliate le cipolle a fettine e 1 spicchio d'aglio a lamelle sottilissime. Versate il burro nella caraffa e fatelo fondere per **1 minuto e 20 secondi/100 °C/velocità 1**. Unite le cipolle e l'aglio e cuocete senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/14 minuti/110 °C**. Bagnate con il brodo di carne a temperatura ambiente, quindi insaporite con il timo, l'origano, ½ cucchiaino di sale e 3 pizzichi di pepe. Fate sobbollire la zuppa con il misurino inserito e il **tasto reverse/15 minuti/100 °C/velocità 1**.
4. Portate il forno a 220 °C. Tostate le fette di pane e strofinatelo con il secondo spicchio d'aglio. Regolate la zuppa di sale e pepe, mescolatela con il misurino inserito e il **tasto reverse/20 secondi/velocità 1** e versatela in tazze o ciotole termoresistenti.
5. Disponete le fette di pane sulla zuppa e cospargetele di Emmentaler. Fate gratinare in forno per 10 minuti, quindi servite la zuppa di cipolle cosparsa di prezzemolo tritato.

125 g di Emmentaler (45 % di grassi)
 4 rametti di prezzemolo riccio
 7 cipolle (500 g)
 2 spicchi d'aglio
 3 cucchiaini di burro
 1 l di brodo di carne saporito, a temperatura ambiente
 ½ cucchiaino di timo fresco tritato
 ½ cucchiaino di origano fresco tritato
 ½ cucchiaino di sale
 3 pizzichi di pepe
 4 fette di pane bianco (120 g)

ZUPPA DI PESCE BOUILLABAISSSE

½ zucchini (100 g)
500 g di filetti di pesce misto pronto per la cottura (per esempio spigola, branzino, orata, coda di rospo)
300 g di cozze
100 g di frutti di mare (per esempio gamberi, calamaretti)
¼ di cucchiaino di sale
4 pizzichi di pepe
½ mazzetto di prezzemolo
1 cipolla (80 g)
2 spicchi d'aglio
2 pomodori (100 g)
2 cucchiaini di olio d'oliva
1 carota (80 g)
1 pezzetto di sedano rapa (150 g)
½ porro (70 g)
1 peperone rosso (150 g)
200 ml di brodo vegetale a temperatura ambiente
50 ml di succo di mela
400 ml di fumetto di pesce a temperatura ambiente
1 pizzico di curcuma

1. Lavate la zucchini, dividetela in quattro parti e quindi tagliatela a bastoncini larghi 0,5 cm. Lavate i filetti di pesce sotto l'acqua fredda corrente, asciugateli con carta da cucina e tagliateli a bocconi. Lavate le cozze e i frutti di mare, eliminando le conchiglie già aperte. Insaporite il pesce con ¼ di cucchiaino di sale e 2 pizzichi di pepe, quindi distribuitelo nel cestello vapore fondo insieme con cozze, frutti di mare e zucchine.
2. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo, staccate le foglie e versatele nella caraffa. Sminuzzatele finemente con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa, poi ripetete il procedimento. Versate il prezzemolo tritato in una ciotola.
3. Sbucciate la cipolla e l'aglio. Lavate i pomodori, tagliateli a metà e privateli del picciolo, poi versateli nella caraffa insieme con la cipolla tagliata a metà e gli spicchi d'aglio. Sminuzzate il tutto con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 6**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa. Unite l'olio d'oliva e fate appassire senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/4 minuti**.
4. Sbucciate la carota e il sedano rapa, poi lavateli. Mondate e lavate il porro. Tagliate il peperone a metà, privatelo dei semi e del picciolo, lavatelo bene internamente ed esternamente. Tagliatelo a pezzetti con le altre verdure e versateli nella caraffa. Tritate il tutto grossolanamente con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**. Fate quindi rosolare senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/4 minuti**.
5. Aggiungete il brodo vegetale a temperatura ambiente, il succo di mela, il fumetto di pesce a temperatura ambiente, 400 ml di acqua tiepida, la curcuma e 2 pizzichi di pepe. Applicare quindi il cestello vapore fondo, richiudetelo e fate cuocere con il **tasto cottura al vapore/15 minuti**. Al termine della cottura eliminate i molluschi che non si sono aperti.
6. Regolate la zuppa di sale e pepe e mescolatela con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 1**.
7. Versate la bouillabaisse nelle fondine e distribuitevi i pezzetti di pesce, i frutti di mare, le cozze e le zucchine. Cospargete con il prezzemolo e servite.

CONSIGLIO

→ Se non ci sono bambini a tavola, sostituite il brodo vegetale e il succo di mela con 250 ml di vino bianco.





ZUPPA DI PESCE PICCANTE

500 g di filetti di pesce misto pronto per la cottura (per esempio spigola, branzino, orata, coda di rospo)
 100 g di gamberi pronti per la cottura
 200 g di seppioline pronte per la cottura
 500 g di cozze
 5 gambi di prezzemolo
 1 cipolla (80 g)
 1 spicchio d'aglio
 ½ peperoncino rosso piccante (5 g)
 1 costa di sedano (60 g)
 1 cucchiaino di olio d'oliva
 100 ml di vino bianco secco
 500 ml di fumetto caldo di pesce
 200 g di pomodori pelati in scatola
 Sale e pepe per insaporire

INOLTRE

8 fette di pane
 2 spicchi d'aglio

1. Lavate i filetti di pesce, asciugateli con carta da cucina e tagliateli a bocconi. Disponeteli nel cestello vapore piano. Lavate i gamberi e asciugateli. Lavate le seppioline, asciugatele, tagliatele a pezzetti e unitele al pesce con i gamberi. Pulite le cozze e lavatele in acqua fredda, eliminando quelle aperte o danneggiate. Versatele nel cestello vapore fondo. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo, staccate le foglie e versatele nella caraffa. Sminuzzatele con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**. Versate in una ciotola. Lavate e asciugate la caraffa.
2. Sbucciate la cipolla e l'aglio. Tagliate la cipolla a metà. Mondate il peperoncino, tagliatelo a metà, privatelo dei semi e lavatelo. Lavate il sedano, mondatelo e tagliatelo a pezzetti. Versate la verdura nella caraffa e sminuzzatela con il misurino inserito per **7 secondi/velocità 6**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa. Unite l'olio d'oliva e fate appassire senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/4 minuti**.
3. Sfumate con il vino bianco. Unite 500 ml di fumetto di pesce bollente, 500 ml di acqua calda e i pomodori pelati. Mescolate con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 4**. Applicare il cestello vapore fondo, fissatevi quello piano, richiudete e fate cuocere con il **tasto cottura al vapore**. Nel frattempo tostate 2 fette di pane per porzione e strofinatelo con gli spicchi d'aglio pelati e tagliati a metà.
4. Regolate la zuppa di sale e pepe e mescolatela con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 1**. Versatela nelle fondine e distribuitevi pesce e frutti di mare. Cospargete con il prezzemolo tritato e servite con il pane.



INSALATA WALDORF

1. Per prima cosa portate a temperatura ambiente tutti gli ingredienti per la maionese. Per la maionese, versate nella caraffa le uova, il succo di limone, la senape, sale, pepe e zucchero, quindi mescolate il tutto con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 3**. Impostate la macchina con il misurino inserito su **4 minuti/velocità 4**. Azionatela e versate lentamente l'olio sul coperchio della caraffa, in modo che possa scendere a filo lungo il bordo del misurino. Aumentate gradualmente la quantità di olio. Al termine dell'operazione la maionese dovrebbe avere una bella consistenza cremosa. Versate la maionese in una ciotolina e lavate bene la caraffa.
2. Sbucciate le 3 mele e private il sedano della buccia. Togliete alle mele il torsolo e tagliatele a quartini. Tagliate il sedano a pezzetti di 2 cm di lunghezza, versatelo nella caraffa e sminuzzatelo con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 7**. Distribuite 1 cucchiaino di succo di limone sulle mele, quindi versatele nella caraffa con le noci e sminuzzatele con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 5**. Aggiungete 150 g della maionese, l'olio di noce, il succo di limone restante, 1 pizzico di zucchero, ¼ di cucchiaino di sale e 3 pizzichi di pepe, quindi mescolate con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 3**. Versate l'insalata in una ciotola e fatela riposare per 2 ore.
3. Lavate la mela e dividetela a metà, privatela del torsolo e tagliatela a fettine. Decorate l'insalata con le fettine di mela e servitela.

PER LA MAIONESE

2 uova (grandezza M)
 2 cucchiaini di succo di limone
 2 cucchiaini di senape
 2 pizzichi di sale
 2 pizzichi di pepe
 1 pizzico di zucchero
 600 ml di olio di semi di girasole

PER L'INSALATA

4 mele (450 g)
 1 pezzetto di sedano rapa (450 g)
 2 cucchiaini di succo di limone
 200 g di gherigli di noce
 1 cucchiaino di olio di noce
 1 pizzico di zucchero
 ¼ di cucchiaino di sale
 3 pizzichi di pepe

INOLTRE

1 mela (100 g)



CRUDITÉ SAPORITE IN SALSA DI SENAPE

2 cucchiaini di senape mediamente piccante
 4 cucchiari di aceto balsamico bianco
 2 cucchiari di olio di semi di girasole
 2 cucchiaini di succo denso di agave
 ½ cucchiaino di sale
 1 pizzico di pepe
 3 carote (200 g)
 1 sedano rapa (200 g)
 1 finocchio piccolo (150 g)

1. Applicare alla caraffa l'accessorio mixer. Versare nella caraffa la senape, l'aceto balsamico, l'olio, il succo di agave, sale e pepe, quindi mescolare con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 4**.
2. Togliere l'accessorio mixer.
3. Sbucciare le carote e il sedano rapa. Dividere il finocchio a metà ed eliminare la parte centrale dura, quindi tagliare la verdura a dadini. Se le carote fossero troppo spesse dividerle a metà nel senso della lunghezza.
4. Versare i pezzetti di verdura nella caraffa, quindi sminuzzare il tutto con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**. Versare infine in una ciotola e servire.

CONSIGLIO

→ Servite questo piatto con fette di baguette croccante e burro alle erbe.



INSALATA DI CAVOLFIORE E BROCCOLI

1. Mondare il broccolo e il cavolfiore, lavarli e staccare le cimette. Ne servono 150 g per ogni verdura.
2. Mondare il peperone, privarlo del picciolo, dei semi e delle nervature interne, lavarlo bene internamente ed esternamente. Mondare i cipollotti, lavarli e dividerli in quattro.
3. Versare nella caraffa le verdure, i cipollotti e tutti gli altri ingredienti, quindi sminuzzare e mescolare il tutto con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 5**. Servire subito.

½ broccolo (300 g)
 ¼ di cavolfiore (300 g)
 1 peperone giallo (150 g)
 ½ mazzetto di cipollotti (60 g)
 30 g di gherigli di noce
 1 cucchiaino di olio d'oliva
 1 cucchiaino di aceto di frutta
 2 cucchiaini di limone
 1 cucchiaino di senape
 1 cucchiaino di sciroppo d'acero
 ½ cucchiaino di sale
 ¼ di cucchiaino di pepe



INSALATA DI SEPIE E PATATE

1. Preparate il condimento: sbucciate lo spicchio d'aglio. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo, quindi staccate le foglioline e frullatele nella caraffa con il misurino inserito e il **tasto turbo/7 secondi** insieme con l'aglio, l'olio d'oliva, 1 cucchiaino di sale e 2 pizzichi di pepe. Se necessario, aiutandovi con la spatola spostate quanto rimasto sulle pareti della caraffa verso il fondo e ripetete il procedimento. Regolate ancora una volta di sale e pepe e mescolate con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 1**. Versate il condimento in una ciotola e lavate bene la caraffa.
2. Per l'insalata, sbucciate la cipolla e la carota e tagliatele a pezzetti. Lavate il sedano, mondatelo e affettatelo grossolanamente. Sminuzzate le verdure nella caraffa con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**. Versate 1 litro di acqua fredda, poi unite le foglie di alloro, le bacche di ginepro e l'aceto di vino bianco.
3. Pelate le patate, lavatele, tagliatele a metà o a quartini in base alle dimensioni e metteteli nel cestello di cottura, posizionandolo poi nella caraffa.
4. Sciacquate la seppia e tagliatela a pezzetti di circa 2 cm. Distribuiteli nel cestello vapore fondo e fissatelo alla caraffa, quindi coprite con il coperchio e fate cuocere con il **tasto cottura al vapore**.
5. Testate la cottura di patate e seppie, e, se necessario, proseguite per qualche minuto. In questo caso fate attenzione che vi sia liquido a sufficienza nella caraffa e se necessario aggiungete acqua molto calda fino a raggiungere 1 litro.
6. Versate in una ciotola seppie e patate. Conditele con la salsa e, a piacere, unite anche qualche cucchiaino del fondo di cottura. Regolate di sale e pepe e profumate con qualche spruzzata di succo di limone. Servite infine l'insalata di seppie e patate ancora tiepida.


½ mazzetto di prezzemolo
1 cucchiaio di olio extravergine d'oliva
1 cucchiaino di sale
2 pizzichi di pepe

PER L'INSALATA

1 cipolla (80 g)
1 carota (60 g)
1 costa di sedano (60 g)
3 foglie di alloro
5 bacche di ginepro
3 cucchiaini di aceto di vino bianco
8 patate medie a pasta soda (800 g)
1 seppia già pronta per la cottura e sezionata (1 kg; in alternativa: 800 g di sepioline già pulite)
Succo di limone, sale e pepe per insaporire

 Per 4 porzioni

 Media

 Per porzione: ca. 286 kcal/1197 kJ
28 g P, 5 g G, 31 g C

 Pronto in: 40 min.
Preparazione: 20 min. (+ cottura: 20 min.)



CROCCHETTE DI ZUCCHINE E CAROTE

PER IL DIP ALLO YOGURT

- 200 g di yogurt naturale (3,5 % di grassi)
- 1 cucchiaino di succo di limone
- 5 cucchiaini di erbe aromatiche miste tritate (congelate)
- ½ cucchiaino di sale
- 1 pizzico di pepe

PER LE CROCCHETTE

- ½ mazzetto di coriandolo
- 2 zucchine (400 g)
- 2 pizzichi + ½ cucchiaino di sale
- 4 carote (300 g)
- 2 uova (grandezza M)
- 60 g di farina (tipo 00)
- 1 pizzico di pepe

INOLTRE

- Olio per friggere

1. Per il dip, mescolate lo yogurt con il succo di limone e le erbe, quindi insaporitelo con ½ cucchiaino di sale e 1 pizzico di pepe. Tenetelo in frigorifero fino al momento di servire. Per le crocchette, lavate il coriandolo, sgrondatelo per asciugarlo, staccate le foglioline dagli steli e sminuzzatele nella caraffa con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 8**. Versate il trito in una ciotola.
2. Lavate le zucchine, asciugatele e mondatele. Dividetele a metà, e tagliatele a pezzetti lunghi 3 cm. Sminuzzate le zucchine nella caraffa con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 4**. Versate le zucchine tritate in un setaccio o uno scolapasta, mescolatele con 2 pizzichi di sale e fatele riposare per 10 minuti, in modo che eliminino il liquido di vegetazione. Nel frattempo pelate le carote, lavatele, tagliatele a pezzetti lunghi 3 cm e sminuzzatele nella caraffa con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 6**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa.
3. Premete bene le zucchine nel setaccio per eliminare tutto il liquido e unitele alle carote nella caraffa con le uova, la farina e il coriandolo. Mescolate il tutto con il misurino inserito e il **tasto reverse/25 secondi/velocità 3**. Regolate con ½ cucchiaino di sale e 1 pizzico di pepe, quindi mescolate con il **tasto reverse/30 secondi/velocità 1**. Scaldate in una padella 2 cucchiaini di olio. Con il composto di verdure formate delle crocchette e friggetele su entrambi i lati, a porzioni, se necessario unendo altro olio nella padella e scolandole su carta da cucina a mano a mano che sono pronte. Servite le crocchette ben calde, accompagnandole con il dip allo yogurt.



FRITTATA CON LA RUCOLA

1. Mondate la rucola, lavatela, sgrondatela per asciugarla ed eliminate gli steli più duri e grossi. Sbucciate la cipolla e dividetela in quarti. Mettete rucola e cipolla nella caraffa e sminuzzatele con il misurino inserito e il **tasto turbo/3 secondi**.
2. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa. Unite l'olio d'oliva e fate rosolare senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/3 minuti**. Imburrate una pirofila e distribuitevi il composto di rucola.
3. Portate il forno a 200 °C. Lavate la caraffa.
4. Versate nella caraffa le uova, insaporitele con 1 cucchiaino di sale e 2 pizzichi di pepe, quindi mescolate con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 3**.
5. Versate il composto di uova nella pirofila e distribuitelo uniformemente. Disponetevi sopra il caprino a fiocchetti e fate cuocere in forno per 15 minuti. La frittata è ottima anche fredda e si può quindi portare con sé per un pranzo veloce.

CONSIGLIO

- Per un'ottima variante potete aggiungere 100 g di patate bollite, tagliate a dadini e distribuite nello stampo.

- 150 g di rucola
- 1 grossa cipolla (80 g)
- 2 cucchiaini di olio d'oliva
- 8 uova (grandezza L)
- 1 cucchiaino di sale
- 2 pizzichi di pepe
- 150 g di caprino fresco (45 % di grassi)

INOLTRE

- Burro per lo stampo

CRÊPES CON PANCETTA

250 ml di latte (fresco, 3,5 % di grassi)
3 uova (grandezza M)
1 pizzico di sale
125 g di farina (tipo 00)
200 g di pancetta mista

1. Versate nella caraffa il latte, le uova, 1 pizzico di sale e la farina e mescolate con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 4**. Lasciate riposare il composto nella caraffa per 20 minuti.
2. Tagliate la pancetta a listarelle sottili.
3. Distribuite un ottavo delle fettine di pancetta in una padella e fatele rosolare fino a quando saranno croccanti.
4. Versate sulla pancetta un ottavo del composto per le crêpes e cuocete la preparazione su entrambi i lati. Togliete dalla padella e tenete in caldo.
5. Procedete allo stesso modo realizzando in totale 8 crêpes.



Per 4 porzioni



Minima



Per porzione: ca. 165 kcal/691 kJ
13 g P, 9 g G, 14 g C



Pronto in: 35 min.
Preparazione: 15 min. (+ riposo: 20 min.)

POLENTA

1. Mettete nella caraffa 1,5 l di acqua tiepida, il sale e l'olio, quindi versate la farina di mais e con il misurino inserito cuocete per **10 minuti/90 °C/velocità 2**, poi sempre con il misurino inserito per **10 minuti/90 °C/velocità 3**.
2. Lasciate riposare la polenta per 10 minuti nella caraffa. Nel frattempo riscaldare il forno a 200 °C. Distribuite uniformemente il composto su una teglia rivestita con carta da forno e fate cuocere per 20 minuti nel forno caldo. Sfornate la polenta, lasciatela raffreddare un po' e servitela tagliata a fette.

1 cucchiaino di sale (raso)
2 cucchiaini di olio d'oliva
375 g di farina per polenta istantanea

CONSIGLIO

→ A piacere, incorporate alla polenta un trito di erbe fresche mescolando con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 3**.



Per 6 porzioni



Minima



Per porzione: ca. 227 kcal/950 kJ 6 g
P, 2 g G, 46 g C



Pronto in: 1 h.
Preparazione: 10 min. (+ cottura: 40 min., riposo: 10 min.)

PUREA DI ZUCCHINE

50 g di Parmigiano (32 % di grassi)
1 cucchiaio di pinoli
3 zucchine (700 g)
2 rametti di menta
3 cucchiaini di olio d'oliva
1 cucchiaino di sale (raso)
½ cucchiaino di pepe

1. Versate il Parmigiano nella caraffa e sminuzzatelo con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 8**. Versatelo in una ciotola, tenetelo da parte e pulite bene la caraffa.
2. Versate i pinoli nella caraffa e fateli tostare senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/5 minuti**. Metteteli in una ciotola e teneteli da parte.
3. Versate nella caraffa 1 l di acqua. Lavate le zucchine, eliminate le estremità, tagliatele a fettine alte un dito e mettetele nel cestello vapore fondo. Chiudete il cestello vapore, applicatelo alla caraffa e fate cuocere le fette di zucca con il **tasto cottura al vapore/12 minuti**.
4. Nel frattempo lavate la menta, sgrondate la per asciugarla, staccate le foglioline e tritatele finemente.
5. Togliete il cestello vapore fondo e svuotate l'acqua nella caraffa. Mettete nella caraffa le zucchine, il Parmigiano, i pinoli, l'olio, la menta, 1 cucchiaino di sale e ½ cucchiaino di pepe. Frullate grossolanamente il tutto per **6 secondi/velocità 5** e servite.



Per 4 porzioni



Minima



Per porzione: ca. 174 kcal/729 kJ
8 g P, 14 g G, 1 g C



Pronto in: 27 min.
Preparazione: 10 min. (+ cottura: 17 min.)

PORRI STUFATI

1. Sbucciate la cipolla e sminuzzatela nella caraffa con il misurino inserito e il **tasto turbo/5 secondi**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa. Unite il burro e fate appassire senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/4 minuti/100 °C**.
2. Mondate i porri, tagliateli a metà e lavateli bene. Affettateli quindi ad anelli di circa 1 cm di spessore. Versate nella caraffa i porri e il brodo a temperatura ambiente e fate cuocere con il misurino inserito e il **tasto reverse/12 minuti/100 °C/velocità 1**.
3. Con l'aiuto della spatola spostate il composto dalle pareti verso il fondo della caraffa. Unite la farina e proseguite la cottura con il misurino inserito e il **tasto reverse/2 minuti/100 °C/velocità 1**.
4. Versate la panna e fate cuocere con il misurino inserito e il **tasto reverse/1 minuto/100 °C/velocità 1**. Insaporite i porri con ¼ di cucchiaino di sale, 2 pizzichi di pepe e 1 pizzico di noce moscata, quindi mescolate ancora con il misurino inserito e il **tasto reverse/20 secondi/velocità 1**.

½ cipolla (40 g)
3 cucchiaini di burro
5 porri (800 g)
150 ml di brodo vegetale a temperatura ambiente
2 cucchiaini di farina (tipo 00)
3 cucchiaini di panna (30 % di grassi)
¼ di cucchiaino di sale
2 pizzichi di pepe
1 pizzico di noce moscata



Per 4 porzioni



Minima



Per porzione: ca. 190 kcal/795 kJ
4 g P, 10 g G, 20 g C



Pronto in: 29 min.
Preparazione: 10 min. (+ cottura: 19 min.)



SOUFFLÉ DI PATATE

1. Separate le uova. Applicate l'accessorio mixer alla caraffa. Versate gli albumi nella caraffa fredda e montateli a neve ben soda con il misurino inserito per **4 minuti/velocità 4**. Versateli in una ciotola e metteteli in frigorifero. Lavate bene la caraffa e asciugatela.
2. Versate il parmigiano spezzettato nella caraffa e sminuzzatelo con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 10**. Se necessario, con l'aiuto della spatola, spostate il formaggio dalle pareti verso il fondo della caraffa e ripetete il procedimento. Versatelo in una ciotola.
3. Lavate le patate, in base alle dimensioni tagliatele a metà o a quarti, mettetele nel cestello di cottura, che avrete già applicato alla caraffa, unite 500 ml di acqua fredda e fatele cuocere con il misurino inserito e il **tasto cottura al vapore**.
4. Togliete il cestello di cottura dalla caraffa, lasciate intiepidire le patate per 10 minuti, quindi pelatele, versatele ancora calde nella caraffa vuota e sminuzzatele con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 8**.
5. Regolate la macchina senza il misurino inserito su **45 secondi/velocità 4** e versate attraverso il foro di riempimento nel coperchio prima 100 g di burro a pezzetti, poi a poco a poco i tuorli e l'amido.
6. Aggiungete il prosciutto e il parmigiano, insaporite con ½ cucchiaino di sale, 1 pizzico di pepe e di noce moscata, quindi mescolate con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 5**. Portate il forno a 180 °C.
7. Incorporate al composto di patate un terzo degli albumi a neve, mescolando con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 4**, poi unite anche gli albumi restanti amalgamandoli delicatamente a mano con la spatola.
8. Imburrate generosamente con il burro rimasto otto stampini da soufflé oppure altrettanti incavi di uno stampo per muffin. Distribuite il composto di patate in modo da lasciare libero un bordo alto quanto un dito. Fate cuocere nel forno caldo per 17 minuti (durante la cottura non aprite mai il forno!). Pulite bene la caraffa.
9. Per l'insalata, selezionate con cura gli spinaci, lavateli e scolateli. Versate nella caraffa l'olio, il formaggio erborinato, l'aceto di frutta e quello di mele e il succo di mela concentrato, ¼ di cucchiaino di sale e 2 pizzichi di pepe, quindi frullate il tutto per **2 minuti/velocità 4**, ottenendo una salsa cremosa. Usatela per condire gli spinaci. Cospargeteli con le lamelle di mandorla e serviteli con il soufflé.

PER IL SOUFFLÉ

5 uova (grandezza M)
 50 g di parmigiano (32 % di grassi)
 600 g di patate piccole, a pasta farinosa
 120 g di burro
 ½ cucchiaino di amido alimentare
 100 g di prosciutto crudo a dadini
 ½ cucchiaino di sale
 1 pizzico di pepe bianco
 1 pizzico di noce moscata

PER L'INSALATA


300 g di spinaci novelli
 4 cucchiaini di olio di colza
 40 g di gorgonzola o altro formaggio erborinato (60 % di grassi)
 1 cucchiaino di aceto di frutta
 2 cucchiaini di aceto di mele
 1 cucchiaino di succo di mela concentrato
 ¼ di cucchiaino di sale
 2 pizzichi di pepe
 2 cucchiaini di mandorle a lamelle


CONSIGLIO

→ Per una variante più vegetariana non utilizzate il prosciutto e sostituitelo con una doppia quantità di parmigiano.

 Per 4 porzioni

 Media

 Per porzione: ca. 760 kcal/3182kJ
 31 g P, 57 g G, 26 g C

 Pronto in: 1 h, 7 min. · Preparazione: 20 min.
 (+ cottura: 20 min., riposo: 10 min., cottura in forno: 17 min.)



SFORMATO DI RISO

50 g di parmigiano (32 % di grassi)
180 g di riso per risotti
(tempo di cottura: 25 min.)
400 ml di latte (fresco,
3,5 % di grassi)
400 ml di fondo di carne caldo
3 uova (grandezza M)
Sale per insaporire

INOLTRE

Burro e pangrattato per la pirofila

1. Tagliate il parmigiano a pezzetti e metteteli nella caraffa. Sminuzzateli finemente con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 9**. Se necessario ripetete l'operazione. Infine versate il formaggio in una ciotola.
2. Mettete nella caraffa il riso, il latte e il fondo di cottura e cuocete senza il misurino inserito e con il **tasto reverse/25 minuti/100 °C/velocità 2**. Lasciate raffreddare il riso nella caraffa per 15 minuti.
3. Nel frattempo accendete il forno a 200 °C. Ungete una pirofila con il burro e cospargetela con il pangrattato.
4. Aggiungete al riso il parmigiano e le uova, insaporite con sale e mescolate il tutto con il misurino inserito e il **tasto reverse/40 secondi/velocità 3**.
5. Versate il composto nella pirofila che avete preparato e mettetela sulla placca del forno. Fate scivolare la placca dentro il forno e versate su di essa acqua calda sufficiente a immergere la pirofila nell'acqua fino a metà del bordo. Fate cuocere lo sformato nel forno caldo per 30 minuti.
6. Sfnate lo sformato, lasciatelo riposare per 5 minuti e servitelo ancora molto caldo.

CONSIGLIO

→ Un contorno perfetto è un'insalata di pomodori.



CAROTE E PATATE AL PREZZEMOLO

1. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo, staccate le foglioline dagli steli, mettetele nella caraffa e sminuzzate con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**. Versate il prezzemolo tritato in una ciotola e mettetelo da parte.
2. Sbucciate le carote e le patate, lavatele e tagliatele a dadini di 2,5 cm di lato. Versate nella caraffa 1 litro di acqua, applicate il cestello di cottura e distribuitevi le patate. Mettete le carote nel cestello vapore fondo. Disponete il cestello vapore fondo nel cestello di cottura, insaporite le carote con ½ cucchiaino di sale e lo zucchero, richiudete il cestello vapore fondo e fate cuocere il tutto con il **tasto cottura al vapore**.
3. Togliete il cestello di cottura e tenete da parte il cestello vapore fondo ancora chiuso. Svotate la caraffa.
4. Sbucciate la cipolla e dividetela in quarti. Mettetela nella caraffa e sminuzzatela con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 10**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa. Unite il burro e fate rosolare senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/2 minuti**.
5. Aggiungete il brodo caldo e la panna e fate cuocere senza il misurino inserito per **1 minuto/95 °C/velocità 1**.
6. Unite le patate, le carote e il prezzemolo e mescolate con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 3**. Ripetete l'operazione, regolando nel frattempo con sale e pepe.

1 mazzetto di prezzemolo
1 kg di carote
500 g di patate a pasta farinosa
½ cucchiaino di sale
½ cucchiaino di zucchero
1 cipolla rossa (80 g)
30 g di burro
50 ml di brodo di pollo caldo
50 ml di panna a temperatura ambiente (almeno 30 % di grassi)
Pepe per insaporire



GRATIN DI CAVOLFIORE

1. Togliete la crosta del gruyère, tagliatelo a pezzetti e versateli nella caraffa. Sminuzzateli con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 8**. Versate il formaggio in una ciotola e pulite bene la caraffa.
2. Mondate il cavolfiore, lavatelo e dividetelo in rosette. Versate nella caraffa 1 litro di acqua bollente, distribuite le rosette di cavolfiore nel cestello vapore piano, disponetelo nel cestello vapore fondo, richiudete bene, fissate il cestello vapore fondo alla caraffa e fate cuocere con il **tasto cottura al vapore/8 minuti**. Togliete il cestello vapore e svuotate la caraffa.
3. Preriscaldate il forno a 200 °C.
4. Versate il burro nella caraffa e scaldatelo con il misurino inserito per **3 minuti/100 °C/velocità 2**. Unite la farina e fatela rosolare con il misurino inserito per **3 minuti/100 °C/velocità 1**.
5. Incorporate alla panna la fecola o l'amido e versate il composto nella caraffa insieme con il latte a temperatura ambiente, la noce moscata, ½ cucchiaino di sale e 2 pizzichi di pepe bianco. Fate cuocere con il misurino inserito per **7 minuti/110 °C/velocità 2**.
6. Nel caso in cui il liquido non si sia ancora leggermente addensato, fate cuocere la salsa con il misurino inserito per altri **2 minuti/110 °C/velocità 2**.
7. Unitevi 70 g di gruyère e mescolate il tutto con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 5**. Insaporite ancora la salsa con sale, pepe e noce moscata, quindi mescolate con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 2**.
8. Distribuite le rosette di cavolfiore bollite in uno stampo, copritele con la salsa e spolverizzatele con il formaggio restante. Fate gratinare la preparazione nel forno bollente per 10 minuti, fino a quando sarà intensamente dorata.


200 g di gruyère (50 % di grassi)
 1 cavolfiore (1 kg)
 40 g di burro
 50 g di farina (tipo 00)
 10 g di fecola o amido per alimenti
 100 ml di panna (30 % di grassi)
 400 ml di latte a temperatura ambiente (fresco, 3,5 % di grassi)
 2 pizzichi di noce moscata
 ½ cucchiaino di sale
 2 pizzichi di pepe bianco


CONSIGLI

- Per rendere il gratin di cavolfiore ancora più ricco e saporito, aggiungetevi 200 g di prosciutto cotto, petto di tacchino o pezzetti di arrosto avanzato.
- Il gratin di cavolfiore è particolarmente gustoso con le bracioline di maiale affumicate e le patate bollite.

 Per 4 porzioni

 Minima

 Per porzione: ca. 430 kcal/1800 kJ
25 g P, 28 g G, 20 g C

 Pronto in: 43 min.
Preparazione: 10 min. (+ cottura: 23 min., gratinatura: 10 min.)



PARMIGIANA DI MELANZANE

1. Private il caciocavallo e il parmigiano della crosta. Tagliateli a dadini di 2 cm di lato, versateli nella caraffa e spezzettateli grossolanamente con il misurino inserito per **25 secondi/velocità 10**. Se necessario ripetete il procedimento, quindi versate i formaggi in una ciotola e pulite la caraffa.
2. Lavate le melanzane, privatele del picciolo e tagliatele nel senso della larghezza a fette spesse 1 cm. Mettetele a strati in un setaccio, distribuendo su ogni strato una quantità abbondante di sale grosso. Appoggiate il setaccio su una ciotola, in modo che raccolga l'acqua di vegetazione, coprite le fette con un piatto e fatele riposare per almeno 1 ora.
3. Nel frattempo preparate la salsa di pomodoro: sbucciate lo spicchio d'aglio e la cipolla, poi sminuzzate entrambi nella caraffa con il misurino inserito e il **tasto turbo/3 secondi**. Con l'aiuto della spatola raccogliete il trito rimasto sulle pareti e spingetelo verso il fondo della caraffa.
4. Unite l'olio d'oliva e fate rosolare il tutto senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/2 minuti/100 °C**. Aggiungete la passata di pomodoro e il concentrato sciolto in poca acqua, insaporite con 1 cucchiaino di sale e ½ cucchiaino di pepe e fate cuocere senza il misurino inserito e con il **tasto reverse/1 ora/90 °C/velocità 1**, mettendo il cestello di cottura sul coperchio per proteggersi dagli schizzi.
5. Lavate il basilico, sgrondatelo per asciugarlo, staccate le foglioline dai rami e tritatele grossolanamente. Unitele quindi alla salsa. Regolate ancora la salsa di sale e pepe e mescolate con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 3**.
6. Sciacquate le melanzane sotto il getto dell'acqua fredda e asciugatele. Scaldate abbondante olio di arachidi in una padella capiente e friggetevi le fette di melanzana in più porzioni e su entrambi i lati. A mano a mano che sono pronte toglietele dal condimento e passatele sulla carta assorbente in modo che perdano l'unto in eccesso.
7. Portate il forno a 200 °C. Ungete d'olio la pirofila e coprite il fondo con un poco di salsa di pomodoro. Distribuite quindi uno strato di melanzane, coprite con qualche cucchiaio di salsa, poi con il parmigiano e il caciocavallo grattugiati. Ripetete l'operazione fino a esaurimento di tutti gli ingredienti. Terminate con uno strato di melanzane, su cui distribuirete la salsa e il parmigiano rimasti.
8. Fate cuocere la parmigiana nel forno ben caldo per 30 minuti, poi lasciatela riposare nel forno spento per altri 10 minuti. Sforbate la parmigiana e servitela.

500 g di caciocavallo
(46 % di grassi)

150 g di parmigiano stagionato
(55 % di grassi)

5 melanzane (1,5 kg)

125 g di sale grosso

PER LA SALSA DI POMODORO

1 spicchio d'aglio

½ cipolla (40 g)

2 cucchiaini di olio d'oliva

1,4 kg di passata di pomodoro

2 cucchiaini di concentrato
di pomodoro

1 cucchiaino di sale


½ cucchiaino di pepe

½ mazzetto di basilico


INOLTRE


Olio di arachidi per friggere

Olio d'oliva per la pirofila

 Per 4 porzioni
(pirofila di 15 x 20 cm)

 Media

 Per porzione: ca. 873 kcal/3655 kJ
56 g P, 61 g G, 28 g C

 Pronto in: 3 h. 7 min. · Preparazione: 25 min. (+ cottura:
1 h. 2 min., riposo: 1 h. 10 min., cottura in forno: 30 min.)

MELANZANE AROMATICHE

2 melanzane di media grandezza (700 g)
½ cucchiaino di sale grosso
1 mazzetto di prezzemolo
2 spicchi d'aglio
4 cucchiari di olio d'oliva
50 ml di brodo vegetale caldo
2 cucchiari di vino bianco secco
Pepe per insaporire

INOLTRE

10 foglioline di basilico per decorare

1. Lavate le melanzane e tagliatele a fette spesse circa ½ cm. Versatele in un setaccio, cospargetele di sale grosso e fatele riposare per almeno 20 minuti, in modo che perdano l'acqua di vegetazione.
2. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo, staccate le foglioline dai gambi e sminuzzatele finemente nella caraffa con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**. Versate il prezzemolo in una ciotola e copritela. Pulite la caraffa.
3. Lavate bene le fette di melanzana sotto il getto dell'acqua corrente, asciugatele e tagliatele a metà o a quarti, in base alle dimensioni.
4. Sbucciate gli spicchi d'aglio e metteteli nella caraffa. Sminuzzateli grossolanamente con il misurino inserito e il **tasto turbo/4 secondi**.
5. Con l'aiuto della spatola spingete verso il fondo della caraffa i pezzetti di aglio rimasti sulle pareti. Versate l'olio e fate appassire l'aglio senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/3 minuti/100 °C**.
6. Aggiungete i pezzetti di melanzana e fate cuocere senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/10 minuti**.
7. Unite metà del prezzemolo sminuzzato, il brodo vegetale caldo e il vino bianco e fate cuocere senza il misurino inserito con il **tasto reverse/15 minuti/90 °C/velocità 1**, fino a quando le melanzane saranno morbide e ben cotte. Regolate le melanzane di pepe e mescolate il tutto senza il misurino inserito con il **tasto reverse/20 secondi/velocità 1**.
8. Lavate le foglie di basilico e sgrondatele per asciugarle. Distribuite le melanzane sui singoli piatti, cospargetele con il prezzemolo restante e decoratele con le foglioline di basilico prima di servirle.





KNÖDEL DELL'ALTO ADIGE

1. Versate il latte e le uova nella caraffa, insaporiteli con la noce moscata, $\frac{1}{2}$ cucchiaino di sale e $\frac{1}{4}$ di cucchiaino di pepe, quindi mescolate bene il tutto con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 4**.
2. Tagliate il pane raffermo a dadi di circa 1 cm di lato, versateli in una ciotola e copriteli con il composto di latte e uova.
3. Coprite la ciotola con un canovaccio pulito e fate riposare il tutto per 10 minuti, fino a quando il pane sarà uniformemente ammorbidito. Nel frattempo pulite bene la caraffa.
4. Lavate il prezzemolo e l'erba cipollina, sgrondateli per asciugarli, quindi staccate le foglioline di prezzemolo dai gambi, versatele nella caraffa e sminuzzatele con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 8**. Versate il prezzemolo in una ciotola e lavate la caraffa. Tagliate l'erba cipollina manualmente a rondelle.
5. Tagliate lo speck a dadini. Pelate la cipolla, dividetela a metà, versatela nella caraffa e sminuzzatela finemente con il misurino inserito e il **tasto turbo/5 secondi**. Con l'aiuto della spatola spostate i pezzetti di cipolla dalle pareti verso il fondo della caraffa. Unite il burro e i dadini di speck e fate appassire senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/4 minuti**.
6. Versate nella caraffa 1 cucchiaio di prezzemolo e 1 cucchiaio di erba cipollina, la farina e il pane ammollato. Mescolate bene il tutto con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 3**. Fate riposare il composto nella caraffa chiusa per almeno 30 minuti.
7. Con le mani leggermente inumidite formate dal composto 4 grossi gnocchi e passateli nella farina. Versate il brodo di carne nella caraffa, applicate il cestello vapore fondo e distribuitevi i knödel. Richiudete il cestello vapore e cuocete i knödel con il **tasto cottura al vapore**. Controllate la cottura ed eventualmente prolungatene il tempo.

150 ml di latte (fresco, 3,5 % di grassi)
 2 uova (grandezza M)
 1 pizzico di noce moscata grattugiata al momento
 $\frac{1}{2}$ cucchiaino di sale
 $\frac{1}{4}$ di cucchiaino di pepe
 200 g di pane bianco raffermo
 $\frac{1}{2}$ mazzetto di prezzemolo
 $\frac{1}{2}$ mazzetto di erba cipollina
 100 g di speck
 1 cipolla piccola (50 g)
 2 cucchiaini di burro
 40 g di farina (tipo 00)

INOLTRE

1 cucchiaio di farina (tipo 00) per lavorare i knödel
 2 l di brodo di carne caldo

CONSIGLIO

→ Servite i knödel nel loro brodo, cosparsi di prezzemolo tritato e rondelle di erba cipollina.



Per 4 porzioni



Minima



Per porzione: ca. 402 kcal/1683 kJ
 27 g P, 18 g G, 31 g C



Pronto in: 1 h. 25 min.
 Preparazione: 30 min. (+ cottura: 15 min., riposo: 40 min.)

CAPONATA

2 melanzane (700 g)
2 cucchiaini di sale grosso per spolverizzare
400 g di coste di sedano
½ cucchiaino di sale
6 cucchiaini di olio d'oliva
1 cipolla (80 g)
6 cucchiaini di passata di pomodoro
50 g di capperi sotto sale
100 g di olive nere denocciolate
1 cucchiaino di zucchero
1 cucchiaino di aceto di vino bianco
Pepe per insaporire

1. Lavate le melanzane, asciugatele, privatele del picciolo e tagliatele a dadini di 3 cm di lato, poi disponetele in un setaccio posto sopra una ciotola, cospargetele generosamente di sale grosso e fatele riposare coperte da un piatto, che funge da peso, per 30 minuti.
2. Nel frattempo mondate il sedano, lavatelo, tagliatelo grossolanamente a pezzetti e sminuzzatelo nella caraffa con il misurino inserito per **4 secondi/velocità 5**.
3. Con l'aiuto della spatola spostate i pezzetti dalle pareti verso il fondo della caraffa, copriteli di acqua, aggiungete ½ cucchiaino di sale e fate cuocere con il misurino inserito e il **tasto reverse/4 minuti/100 °C/velocità 1**. Scolate il sedano raccogliendo l'acqua di cottura. Pulite bene la caraffa.
4. Sciacquate le melanzane in acqua fredda e asciugatele bene. Scaldate 4 cucchiaini di olio d'oliva in una padella e rosolatevi i dadini di melanzana a fuoco vivace fino a quando saranno leggermente dorati. Toglieteli dal condimento e teneteli da parte.
5. Sbucciate la cipolla, tagliatela a metà e sminuzzatela nella caraffa con il misurino inserito e il **tasto turbo/3 secondi**. Con la spatola spingete i pezzetti dalle pareti verso il fondo della caraffa.
6. Unite l'olio restante e fate appassire il tutto senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/2 minuti/100 °C**. Aggiungete la passata di pomodoro e fate cuocere il tutto senza il misurino inserito con il **tasto reverse/10 minuti/90 °C/velocità 1**.
7. Nel frattempo sciacquate i capperi, eliminando il sale, e scolateli. Versate nella caraffa il sedano, le melanzane, i capperi, le olive, lo zucchero e l'aceto e fate cuocere il tutto senza il misurino inserito con il **tasto reverse/20 minuti/90 °C/velocità 1**. Se necessario aggiungete un poco dell'acqua di cottura del sedano.
8. Regolate la caponata di sale e pepe e mescolatela senza il misurino inserito con il **tasto reverse/20 secondi/velocità 1**.

CONSIGLI

- La caponata è ottima servita fredda, dopo averla lasciata insaporire bene.
- È il contorno ideale per carne o pesce alla griglia.
- Potete servirla anche decorata con pinoli tostati.





FIORI DI ZUCCHINA FRITTI

1. Versate nella caraffa la farina con 250 ml di acqua ghiacciata e mescolate con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 5** fino a ottenere la consistenza di una crema fluida. Versatela in una ciotola e tenetela da parte. Pulite bene la caraffa.
2. Lavate il limone in acqua bollente e strofinatelo bene per asciugarlo. Staccate la scorza in uno strato sottile, senza la pellicina bianca interna (albedine), e mettetela nella caraffa. Sminuzzatela con il misurino inserito e il **tasto turbo/2 secondi**. Se necessario, con la spatola raccogliete i pezzetti dalle pareti e spingeteli verso il fondo, quindi ripetete l'operazione.
3. Unite la ricotta e il sale e mescolate il tutto con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 3**. Versate il composto in una ciotola e pulite bene la caraffa. Mettete le mozzarelle nella caraffa e sminuzzatele con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 6**.
4. Allargate delicatamente i fiori ed eliminate il pistillo centrale. Lavateli e sgrondateli per asciugarli. Sciacquate bene i filetti di acciuga eliminando il sale e scolateli. Riempite metà dei fiori con un poco di mozzarella e mezzo filetto di acciuga per ognuno.
5. Richiudete i bordi dei fiori e arrotolateli un poco in modo che il ripieno rimanga racchiuso all'interno. Riempite gli altri fiori con la crema di ricotta, richiudendoli allo stesso modo.
6. Scaldate l'olio per friggere in una padella capiente. Per scoprire se la temperatura dell'olio è corretta, intingete il manico di un cucchiaio di legno nel condimento: se si formano subito intorno delle bolle, potete procedere con la frittura.
7. Intingete i fiori di zuccina nella pastella, uno dopo l'altro, scolateli e friggeteli in più porzioni nell'olio bollente, fino a quando saranno ben dorati. Toglieteli a mano a mano che sono pronti e scolateli dall'olio in eccesso su carta da cucina.

240 g di farina (tipo 00)
 1 limone non trattato
 200 g di ricotta (40 % di grassi)
 1 pizzico di sale
 2 mozzarelle (45 % di grassi)
 16 fiori di zuccina di medie dimensioni (160 g)
 4 filetti di acciuga sotto sale

INOLTRE


Olio per friggere di gusto neutro


CONSIGLIO

→ Disponete i fiori di zuccina farciti e fritti su un piatto da portata e serviteli cosparsi di sale.

 Per 4 porzioni

 Minima

 Per porzione: ca. 270 kcal/1130 kJ
8 g P, 7 g G, 21 g C

 Pronto in: 40 min.
Preparazione: 30 min. (+ cottura: 10 min.)

CROCCHETTE DI RISO RIPIENE

70 g di parmigiano
1 cipolla (80 g)
1 costa di sedano (60 g)
4 cucchiaini di olio extravergine
d'oliva spremuto a freddo
300 g di carne di manzo trita
100 ml di vino bianco
500 ml di brodo di carne bollente
300 ml di passata di pomodoro
400 g di riso (tempo
di cottura: 14 min.)
1 pizzico di noce moscata
grattugiata
1 cucchiaino di sale + 1 presa
½ cucchiaino di pepe
70 g di burro
4 uova (grandezza M)
150 g di mozzarella (45 % di grassi)
100 g di farina (tipo 00)
150 g di pangrattato
1 l di olio di arachidi

1. Spezzettate il parmigiano, mettetelo nella caraffa e sminuzzatelo finemente con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 10**. Versatelo in una ciotola e pulite la caraffa.
2. Sbucciate la cipolla e tagliatela a metà. Mondate la costa di sedano, lavatela e tagliatela a pezzetti. Versate entrambe nella caraffa e sminuzzatele finemente con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa.
3. Unite l'olio e fate appassire le verdure senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/2 minuti/100 °C**. Unite anche la carne trita e fatela cuocere senza il misurino inserito con il **tasto rosolare**.
4. Aggiungete il vino bianco, il brodo di carne, la passata di pomodoro, il riso, la noce moscata, 1 cucchiaino di sale e ½ cucchiaino di pepe, quindi fate sobbollire la salsa con il misurino inserito e il **tasto reverse/20 minuti/100 °C/velocità 1**. Se il riso non fosse ancora sufficientemente morbido, aggiungete 50 ml di acqua e proseguite la cottura senza il misurino inserito e con il **tasto reverse/3 minuti/100 °C/velocità 1**.
5. Versate nella caraffa il burro e il parmigiano, quindi amalgamateli al composto di riso e carne con il misurino inserito e il **tasto reverse/1 minuto/velocità 1**. Regolate ancora una volta di sale.
6. Distribuite il composto di riso e carne su una placca fredda, allargandolo con la spatola. Quando sarà completamente freddo unite 2 uova leggermente sbattute e insaporite con 1 pizzico di sale, quindi mescolate bene il tutto.
7. Tagliate la mozzarella in 50 piccoli dadini e metteteli in una ciotola. Formate con le mani 25 palline di riso di medie dimensioni (come mandarini), riempiete ognuna con 2 pezzetti di mozzarella e date loro la classica forma allungata di crocchette.
8. Sbattete le 2 uova restanti in un piatto fondo. Preparate un altro piatto con la farina e un altro ancora con il pangrattato.
9. Quando le crocchette sono pronte passatele prima nella farina, poi nelle uova e quindi nel pangrattato. Scaldate l'olio di arachidi in una padella capiente e, quando sarà bollente, friggetevi le crocchette. Quando saranno dorate e croccanti scolatele su carta assorbente da cucina, in modo che perdano l'unto in eccesso, quindi servitele subito, ben calde.





SPAGHETTI ALLA CARBONARA

350 g di spaghetti
 ¼ di cucchiaino di sale
 200 g di pecorino
 (38 % di grassi)
 1 uovo (grandezza M)
 4 tuorli (grandezza M)
 2 pizzichi di pepe
 150 g di pancetta mista

1. Fate cuocere gli spaghetti in abbondante acqua salata bollente seguendo le indicazioni di cottura riportate sulla confezione: riducete la quantità abituale di sale, perché la pancetta e il pecorino sono già molto saporiti.
2. Versate il pecorino spezzettato nella caraffa e sminuzzatelo finemente con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 10**. Versatene 100 g in una ciotola e tenete da parte.
3. Mettete nella caraffa con il pecorino restante l'uovo e i tuorli, profumate con il pepe e mescolate il tutto con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 5**, ottenendo un composto omogeneo. Versatelo in una ciotola capiente e pulite la caraffa.
4. Tagliate la pancetta a dadini o listarelle, versatela nella caraffa e fatela rosolare senza il misurino inserito e senza aggiunta di condimento con il **tasto rosolare**, fino a quando sarà dorata e croccante. Scolatela e fatela intiepidire su carta da cucina.
5. Versate la pancetta nella ciotola con il composto di uova e mescolate per incorporarli. Scolate gli spaghetti al dente e versateli subito nella zuppiera. Conditeli con il composto di uova e pancetta, mescolate bene, cospargete a piacere di pecorino grattugiato e pepe e servite subito.



SPAGHETTI CON CREMA DI SALMONE

1. Fate cuocere gli spaghetti al dente in acqua bollente salata seguendo le indicazioni riportate sulla confezione, quindi scolateli e teneteli in caldo.
2. Lavate il filetto di salmone, asciugatelo tamponandolo con carta da cucina e tagliatelo a striscioline della larghezza di 1 cm.
3. Lavate la zucchini, mondatela, tagliatela grossolanamente a pezzetti e mettetela nella caraffa. Sminuzzatela con il misurino inserito per **7 secondi/velocità 4**. Con l'aiuto della spatola spostate la zucchini dalle pareti verso il fondo della caraffa.
4. Aggiungete la panna a temperatura ambiente, il brodo vegetale caldo, la farina e l'aneto e fate cuocere con il misurino inserito e il **tasto reverse/4 minuti/90 °C/velocità 1**.
5. Sciacquate il lime in acqua calda, grattugiate il quantitativo pari a ½ cucchiaino di buccia e spremete il succo.
6. Mettete nella caraffa il filetto di salmone, la scorza di lime grattugiata e 2 cucchiai di succo di lime insieme a ⅓ di cucchiaino di sale e 3 pizzichi di pepe. Fate cuocere con il misurino inserito e il **tasto reverse/4 minuti/80 °C/velocità 1**. Infine lasciate riposare per 5 minuti ad apparecchio spento. Versate la crema sugli spaghetti.

400 g di spaghetti
 250 g di filetto di salmone fresco
 senza pelle (in alternativa: salmone
 congelato e poi scongelato)
 1 zucchini (200 g)
 200 ml di panna a temperatura
 ambiente (30% di grassi)
 250 ml di brodo vegetale caldo
 2 cucchiaini di farina (tipo 00)
 1 cucchiaio di aneto finemente
 tritato (fresco o congelato)
 1 lime non trattato (70 g)
 ⅓ di cucchiaino di sale
 3 pizzichi di pepe



SPAGHETTI ALLE VONGOLE

1 mazzetto di prezzemolo
1 kg di vongole
400 g di spaghetti
½ cucchiaino di sale
1 spicchio d'aglio
2 cucchiari di olio d'oliva
100 ml di vino bianco
100 ml di fumetto di pesce
o brodo vegetale caldo
Pepe per insaporire

1. Lavate il prezzemolo e sgrondatelo per asciugarlo. Staccate le foglioline e sminuzzatele nella caraffa con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**. Versate il prezzemolo in una ciotola e pulite la caraffa.
2. Pulite le vongole, lavatele più volte in acqua fredda ed eliminate quelle già aperte o danneggiate. Distribuitele nel cestello vapore piano. Riempite la caraffa con 1 litro di acqua tiepida, applicate il cestello vapore fondo sulla caraffa, inseritevi quello piano, richiudete e cuocete le vongole con il misurino inserito e il **tasto cottura al vapore/15 minuti**.
3. Togliete i cestelli vapore ed eliminate le vongole non aperte. Staccate il mollusco da metà delle conchiglie. Svuotate la caraffa e asciugatela. Fate cuocere gli spaghetti in abbondante acqua bollente salata, seguendo le indicazioni di cottura riportate sulla confezione.
4. Nel frattempo sbucciate l'aglio e sminuzzatelo nella caraffa con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 6**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa. Unite l'olio d'oliva e fate rosolare l'aglio senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/2 minuti/100 °C**. Versate il vino e il brodo caldo e fate sobbollire senza il misurino inserito e con il **tasto reverse/5 minuti/100 °C/velocità 1**.
5. Versate la salsa in una ciotola capiente, unite la pasta scolata al dente e metà del prezzemolo e mescolate bene. Aggiungete le vongole sgusciate e quelle ancora con la conchiglia e mescolate di nuovo. Regolate ancora una volta di sale e pepe. Distribuite il prezzemolo restante e servite.



PASTA CON GORGONZOLA E NOCI

1. Cuocete la pasta al dente in 4 litri di acqua salata bollente seguendo il tempo indicato sulla confezione.
2. Nel frattempo lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo e staccate le foglioline dai gambi. Versatele nella caraffa, sminuzzatele con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**, quindi mettetele in una ciotola e lavate la caraffa.
3. Mettete nella caraffa la panna e fatela bollire con il misurino inserito per **8 minuti/100 °C/velocità 1**.
4. Tagliate il gorgonzola grossolanamente a pezzetti e versateli nella caraffa, quindi fateli fondere con il misurino inserito per **5 minuti/80 °C/velocità 2**, ottenendo una crema omogenea.
5. Aggiungete le noci e il prezzemolo e mescolate ancora il tutto con il misurino inserito e il **tasto reverse/3 minuti/80 °C/velocità 2**. Regolate la salsa di sale e pepe, facendo attenzione perché il gorgonzola è già di suo molto saporito, quindi mescolate con il misurino inserito e il **tasto reverse/10 secondi/velocità 1**.
6. Condite la pasta con la salsa e servitela subito.

400 g di penne
1 cucchiaino di sale
½ mazzetto di prezzemolo
o 4 cucchiari di prezzemolo tritato
(congelato)
250 ml di panna (30 % di grassi)
250 g di gorgonzola dolce
(48 % di grassi)
50 g di gherigli di noce tritati
Pepe per insaporire



TAGLIATELLE CON RAGÙ DI CARNE

1 costa di sedano (40 g)
 1 carota (80 g)
 1 grossa cipolla (90 g)
 75 g di pancetta mista
 50 g di mortadella a pezzetti
 2 cucchiari di olio d'oliva
 250 g di carne trita di maiale
 250 g di carne trita di manzo
 600 ml di brodo vegetale caldo
 125 g di passata di pomodoro
 1 cucchiaino di sale
 ½ cucchiaino di pepe
 350 g di tagliatelle

1. Mondate il sedano, lavatelo e tagliatelo a pezzetti lunghi 3 cm. Pelate la carota, lavatela e tagliatela a pezzetti lunghi anch'essi 3 cm. Sbucciate la cipolla e dividetela a metà. Versate tutte le verdure nella caraffa e sminuzzatele con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 6**. Con la spatola spingete il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa e se necessario ripetete il procedimento. Con la spatola spingete nuovamente il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa.
2. Tagliate a dadini la pancetta e la mortadella. Unitele alle verdure nella caraffa insieme con 1 cucchiaino di olio d'oliva e fate soffriggere il tutto senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/4 minuti**. Aggiungete la carne trita di maiale e fatela insaporire senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare**. Versate in una ciotola e tenete da parte.
3. Mettete nella caraffa la carne trita di manzo insieme con 1 cucchiaino di olio d'oliva e fatela insaporire senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare**. Unite anche il composto di carne di maiale e verdure insieme con 200 ml di brodo vegetale caldo e fate sobbollire senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/10 minuti**.
4. Versate il brodo vegetale caldo restante, la passata di pomodoro, 1 cucchiaino di sale e ½ cucchiaino di pepe e fate sobbollire a fuoco basso con il misurino inserito e il **tasto reverse/30 secondi/velocità 2**, poi senza il misurino inserito e con il **tasto reverse/30 minuti/95 °C/velocità 1**. Nel frattempo cuocete le tagliatelle seguendo le indicazioni sulla confezione e servitele condite con il ragù di carne.



BUCATINI ALL'AMATRICIANA

1. Tagliate il pecorino grossolanamente a pezzetti e sminuzzateli finemente nella caraffa con il misurino inserito e il **tasto turbo/10 secondi**. Versatelo in una ciotola e pulite a fondo la caraffa. Tagliate la pancetta a dadini. Dividete i peperoncini piccanti a metà nel senso della lunghezza, privateli dei semi e del picciolo, lavateli e poi tagliate ognuno in tre parti. Incidete sulla parte inferiore i pomodori formando una croce, copriteli di acqua bollente, privateli della pelle, divideteli a quarti, quindi eliminate i semi e il picciolo.
2. Sbucciate le cipolle, tagliatele a metà e mettetele con i peperoncini nella caraffa. Sminuzzateli con il misurino inserito e il **tasto turbo/5 secondi**. Con la spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa. Aggiungete olio e pancetta, quindi appassite senza il misurino inserito con il **tasto rosolare**. Sfumate con il vino bianco e fate cuocere senza il misurino inserito per **6 minuti/120 °C/velocità 1**.
3. Aggiungete metà dei pomodori e sminuzzateli con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 4**. Unite i pomodori restanti e sminuzzate il tutto con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 4**. Unite il concentrato di pomodoro, il brodo vegetale bollente, 1 pizzico di sale e 2 pizzichi di pepe, poi fate cuocere senza il misurino inserito per **25 minuti/100 °C/velocità 2**. Appoggiate il cestello di cottura sul coperchio per proteggervi dagli schizzi. Nel frattempo cuocete i bucatini in abbondante acqua bollente salata seguendo le indicazioni sulla confezione e scolateli al dente in uno scolapasta. Condite i bucatini con la salsa e fate riposare per 5 minuti. Distribuite la pasta nei singoli piatti e servitela cosparsa di pecorino.

150 g di pecorino (36 % di grassi)
 150 g di pancetta affumicata
 2 piccoli peperoncini rossi piccanti
 1,2 kg di pomodori
 2 cipolle piccole (100 g)
 2 cucchiari di olio d'oliva
 100 ml di vino bianco
 4 cucchiari di concentrato di pomodoro
 200 ml di brodo vegetale molto caldo
 1 pizzico di sale
 2 pizzichi di pepe
 800 g di bucatini



MALLOREDDUS CON BOTTARGA DI TONNO

1. Pulite le vongole, lavatele più volte in acqua fredda ed eliminate quelle già aperte o danneggiate. Distribuite le vongole nel cestello vapore piano. Riempite la caraffa con 1 litro di acqua. Applicare il cestello vapore fondo sulla caraffa, sistemate anche il cestello vapore piano, richiudetelo e cuocete le vongole con il **tasto cottura al vapore/15 minuti**.
2. Togliete il cestello vapore ed eliminate le vongole non aperte. Tenete da parte qualche bell'esemplare per decorare, quindi staccate il mollusco dalle altre conchiglie. Svotate la caraffa e asciugatela. Fate cuocere i malloreddus in abbondante acqua salata bollente seguendo le indicazioni sulla confezione.
3. Nel frattempo sbucciate lo scalogno e gli spicchi d'aglio. Lavate i pomodori ciliegino e divideteli a quarti. Versate lo scalogno e gli spicchi d'aglio nella caraffa e sminuzzateli con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 6**. Con l'aiuto di una spatola raccogliete i pezzetti rimasti sulle pareti della caraffa e spostateli verso il fondo.
4. Unite l'olio d'oliva e fate rosolare il tutto senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/2 minuti/100 °C**. Aggiungete i pomodori e proseguite la cottura senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/4 minuti/100 °C**. Unite il vino bianco, 1 cucchiaino di sale e 1 pizzico di pepe e fate sobbollire il liquido senza il misurino inserito e con il **tasto reverse/30 secondi/velocità 1**.
5. Scolate la pasta e versatela nella caraffa, unendola alla salsa. Aggiungete anche le vongole e mescolate senza il misurino inserito e con il **tasto reverse/30 secondi/velocità 1**. Durante l'operazione rimestate anche con la spatola attraverso il foro di riempimento.
6. Versate la pasta nei piatti fondi, decorate con i molluschi nella conchiglia e servite dopo avere cosperso con la bottarga grattugiata.

1 kg di vongole
 400 g di malloreddus (gnocchetti sardi)
 1 scalogno (20 g)
 2 spicchi d'aglio
 400 g di pomodori ciliegino
 3 cucchiaini di olio d'oliva
 50 ml di vino bianco
 1 cucchiaino di sale
 1 pizzico di pepe

INOLTRE

40 g di bottarga di tonno

CONSIGLIO

→ Se preferite una salsa più omogenea, frullatela a cottura ultimata nella caraffa con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 5-8**, aumentandola gradualmente.

ORECCHIETTE CON LE CIME DI RAPA

2 mazzi di cime di rapa (300 g)
3 cucchiaini di sale
250 g di orecchiette
1 spicchio d'aglio
½ peperoncino rosso piccante
4 filetti di acciuga sotto sale
5 cucchiari di olio d'oliva
2 pizzichi di pepe

1. Mondate le cime di rapa, lavatele bene e tagliatele a pezzetti. Utilizzate soltanto le foglioline più piccole e le infiorescenze. Incidete a croce lo stelo sottile delle infiorescenze.
2. Mettete le cime di rapa con 2 litri di acqua e 1 cucchiaino di sale nella caraffa e sbollentatele con il misurino inserito e il **tasto reverse/ 7 minuti/120 °C/velocità 1**.
3. Scolatele nello scolapasta, raccogliendo il liquido in una pentola, quindi riportatelo di nuovo a ebollizione con 1 cucchiaino di sale e il misurino inserito per **5 minuti/120 °C/velocità 1**. Tuffatevi le orecchiette e fatele cuocere senza il misurino inserito e con il **tasto reverse/ tempo di cottura indicato sulla confezione della pasta/130 °C/velocità 1**. Scolate le orecchiette al dente e lavate bene la caraffa.
4. Sbucciate lo spicchio d'aglio, tagliate il peperoncino a metà nel senso della lunghezza e togliete i semi, poi lavatelo. Lavate i filetti di acciuga e asciugateli con carta da cucina.
5. Versate nella caraffa l'aglio, il peperoncino e le acciughe e sminuzzateli grossolanamente con il misurino inserito e il **tasto turbo/3 secondi**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa.
6. Unite 3 cucchiari di olio e fate appassire il tutto senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/1 minuto e 30 secondi**. Versate il composto in una padella e scaldatelo con l'olio restante.
7. Unite le cime di rapa e le orecchiette, insaporite con 1 cucchiaino di sale e il pepe, poi cuocete per 5 minuti a fuoco vivace, mescolando continuamente. Riducete la fiamma e fate insaporire ancora per 5 minuti.
8. Distribuite le orecchiette con le cime nei singoli piatti e servitele.

CONSIGLIO

→ Le infiorescenze si possono utilizzare anche quando non sono più in bocciolo ma si vedono già i fiori.





PASTA ALLA NORMA

1. Mondate le melanzane, lavatele, tagliatele a fette di 5 mm di spessore e disponetele in strati sovrapposti in un setaccio, in modo che ogni fetta sia cosparsa di sale grosso. Appoggiate il setaccio su un recipiente per far colare l'acqua di vegetazione, posate sulle fette un piatto come peso e lasciate riposare almeno 1 ora.
2. Nel frattempo sbucciate gli spicchi d'aglio e metteteli nella caraffa con l'olio d'oliva. Soffriggete senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/2 minuti/110 °C**. Aggiungete i pomodori, insaporite con 1 cucchiaino di sale e ¼ di cucchiaino di pepe e con il misurino inserito fate bollire per **5 minuti/100 °C/velocità 1**, quindi proseguite senza il misurino inserito per **10 minuti/90 °C/velocità 1**. Lavate il basilico, sgrondatelo per asciugarlo e staccate le foglioline dai rametti.
3. Eliminate gli spicchi d'aglio e setacciate la salsa attraverso un colino a trama fitta raccogliendola in un contenitore, allo scopo di eliminare i semi. Mettete nuovamente la salsa nella caraffa, fate cuocere con il misurino inserito per **5 minuti/100 °C/velocità 1**, poi senza il misurino inserito per altri **10 minuti/90 °C/velocità 1**. Aggiungete alcune foglie di basilico, insaporite la salsa con sale e pepe a piacere e mescolate senza il misurino inserito per **10 secondi/velocità 1**. Mettete da parte.
4. Cuocete gli spaghetti al dente in acqua bollente salata secondo le indicazioni sulla confezione.
5. Sciacquate le melanzane in acqua fredda e tamponatele per asciugarle. Scaldate abbondante olio in una grossa padella e friggetevi le melanzane un po' alla volta. Prelevatele e fatele scolare subito su carta da cucina. Tagliate le fette in striscioline sottili, tenendone da parte qualcuna per la decorazione. Versate le striscioline di melanzana nella caraffa unendole alla salsa e mescolate senza il misurino inserito e con il **tasto reverse/30 secondi/velocità 1**. Con l'aiuto della spatola mescolate anche attraverso il foro sul coperchio.
6. Scolate la pasta al dente e mettetela subito in una ciotola mescolandola con la salsa. Sbriciolate la ricotta.
7. Suddividete la pasta alla Norma nei singoli piatti, disponetevi sopra le melanzane, cospargete con la ricotta, decorate con qualche fogliolina di basilico e servite.

2 melanzane (500 g)
 50 g di sale grosso per cospargere
 2 spicchi d'aglio
 2 cucchiaini di olio d'oliva
 800 g di pomodori pelati in scatola
 1 cucchiaino di sale
 ¼ di cucchiaino di pepe
 2 rametti di basilico
 400 g di spaghetti
 200 g di ricotta stagionata e salata (40 % di grassi)

INOLTRE

Olio di arachidi per friggere



PENNE ALL'ARRABBIATA

100 g di pecorino
400 g di penne rigate
2 piccoli peperoncini rossi piccanti
1 mazzetto di prezzemolo
4 cucchiaini di olio d'oliva
10 pomodori (800 g)
4 spicchi d'aglio
Sale e pepe per insaporire

1. Tagliate il pecorino grossolanamente a pezzetti e mettetelo nella caraffa. Sminuzzatelo finemente con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 10**. Trasferitelo in una ciotola e lavate bene la caraffa.
2. Cuocete le penne al dente in acqua salata bollente, secondo le indicazioni di cottura riportate sulla confezione.
3. Nel frattempo tagliate i peperoncini a metà, eliminate i semi e lavateli. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo e staccate le foglioline dagli steli. Sbucciate gli spicchi d'aglio e metteteli nella caraffa con i peperoncini e il prezzemolo. Sminuzzateli finemente con il misurino inserito e il **tasto turbo/5 secondi**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa.
4. Aggiungete l'olio d'oliva e soffriggete il tutto senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/3 minuti/100 °C**. Incidete una croce sui pomodori, sbollentateli in acqua bollente, eliminate la buccia, tagliateli a quartini, privateli dei semi e del picciolo, metteteli nella caraffa insieme agli altri ingredienti e sminuzzateli con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 4**.
5. Aggiustate la salsa di sale e pepe e cuocetela senza il misurino inserito per **10 minuti/100 °C/velocità 2**. Applicare sull'apparecchio il cestello di cottura per proteggere dagli spruzzi.
6. Condite la pasta con la salsa, cospargetela di pecorino e servitela.



RIGATONI CON RAGÙ DI CARNE

1. Pelate gli spicchi d'aglio, private il mezzo peperoncino dei semi, lavatelo e asciugatelo internamente ed esternamente. Sminuzzate entrambi nella caraffa con il misurino inserito e il **tasto turbo/3 secondi**. Con la spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa. Versate nella caraffa l'olio d'oliva e fate appassire il tutto senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/2 minuti**. Tagliate la carne di manzo a dadini di 1,5 cm e insaporiteli con ¼ di cucchiaino di sale, ¼ di cucchiaino di pepe e ¼ di cucchiaino di paprica. Versate la carne nella caraffa e rosolatela senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare**.
2. Nel frattempo dividete i peperoni a metà, mondateli, lavateli bene internamente ed esternamente, privateli del picciolo e tagliateli a dadini di circa 1 cm. Versate nella caraffa il concentrato di pomodoro, le foglie di alloro e 150 ml di brodo a temperatura ambiente e fate stufare il ragù di carne con il misurino inserito e il **tasto reverse/1 ora e 5 minuti/95 °C/velocità 1**.
3. Fate cuocere i rigatoni in abbondante acqua salata in ebollizione, seguendo le indicazioni sulla confezione. Scolate la pasta al dente e versatela in una zuppiera calda. Versate nella caraffa il restante brodo di carne a temperatura ambiente, i peperoni, ¼ di cucchiaino di sale, ¼ di cucchiaino di pepe, altrettanta paprica e il timo e fate stufare il ragù di carne con il misurino inserito e il **tasto reverse/20 minuti/95 °C/velocità 1**. Al termine controllate la cottura della carne, ed eventualmente prolungate di qualche minuto il procedimento. Togliete le foglie di alloro. Servite infine i rigatoni con il ragù di carne.

2 spicchi d'aglio
½ peperoncino rosso piccante (5 g)
4 cucchiaini di olio d'oliva
500 g di carne di manzo per brasato
½ cucchiaino di sale
½ cucchiaino di pepe
½ cucchiaino di paprica
1 peperone rosso (150 g)
1 peperone giallo (150 g)
1 peperone verde (150 g)
50 g di concentrato di pomodoro
2 foglie di alloro
250 ml di brodo di carne a temperatura ambiente
500 g di rigatoni
¼ di cucchiaino di timo essiccato

SPAGHETTINI CON POLPETTE DI CARNE

PER LE POLPETTE

150 g di carne di agnello trita
150 g di carne di manzo trita
1 uovo (grandezza M)
2 cucchiaini di pangrattato
½ cucchiaino di sale
1 pizzico di pepe di Cayenna
1 pizzico di paprica piccante

PER LA SALSINA

1 spicchio d'aglio
2 cipolle (140 g)
1 peperoncino rosso piccante (15 g)
1 cucchiaio di olio d'oliva
800 g di polpa di pomodoro in scatola
1 cucchiaino di sale
¼ di cucchiaino di pepe
1 pizzico di paprica piccante

INOLTRE

100 g di pecorino (48 % di grassi)
100 g di piselli (surgelati)
400 g di spaghetti
½ mazzetto di salvia
Olio per il cestello vapore fondo

1. Private il pecorino della crosta, tagliatelo a pezzetti di 2 cm e sminuzzatelo finemente nella caraffa con il misurino inserito e il **tasto turbo/10 secondi**. Se necessario ripetete l'operazione. Versatelo in una ciotola.
2. Per le polpette, versate le due varietà di carne trita nella caraffa. Unite l'uovo e il pangrattato, quindi insaporite con ½ cucchiaino di sale, 1 pizzico di pepe di Cayenna e 1 di paprica piccante. Mescolate il tutto con il misurino inserito e il **tasto impastare**. Togliete il composto di carne dalla caraffa e con le mani inumidite formate piccole polpette. Ungete leggermente d'olio il cestello vapore fondo e disponetevi le polpettine una accanto all'altra. Distribuite i piselli tra le polpettine. Lavate bene la caraffa.
3. Per la salsa, sbucciate lo spicchio d'aglio e le cipolle. Tagliate le cipolle a metà; tagliate a metà anche il peperoncino ed eliminate i semi e il picciolo, poi lavatelo bene all'interno e all'esterno. Versate tutto nella caraffa e sminuzzate con il misurino inserito e il **tasto turbo/3 secondi**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa.
4. Unite l'olio d'oliva e fate rosolare senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/3 minuti**. Unite anche la polpa di pomodoro e insaporite la salsa con 1 cucchiaino di sale, ¼ di cucchiaino di pepe e 1 pizzico di paprica. Mescolate con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 4**. Installate il cestello vapore fondo, richiudetelo e fate cuocere il tutto per **18 minuti/120 °C/velocità 1**.
5. Nel frattempo fate cuocere gli spaghetti in abbondante acqua salata bollente, seguendo le indicazioni riportate sulla confezione. Lavate la salvia, asciugatela, staccate le foglioline e tritatela finemente.
6. Al termine del tempo indicato per le polpette controllate la cottura ed eventualmente prolungatela di 5 minuti.
7. Togliete il cestello vapore fondo. Regolate la salsa di sale e pepe e mescolate con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 4**.
8. Scolate la pasta al dente, quindi conditela con la salsa e mettetela nei piatti insieme con le polpette e i piselli. Cospargetela con salvia e pecorino e servitela.

CONSIGLIO

→ Il pecorino può essere sostituito da grana padano e parmigiano. In tutti i casi il formaggio va sminuzzato finemente nella caraffa, come indicato nella ricetta.





SPAGHETTI CON RAGÙ ALLA BOLOGNESE

1. Private il parmigiano della crosta, tagliatelo a pezzetti lunghi 2 cm circa e versatelo nella caraffa, quindi sminuzzatelo con il misurino inserito e il **tasto turbo/10 secondi**. Versate il formaggio grattugiato in una ciotola e pulite bene la caraffa.
2. Sbucciate la cipolla e l'aglio e dividete la cipolla a metà. Pelate la carota, lavatela e tagliatela a metà. Lavate le coste di sedano, mondatele e tagliatele a pezzetti lunghi circa 4 cm. Sminuzzate tutta la verdura nella caraffa con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 5**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa e spezzettate la verdura con il misurino inserito per altri **7 secondi/velocità 5**. Spostate ancora una volta il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa, unite 1 cucchiaino di olio e fate rosolare senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/4 minuti**.
3. Aggiungete 200 g di carne trita e fate rosolare senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare**. Togliete il tutto dalla caraffa e tenete da parte. Pulite bene la caraffa.
4. Tagliate la pancetta a pezzetti grossolani e sminuzzatela con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 9**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa, unite 1 cucchiaino di olio d'oliva e fate rosolare senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/3 minuti**.
5. Aggiungete la carne rimasta e continuate a rosolare senza il misurino inserito con il **tasto rosolare**. Versate 200 ml di brodo caldo e fate sobbollire senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/10 minuti**.
6. Aggiungete zucchero, concentrato di pomodoro, il misto di carne e verdura, la polpa di pomodoro e il brodo caldo restante. Insaporite con paprica, cannella, ¼ di cucchiaino di pepe e il timo e mescolate il tutto con il misurino inserito e il **tasto reverse/30 secondi/velocità 2**. Fate quindi sobbollire senza il misurino inserito con il **tasto reverse/30 minuti/95 °C/velocità 1**. Insaporite con sale e ¼ di cucchiaino di pepe, quindi mescolate con il misurino inserito e il **tasto reverse/20 secondi/velocità 2**. Cuocete gli spaghetti al dente secondo le indicazioni riportate sulla confezione, poi scolateli, conditeli con la salsa e serviteli cosparsi di parmigiano.


50 g di parmigiano (32 % di grassi)
 1 cipolla (60 g)
 1 spicchio d'aglio
 1 carota (70 g)
 1 e ½ coste di sedano (75 g)
 2 cucchiaini di olio d'oliva
 400 g di carne trita mista
 75 g di pancetta mista
 300 ml di brodo di verdura o di carne caldo
 1 cucchiaino di zucchero
 3 cucchiaini di concentrato di pomodoro
 400 g di polpa di pomodoro in scatola
 1 cucchiaino di paprica dolce
 1 pizzico di cannella
 ½ cucchiaino di pepe
 1 cucchiaino di foglie di timo essiccato
 Sale per insaporire
 400 g di spaghetti


CONSIGLIO

→ Se a tavola non ci sono bambini, sostituite i primi 100 ml di brodo con pari quantitativo di vino rosso secco.

 Per 4 porzioni

 Minima

 Per porzione: ca. 733 kcal/3070 kJ
41 g P, 28 g G, 76 g C

 Pronto in: 1 h. 26 min.
Preparazione: 25 min. (+ cottura: 1 h. 1 min.)

RAVIOLI CON RICOTTA E SPINACI

PER LA PASTA

220 g di farina (tipo 00)
180 g di semola di grano duro fine
1 cucchiaino di sale
3 cucchiari di olio d'oliva

PER IL RIPIENO

50 g di parmigiano stagionato (32 % di grassi)
250 g di spinaci freschi
1 cucchiaino di olio d'oliva
125 g di ricotta (40 % di grassi)
1 pizzico di noce moscata
2 pizzichi di sale
½ cucchiaino di pepe

INOLTRE

Macchina per tirare la pasta
Farina o semola per la spianatoia
2 cucchiari di burro
2 rametti di salvia

1. Per la pasta, mettete nella caraffa la farina, la semola, sale, olio e 170 ml di acqua e impastate il tutto con il misurino inserito e il **tasto impastare/ 2 minuti**.
2. Mettete la pasta ancora grumosa su un'asse e continuate a impastarla a mano, finché sarà diventata soda e liscia. Avvolgetela nella pellicola trasparente e lasciatela riposare per 1 ora. Pulite la caraffa.
3. Nel frattempo, per il ripieno, tagliate il parmigiano grossolanamente a pezzetti, metteteli nella caraffa e sminuzzateli finemente con il misurino inserito e il **tasto turbo/10 secondi**. Trasferite in un altro recipiente e pulite la caraffa.
4. Mondate gli spinaci, lavateli ed eliminate i gambi duri. Suddividetevi gli spinaci in tre parti e sminuzzatele una dopo l'altra nella caraffa con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 6**. Mettete tutti gli spinaci nella caraffa, unite l'olio e stufateli con il misurino inserito e il **tasto reverse/ 5 minuti/100 °C/velocità 1**. Versate gli spinaci in una ciotola e lasciateli raffreddare per 10 minuti.
5. Mettete la ricotta e il parmigiano nella caraffa, insaporite con la noce moscata, il sale e il pepe e mescolate il tutto con il misurino inserito e il **tasto reverse/30 secondi/velocità 4**. Unite gli spinaci e mescolate il tutto senza il misurino inserito e con il **tasto reverse/30 secondi/ velocità 2**. Durante questa operazione mescolate con la spatola attraverso l'apertura sul coperchio. Versate il composto in una tasca da pasticciere.
6. Lavorate la pasta con un mattarello, fino a renderla molto sottile. Se dovesse iniziare ad attaccarsi, aggiungete un po' di farina o di semola. Stendete a mano la pasta fino a ottenere lo spessore desiderato, oppure passatela nella macchina per la pasta, suddivisa in due porzioni, e tiratela fino a renderla molto sottile.
7. Stendete le sfoglie di pasta su un piano di lavoro leggermente infarinato. Distribuite il ripieno su una sfoglia di pasta formando palline della dimensione di una noce, a distanza di circa 3 cm. Inumidite con acqua il bordo della sfoglia di pasta e adagiatevi sopra con cura la seconda sfoglia di pasta. Con una ruota dentata tagliate i bordi tra il ripieno ottenendo ravioli di 4 x 4 cm. Mettete i ravioli su un'asse leggermente infarinata e premete bene i bordi con l'aiuto di una forchetta.
8. Cuocete i ravioli in abbondante acqua bollente salata su fuoco medio, finché non salgono in superficie. Scolateli con la schiumarola e fateli sgocciolare. Fate sciogliere il burro in un tegame. Lavate la salvia, asciugatela con carta da cucina, prelevate le foglioline dallo stelo e mettetele nel burro. Servite i ravioli con il condimento di burro e salvia.





RISOTTO AI FUNGHI CON PARMIGIANO

1. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo, quindi staccate le foglioline. Tagliate il parmigiano a dadini di 2 cm di lato e versatelo nella caraffa con il prezzemolo. Sminuzzate entrambi con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 8**. Versate il tutto in una ciotola e mettete da parte.
2. Mondate i funghi, tagliateli a metà a seconda delle dimensioni, quindi versateli nella caraffa e sminuzzateli con il misurino inserito e il **tasto turbo/1 secondo**. Versate anch'essi in una ciotola.
3. Sbucciate lo scalogno e gli spicchi d'aglio, poi versateli nella caraffa e sminuzzateli finemente con il misurino inserito e il **tasto turbo/3 secondi**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa.
4. Unite 2 cucchiari di burro e fate appassire scalogno e aglio senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/3 minuti/120 °C**.
5. Aggiungete il riso e fate insaporire senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/1 minuto/120 °C**.
6. Sfumate con il brodo caldo e proseguite la cottura con il misurino inserito e il **tasto reverse/10 minuti/95 °C/velocità 1**. Lavate il timo, sgrondatelo per asciugarlo e staccate le foglioline.
7. Unite al riso i funghi e il timo, mescolate bene con la spatola e fate cuocere con il misurino inserito e il **tasto reverse per 8 minuti/95 °C/velocità 1**.
8. Insaporite con peperoncino in polvere e succo di limone.
9. Incorporate al risotto il mix di parmigiano e prezzemolo e il burro restante a pezzetti, mescolate con la spatola e quindi lavorate senza il misurino inserito e con il **tasto reverse/30 secondi/velocità 3**, eventualmente aiutandovi ancora con la spatola.
10. Regolate di sale e pepe, mescolate ancora con il misurino inserito e il **tasto reverse/20 secondi/velocità 2**, poi versate il risotto sui piatti e servite subito.


4 rametti di prezzemolo
 90 g di parmigiano (32 % di grassi)
 250 g di funghi misti
 1 scalogno (30 g)
 2 spicchi d'aglio
 60 g di burro
 400 g di riso per risotti (Arborio, tempo di cottura: 15 min.)
 1,2 l di brodo di pollo o vegetale bollente
 5 rametti di timo
 1 pizzico di peperoncino piccante in polvere
 Succo di ½ limone (40 g)
 Sale e pepe per insaporire


CONSIGLI

- Se non ci sono bambini a tavola, sostituite 200 ml di brodo con pari quantitativo di vino bianco secco.
- Durante la cottura tenete sotto controllo il risotto ed eventualmente aiutatevi con la spatola per mescolare. Il risotto perfetto deve essere leggermente al dente e con una consistenza cremosa: non troppo asciutto né troppo liquido.

 Per 4 porzioni

 Minima

 Per porzione: ca. 576 kcal/2412 kJ
 19 g P, 18 g G, 82 g C

 Pronto in: 37 min.
 Preparazione: 15 min. (+ cottura: 22 min.)

RISOTTO ALLA MILANESE

PER IL BRODO

- 1 scalogno (20 g)
- 1 carota (60 g)
- 1 patata a pasta soda (90 g)
- 1 osso di manzo (125 g)
(solo il midollo separato)
- 1 bustina di zafferano (0,1 g)

PER IL RISOTTO

- 40 g di parmigiano
(32 % di grassi)
- 1 scalogno (20 g)
- 2 cucchiaini di burro
- 1 cucchiaino di olio d'oliva
- 400 g di riso per risotti
(tempo di cottura: 18 min.)
- 100 ml di vino bianco secco
- 1 cucchiaino di sale

1. Per il risotto, tagliate a pezzetti il parmigiano, mettetelo nella caraffa e sminuzzatelo finemente con il misurino inserito e il **tasto turbo/10 secondi**. Travasatelo in una ciotola e lavate bene la caraffa.
2. Per il brodo, sbucciate lo scalogno. Lavate bene la carota e la patata con la buccia. Tagliate le verdure a metà, mettetele nella caraffa e sminuzzatele grossolanamente con il misurino inserito e il **tasto turbo/3 secondi**.
3. Aggiungete il midollo insieme con 1,2 l di acqua fredda e fate cuocere senza il misurino inserito con il **tasto reverse/7 minuti/130 °C/velocità 1**.
4. Riducete la temperatura e cuocete il tutto con il misurino inserito e il **tasto reverse/23 minuti/90 °C/velocità 1**. Versate il brodo in un altro contenitore filtrandolo attraverso un colino a trama fitta e aggiungete lo zafferano. Lavate bene la caraffa.
5. Per il risotto, sbucciate lo scalogno, tagliatelo a metà e mettetelo nella caraffa. Sminuzzatelo con il misurino inserito e il **tasto turbo/5 secondi**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa e aggiungete 1 cucchiaino di burro e l'olio.
6. Fate soffriggere il tutto senza il misurino inserito per **3 minuti/120 °C/velocità 1**. Aggiungete il riso e fate cuocere il tutto senza il misurino inserito e con il **tasto reverse/3 minuti/120 °C/velocità 1**.
7. Sfumate con il vino bianco e fate cuocere senza il misurino inserito e con il **tasto reverse/1 minuto e 30 secondi/100 °C/velocità 1**. Aggiungete 400 ml di brodo caldo, 400 ml di acqua calda e il sale, quindi proseguite la cottura senza il misurino inserito e con il **tasto reverse/18 minuti/100 °C/velocità 1**.
8. Nel frattempo premete per 2 volte il tasto pausa e mescolate rapidamente il risotto con la spatola. Terminata la cottura lasciate riposare il risotto ancora per 5 minuti con il coperchio chiuso.
9. Versate il risotto in una ciotola, conditelo con 1 cucchiaino di burro e con il parmigiano grattugiato e servitelo ben caldo.

CONSIGLIO

→ Il brodo avanzato potrà essere congelato e utilizzato successivamente per altre ricette.





RISOTTO AL NERO DI SEPPIA

1. Lavate le sepioline, asciugatele e tagliatele a listarelle di 1 cm di larghezza.
2. Sbucciate la cipolla e tagliatela a metà. Dividete il peperoncino a metà, privatelo dei semi, lavatelo all'interno e all'esterno e mettetelo nella caraffa insieme con la cipolla. Sminuzzate il tutto con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 6**. Con la spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa. Unite l'olio e fate rosolare senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/2 minuti/100 °C**.
3. Trascorso questo tempo versate nella caraffa le listarelle di seppia e fatele cuocere senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare**.
4. Unite il riso e lasciate insaporire il tutto senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/5 minuti/100 °C**. Versate il brodo caldo e il vino bianco e fate cuocere con il misurino inserito e il **tasto reverse/3 minuti/100 °C/velocità 1**.
5. Proseguite quindi con la cottura del riso senza il misurino inserito e con il **tasto reverse/tempo di cottura indicato sulla confezione del riso/90 °C/velocità 1**. Mettete sul coperchio della caraffa il cestello di cottura per proteggervi da eventuali schizzi.
6. Al termine della cottura regolate di sale e pepe, unite il nero di seppia e proseguite la cottura senza il misurino inserito e con il **tasto reverse/3 minuti/90 °C/velocità 1**. Mescolate contemporaneamente anche con la spatola attraverso il foro sul coperchio. Servite il risotto ben caldo.

400 g di sepioline pronte per la cottura
1 cipolla (80 g)
1 peperoncino rosso piccante (15 g)
4 cucchiaini di olio d'oliva
250 g di riso per risotti (tempo di cottura: 15 min.)
600 ml di fumetto di pesce o brodo vegetale caldi
100 ml di vino bianco secco
Sale e pepe per insaporire
1 bustina di nero di seppia da 4 g

HAMBURGER MEDITERRANEO

PER IL RELISH

- 2 peperoni rossi (300 g)
- 1 spicchio d'aglio
- 1 cipolla (60 g)
- 2 cucchiaini di olio d'oliva
- ½ cucchiaino di paprica in polvere
- 4 cucchiaini di aceto di mele
- 1 cucchiaino di zucchero
- 1 pizzico di sale
- 1 pizzico di pepe

PER LE POLPETTE

- 1 cipolla (70 g)
- 1 panino raffermo (50 g)
- 120 ml di latte tiepido (fresco, 3,5 % di grassi)
- 1 zuccina (200 g)
- 400 g di carne di manzo trita
- 2 uova (grandezza L)
- ½ cucchiaino di paprica in polvere
- 1 cucchiaino di origano essiccato
- 1 pizzico di sale
- 1 pizzico di pepe

PER I PANINI

- 4 ciabattine (70 g cad., anche congelate)

PER I TOPPING

- 4 grandi foglie di insalata verde
- 1 pomodoro carnoso (200 g)
- 200 g di feta (in salamoia, 45 % di grassi)
- 4 pizzichi di pepe
- 12 olive kalamata denocciolate

1. Per il relish, mondate i peperoni, privateli dei semi, lavateli e dividete ognuno in quattro falde. Sbucciate l'aglio e sminuzzatelo insieme alle falde di peperone nella caraffa con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 4**. Versate il trito di peperoni e aglio in una ciotola.
2. Sbucciate sia la cipolla per il relish sia quella per le polpette, tagliatele a metà e sminuzzatele con il misurino inserito e il **tasto turbo/2 secondi**.
3. Prelevate metà della cipolla e tenetela da parte. Con l'aiuto della spatola spostate quella restante dalle pareti verso il fondo della caraffa, unite l'olio e fate appassire senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/3 minuti**.
4. Aggiungete il trito di peperoni e aglio e la paprica e continuate a cuocere senza il misurino inserito per **5 minuti/100 °C/velocità 1**. Versate 8 cucchiaini di acqua, l'aceto di mele, lo zucchero, 1 pizzico di sale e 1 di pepe e fate cuocere senza il misurino inserito per **30 minuti/100 °C/velocità 1**, fino a quando il composto avrà una consistenza omogenea, quindi frullatelo con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 5**. Togliete il relish dalla caraffa e fatelo raffreddare prima di servirlo. Pulite bene la caraffa. Infine prelevate dalla caraffa il composto di carne.
5. Per le polpette, tagliate il panino a dadini e ammolateli nel latte per 10 minuti. Strizzateli bene. Mondate la zuccina, lavatela, dividetela in quattro parti e sminuzzatele nella caraffa con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 5**. Con l'aiuto della spatola spostate i pezzetti di zuccina dalle pareti verso il fondo della caraffa, poi aggiungete la cipolla precedentemente sminuzzata e tutti gli altri ingredienti. Mescolate con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 2**. A piacere regolate di sale e pepe, incorporando bene gli aromi con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 2**. Infine prelevate dalla caraffa il composto di carne.
6. Per i topping, lavate le foglie di insalata e sgrondatele per asciugarle. Lavate il pomodoro, asciugatelo e tagliatelo in 8 fette, eliminando il picciolo. Tagliate la feta a fettine sottili.
7. Con le mani inumidite formate dal composto di carne trita quattro polpette e cuocetele per 3 minuti per lato, sulla griglia o in una bistecchiera. Tagliate le ciabattine a metà nel senso della lunghezza e tostate brevemente le parti tagliate.
8. Spalmate il relish sulla parte inferiore dei panini. Disponete su ogni mezzo panino 1 foglia di insalata, 2 fette di pomodoro e 1 polpetta. Distribuitevi qualche fettina di feta e insaporite con 1 pizzico di pepe. Decorate con le olive kalamata, ricoprite con la metà superiore dei panini e servite gli hamburger con il relish restante.





POLPETTE CON PUREA DI PISELLI

1. Per le polpette, lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo, staccate le foglioline dagli steli e sminuzzatele nella caraffa con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**. Versate il trito in una ciotola e tenetelo da parte. Pulite la caraffa.
2. Sbucciate la cipolla e tagliatela a metà. Sminuzzatela nella caraffa con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 6**. Versate nella caraffa la carne trita, il tabasco, il tuorlo, il pangrattato, il prezzemolo, la senape, 1 cucchiaino di sale e $\frac{1}{4}$ di cucchiaino di pepe, poi mescolate bene il tutto con il misurino inserito e il **tasto reverse/2 minuti/velocità 3**. Versate il composto in una ciotola e pulite la caraffa.
3. Scolate il caprino eliminando il siero e tagliatelo in 12 dadini. Con le mani inumidite formate dal composto di carne 12 polpette e infilate al centro di ognuna 1 dadino di formaggio.
4. Scaldate l'olio in una padella capiente e rosolatevi le polpette per 5 minuti, voltandole spesso, poi riducete la fiamma e portatele a cottura a fuoco medio per 10 minuti. Scolate le polpette dal condimento e tenetele in caldo.
5. Per la purea di piselli, lavate il lime in acqua molto calda, asciugatelo e grattugiate la buccia, quindi tagliate il frutto a metà e spremete il succo. Lavate la menta, sgrondatela per asciugarla, poi tenetene da parte un rametto con belle foglioline per la decorazione. Sminuzzate il resto.
6. Sbucciate la cipolla e tagliatela a metà. Sminuzzatela nella caraffa con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 6**. Unite il burro e fatelo fondere con il misurino inserito per **2 minuti/70 °C/velocità 1**, quindi fate rosolare il tutto senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/3 minuti/100 °C**.
7. Unite i piselli e il brodo vegetale tiepido, quindi fate cuocere il tutto con il misurino inserito per **10 minuti/100 °C/velocità 1**.
8. Scolate i piselli raccogliendo il loro brodo di cottura. Versateli di nuovo nella caraffa, unitevi il succo e la scorza del lime, le foglioline di menta, 5 cucchiai del brodo, 1 cucchiaino di sale e $\frac{1}{4}$ di cucchiaino di pepe e frullate il tutto con il misurino inserito per **40 secondi/velocità 7-9** aumentandola gradualmente, fino a ottenere una crema omogenea. Servite la purea di piselli con le polpette e decorate con la menta tenuta da parte.

PER LE POLPETTE

½ mazzetto di prezzemolo
 1 cipolla (70 g)
 500 g di carne mista trita
 2 cucchiaini di tabasco
 1 tuorlo (grandezza M)
 4 cucchiai di pangrattato
 2 cucchiaini di senape all'antica (di Meaux)
 1 cucchiaino di sale
 $\frac{1}{2}$ cucchiaino di pepe
 150 g di caprino (45 % di grassi)
 2 cucchiai di olio d'oliva

PER LA PUREA

1 lime non trattato (60 g)
 6 rametti di menta
 1 cipolla (70 g)
 1 cucchiaio di burro
 1 kg di piselli (surgelati)
 500 ml di brodo vegetale caldo
 1 cucchiaino di sale
 $\frac{1}{4}$ di cucchiaino di pepe



SCALLOPINE DI MANZO ALLA PIZZAIOLA

½ mazzetto di prezzemolo
 1 cipolla piccola (60 g)
 1 spicchio d'aglio
 4 cucchiai di olio d'oliva
 1 cucchiaio di concentrato di pomodoro
 400 g di passata di pomodori
 1 cucchiaino di origano secco
 ½ cucchiaino di sale
 2 pizzichi di pepe
 300 g di filetto di manzo
 1 cucchiaio di burro chiarificato

1. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo, staccate le foglioline dagli steli, mettetele nella caraffa e sminuzzatele con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 8**. Con l'aiuto della spatola spostate il prezzemolo dalle pareti verso il fondo della caraffa.
2. Pelate la cipolla e l'aglio. Tagliate la cipolla a quarti, mettetela, insieme all'aglio, nella caraffa con il prezzemolo e sminuzzate il tutto con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 6**. Con l'aiuto della spatola spostate il composto dalle pareti della caraffa verso il fondo. Aggiungete l'olio d'oliva e fate soffriggere senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/3 minuti/110 °C**. Versate nella caraffa il concentrato di pomodoro, l'origano, ½ cucchiaino di sale e 2 pizzichi di pepe. Fate cuocere il tutto con il misurino inserito e il **tasto reverse/20 minuti/95 °C/velocità 1**.
3. Nel frattempo tagliate il filetto a fettine da 2 cm di spessore. Scaldate in padella il burro chiarificato e fate friggere le bistecchine a fuoco alto per 2 minuti su ciascun lato. Abbassate la fiamma e continuate la cottura della carne per altri 5 minuti.
4. Mettete le fette di carne nella caraffa in modo che siano quasi completamente coperte di salsa. Chiudete il coperchio con il misurino e lasciate riposare la carne nel condimento per 10 minuti.
5. Prelevate le fette di carne e disponetele sui piatti. Aggiustate la salsa di sale e pepe e versatela sulla carne.



ROASTBEEF

1. Fate saltare in una padella su fuoco dolce la farina, la senape in polvere, sale e pepe, quindi versateli in una ciotola, mescolate bene, collocatevi la carne e fatela insaporire bene frizionandola con il composto aromatico. Pulite la padella con carta da cucina.
2. Versate nella caraffa 1 litro d'acqua, applicate il cestello vapore fondo sulla caraffa e impostate il **tasto cottura al vapore/35 minuti**.
3. Nel frattempo sciogliete il burro nella padella e fate soffriggere la carne su tutti i lati per 5 minuti (senza pungere la superficie). Mettete il roastbeef su un grosso foglio di alluminio, sollevate i bordi attorno alla carne e cospargetela con il composto a base di senape e con il vino rosso, quindi richiudete il cartoccio tenendolo morbido, in modo che attorno alla carne rimanga un po' di aria.
4. Quando si raggiunge la corretta temperatura e inizia il processo di cottura al vapore, mettetelo nella caraffa nel cestello vapore fondo, richiudetelo e portate a cottura media. Trascorso il tempo di cottura, prelevate il roastbeef dal cestello vapore e lasciatelo riposare ancora per 10 minuti dentro il foglio di alluminio in modo che il sugo possa distribuirsi uniformemente e il roastbeef diventare morbido e succoso.

2 cucchiai di farina (tipo 00)
 1 cucchiaino di senape in polvere
 1 cucchiaino di sale
 2 cucchiaini di pepe
 30 g di burro
 1 kg di carne di manzo (roastbeef, altezza 10 cm)
 4 cucchiai di vino rosso

CONSIGLIO

→ Verificate la temperatura interna del roastbeef con l'aiuto di un termometro per carne. Con una temperatura di 54-56 °C la cottura della carne corrisponde a media.

FILETTO AL VAPORE CON PURÈ DI RADICE

PER IL PURÈ

- 1 kg di radici di prezzemolo
- 1 cucchiaino di sale
- 200 ml di panna a temperatura ambiente (30 % di grassi)
- 1 pizzico di noce moscata
- 1 pizzico di pepe
- 20 g di burro

PER LA CARNE E LA SALSA

- 4 bistecche di filetto (circa 200 g cad.)
- 1 mazzetto di timo
- 8 spicchi d'aglio
- 1 l di brodo di carne molto caldo
- 10 grani di pepe
- 4 pizzichi di pepe
- 80 g di burro freddo

1. Per il purè, pelate le radici di prezzemolo, lavatele, tagliatele a dadini di 2 cm e versatele nella caraffa. Copritele con l'acqua, unite 1 cucchiaino di sale e fatele cuocere con il misurino inserito per **20 minuti/100 °C/velocità 1**. Versatele in uno scolapasta e tenetele in caldo. Svotate la caraffa.
2. Passate le bistecche di filetto sotto l'acqua fredda corrente e asciugatele tamponandole con carta da cucina. Lavate il timo, sgrondatele e staccate le foglioline. Pelate gli spicchi d'aglio. Versate nella caraffa il brodo di carne molto caldo, gli spicchi d'aglio, il timo e i grani di pepe. Scaldare il liquido di cottura speziato con il misurino inserito per **10 minuti/120 °C/velocità 1**.
3. Nel frattempo insaporite ogni bistecca di filetto con 1 pizzico di pepe e disponetele nel cestello vapore fondo. Richiudete con il coperchio e fissate il cestello vapore alla caraffa. Fate cuocere la carne selezionando il **tasto cottura al vapore**, in modo da interrompere il processo di ebollizione.
4. Al termine della cottura togliete la carne dal cestello vapore e avvolgetela nell'alluminio. Versate il liquido di cottura in un recipiente e misuratene 150 ml. Lavate bene la caraffa.
5. Per il purè, versate la panna nella caraffa e fatela bollire con il misurino inserito per **5 minuti/100 °C/velocità 2**. Unitevi i dadini di radice di prezzemolo e insaporite con la noce moscata. Frullate il tutto con il misurino inserito per **2 minuti/velocità 9**, ottenendo una crema omogenea. Se necessario spostate il composto dalle pareti verso il fondo della caraffa usando la spatola e ripetete il procedimento.
6. Salate e pepate il purè, poi incorporatevi il burro a pezzetti mescolando con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 6**.
7. Versate il liquido di cottura speziato in una padella e fatelo bollire a fuoco vivace per 5 minuti, poi togliete la padella dal fuoco e incorporate il burro freddo a fiocchetti.
8. Servite il filetto con il purè e la salsa.

CONSIGLIO

→ Potete accompagnare questo piatto con asparagi saltati in padella.



INVOLTINI DI POLLO

6 asparagi bianchi
6 asparagi verdi
1 cucchiaino di sale
1 pizzico di zucchero
6 fettine di carne di pollo
(da 150 g cad.)
6 pizzichi di pepe
6 fette di prosciutto crudo
250 ml di brodo vegetale caldo
150 ml di panna a temperatura
ambiente (30 % di grassi)
1 cucchiaino di amido alimentare
1 cucchiaino di burro

INOLTRE

Spago da cucina

1. Lavate entrambe le varietà di asparagi, pelate quelli bianchi ed eliminate la parte finale legnosa da entrambe, in modo da lasciare solamente i 10 cm superiori. Disponete gli asparagi nel cestello vapore fondo, quindi distribuitevi $\frac{1}{4}$ di cucchiaino di sale e 1 pizzico di pepe.
2. Versate 1 l di acqua a temperatura ambiente nella caraffa. Chiudete il cestello vapore fondo, posizionatelo nella caraffa e fate cuocere gli asparagi al vapore con il **tasto cottura al vapore/10 minuti**. Togliete quindi il cestello vapore e fate raffreddare gli asparagi per 10 minuti.
3. Lavate le fette di petto di pollo sotto il getto dell'acqua fredda corrente, asciugatele e battetele con il batticarne. Insaporite ognuna con 1 pizzico di sale e 1 di pepe su entrambi i lati. Disponete su ognuna 1 fetta di prosciutto, 1 asparago bianco e 1 verde. Avvolgete le fette di carne formando altrettanti involtini e legateli con filo da cucina. Disponete gli involtini nel cestello vapore piano. Posizionatelo nel cestello vapore fondo e richiudete con il coperchio. Misurate il liquido di cottura nella caraffa ed eventualmente riportatelo a 1 litro, aggiungendo acqua. Posizionate il cestello vapore fondo richiuso e fate cuocere gli involtini con il **tasto cottura al vapore/10 minuti**. Sollevate il coperchio facendo molta attenzione, voltate gli involtini e fateli cuocere ulteriormente con il **tasto cottura al vapore/10 minuti**. In questo modo si interrompe il tempo di ebollizione.
4. Togliete i cestelli vapore e teneteli da parte. Versate il liquido di cottura in un recipiente, misuratene 250 ml e rimetteteli nella caraffa. Unite il brodo vegetale caldo e la panna, insaporite con sale e pepe e fate cuocere senza il misurino inserito per **7 minuti/100 °C/velocità 1**. Sciogliete l'amido in 3 cucchiaini di acqua fredda, versatelo nella caraffa e fate cuocere senza il misurino inserito per **4 minuti/110 °C/velocità 1**, mettendo il cestello di cottura sul coperchio per proteggere dagli schizzi. Fate sciogliere il burro in una padella e rosolatevi gli involtini a fuoco vivace su ogni lato, per 3 minuti. Servite infine gli involtini di pollo con la salsa.



CONSIGLIO

→ Accompagnate gli involtini di pollo con pane bianco croccante e insalata verde.





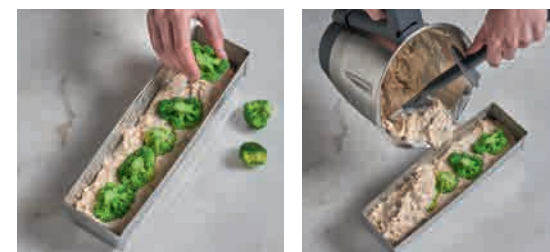
TERRINA DI POLLO CON BROCCOLI

1. Lavate la carne di pollo, asciugatela e tagliatela a dadini di 3 cm di lato. Mettetela in freezer per almeno 3 ore.
2. Mondate i broccoli, lavateli, dividete le cimette e mettetele nel cestello vapore fondo. Riempite la caraffa con 1 l di acqua a temperatura ambiente. Disponete il cestello vapore fondo sulla caraffa, chiudetelo con il coperchio e fate cuocere i broccoli con il **tasto cottura al vapore/12 minuti**. Lasciate raffreddare per 30 minuti, togliete il cestello vapore fondo e pulite bene la caraffa.
3. Lavate il prezzemolo e sgrondatelo per asciugarlo prima di togliere le foglioline. Lavate le carote, pelatele, tagliatele a fette spesse e versatele nella caraffa con il prezzemolo. Sminuzzate entrambi per **6 secondi/velocità 6**. Versateli in una ciotola e pulite bene la caraffa.
4. Tagliate il pancarrè grossolanamente a dadini e versatelo nella caraffa insieme con la panna. Portate il forno a 180 °C.
5. Versate nella caraffa la carne di pollo con i tuorli, frullate il tutto con il misurino inserito per **25 secondi/velocità 6** e insaporite con ½ cucchiaino di sale, ½ cucchiaino di pepe, il cumino macinato e la salsa Worcestershire. Mescolate le carote, il prezzemolo e i capperi scolati nella caraffa con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 4**.
6. Imburrate uno stampo rettangolare e versate metà della purea. Distribuitevi i broccoli e copriteli con la purea restante. Fate cuocere in forno per 45 minuti.
7. Sfnorate la terrina e lasciatela riposare nello stampo per 5 minuti, quindi sformatela. Servitela tiepida o fredda.

400 g di petto di pollo
 1 e ½ broccoli (750 g)
 1 mazzetto di prezzemolo
 3 carote (150)
 3 fette di pancarrè integrale (120 g)
 300 g di panna light (14 % di grassi)
 3 tuorli (grandezza M)
 ½ cucchiaino di sale
 ½ cucchiaino di pepe
 ¼ di cucchiaino di cumino macinato
 1-2 cucchiaini di salsa Worcestershire
 65 g di capperi sott'aceto

INOLTRE

Burro per lo stampo



Per 4 porzioni
 (stampo rettangolare di 1 ½ l)

Media

Per porzione: ca. 219 kcal/917 kJ
 20 g P, 10 g G, 12 g C

Pronto in: 4 h. 47 min. - Preparazione: 15 min.
 (+ congelamento: 3 h., cottura: 12 min., cottura in forno: 45 min., raffreddamento: 30 min., riposo: 5 min.)

PIZZA MARGHERITA

PER LA PASTA LIEVITATA

½ cucchiaino di zucchero
10 g di lievito di birra fresco
250 g di farina (tipo 00)
2 cucchiaini di olio d'oliva
½ cucchiaino di sale

PER LA SALSA DI POMODORO

6 cucchiaini di passata di pomodoro
1 cucchiaino di concentrato di pomodoro
1 cucchiaino di origano essiccato
¼ di cucchiaino di sale
3 pizzichi di pepe
1 pizzico di zucchero

INOLTRE

100 g di mozzarella (45 % di grassi)
2 cucchiaini di olio d'oliva
Farina (tipo 00) per la spianatoia

1. Per la pasta lievitata, versate nella caraffa 150 ml di acqua a temperatura ambiente e lo zucchero. Spezzettate il lievito direttamente sull'acqua e mescolate il tutto senza il misurino inserito per **2 minuti/37 °C/velocità 1**. Aggiungete la farina, 2 cucchiaini di olio d'oliva e ½ cucchiaino di sale, quindi impastate il tutto con il misurino inserito e il **tasto impastare/ 2 minuti**, ottenendo un impasto omogeneo. La pasta dovrebbe staccarsi facilmente dalle mani; eventualmente unite ancora un poco di farina o di acqua, fino a ottenere la consistenza desiderata. Togliete la pasta dalla caraffa, formate una palla e mettetela in una ciotola. Copritela con un canovaccio e fatela lievitare in luogo caldo per almeno 1 ora, fino a quando sarà raddoppiata di volume. Pulite la caraffa.
2. Per la salsa di pomodoro, versate nella caraffa la passata e il concentrato di pomodoro, l'origano, ¼ di cucchiaino di sale, 3 pizzichi di pepe e 1 pizzico di zucchero e mescolate il tutto con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 4**.
3. Portate il forno a 240 °C.
4. Tagliate la mozzarella a fettine sottili. Spennellate la placca con 1 cucchiaino di olio d'oliva. Impastate ancora una volta la pasta con le mani, energicamente, dividetela in 2 porzioni e stendete ognuna formando un disco. Disponete i dischi di pasta sulla teglia, quindi distribuite la salsa di pomodoro e completate con la mozzarella. Condite con l'olio restante e cuocete le pizze in forno per 15 minuti, fino a quando la pasta sarà dorata.

VARIANTI

Sulla base della pizza Margherita potete aggiungere altri ingredienti, creando così alcuni classici molto amati. Per ogni variante dovete sempre aggiungere come ultimo ingrediente anche 100 g di mozzarella.

- **Pizza al salame:** distribuite sulla salsa di pomodoro 7 fette sottili di salame.
- **Pizza ai funghi:** mettete sulla salsa di pomodoro 100 g di funghi champignon (tagliati a fettine).
- **Pizza agli spinaci:** fate cuocere 130 g di spinaci surgelati seguendo le indicazioni sulla confezione, insaporiteli con sale e pepe e distribuiteli sulla salsa di pomodoro.
- **Pizza Hawaii:** distribuite sulla salsa di pomodoro 3 fette di ananas a pezzetti e 2 fette di prosciutto cotto (tagliato a listarelle).
- **Pizza ai peperoni:** mettete sulla salsa di pomodoro mezzo peperone rosso, mezzo giallo e mezzo verde tagliati a listarelle.



- **Pizza alla cipolla:** sbucciate 1 grossa cipolla, tagliatela ad anelli sottili e distribuiteli sulla salsa di pomodoro.
- **Pizza al prosciutto:** distribuite sulla salsa di pomodoro 2 fette di prosciutto cotto tagliate a pezzetti.

E ovviamente potete anche seguire gusti e fantasia personali e osare diversi abbinamenti degli ingredienti indicati!

QUICHE LORRAINE CON I PORRI

PER LA PASTA

400 g di farina (tipo 00)
200 g di burro morbido
1 cucchiaio di olio d'oliva
2 uova (grandezza M)
1 cucchiaino di sale

PER IL RIPIENO

1 mazzetto di prezzemolo
400 g di emmentaler
(45 % di grassi)
300 g di prosciutto cotto
2 porri (400 g, solo la parte bianca
o verde chiaro)
4 cucchiaini di olio d'oliva
200 g di dadini di pancetta

PER LA CREMA

500 g di panna acida
(10 % di grassi)
8 uova (grandezza M)
1 cucchiaino di sale
1 cucchiaino di pepe
2 pizzichi di noce moscata

INOLTRE

Farina (tipo 00) per la spianatoia
Burro per gli stampi o carta
da forno per la placca

1. Versate nella caraffa la farina, il burro morbido a pezzetti, 2 cucchiaini di acqua, 1 cucchiaio di olio, le uova e 1 cucchiaino di sale, quindi lavorate il tutto con il misurino inserito e il **tasto impastare/2 minuti**, ottenendo una pasta liscia.
2. Raccogliete la pasta formando una palla, avvolgetela nella pellicola trasparente e fatela riposare per 1 ora in frigorifero. Pulite a fondo la caraffa.
3. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo e staccate le foglioline. Private il formaggio emmentaler della crosta e tagliatelo a pezzetti di 2 cm di lato. Mettete prezzemolo e formaggio emmentaler nella caraffa e sminuzzateli con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 8**. Versate il tutto in una ciotola capiente e pulite la caraffa.
4. Tagliate il prosciutto a dadini e unitelo al formaggio emmentaler.
5. Mondate i porri, divideteli a metà nel senso della lunghezza (tagliate i più grossi a quarti) e affettateli a rondelle sottili. Lavate le rondelle e scolatele bene.
6. Versate l'olio nella caraffa e appassitevi i porri con i dadini di pancetta senza il misurino inserito e con il **tasto reverse/10 minuti/100 °C/ velocità 1**. Fate raffreddare per 5 minuti nella caraffa aperta, quindi unite il soffritto agli altri ingredienti nella ciotola e mescolate bene.
7. Portate il forno a 200 °C e pulite bene la caraffa.
8. Stendete la pasta su una spianatoia infarinata e utilizzatela per rivestire la placca ricoperta di carta da forno o 2 stampi imburrati.
9. Bucherellate la pasta con i rebbi di una forchetta e fatela cuocere in forno per 10 minuti.
10. Toglietela dal forno e lasciatela intiepidire per 10 minuti. Abbassate la temperatura del forno a 180 °C.
11. Per la crema, applicate l'accessorio mixer alla caraffa. Versate nella caraffa la panna acida, le uova, 1 cucchiaino di sale, 1 cucchiaino di pepe e 2 pizzichi di noce moscata, quindi mescolate il tutto con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 4**.
12. Distribuite sulla pasta il composto di porri e livellate bene la superficie. Versatevi sopra la crema di panna e uova, quindi fate cuocere la quiche lorraine nel forno caldo per 45 minuti.



CANNELLONI

PER LA PASTA

300 g di farina (tipo 00)
3 uova (grandezza M)
2 cucchiaini di olio

PER LA SALSA DI POMODORO

2 spicchi d'aglio
6 cucchiaini di olio d'oliva
500 g di passata di pomodoro
½ cucchiaino di sale
2 pizzichi di pepe

PER LA SALSA BESCIAPELLA

50 g di burro
50 g di farina (tipo 00)
½ l di latte (fresco, 3,5 % di grassi)
Sale, pepe, noce moscata e succo di limone per insaporire

PER IL RIPIENO

300 g di carne trita di manzo
½ cucchiaino di sale
2 pizzichi di pepe
200 g di salsiccia
1 cipolla (80 g)
1 costa di sedano (60 g)
1 carota (60 g)
1 cucchiaino di olio d'oliva
30 ml di vino rosso

INOLTRE

160 g di parmigiano (32 % di grassi)
Sale per la pasta

1. Per la pasta, versate nella caraffa la farina, le uova e l'olio e impastate il tutto con il misurino inserito e il **tasto impastare/2 minuti**. Togliete la pasta dalla caraffa, formate una palla e avvolgetela nella pellicola trasparente. Fatela riposare in frigorifero per 1 ora. Lavate bene la caraffa.
2. Nel frattempo tagliate il parmigiano a pezzetti e sminuzzateli finemente nella caraffa con il misurino inserito e il **tasto turbo/10 secondi**. Versatelo in una ciotola e lavate la caraffa.
3. Preparate la salsa di pomodoro: sbucciate gli spicchi d'aglio, metteteli nella caraffa e sminuzzateli con il misurino inserito e il **tasto turbo/5 secondi**. Con la spatola spostate i pezzetti di aglio dalle pareti verso il fondo della caraffa, unite l'olio e fate appassire senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/2 minuti**. Aggiungete la passata di pomodoro, ½ cucchiaino di sale e 2 pizzichi di pepe, quindi fate rosolare il tutto senza il misurino inserito per **10 minuti/90 °C/velocità 1**. Versate la salsa di pomodoro in una ciotola e pulite bene la caraffa.
4. Per la besciamella, mettete il burro a pezzetti nella caraffa, quindi fatelo sciogliere con il misurino inserito per **3 minuti/90 °C/velocità 2**. Versate la farina e mescolate con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 6**. Con la spatola spostate il composto dalle pareti verso il fondo della caraffa.
5. Fate cuocere con il misurino inserito per **4 minuti/100 °C/velocità 2**. Versate sul composto il latte e fate sobbollire senza il misurino inserito per **10 minuti/90 °C/velocità 2**. Insaporite con sale, pepe, noce moscata e succo di limone. Spostate ancora una volta con la spatola il tutto dalle pareti della caraffa verso il fondo e lavorate con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 5**. Versate la salsa in una ciotola e pulite a fondo la caraffa.
6. Per il ripieno, insaporite la carne trita con ½ cucchiaino di sale e 2 pizzichi di pepe, quindi separatela con una forchetta, sminuzzandola. Spremete la pelle della salsiccia in modo da estrarre la carne interna e sminuzzatela con una forchetta. Pelate la cipolla, tagliatela a metà e sminuzzatela nella caraffa con il misurino inserito e il **tasto turbo/5 secondi**. Lavate il sedano e mondatelo. Pelate la carota, tagliate entrambi in tre parti e metteteli nella caraffa con la cipolla. Sminuzzate il tutto con il misurino inserito e il **tasto turbo/5 secondi**. Con l'aiuto della spatola spostate i pezzetti dalle pareti interne della caraffa verso il basso e sminuzzate ancora con il **tasto turbo/3 secondi**. Con l'aiuto della spatola spostate di nuovo i pezzetti dalle pareti interne della caraffa verso il basso. Unite l'olio, la carne trita e la salsiccia, poi fate rosolare senza il misurino inserito con il **tasto rosolare**. Sfumate con il vino rosso e fate cuocere senza il misurino inserito con il **tasto reverse/4 minuti/100 °C/velocità 1**.



7. Dividete la pasta in due metà e stendetele con l'apposita macchina in più riprese, fino a ottenere uno spessore di 1 mm. Ritagliate dalle sfoglie dei rettangoli di 10 x 8 cm. Fate cuocere i rettangoli di pasta, uno alla volta, in abbondante acqua salata in ebollizione per 1 minuto, poi stendeteli su un canovaccio tenendoli distanziati l'uno dall'altro.
8. Portate il forno a 180 °C. Stendete lungo il lato corto dei rettangoli di pasta un poco di ragù di carne e arrotolate la pasta con le mani leggermente inumidite. Distribuite la besciamella sul fondo di una pirofila capiente. Disponetevi quindi i cannelloni, uno accanto all'altro, poi cospargeteli con la salsa di pomodoro e la besciamella restanti. Spolverizzate con 100 g di parmigiano e fate cuocere in forno molto caldo per 15 minuti, quindi gratinate sotto il grill per altri 3 minuti, fino a rendere la superficie croccante.
9. Sfnate i cannelloni, cospargeteli con il parmigiano restante e serviteli.

CONSIGLIO

→ La ricetta rimane decisamente più rapida se acquistate la pasta fresca già pronta.



POLPETTE DI SELVAGGINA ALLA PANCETTA

1. Lavate la carne di selvaggina sotto il getto dell'acqua fredda corrente, asciugatela, liberatela di pelle e tendini e tagliatela a dadini di 4 cm di lato. Metteteli in freezer per 1 ora e quindi versateli nella caraffa. Sminuzzate la carne di selvaggina con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 5**, raccogliendo quella rimasta sulle pareti con la spatola e spingendola verso il fondo. Ripetete il procedimento fino a ottenere la consistenza desiderata. Versate la carne trita in una ciotola e tenetela in frigorifero fino all'uso successivo. Lavate la caraffa.
2. Tagliate il panino a dadini e ammolateli nel latte tiepido. Pelate gli scalogni e lo spicchio d'aglio, tagliate gli scalogni a metà. Mondate i cipollotti, lavateli e tagliateli a pezzetti lunghi circa 3 cm. Metteteli nella caraffa insieme con gli scalogni e lo spicchio d'aglio e sminuzzateli con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 8**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa e se necessario ripetete il procedimento. Con l'aiuto della spatola spostate ancora il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa.
3. Strizzate bene il pane e mettetelo nella caraffa con la carne trita, l'uovo, 1 cucchiaino di sale, ½ cucchiaino di pepe e la maggiorana, quindi mescolate con il misurino inserito per **1 minuto e 30 secondi/velocità 4**.
4. Con le mani inumidite formate 8 polpette.
5. Mondate il cipollotto restante, lavatelo e tagliatelo ad anelli sottili. Friggete le polpette in padella con l'olio d'oliva bollente per circa 3 minuti per lato. Toglietele dal condimento, scolatele su carta da cucina e friggete nello stesso olio la pancetta fino a quando sarà croccante.
6. Disponete su ogni piatto 2 polpette, decorate con le fette di pancetta e cospargete con gli anelli di cipollotto.

400 g di carne di selvaggina (cervo, capriolo o cinghiale)
 1 panino raffermo (30 g)
 100 ml di latte tiepido (fresco, 3,5 % di grassi)
 2 scalogni (50 g)
 1 spicchio d'aglio
 5 cipollotti (150 g)
 1 uovo (grandezza M)
 1 cucchiaino di sale
 ½ cucchiaino di pepe
 1 cucchiaino di maggiorana essiccata
 3 cucchiaini di olio d'oliva
 8 fette di pancetta

INOLTRE


1 cipollotto (30 g)


CONSIGLIO

→ Potete servire le polpette con del chutney al ribes.

 Per 4 porzioni

 Media

 Per porzione: ca. 317 kcal/1327 kJ
29 g P, 12 g G, 21 g C

 Pronto in: 1 h. 25 min.
Preparazione: 25 min. (+ raffreddamento: 1 h.)



ZUCCHINE RIPIENE

1. Tagliate il parmigiano a pezzetti e versateli nella caraffa, quindi sminuzzateli finemente con il misurino inserito e il **tasto turbo/10 secondi**. Versate il formaggio in una ciotola e pulite bene la caraffa.
2. Mettete il pane in una ciotola, copritelo completamente con il latte tiepido e lasciatelo ammollare. Nel frattempo mondate le zucchine, lavatele e disponetele nel cestello vapore piano. Versate nella caraffa 1 litro di acqua, disponetevi sopra il cestello vapore fondo, quindi applicate anche quello piano, richiudete e fate cuocere con il **tasto cottura al vapore/5 minuti**. Togliete le zucchine, tagliatele a metà e raccogliete la polpa interna con un cucchiaino, lasciando un margine esterno di almeno 5 mm. Pulite la caraffa.
3. Portate il forno a 180 °C. Per il ripieno, tagliate grossolanamente la mortadella e il prosciutto, metteteli nella caraffa e sminuzzateli con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 5**.
4. Unite nella caraffa la carne trita, l'uovo, il pane ammollato e strizzato così come due-terzi del parmigiano. Insaporite con sale e pepe e mescolate con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 4**, ottenendo un composto omogeneo. Se necessario ripetete l'operazione. Riempite le mezze zucchine con il composto.
5. Ungete leggermente d'olio una placca, disponetevi sopra le zucchine ripiene, quindi spolverizzatele con il resto del parmigiano e fatele cuocere nel forno ben caldo per 30 minuti, fino a quando il ripieno sarà perfettamente cotto. Servite le zucchine calde o tiepide, a piacere.

100 g di parmigiano (32 % di grassi)
 2 fette di pane bianco raffermo (60 g)
 500 ml di latte tiepido (fresco, 3,5 % di grassi)
 4 grosse zucchine (1 kg)
 150 g di mortadella
 50 g di prosciutto cotto
 200 g di carne trita di manzo
 1 uovo (grandezza M)
 ½ cucchiaino di sale
 ½ cucchiaino di pepe

INOLTRE


Olio d'oliva per la placca


CONSIGLIO

→ Verificate la temperatura interna del roastbeef con l'aiuto di un termometro per carne. Con una temperatura di 54–56 °C la cottura della carne corrisponde a media.

 Per 4 porzioni

 Minima

 Per porzione: ca. 480 kcal/2010 kJ
35 g P, 30 g G, 16 g C

 Pronto in: 50 min.
Preparazione: 20 min. (+ cottura: 30 min.)

GULASCH DI SELVAGGINA

1 kg di carne di selvaggina (cervo, capriolo o cinghiale)
4 cipolle (250 g)
2 carote (150 g)
1 pezzetto di sedano rapa (200 g)
8 bacche di ginepro
3 fichi secchi (75 g)
8 prugne secche (80 g)
3 rametti di rosmarino
50 g di burro
1 cucchiaino di sale
½ cucchiaino di pepe
1 foglia di alloro
400 ml di vino rosso forte e corposo, a temperatura ambiente
100 ml di brodo di carne molto caldo
2 cucchiaini di senape di Digione
1 cucchiaino di cognac

1. Lavate la carne di selvaggina sotto il getto dell'acqua fredda corrente, asciugatela, privatela di pelle e tendini e tagliatela a dadini di 2 cm di lato. Sbucciate le cipolle e dividetele a quarti. Mondate le carote, lavatele, pelatele e tagliatele a quartini. Pelate il sedano rapa e tagliatelo a quartini.
2. Pestate grossolanamente le bacche di ginepro nel mortaio. Tagliate in quattro i fichi e le prugne. Lavate il rosmarino, sgrondatelo per asciugarlo, staccate gli aghi e tritateli finemente.
3. Mettete nella caraffa il sedano rapa, le carote e le cipolle e sminuzzateli con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 6**. Versate il tutto in una ciotola.
4. Mettete nella caraffa il burro a pezzetti e fatelo fondere senza il misurino inserito per **1 minuto/100 °C/velocità 2**. Unite metà della carne e rosolatela senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/10 minuti**. Versate la carne in una ciotola e mettete nella caraffa l'altra selvaggina. Rosolatela senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/10 minuti**.
5. Unite la carne tolta precedentemente, le cipolle, le carote e il sedano e insaporite il tutto con 1 cucchiaino di sale, ½ cucchiaino di pepe, la foglia di alloro, il rosmarino tritato e le bacche di ginepro. Bagnate quindi con il vino rosso e il brodo di carne molto caldo. Unite le prugne e i fichi e fate cuocere il tutto con il misurino inserito e il **tasto reverse/20 minuti/100 °C/velocità 1**.
6. Togliete la caraffa, ponete il cestello di cottura sul coperchio come paraspruzzi, quindi fate cuocere il gulasch con il misurino inserito e il **tasto reverse/1 ora/85 °C/velocità 1**.
7. Incorporate la senape di Digione e una generosa spruzzata di cognac, regolate di sale e pepe e proseguite la cottura con il misurino inserito e il **tasto reverse/2 minuti e 30 secondi/80 °C/velocità 1**.

CONSIGLIO

→ Con il gulasch potete servire spätzle o cavolo rosso.





VITELLO TONNATO

1. Lavate la carne di vitello in acqua fredda corrente, asciugatela e mettetela nel cestello di cottura.
2. Mondate sedano, carota, cipolla e aglio, pelateli e lavateli. Dividete la cipolla a metà e tagliate il sedano e la carota a quarti. Versate nella caraffa sedano, carota, cipolla e aglio, poi sminuzzateli con il misurino inserito per **7 secondi/velocità 6**. Lavate il rosmarino e sgrondatelo per asciugarlo. Staccate gli aghi e versateli nella caraffa insieme con le foglie di alloro, i chiodi di garofano e 1 cucchiaino di sale. Bagnate con il vino bianco a temperatura ambiente e inserite il cestello di cottura con la carne. Versatevi 2 l di acqua molto calda, in modo che la carne sia completamente ricoperta di liquido. Fate cuocere con il misurino inserito per **15 minuti/100 °C/velocità 1**. Proseguite poi la cottura con il misurino inserito per **25 minuti/80 °C/velocità 1**.
3. Voltate la carne e continuate a cuocere con il misurino inserito per **25 minuti/80 °C/velocità 1**. Al termine della cottura sollevate il cestello usando la spatola. Scolate la carne e fatela raffreddare completamente per 1 ora. Tenete da parte 3 cucchiaini del brodo di cottura. Svuotate la caraffa, lavatela e asciugatela.
4. Per la salsa, sciacquate le acciughe e asciugatele. Scolate bene il tonno e i capperi in un setaccio a maglia fine. Versate le acciughe, il tonno, 2 cucchiaini di capperi, i tuorli, il succo di limone e l'aceto di vino bianco nella caraffa e sminuzzateli con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 6**. Con l'aiuto della spatola spostate il composto dalle pareti verso il fondo e frullate ancora con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 8**. Spostate di nuovo il composto dalle pareti verso il fondo usando la spatola.
5. Mescolate il tutto senza il misurino inserito e con il **tasto reverse/4 minuti/velocità 3**, versando lentamente l'olio e il fondo di cottura tenuto da parte attraverso il foro del coperchio. Profumate la salsa con il pepe, mescolate con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 3** e versate la salsa in una ciotola.
6. Con un coltello affilato ricavate dalla carne fredda delle fettine molto sottili e disponetele a ventaglio su un piatto da portata. Nappatele con la salsa al tonno, decorate con i capperi tenuti da parte e servite.

PER LA CARNE

600 g di carne di vitello
 1 costa di sedano (60 g)
 1 carota (70 g)
 1 cipolla (80 g)
 2 spicchi d'aglio
 1 rametto di rosmarino
 4 foglie di alloro
 2 chiodi di garofano
 1 cucchiaino di sale
 500 ml di vino bianco secco a temperatura ambiente

PER LA SALSA

4 filetti di acciuga
 1 scatola di tonno al naturale (140 g)
 5 cucchiaini di capperi sott'aceto
 2 tuorli (grandezza M)
 1 e ½ cucchiaini di succo di limone
 2 cucchiaini di aceto di vino bianco
 200 ml di olio d'oliva
 Pepe per insaporire

SPIGOLA ALL'ACQUA PAZZA

½ mazzetto di prezzemolo
2 spicchi d'aglio
250 g di pomodori ciliegino
30 ml di olio extravergine di oliva
¼ di cucchiaino di sale
6 pizzichi di pepe
40 ml di vino bianco secco
500 g di patate a pasta soda
2 spigole (circa 300 g cad.)

1. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo e staccate le foglioline dagli steli. Sbucciate gli spicchi d'aglio e metteteli con il prezzemolo nella caraffa. Sminuzzateli con il misurino inserito e il **tasto turbo/ 5 secondi**. Togliete metà di questo composto aromatico e tenetelo da parte.
2. Lavate i pomodori e tagliateli a quarti. Versate nella caraffa 20 ml di olio insieme con i pomodori, insaporite con ¼ di cucchiaino di sale e 2 pizzichi di pepe e fate cuocere senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/3 minuti**.
3. Unite il vino e fate sobbollire senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/ 5 minuti**. Versate il tutto in una ciotola e pulite bene la caraffa.
4. Sbucciate le patate, lavatele e tagliatele a pezzetti di 3 cm. Lavate bene le spigole, asciugatele, insaporite ognuna sia internamente sia esternamente con ¼ di cucchiaino di sale e 2 pizzichi di pepe, oltre a una parte del composto di aglio e prezzemolo.
5. Versate nella caraffa 1 litro di acqua, posizionate il cestello vapore fondo e distribuitevi le patate. Applicare al cestello vapore fondo il cestello vapore piano foderato di carta da forno inumidita (fate attenzione a non chiudere tutte le fessure per garantire comunque il passaggio del vapore), disponetevi le spigole e copritele con un poco della salsa di pomodoro. Richiudete con il coperchio e fate cuocere con il **tasto cottura al vapore/25 minuti**.
6. Togliete i cestelli vapore e svuotate la caraffa. Versate nella caraffa il liquido formatosi intorno ai pesci, unite il composto di prezzemolo rimasto, la salsa di pomodoro e l'olio restanti, quindi mescolate il tutto con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 4**.
7. Regolate di sale e mescolate il tutto con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 1**. Servite il pesce ben caldo, accompagnato dalle patate e dalla salsa.





NASELLO SU LETTO DI CAROTE

1. Con lo spelucchino o un rigalimoni prelevate la scorza dell'arancia. Dividete il frutto a filetti, raccogliendo il succo.
2. Lavate il filetto di nasello, asciugatelo tamponandolo con carta da cucina e mettetelo su un piatto. Irroratelo di succo d'arancia e unitevi la scorza e 1 pizzico di pepe. Fatelo riposare per 10 minuti.
3. Nel frattempo mondate le carote, pelatele, lavatele e tagliatele a pezzetti lunghi 5 cm; se le carote sono molto grosse, tagliatele a metà nel senso della lunghezza. Versate nella caraffa il burro con lo zucchero e fatelo fondere con il misurino inserito per **2 minuti/110 °C/velocità 1**.
4. Unite i pezzetti di carota e sminuzzateli con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 6**. Distribuite quindi le carote nel cestello vapore fondo e insaporitele con ¼ di cucchiaino di sale.
5. Versate nella caraffa il brodo vegetale caldo. Applicatevi il cestello vapore fondo e quello piano. Cospargete il filetto di pesce con ½ cucchiaino di sale e disponetelo nel cestello vapore piano. Irrorate con la marinata. Richiudete con il coperchio e fate cuocere con il **tasto cottura al vapore/10 minuti**.
6. Togliete con molta cautela il coperchio e il cestello vapore piano, unite alle carote i filetti di arancia e applicate di nuovo il cestello vapore piano a quello fondo. Richiudete con il coperchio e fate cuocere con il **tasto cottura al vapore/3 minuti**. In questo modo si interrompe la fase di ebollizione, così che possa iniziare il processo della cottura al vapore.
7. Nel frattempo lavate l'erba cipollina, sgrondatela per asciugarla e tagliatela a rondelle fini. Servite infine il pesce con l'erba cipollina a rondelle.

PER IL PESCE

1 arancia non trattata (150 g)
400 g di filetto di nasello
1 pizzico di pepe
½ cucchiaino di sale

PER IL LETTO DI CAROTE

10 carote (600 g)
1 cucchiaino di burro
1 cucchiaino di zucchero
¼ di cucchiaino di sale

INOLTRE

1 l di brodo vegetale caldo
½ mazzetto di erba cipollina


CONSIGLIO


→ Potete accompagnare questo piatto con patate bollite con la buccia.



 Per 4 porzioni

 Minima

 Per porzione: ca. 146 kcal/611 kJ
20 g P, 2 g G, 13 g C

 Pronto in: 40 min.
Preparazione: 25 min. (+ cottura: 15 min.)



IMPEPATA DI COZZE

PER LE COZZE

- 1 mazzetto di prezzemolo
- 1,3 kg di cozze
- ½ cucchiaino di sale
- ¾ di cucchiaino di pepe
- 2 cipolle (160 g)
- 2 spicchi d'aglio

PER IL PANE DI ACCOMPAGNAMENTO

- 1 grosso spicchio d'aglio
- 4 cucchiaini di olio d'oliva
- 1 cucchiaino di origano essiccato (raso)
- 1 pizzico di sale
- 8 fette di pane ciabatta (160 g)

1. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo, staccate le foglioline dagli steli e mettetelo nella caraffa. Sminuzzatele con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**. Travasate il prezzemolo in un recipiente e lavate la caraffa.
2. Pulite bene le cozze, eliminando le barbe e i molluschi aperti o danneggiati. Disponete le cozze restanti nel cestello vapore fondo e insaporitele con ½ cucchiaino di sale e ¾ di cucchiaino di pepe.
3. Sbucciate le cipolle e gli spicchi d'aglio, tagliate a metà le cipolle e riempite la caraffa con 1 litro d'acqua. Inserite il cestello vapore fondo, chiudete e fate cuocere con il **tasto cottura al vapore/ 25 minuti**, finché si saranno aperti.
4. Nel frattempo, per il pane di accompagnamento riscaldare il forno a 200 °C. Sbucciate lo spicchio d'aglio, spremetelo nello spremiaglio e mettetelo in una ciotola con l'olio d'oliva, l'origano e 1 pizzico di sale, quindi mescolate il tutto. Con il composto ottenuto cospargete le fette di pane ciabatta e mettetelo ad abbrustolire per 5 minuti nel forno caldo.
5. Togliete il cestello vapore ed eliminate le cozze che sono rimaste chiuse. Mettete i molluschi restanti in una ciotola, cospargeteli con il prezzemolo e serviteli accompagnandole con le fette di pane tostate.



SEPIE RIPIENE

1. Ammollate il pane raffermo in acqua fredda. Sciacquate i capperi e le acciughe dal sale di conservazione e fateli scolare bene in un setaccio.
2. Nel frattempo pulite le seppioline togliendo testa e tentacoli e lavatele bene sotto il getto dell'acqua fredda corrente. Tagliate il pecorino a pezzetti, versateli nella caraffa e sminuzzateli con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 10**. Trasferite il formaggio in una ciotola.
3. Portate il forno a 180 °C. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo, staccate le foglioline e versatele nella caraffa, quindi sminuzzatele con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 8**.
4. Sbucciate lo spicchio d'aglio, unitelo al prezzemolo e sminuzzatelo con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 6**. Con l'aiuto della spatola spostate i pezzetti rimasti sulle pareti interne della caraffa verso il basso. Strizzate bene il pane e versatelo nella caraffa insieme con le uova, le acciughe, i capperi e il pecorino. Regolate di sale e pepe e mescolate il tutto con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 4**, ottenendo un composto omogeneo.
5. Versate il composto in una tasca da pasticciere con bocchetta grande e riempite le seppioline. Richiudete la cavità dei molluschi con stecchini di legno o filo da cucina. Ungete leggermente d'olio uno stampo o una pirofila, distribuitevi le seppioline e fatele cuocere nel forno caldo per 40 minuti. Sfnate le seppioline e servitele calde.

- 300 g di pane raffermo
- 2 cucchiaini di capperi sotto sale
- 4 filetti di acciuga sotto sale
- 1 kg di seppioline intere
- 100 g di pecorino
- 1 mazzetto di prezzemolo
- 1 spicchio d'aglio
- 2 uova (grandezza M)
- ¼ di cucchiaino di sale
- ¼ di cucchiaino di pepe

INOLTRE

- Olio d'oliva per lo stampo
- Stecchini o filo da cucina



SEPPIOLINE CON I PISELLI

800 g di sepioline pronte per la cottura
1 cipolla (80 g)
4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
100 ml di vino bianco secco
500 g di piselli congelati
1 cucchiaino di sale
½ cucchiaino di pepe nero
Brodo vegetale
o fumetto di pesce caldi, se necessario

1. Lavate le sepioline sotto il getto dell'acqua fredda corrente, asciugatele con carta da cucina e tagliatele a listarelle di 1,5 cm.
2. Sbucciate la cipolla, dividetela a metà, mettetela nella caraffa e sminuzzatela con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 6**. Con l'aiuto della spatola spostate i pezzetti rimasti sulle pareti verso il fondo della caraffa. Unite l'olio d'oliva e fate appassire senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/2 minuti/100 °C**.
3. Aggiungete le sepioline e fatele insaporire senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare**. Sfumate con il vino bianco e fate cuocere il tutto senza il misurino inserito e con il **tasto reverse/10 minuti/100 °C/velocità 1**, in modo che il vino possa evaporare.
4. Versate nella caraffa i piselli, 1 cucchiaino di sale e ½ cucchiaino di pepe nero, quindi fate cuocere con il misurino inserito e il **tasto reverse/10 minuti/90 °C/velocità 1**. Se necessario unite un poco di acqua, brodo vegetale o fumetto di pesce caldi e proseguite la cottura con il misurino inserito e il **tasto reverse/5 minuti/90 °C/velocità 1**.

CONSIGLIO

→ Accompagnate lo stufato di sepioline e piselli con riso bollito o pane bianco.



COZZE IN GUAZZETTO PICCANTE

1. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo e staccate le foglioline dai gambi. Versatele nella caraffa, sminuzzatele con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**, quindi mettetele in una ciotola. Lavate le cozze sotto il getto dell'acqua fredda corrente. Eliminate i molluschi già aperti.
2. Sbucciate gli spicchi d'aglio e versateli nella caraffa insieme con i peperoncini. Sminuzzateli con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**, poi con la spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa. Unite i semi di finocchio e 3 cucchiaini di olio d'oliva e fate rosolare il tutto senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/5 minuti/100 °C**.
3. Versate la polpa di pomodoro, il vino a temperatura ambiente, 125 ml di acqua a temperatura ambiente e 1 cucchiaino di sale, poi fate cuocere con il misurino inserito per **15 minuti/100 °C/velocità 1**.
4. Mettete le cozze nel cestello vapore fondo, disponetelo sulla caraffa, chiudete con il coperchio e fate cuocere con il **tasto cottura al vapore/15 minuti**.
5. Scaldare l'olio rimasto in una padella capiente e tostatevi le fette di pane a fuoco medio su entrambi i lati. Profumatele con ¼ di cucchiaino di pepe complessivamente.
6. Versate le cozze in una ciotola capiente, eliminando al contempo i molluschi ancora chiusi. Copritele con la salsa piccante, cospargetele di prezzemolo tritato e servitele con il pane tostato.

1 mazzetto di prezzemolo
2 kg di cozze
4 spicchi d'aglio
2 peperoncini piccanti essiccati
2 cucchiaini di semi di finocchio
3 cucchiaini di olio d'oliva
800 g di polpa di pomodoro in scatola
250 ml di vino bianco secco a temperatura ambiente
1 cucchiaino di sale

INOLTRE

5 cucchiaini di olio d'oliva
4 fette spesse di pane bianco (160 g)
¼ di cucchiaino di pepe

QUICHE DI VERZA CON SALMONE

PER LA PASTA

100 g di burro morbido
200 g di farina (tipo 00)
100 g di formaggio quark magro
(0,2 % di grassi)
1 uovo (grandezza M)
1 pizzico di sale

PER IL RIPIENO

1 verza (800 g)
3 cucchiaini di olio d'oliva
¾ di cucchiaino di sale
4 pizzichi di pepe
1 pizzico di noce moscata
grattugiata
70 g di pomodori secchi
200 ml di panna fredda
(30 % di grassi)
100 g di crème fraîche
(30 % di grassi)
4 uova (grandezza M)
150 g di salmone affumicato
150 g di pomodori ciliegino

INOLTRE

Burro morbido per lo stampo
Farina (tipo 00) per la spianatoia
Fagioli per la cottura del guscio
di pasta

1. Preparate la pasta: mettete nella caraffa il burro a pezzetti insieme con gli altri ingredienti e impastate con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 4**. Togliete l'impasto dalla caraffa, formate una palla, avvolgetela nella pellicola trasparente e mettetela in frigorifero per 1 ora. Lavate bene la caraffa.
2. Spennellate di burro lo stampo per la quiche. Portate il forno a 200 °C.
3. Stendete la pasta sulla spianatoia infarinata. Foderate lo stampo con la sfoglia ottenuta, copritela con la carta da forno, quindi distribuitevi i fagioli. Cuocete il disco di pasta in forno per 10 minuti, sfornatelo, eliminate i fagioli e la carta e fate raffreddare il fondo. Portate il forno a 170 °C.
4. Per il ripieno, mondate la verza, sfoagliatela e spezzettatela, eliminando le nervature centrali delle foglie e il torsolo. Lavatela e asciugatela nella centrifuga, quindi dividetela in due porzioni e mettetene una nella caraffa, sminuzzandola per **5 secondi/velocità 5**. Versate il risultato in una ciotola e ripetete l'operazione con l'altra metà.
5. Versate anche la prima metà di verza sminuzzata nella caraffa con l'olio e fate rosolare con il misurino inserito e il **tasto reverse/3 minuti/110 °C/velocità 1**. Versate 4 cucchiaini di acqua calda, ½ cucchiaino di sale, 3 pizzichi di pepe e 1 pizzico di noce moscata. Fate cuocere il tutto senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/3 minuti/100 °C**, poi versatelo in una ciotola.
6. Mettete nella caraffa i pomodori secchi e sminuzzateli con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 8**. Se necessario ripetete il procedimento. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa.
7. Aggiungete la panna fredda, la crème fraîche, le uova, ¼ di cucchiaino di sale e 1 pizzico di pepe, quindi mescolate il tutto con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 6**. Unite la verza e mescolate con il **tasto reverse/1 minuto/velocità 1**.
8. Tagliate a pezzetti il salmone affumicato. Lavate i pomodori, eliminate il picciolo e divideteli a metà. Distribuite il ripieno di verza sulla pasta, ponetevi sopra il salmone e i pomodori e fate cuocere la quiche nel forno caldo per circa 40 minuti. Se il composto non fosse ancora sufficientemente sodo, prolungate di qualche minuto la cottura in forno.
9. Sfornate e servite.

CONSIGLIO

→ Per dare un tocco di sapore in più potete aggiungere dei pinoli: basterà distribuirne circa 2 cucchiaini sulla quiche prima della cottura in forno.



SALMONE AL VAPORE CON LEMONGRASS

700 g di filetto di salmone
senza pelle
2 steli di lemongrass
2 peperoncini rossi piccanti (15 g)
4 scalogni thai (90 g)
2 spicchi d'aglio
200 g di funghi champignon
1 l di brodo vegetale
a temperatura ambiente
4 cucchiaini di salsa di pesce
2 cucchiaini di succo di lime
1 cucchiaino di zucchero di palma
1 cucchiaino di pepe bianco
2 rametti di basilico thai

1. Lavate il filetto di salmone sotto il getto dell'acqua fredda corrente, asciugatelo con carta da cucina, quindi tagliatelo in quattro parti di uguali dimensioni e mettetelo nel cestello vapore fondo. Tenetelo da parte.
2. Mondate il lemongrass, lavatelo e tagliate la parte bianca a pezzetti. Dividete a metà i peperoncini, privateli dei semi e lavateli dentro e fuori. Pelate gli scalogni e gli spicchi d'aglio e dividete gli scalogni a metà.
3. Versate nella caraffa gli scalogni, l'aglio e i peperoncini e sminuzzateli per **5 secondi/velocità 6**. Mettete il tutto nel mortaio e lavate bene la caraffa.
4. Mettete nel mortaio anche il lemongrass e schiacciatelo con gli scalogni, l'aglio e i peperoncini. Eliminate quindi gli steli duri del lemongrass.
5. Mondate i funghi, passateli con un telo inumidito e tagliateli a fettine di 0,5 cm. Distribuite i funghi sul fondo del cestello vapore piano.
6. Versate nella caraffa il brodo vegetale a temperatura ambiente. Applicare il cestello vapore fondo con il filetto di salmone, richiudete con il coperchio e fate cuocere con il **tasto cottura al vapore/10 minuti**.
7. Applicare anche il cestello vapore piano con gli champignon, richiudete con il coperchio e fate cuocere ancora con il **tasto cottura al vapore/10 minuti**, interrompendo in questo modo il processo di ebollizione, così che inizi immediatamente la cottura al vapore.
8. Quando il tempo di cottura è terminato, togliete entrambi i cestelli vapore e tenete tutto da parte.
9. Per la salsa, versate il brodo in un recipiente, misuratelo e rimettetene nella caraffa soltanto 100 ml. Aggiungete la salsa di pesce, il succo di lime, lo zucchero di palma, il contenuto del mortaio e 1 cucchiaino di pepe bianco, quindi portate a ebollizione con il misurino inserito per **4 minuti/100 °C/velocità 3**.
10. Nel frattempo lavate il basilico thai, sgrondatelo per asciugarlo e staccate le foglioline. Disponete i filetti di salmone sui piatti, unite anche i funghi e la salsa, quindi distribuitevi le foglie di basilico e servite.





POLPETTE DI PESCE CON SALSA ALLE ERBE

1. Sciacquate i filetti di pesce sotto acqua fredda corrente e asciugateli. Versate nella caraffa 1 l di acqua fredda, applicate il cestello vapore fondo e disponetevi i filetti di pesce. Richiudete con il coperchio e fate cuocere con il **tasto cottura al vapore**. Lasciate poi raffreddare il pesce in frigorifero per una notte.
2. Il giorno seguente, per la salsa alle erbe versate nella caraffa 500 ml di acqua a temperatura ambiente. Applicatevi il cestello di cottura e mettetevi le uova. Rassodatele con il misurino inserito per **14 minuti/120 °C/velocità 1**. Trascorso il tempo di cottura togliete dalla caraffa il cestello di cottura aiutandovi con la spatola, quindi passate le uova sotto il getto dell'acqua fredda corrente e lasciatele raffreddare completamente. Lavate la caraffa sciacquandola più volte in acqua fredda e fatela raffreddare per 15 minuti. Per le polpette, private il pane della crosta e bagnatelo con la panna.
3. Lavate l'aneto, sgrondatelo per asciugarlo ed eliminate gli steli più grossi. Scolate i capperi dall'aceto di conservazione. Versate aneto e capperi nella caraffa e sminuzzateli con il misurino inserito e il **tasto turbo/2 secondi**. Con la spatola spostate il composto dalle pareti verso il fondo della caraffa.
4. Unite al composto di aneto e capperi nella caraffa il pangasio a pezzetti e lavorate il tutto con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 5**. Aggiungete il pane ammorbidito e strizzato, le uova, ¼ di cucchiaino di sale, 1 pizzico di pepe e la scorza di limone grattugiata, e lavorate il tutto con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 4**, fino a ottenere un composto omogeneo. Regolate di sale e pepe e mescolate ancora con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 2**. Versate il composto in una ciotola e con le mani inumidite formate delle polpette.
5. Scaldate l'olio di semi di girasole in una padella e friggetevi le polpette 5 minuti per parte, fino a quando saranno intensamente dorate. Lavate le foglie di insalata, asciugatele e disponetele sui piatti. Adagiate le polpette sulle foglie di insalata. Disponete le polpette di pesce sull'insalata.
6. Per la salsa, lavate le erbe aromatiche, sgrondatele, staccate le foglioline dagli steli e mettetele tutte nella caraffa, tranne l'erba cipollina. Sminuzzatele con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 8**. Spezzettate l'erba cipollina a mano e versatela nella caraffa. Mettete nella caraffa la senape, il succo di lime, l'olio di vinaccioli e la crème fraîche, quindi mescolate il tutto con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 5**. Regolate di sale e pepe e mescolate ancora per **10 secondi/velocità 2**.
7. Sgusciate le uova sode, tagliatele a dadini sottili e incorporatele al resto degli ingredienti nella caraffa usando il **tasto reverse/10 secondi/velocità 1**. Servite la salsa alle erbe insieme con le polpette di pesce.

PER LE POLPETTE DI PESCE

400 g di filetti di pangasio
 4 fette di pancarrè integrale (160 g)
 5 cucchiaini di panna (30 % di grassi)
 ½ mazzetto di aneto
 2 cucchiaini di capperi sott'aceto
 2 uova (grandezza M)
 ¼ di cucchiaino di sale
 1 pizzico di pepe
 ½ cucchiaino di scorza grattugiata di 1 limone non trattato
 3 cucchiaini di olio di semi di girasole

PER LA SALSA ALLE ERBE

2 uova (grandezza M)
 ½ mazzetto di erbe aromatiche miste (per es. prezzemolo, erba cipollina, aneto)
 1 cucchiaino di senape
 3 cucchiaini di succo di lime
 6 cucchiaini di olio di vinaccioli
 50 g di crème fraîche (30 % di grassi)
 Sale e pepe per insaporire

INOLTRE

½ cespo di insalata iceberg (150 g)

PASTICCIO DI PESCE IN CROSTA DI SFOGLIA

1,2 kg di filetti di trota
2 cucchiaini di sale + 1 presa
½ cucchiaino di pepe
400 ml di panna fredda
(30 % di grassi)
1 confezione di pasta sfoglia
(450 g, surgelata)
1 mazzetto di aneto
1 cucchiaino di pepe rosa
2 uova (grandezza M)

INOLTRE

Farina (tipo 00) per la spianatoia
Burro per lo stampo

1. Lavate i filetti di trota, asciugateli con carta da cucina, tagliateli a pezzetti e frullateli nella caraffa con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 6**. Raccogliete con la spatola i pezzetti di pesce rimasti sulle pareti della caraffa e spingeteli verso il basso, poi frullateli di nuovo con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 6**. Se necessario ripetete il procedimento fino a ottenere una purea di pesce molto omogenea e liscia.
2. Unite 2 cucchiaini di sale e ½ cucchiaino di pepe e mescolate il tutto con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 4**. Mettete la caraffa in frigorifero per circa 45 minuti, oppure versate il composto in una ciotola e ponetela sempre in frigorifero.
3. Trascorso questo tempo, incorporate la panna fredda al composto di pesce nella caraffa, frullando con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 4**. Togliete il ricavato dalla caraffa travasandolo in una ciotola e lasciatelo in freezer per 45 minuti. Pulite bene la caraffa.
4. Portate il forno a 200 °C.
5. Fate scongelare i singoli fogli di pasta sfoglia su un canovaccio pulito per 10 minuti, quindi stendete metà sulla spianatoia infarinata. Ungete lo stampo a cerniera con uno strato sottile di burro, poi foderate fondo e pareti con la sfoglia stesa.
6. Lavate l'aneto, sgrondatelo per asciugarlo, staccate le foglioline e tritatele finemente. Schiacciate grossolanamente il pepe rosa nel mortaio.
7. Separate le uova, applicate l'accessorio mixer e montate gli albumi a neve ben soda con 1 pizzico di sale e il misurino inserito per **3 minuti/velocità 4**. Unite agli albumi l'aneto, il pepe e il composto di pesce, e mescolate il tutto con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 3**. Versate il composto nello stampo.
8. Stendete in uno strato sottile la sfoglia restante. Con un bicchierino piccolo capovolto ricavate un foro rotondo al centro, che fungerà da camino da cui uscirà poi il vapore durante la cottura. Ritagliate la sfoglia nelle dimensioni dello stampo e posatela sul ripieno. Con la pasta avanzata ritagliate prima 5 foglie, poi con quella rimasta formate un rotolo sottile che applicherete lungo tutto il bordo della torta per chiudere bene il bordo. Distribuite sulla superficie le foglie in modo decorativo.
9. Mescolate i tuorli con 2 cucchiari di acqua e spennellate il ricavato sulla torta. Fatela cuocere in forno per 50 minuti. Il pasticcio può essere servito sia caldo sia freddo.



SALMONE CON ASPARAGI

1 limone (80 g)
2 barbabietole piccole (400 g)
750 g di asparagi bianchi
1 cucchiaino di sale
1 pizzico di zucchero
600 g di filetti di salmone
(con la pelle)
2 pizzichi di pepe
300 g di piselli freschi,
senza baccello
(in alternativa, congelati)
4 rametti di aneto
50 g di burro

1. Spremete il limone. Versate nella caraffa 1,5 litri di acqua a temperatura ambiente e unite metà del succo di limone. Lavate molto bene le barbabietole usando guanti monouso, mettetele nel cestello di cottura e applicatelo alla caraffa. Fate cuocere le barbabietole con il misurino inserito per **20 minuti/100 °C/velocità 1**.
2. Nel frattempo lavate gli asparagi, mondateli, pelateli ed eliminate le estremità legnose. Metteteli nel cestello vapore fondo. Insaporiteli con ¼ di cucchiaino di sale e 1 pizzico di zucchero.
3. Lavate i filetti di salmone in acqua fredda corrente, asciugateli e controllate che siano privi di lisce. Tagliate i filetti di salmone a pezzetti, disponeteli nel cestello vapore piano, uno accanto all'altro, quindi insaporite con 1 pizzico di sale e 1 di pepe. Applicare il cestello vapore piano in quello fondo, poi richiudete con il coperchio.
4. Sistemate i cestelli vapore sulla caraffa e fate cuocere tutto, insieme alle barbabietole, con il **tasto cottura al vapore/10 minuti**.
5. Togliete con attenzione il coperchio insieme con il cestello vapore piano (attenzione: vapore caldissimo!), distribuite i piselli nel cestello, richiudete di nuovo, applicate ancora nel cestello vapore fondo e proseguite la cottura con il **tasto cottura al vapore/5 minuti**. In questo modo si interrompe il processo di ebollizione.
6. Nel frattempo lavate l'aneto e sgrondatelo per asciugarlo. Staccate le foglioline e tagliatele grossolanamente. Trascorso il tempo di cottura, toglie i cestelli vapore e teneteli da parte chiusi. Togliete anche il cestello di cottura utilizzando la spatola. Svuotate la caraffa e sciacquatela con acqua fredda. Passate le barbabietole sotto il getto dell'acqua fredda, quindi pelatele ancora molto calde e tagliatele a quarti.
7. Versate nella caraffa le barbabietole con 1 spruzzata di succo di limone, ½ cucchiaino di sale e 1 pizzico di pepe, poi frullate il tutto con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 8**. Usando la spatola spostate il composto dalle pareti verso il fondo della caraffa. Unite il burro e frullate ancora una volta con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 7**. Usando la spatola spostate ancora il composto dalle pareti verso il fondo della caraffa. Regolate di sale e pepe e mescolate con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 4**.
8. Nappate ogni piatto con una cucchiata di crema di barbabietole, distribuitevi piselli e asparagi, mettete in ciascun piatto 1 pezzo di salmone, decorate con l'aneto e servite.

PIATTO
UNICO





CRÊPES ALLA BRETONE CON ASPARAGI

PER LE CRÊPES

- 50 g di farina (tipo 00)
- 1 pizzico di lievito in polvere
- 1 pizzico di sale
- 1 uovo (grandezza M)
- 100 ml di latte freddo (fresco, 3,5 % di grassi)
- 4 cucchiaini di acqua minerale gassata
- 1 cucchiaino di burro

PER GLI ASPARAGI

- 1,5 kg di asparagi bianchi
- 1 cucchiaino di sale
- 1 cucchiaino di zucchero
- 1 cucchiaino di burro

1. Per le crêpes, versate nella caraffa la farina, il lievito, 1 pizzico di sale, l'uovo e il latte freddo, quindi mescolate con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 3**. Fate riposare l'impasto per 15 minuti.
2. Unite quindi l'acqua minerale e mescolate con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 3**. Versate la pastella in una ciotola e mettetela in frigorifero. Pulite bene la caraffa.
3. Mondate gli asparagi. Eliminate le estremità legnose e raschiate l'ultimo terzo. Lavate gli asparagi e fateli scolare. Riempite la caraffa con 1 litro di acqua fredda. Aggiungete 1 cucchiaino di sale, lo zucchero e il burro. Distribuite gli asparagi nel cestello di cottura fondo, richiudetelo e fate cuocere con il **tasto cottura al vapore/30 minuti**. Togliete gli asparagi e lasciateli scolare.
4. Per le crêpes, scaldate il burro in una padellina su fuoco medio e preparate con la pastella quattro frittatine sottili, una dopo l'altra. Disponete al centro di ognuna gli asparagi, arrotolate le crêpes e servitele.

CONSIGLIO

→ Potete accompagnare le crêpes agli asparagi con salsa olandese (vedi pag. 24).



FONDUTA DI FORMAGGIO AL POMODORO

1. Portate il forno a 200 °C. Lavate le patate novelle e tagliatele in quattro. Lavate il rosmarino e sgrondatele per asciugarlo, poi staccate gli aghi. Foderate una placca con la carta da forno, distribuitevi le patate con il rosmarino, conditele con l'olio d'oliva, il sale e il pepe. Fate cuocere le patate nel forno caldo per 30 minuti, fino a quando saranno dorate e croccanti.
2. Nel frattempo tagliate l'emmentaler e il gruyère grossolanamente a pezzetti e sminuzzateli finemente in 2 porzioni nella caraffa con il misurino inserito, calcolando **25 secondi/velocità 10** per ogni porzione. Versate il formaggio in una ciotola e tenetelo da parte. Lavate bene la caraffa.
3. Mescolate 2-3 cucchiaini di vino rosso con la fecola, ottenendo un composto omogeneo. Versate nella caraffa la passata di pomodoro, il vino rosso restante, il composto di vino e fecola e le erbe, e fate cuocere con il misurino inserito per **5 minuti/100 °C/velocità 2**. Proseguite poi la cottura senza il misurino inserito per altri **10 minuti/95 °C/velocità 2**, incorporando gradualmente il formaggio versato attraverso il foro di riempimento. La fonduta sarà pronta quando il formaggio sarà completamente fuso.
4. Versate la fonduta nel tegame del fornello apposto e servitela molto calda, accompagnata dalle patate al forno.

- 800 g di patate novelle a pasta soda
- 2 rametti di rosmarino
- 25 ml di olio d'oliva
- 1 cucchiaino di sale marino
- 2 pizzichi di pepe
- 250 g di emmentaler (45 % di grassi)
- 250 g di gruyère (49 % di grassi)
- 150 ml di vino rosso
- 1 cucchiaino di fecola o amido per alimenti
- 500 g di passata di pomodoro
- 1 cucchiaino di erbe aromatiche per pizza

QUICHE DI CAVOLO ROSSO

PER LA PASTA

150 g di farina (tipo 00)
½ cucchiaino di sale
100 g di formaggio quark
(0,2 % di grassi)
70 g di burro freddo

PER IL RIPIENO

1 pezzo di cavolo rosso (300 g)
1 cipolla (75 g)
30 g di burro
2 cucchiaini di aceto di mele
200 ml di brodo vegetale caldo
1 pizzico di zucchero
1 pizzico di chiodi di garofano
macinati
50 g di semi di girasole
4 rametti di timo
100 ml di panna fredda
(30 % di grassi)
100 ml di latte freddo
(fresco, 3,5 % di grassi)
2 uova (grandezza L)
½ cucchiaino di sale
3 pizzichi di pepe
100 g di caprino fresco
(45 % di grassi)
1 cucchiaio di olio d'oliva

INOLTRE

Burro per lo stampo

1. Preparate la pasta: versate nella caraffa la farina, ½ cucchiaino di sale, il formaggio quark e il burro freddo, quindi impastate il tutto con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 4**, fino a ottenere una pasta liscia e omogenea. Stendetela e usatela per foderare uno stampo da crostata o a cerniera imburato. Mettete lo stampo in frigorifero per 30 minuti. Lavate bene la caraffa.
2. Per il ripieno, mondate il cavolo rosso, eliminate il torsolo centrale, lavatelo e spezzettatelo grossolanamente. Sbucciate la cipolla, dividetela a quarti, mettetela nella caraffa con il cavolo rosso e sminuzzateli grossolanamente con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 5**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa.
3. Unite il burro a pezzetti e fate appassire senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/3 minuti**. Bagnate con l'aceto di mele e il brodo vegetale caldo. Insaporite con lo zucchero e i chiodi di garofano macinati e lasciate stufare con il misurino inserito per **10 minuti/100 °C/velocità 1**. Versate in uno scolapasta, lasciate scolare e fate raffreddare per 15 minuti. Pulite bene la caraffa, sciacquandola più volte con acqua fredda.
4. Portate il forno a 180 °C. Tostate i semi di girasole in una padellina bollente senza condimento. Lavate il timo, sgrondatelo per asciugarlo e staccate le foglioline dai rami.
5. Versate nella caraffa la panna e il latte freddi, le uova, ½ cucchiaino di sale e 3 pizzichi di pepe, quindi mescolate il tutto con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 4**.
6. Mettete il cavolo ormai freddo sulla pasta, poi copritelo uniformemente con la crema di panna. Distribuitevi in superficie i pezzetti di caprino fresco, i semi di girasole tostati e le foglioline di timo. Condite con 1 cucchiaio di olio e fate cuocere in forno per 30 minuti, fino a quando la quiche sarà dorata. Se il ripieno non risulta ancora ben rappreso proseguite la cottura per qualche minuto.

CONSIGLIO

→ Potete servire la quiche con insalata verde.



POLPETTE DI QUINOA CON DIP

PER LE POLPETTE

- 200 g di quinoa
- 2 piccole patate dolci (400 g)
- 2 cipolle rosse (140 g)
- 1 piccolo peperone rosso (120 g)
- 2 spicchi d'aglio
- 3 cucchiaini di olio d'oliva
- 400 g di fagioli pinto in scatola, in alternativa borlotti
- 1 mazzetto di prezzemolo (piccolo)
- 2 lime (120 g)
- 3 rametti di origano
- 40 g di semi di canapa, in alternativa semi di girasole
- 1 cucchiaino di cumino macinato
- 1 uovo (grandezza L)
- ¼ di cucchiaino di sale
- ¼ di cucchiaino di pepe

PER IL DIP

- 1 spicchio d'aglio
- 4 cucchiaini di panna acida (10 % di grassi)
- 1 cucchiaino di paprica
- 1 pizzico di peperoncino piccante in polvere
- 2 cucchiaini di succo di limone
- 1 cucchiaino di olio di semi di lino

1. Sciacquate la quinoa in un setaccio e fatela scolare bene. Versatela in una pentola e copritela con doppia quantità di acqua, quindi fatela cuocere a fuoco medio e con il coperchio per 15 minuti. Spegnete la fiamma e lasciatela riposare per altri 15 minuti, mescolando di tanto in tanto.
2. Nel frattempo pelate le patate dolci, tagliatele a dadini di 2,5 cm e versatele nel cestello di cottura. Applicare il cestello di cottura alla caraffa, versatevi 500 ml di acqua tiepida e fatele cuocere con il misurino inserito per **25 minuti/90 °C/velocità 1**.
3. Togliete il cestello di cottura, eliminate l'acqua dalla caraffa, mettete le patate dolci nella caraffa e sminuzzatele con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**. Travasate il ricavato in una ciotola capiente e lavate bene la caraffa.
4. Sbucciate le cipolle e tagliatele a quarti; mondate il peperone, tagliatelo a falde, privatelo dei semi e del picciolo, quindi lavatelo internamente ed esternamente; dividete le falde a metà.
5. Pelate gli spicchi d'aglio. Versate nella caraffa le cipolle, i peperoni e gli spicchi d'aglio, quindi sminuzzateli con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 6**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito dalle pareti verso il fondo della caraffa. Aggiungete 1 cucchiaino di olio e fate rosolare senza il misurino inserito e con il **tasto rosolare/5 minuti/100 °C**. Mettete il ricavato in una ciotola.
6. Scolate i fagioli in uno scolapasta e sciacquateli bene. Lavate il prezzemolo, sgrondatelo per asciugarlo e staccate le foglioline dai gambi. Versate nella caraffa le foglie di prezzemolo e i fagioli, quindi sminuzzateli con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 6**. Spremete i lime. Lavate l'origano, sgrondatelo per asciugarlo e staccate le foglioline dai gambi, poi tritatele finemente.
7. Aggiungete nella caraffa il composto di aglio-peperoni-cipolla, la quinoa, la purea di patate dolci, il succo di lime, i semi di canapa, 1 cucchiaino di origano tritato, il cumino, l'uovo, ¼ di cucchiaino di sale e ¼ di cucchiaino di pepe, quindi mescolate il tutto con il misurino inserito e il **tasto reverse/30 secondi/velocità 3**. Travasate e lavate bene la caraffa.
8. Con l'impasto ottenuto preparate 8 polpette e cuocetele in una padella a fuoco medio, con l'olio rimasto, per circa 6 minuti per parte.
9. Per il dip, sbucciate lo spicchio d'aglio e frullatelo con tutti gli altri ingredienti e 80 ml di acqua fredda nella caraffa con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 9**.
10. Servite le polpette con il dip.



GNOCCHETTI DI PATATE AL POMODORO

PER GLI GNOCCHI

1 kg di patate piccole, farinose
3 tuorli (grandezza M)
200 g di farina (tipo 00)
1 cucchiaino di sale
3 pizzichi di pepe
1 pizzico di noce moscata

PER LA SALSA

1,2 kg di pomodori
2 rametti di basilico
2 cipolle (160 g)
2 spicchi d'aglio
5 cucchiaini di olio d'oliva
4 cucchiaini di concentrato di pomodoro
1 cucchiaino di preparato granulare per brodo vegetale
1 cucchiaino di foglioline di timo, a piacere
½ cucchiaino di sale marino
2 pizzichi di pepe

INOLTRE

Farina per la spianatoia
100 g di parmigiano (32 % di grassi)
250 g di mozzarella (45 % di grassi)

1. Versate il parmigiano spezzettato nella caraffa e sminuzzatelo con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 5**, poi travasatelo in una ciotola. Pulite bene la caraffa. Tagliate la mozzarella a dadini, copriteli e teneteli da parte.
2. Riempite la caraffa con 500 ml di acqua e unite 1 pizzico di sale. Pelate le patate, lavatele e tagliatele a metà o a quarti in base alle dimensioni. Mettete le patate nel cestello di cottura, sistematele nella caraffa e fate cuocere con il misurino inserito e il **tasto cottura al vapore/15 minuti**. Togliete il cestello di cottura, eliminate l'acqua e fate raffreddare completamente le patate (meglio se per una notte intera).
3. Versate nella caraffa le patate, i tuorli, la farina, il sale restante, il pepe e la noce moscata, quindi mescolate con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 4**. Con l'aiuto della spatola spostate il composto dalle pareti verso il fondo della caraffa e mescolate di nuovo con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 6**.
4. Versate l'impasto su una spianatoia infarinata e lavoratelo ottenendo un cilindro di 1,5 cm di spessore. Tagliate il rotolo a fette spesse 1 cm. Premete a piacere i pezzetti di impasto con i rebbi di una forchetta curvandoli leggermente, in modo da formare il classico motivo a righe.
5. Portate a ebollizione abbondante acqua salata in una pentola capiente. Tuffatevi gli gnocchi e fateli cuocere a fuoco medio fino a quando affiorano in superficie. Raccoglieteli con una schiumarola, lasciandoli scolare bene.
6. Per la salsa, incidete i pomodori formando una croce, copriteli di acqua bollente e dopo qualche secondo privateli della pelle, quindi tagliateli a quarti e togliete i semi e il picciolo. Lavate il basilico e sgrondatelo per asciugarlo, poi staccate le foglioline dai gambi. Sbucciate le cipolle e gli spicchi d'aglio, tagliate le cipolle a metà, quindi versatele con l'aglio e il basilico nella caraffa. Sminuzzateli con il misurino inserito e il **tasto turbo/5 secondi**. Unite i pomodori e spezzettateli con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 4**. Aggiungete l'olio d'oliva, il concentrato di pomodoro e il preparato per brodo vegetale, profumate con il timo, se lo utilizzate, sale e pepe, quindi proseguite la cottura con il misurino inserito per **20 minuti/100 °C/velocità 2**.
7. Portate il forno a 180 °C. Ungete abbondantemente d'olio una pirofila, distribuite gli gnocchi e copriteli con la salsa di pomodoro. Cospargeteli prima con il parmigiano, poi con i dadini di mozzarella. Fateli gratinare nel forno caldo per 15 minuti.
8. Togliete dal forno gli gnocchi gratinati e serviteli subito, ancora bollenti, direttamente nella pirofila.





STRANGOLAPRETI CON BURRO

1. Mettete il parmigiano a pezzetti nella caraffa e sminuzzatelo con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 8**. Travasate e mettete da parte.
2. Mettete il panino a pezzetti nella caraffa e sminuzzatelo con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 10**. Travasate e sciacquate rapidamente la caraffa.
3. Sbucciate lo scalogno e lo spicchio d'aglio, metteteli nella caraffa e sminuzzateli con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 8**. Con l'aiuto della spatola spostate il trito di cipolla e aglio dalle pareti verso il fondo della caraffa. Unite l'olio d'oliva e fate rosolare senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/2 minuti**.
4. Mondate gli spinaci, lavateli e asciugateli. Mettete il latte a temperatura ambiente nella caraffa, aggiungete gli spinaci e fateli stufare con il misurino inserito per **6 minuti/100 °C/velocità 1**.
5. Sminuzzate gli spinaci con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 8**. Lasciate raffreddare gli spinaci per 10 minuti, togliendo la caraffa dall'apparecchio e mettendola da parte senza coperchio.
6. Aggiungete agli spinaci le uova e le spezie e mescolate con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 4**.
7. Unite il pangrattato e la farina e mescolate con il misurino inserito e il **tasto reverse/20 secondi/velocità 3**. Lasciate riposare il composto per 20 minuti. Infine travasate e lavate la caraffa.
8. Con le mani inumidite formate dal composto di spinaci 12–16 strangolapreti (gnocchetti) e distribuiteli uniformemente nel cestello vapore fondo e in quello piano.
9. Riempite la caraffa con 1 litro d'acqua calda. Agganciate il cestello vapore fondo e quello piano, chiudete con il coperchio e fissate alla caraffa. Cuocete le palline con il **tasto cottura al vapore**.
10. Prelevate il cestello e mettetelo da parte. Svotate la caraffa e inseritela nuovamente. Versate nella caraffa il burro a pezzetti e fatelo fondere con il misurino inserito per **3 minuti/100 °C/velocità 1**. Versate gli strangolapreti nei singoli piatti, irrorateli con il burro e serviteli cosparsi di parmigiano grattugiato.

50 g di parmigiano (32 % di grassi)
 175 g di pane raffermo
 1 scalogno (30 g)
 1 piccolo spicchio d'aglio
 1 cucchiaino di olio d'oliva
 250 g di spinaci freschi
 75 ml di latte a temperatura ambiente (UHT, 3,5 % di grasso)
 2 uova (grandezza M)
 ½ cucchiaino di sale
 ¼ di cucchiaino di pepe
 ¼ di cucchiaino di noce moscata
 20 g di farina (tipo 00)
 100 g di burro a temperatura ambiente



Per 4 porzioni



Minima



Per porzione: ca. 548 kcal/2296 kJ
 14 g P, 43 g G, 28 g C



Pronto in: 1 h. 8 min. · Preparazione: 10 min.
 (+ cottura: 28 min., riposo: 20 min., raffreddamento: 10 min.)



PAPPA CON FINOCCHI E TACCHINO

1 patata a pasta farinosa (40 g)
1 pezzetto di finocchio (90 g)
25 g di carne di tacchino
4 cucchiari di succo di frutta dolce
2 cucchiaini di olio di colza

1. Pelate la patata e lavatela; mondate il finocchio, lavatelo ed eliminate le guaine esterne più dure. Tagliate entrambi a dadini di 2 cm di lato. Lavate bene la carne di tacchino, eliminate tendini e grasso e tagliate anche questa a dadini di 2 cm di lato.
2. Versate 500 ml di acqua a temperatura ambiente nella caraffa. Distribuite nel cestello di cottura i dadini di patata, finocchio e tacchino. Applicare il cestello di cottura alla caraffa, chiudete con il coperchio e fate cuocere con il misurino inserito e il **tasto cottura al vapore/15 minuti**. Togliete il cestello di cottura. Svuotate la caraffa, raccogliendo un poco del liquido, e pulitela.
3. Mettete la carne di tacchino, patate e finocchio con 40 ml del liquido di cottura e il succo di frutta nella caraffa con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 4-7**, aumentandola gradualmente. Con l'aiuto della spatola raccogliete il composto dalle pareti della caraffa spingendolo verso il basso. Ripetete il procedimento fino a ottenere una consistenza morbida e cremosa. A piacere unite ancora 1 cucchiaino di succo di frutta.
4. Incorporate l'olio e mescolate il tutto con il misurino inserito per **2 minuti/80 °C/velocità 3**.

Età consigliata: dal 5° mese.



PAPPA DI CAROTE E SALMONE

1. Pelate la patata e tagliatela a dadini di 2 cm. Pelate la carota e affettatela a rondelle di 1 cm di spessore.
2. Eliminate accuratamente eventuali lisce dal filetto di salmone. Lavate il filetto di salmone sotto il getto dell'acqua fredda corrente, asciugatelo e tagliatelo a dadini di 4 cm.
3. Versate 500 ml di acqua a temperatura ambiente nella caraffa. Distribuite nel cestello di cottura la verdura e il filetto di salmone. Disponete il cestello di cottura nella caraffa, chiudete con il coperchio e fate cuocere il tutto con il misurino inserito e il **tasto cottura al vapore**. Togliete il cestello di cottura. Vuotate la caraffa, raccogliendo un poco del liquido di cottura.
4. Spremete l'arancia. Versate nella caraffa il filetto di salmone, le patate e le carote con 40 ml del liquido di cottura e il succo d'arancia e frullate il tutto con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 4-7**, aumentandola gradualmente.
5. Con la spatola raccogliete il composto dalle pareti della caraffa spingendolo verso il basso. Ripetete il procedimento fino a ottenere una consistenza morbida e cremosa.
6. Unite l'olio di colza e mescolate la pappa con il misurino inserito per **2 minuti/80 °C/velocità 3**.

Età consigliata: dal 6° mese.

1 patata a pasta farinosa (50 g)
1 grossa carota (100 g)
40 g di filetto di salmone (fresco o congelato)
1 piccola arancia (80 g)
2 cucchiaini di olio di colza

PAPPA CON MELE E CIALDE DI RISO

2 e ½ cialde di riso
senza aromi aggiunti
1 mela piccola (100 g)
1 cucchiaino di olio di colza

1. Spezzettate le cialde di riso e sminuzzatele nella caraffa con il misurino inserito e il **tasto turbo/5 secondi**. Unite 100 ml di acqua a temperatura ambiente e fate cuocere il tutto con il misurino inserito per **4 minuti/100 °C/velocità 1**.
2. Sbucciate la mela, dividetela in quarti, privatela del torsolo e grattugiatela molto finemente direttamente nella caraffa. Unite l'olio di colza e 50 ml di acqua a temperatura ambiente e mescolate il tutto con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 2**.

Età consigliata: dal 7° mese.

CONSIGLIO

→ Le nostre pappe si possono anche congelare per avere sempre a disposizione un'ottima scorta. Allo scopo, raddoppiate o quadruplicate semplicemente le dosi, quindi congelate la pappa in singole porzioni.



Per 1 porzione



Minima



Per porzione: ca. 171 kcal/716 kJ
2 g P, 5 g G, 28 g C



Pronto in: 9 min.
Preparazione: 5 min. (+ cottura: 4 min.)

PAPPA DI PERE E PRUGNE

1. Pelate la pera, privatela del torsolo e tagliatela a dadini di 3 cm. Lavate le prugne, tagliatele a metà e privatele del nocciolo. Versate 500 ml di acqua a temperatura ambiente nella caraffa. Distribuite nel cestello di cottura i dadini di pera e le mezze prugne. Disponete il cestello di cottura nella caraffa, chiudete con il coperchio e fate cuocere la frutta con il misurino inserito e il **tasto cottura al vapore/5 minuti**.
2. Togliete il cestello di cottura con la frutta. Vuotate la caraffa. Versate nella caraffa pere e prugne con l'olio di colza e frullate il tutto con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 4-7**, aumentandola gradualmente. Con la spatola raccogliete il composto dalle pareti della caraffa spingendolo verso il basso. Ripetete il procedimento fino a ottenere una consistenza morbida e cremosa. Travasate la purea in una ciotola.
3. Versate nella caraffa 150 ml di acqua a temperatura ambiente con i fiocchi di riso integrale e mescolate il tutto con il misurino inserito per **2 minuti/100 °C/velocità 1**. Fate riposare per 10 minuti. Unite alla pappa nella caraffa la purea di frutta e mescolate con il misurino inserito per **30 secondi/100 °C/velocità 2**.

½ pera (70 g)
2 piccole pugne (50 g)
1 cucchiaino di olio di colza
2 cucchiaini di fiocchi
di riso integrale

Età consigliata:
dal 7° mese.



Per 1 porzione



Minima



Per porzione: ca. 215 kcal/900 kJ
3 g P, 6 g G, 37 g C



Pronto in: 27 min.
Preparazione: 10 min (+ cottura: 7 min., ammollo: 10 min.)

LA PRIMISSIMA PAPPA DI CAROTE

2 carote piccole (125 g)
2 cucchiaini di olio di colza

1. Pelate le carote, lavatele e tagliatele a pezzetti di 2 cm di spessore. Versate 500 ml di acqua a temperatura ambiente nella caraffa. Distribuite le carote nel cestello di cottura, applicatelo alla caraffa, chiudete con il coperchio e fate cuocere con il misurino inserito e il **tasto cottura al vapore/15 minuti**.
2. Togliete il cestello di cottura aiutandovi con la spatola. Svotate la caraffa raccogliendo il liquido. Mettete nella caraffa le carote con 40 ml del liquido di cottura e frullate il tutto con il misurino inserito per **40 secondi/velocità 4-8**, aumentandola gradualmente.
3. Con l'aiuto della spatola raccogliete il composto dalle pareti della caraffa spingendolo verso il basso. Ripetete il procedimento fino a ottenere una consistenza morbida e cremosa.
4. Unite l'olio e mescolate il tutto con il misurino inserito per **2 minuti/80 °C/velocità 3**.

Età consigliata: è la primissima pappa, potete somministrarla al vostro bambino a partire dal 5° mese.



Per 1 porzione



Minima



Per porzione: ca. 126 kcal/528 kJ
1 g P, 10 g G, 8 g C



Pronto in: 22 min.
Preparazione: 5 min. (+ cottura: 17 min.)

PAPPA ROSSA CON PATATE

1. Pelate la patata e la barbabietola e tagliate la patata a dadini di 2 cm e la barbabietola a dadini di 1 cm. Mettete entrambe nel cestello di cottura. Si consiglia di indossare guanti da cucina mentre lo fa. Versate 500 ml di acqua a temperatura ambiente nella caraffa, applicate il cestello di cottura, chiudete con il coperchio e fate cuocere la verdura con il misurino inserito e il **tasto cottura al vapore/10 minuti**.
2. Togliete il cestello di cottura. Svotate la caraffa e versatevi i semi di girasole. Sminuzzateli con il misurino inserito e il **tasto turbo/15 secondi**.
3. Versate nella caraffa le patate e le barbabietole cotte insieme con 30 ml di acqua tiepida e il succo d'arancia e frullate con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 4-7**, aumentandola gradualmente. Ripetete il procedimento fino a ottenere una consistenza morbida e cremosa.

Età consigliata: dal 5° mese.

1 patata a pasta farinosa (50 g)
1 barbabietola piccola (50 g)
1 cucchiaino di semi di girasole
30 ml di succo d'arancia



Per 1 porzione



Minima



Per porzione: ca. 161 kcal/674 kJ
6 g P, 7 g G, 17 g C



Pronto in: 15 min.
Preparazione: 5 min. (+ cottura: 10 min.)



PAPPA CON SPINACI E PATATE

20 g di carne di vitello
1 patata piccola, a pasta farinosa
(50 g)
80 g di spinaci in foglia
2 cucchiaini di olio di colza

1. Eliminate tendini e grasso dalla carne di vitello, sciacquatela in acqua fredda corrente e asciugatela. Tagliatela infine a dadini di 2 cm.
2. Pelate la patata, lavatela e tagliatela a dadini di 2 cm.
3. Distribuite entrambe nel cestello vapore fondo. Mondate gli spinaci eliminando i gambi più duri, lavateli e distribuiteli su patate e carne di vitello nel cestello vapore fondo.

4. Versate 1 litro di acqua a temperatura ambiente nella caraffa, applicate il cestello vapore fondo, chiudete con il coperchio e fate cuocere con il misurino inserito e il **tasto cottura al vapore/ 15 minuti**. Togliete il cestello di cottura. Svuotate la caraffa e versatevi carne di vitello, patate e spinaci. Unite l'olio e frullate il tutto con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 4-7**, aumentandola gradualmente. Con l'aiuto della spatola raccogliete il composto dalle pareti della caraffa spingendolo verso il basso. Ripetete il procedimento fino a ottenere una consistenza morbida e cremosa.

Età consigliata: dal 5° mese.

CONSIGLIO

→ Se volete aggiungere ancora del liquido, usate al massimo 40 ml di un succo di frutta ricco di vitamina C, in modo da migliorare l'assunzione di ferro.



PAPPA DI RISO, POMODORI E ZUCCHINE

1. Incidete il pomodoro formando una croce, passatelo in acqua bollente e pelatelo. Tagliatelo a metà, staccate il picciolo ed eliminate i semi.
2. Lavate la zucchini e mondatela. Tagliate il pomodoro e la zucchini grossolanamente a dadini. Lavate il petto di pollo sotto il getto dell'acqua fredda corrente, asciugatelo e riducete anch'esso a dadini. Mettete il riso nel cestello di cottura, fissatelo alla caraffa e versate 1 litro di acqua a temperatura ambiente sul riso, direttamente nella caraffa.

3. Distribuite il petto di pollo e le verdure nel cestello vapore fondo, richiudetelo e installatelo sulla caraffa. Fate cuocere con il **tasto cottura al vapore/15 minuti**.
4. Togliete il cestello di cottura. Svuotate la caraffa e mettetevi il petto di pollo, le verdure e il riso.

5. Unite il succo d'arancia e l'olio e frullate con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 4-7**, aumentandola gradualmente. Eventualmente ripetete il procedimento fino a ottenere una consistenza morbida e cremosa.

Età consigliata: dall'8° mese.

CONSIGLIO

→ I pomodori possono provocare irritazioni al sederino del piccolo: è quindi preferibile utilizzare questa pappa dall'8° mese in poi, quando verrà tollerata meglio.



FRULLATO DI FRAGOLE E KEFIR

150 g di fragole fresche
1 spruzzata di succo di limone
300 ml di kefir magro
(1,5 % di grassi)
Zucchero vanigliato
per addolcire

1. Lavate le fragole, asciugatele, spezzettatele grossolanamente e tenetene da parte 2 per la decorazione finale.
2. Frullate le altre fragole con il succo di limone e il kefir nella caraffa con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 10**.
3. Addolcite il frullato con lo zucchero vanigliato e mescolate con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 2**.
4. Versatelo nei bicchieri e decorate ognuno con una fragola tenuta da parte.

CONSIGLIO

→ Se non è periodo di fragole fresche, potete utilizzare anche il prodotto congelato. In questo caso, usatele non ancora completamente scongelate: il frullato avrà una consistenza particolarmente cremosa e invitante.



FROZEN STRAWBERRY

1. Lavate 600 g di fragole, mondatele e tagliatele a metà. Versatele nella caraffa con il succo di limone, lo sciroppo di zucchero e il succo di ananas e mescolate il tutto con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 8**, fino a ottenere una purea omogenea e vellutata.
2. Aggiungetevi cubetti di ghiaccio a piacere e frullate il tutto con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 5**, spezzettando il ghiaccio.
3. Lavate le 3 fragole, mondatele e tagliatele a fettine. Lavate il limone in acqua calda, asciugatelo bene, tagliatelo a fette e dividete le fette in quartini.
4. Decorate ogni bicchiere con uno spiedino di frutta preparato con le fettine di fragola e quelle di limone e servite.

600 g di fragole
60 ml di succo di limone
60 ml di sciroppo di zucchero
210 ml di succo di ananas
Cubetti di ghiaccio a piacere

INOLTRE

3 fragole
1 limone non trattato

CAFFÈ FREDDO DEL CARIBE

8 cucchiaini di caffè macinato
4 palline di gelato alla vaniglia
8 cl di rum bianco

INOLTRE

12 cubetti di ghiaccio

1. Preparate un caffè forte con 1 litro di acqua e 8 cucchiaini di caffè macinato e lasciatelo raffreddare per 30 minuti.
2. Versate nella caraffa il caffè freddo con il gelato alla vaniglia e il rum. Frullate energicamente il tutto con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 8**. Versate la bevanda in 4 bicchieri, in ognuno dei quali avrete messo 3 cubetti di ghiaccio.

CONSIGLIO

→ Il caffè freddo è particolarmente buono se si aggiungono gelato alla vaniglia e al cioccolato.



Per 4 bicchieri (da 300 ml)



Minima



Per bicchiere ca. 150 kcal/628 kJ
1 g P, 5 g G, 10 g C



Pronto in: 35 min.
Preparazione: 5 min. (+ raffreddamento: 30 min.)

FRULLATO DI FRAGOLE E MELONE

1. Lavate la menta, sgrondatela per asciugarla e staccate le foglioline dai rami. Versate la menta nella caraffa e sminuzzatela con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 8**.
2. Tagliate il melone in quarti; eliminate la scorza e i semi, quindi riducetelo a dadini. Mondate le fragole, lavatele e asciugatele. Unite il melone e le fragole alla menta e frullate con il misurino inserito per **50 secondi/velocità 8**.
3. Aggiungete lo yogurt e il miele e lavorate il tutto con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 6**, fino a ottenere un composto schiumoso e omogeneo.
4. Versate in bicchieri grandi, decorate a piacere e servite.

4 rametti di menta
1 melone Cantalupo (1 kg)
160 g di fragole
500 g di yogurt al naturale
(3,5 % di grassi)
4 cucchiaini di miele



Per 4 bicchieri (da 350 ml)



Minima



Per bicchiere ca. 201 kcal/842 kJ
9 g P, 4 g G, 31 g C



Pronto in: 15 min.
Preparazione: 15 min.

FRAPPÈ

150 g di cubetti di ghiaccio
1 cucchiaino di caffè liofilizzato
(raso)
2 cucchiaini di cacao
250 ml di latte
(fresco, 3,5 % di grassi)
2 cucchiaini di zucchero

INOLTRE

Panna spray

1 cucchiaino di cacao

1. Versate nella caraffa i cubetti di ghiaccio, il caffè liofilizzato e il cacao, quindi sminuzzateli con il misurino inserito e il **tasto turbo/8 secondi**.
2. Unite il latte e lo zucchero, poi mescolate con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 4**.
3. Versate subito il frappè in un bicchiere ghiacciato, decorate con la panna spray e spolverizzate di cacao, quindi servite.

FRULLATO DI BANANE ALLA VANIGLIA

1. Sbucciate le banane, tagliatele a pezzetti di circa 4 cm e versatele nella caraffa con un poco del latte freddo. Frullatele con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 8**.
2. Unite il latte freddo restante e il gelato alla vaniglia e mescolate il tutto con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 8**, fino a quando il composto diventerà schiumoso in superficie.
3. Versate in due bicchieri da long drink, decorate con le codette di cioccolato e servite.

2 banane molto mature (220 g)
250 ml di latte freddo
(fresco, 3,5 % di grassi)
4 cucchiaini di gelato alla vaniglia

INOLTRE

2 cucchiaini di codette
di cioccolato

CONSIGLIO

→ Per preparare questo frullato potete utilizzare anche altra frutta al posto delle banane, come fragole, mango, melone o frutti di bosco.



Per 2 bicchieri (da 300 ml)



Minima



Per bicchiere ca. 250 kcal/1047 kJ
7 g P, 8 g G, 35 g C



Pronto in: 5 min.
Preparazione: 5 min.



Per 1 bicchiere da 350 ml



Minima



Per bicchiere ca. 356 kcal/1491 kJ
10 g P, 12 g G, 50 g C



Pronto in: 5 min.
Preparazione: 5 min.



SMOOTHIE DI PREZZEMOLO E ALBICOCCHE

150 g di insalata romana
4 rametti di prezzemolo
50 g di spinaci novelli
8 albicocche (350 g)
1 arancia (200 g)
2 cucchiaini di semi di chia
6 cubetti di ghiaccio

INOLTRE

Miele per addolcire

1. Mondate l'insalata romana, il prezzemolo e gli spinaci, lavateli e sgrondateli per asciugarli. Spezzettate l'insalata e staccate le foglioline del prezzemolo.
2. Lavate le albicocche, dividetele in quarti e privatele del nocciolo. Spremete l'arancia.
3. Versate tutti gli ingredienti, tranne i cubetti di ghiaccio e il miele, nella caraffa e frullateli con 100 ml di acqua fredda e il misurino inserito per **2 minuti/velocità 5-8**, aumentandola gradualmente.
4. Aggiungete i cubetti di ghiaccio e frullate il tutto con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 6**, fino a ottenere una consistenza cremosa e vellutata. A piacere potete diluire la bevanda aggiungendo altra acqua.
5. Addolcite con il miele, quindi mescolate ancora con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 3**.



SMOOTHIE DI PERE E BANANE

1. Spremete il limone. Lavate le pere, sbucciatele a piacere e privatele del torsolo. Sbucciate la banana e tagliatela a pezzetti di circa 2,5 cm.
2. Versate nella caraffa i pezzetti di frutta con 2 cucchiaini di succo di limone e frullate con il misurino inserito per **50 secondi/velocità 5-8** aumentandola gradualmente, fino a ottenere una consistenza cremosa e omogenea.
3. Versate nei bicchieri e aggiungete a piacere cubetti di ghiaccio, crushed ice o un poco di acqua, per ottenere la temperatura e la consistenza desiderate.

IL NOSTRO CONSIGLIO GOURMET

→ Sullo smoothie di banane e pere già versato nei bicchieri è deliziosa una cucchiata di panna montata cosparsa di codette di cioccolato. Con un goccio di grappa di pere la bevanda prende un carattere più intenso, ma ovviamente anche qualche caloria in più...

1 limone (80 g)
4 pere mature (600 g)
1 banana grossa

INOLTRE

Cubetti di ghiaccio o crushed ice a piacere

SMOOTHIE DI MELA COTTA E ZENZERO

- 1 cucchiaio di burro
1 cucchiaino di zucchero di canna
3 mele (600 g)
¼ di cucchiaino di zenzero fresco grattugiato
1 pizzico di cannella macinata
2 cucchiaini di fiocchi d'avena a lamelle sottili
150 g di yogurt cremoso naturale (10 % di grassi)
100 ml di succo di mela non filtrato
100 ml di latte freddo (fresco, 3,5 % di grassi)
- INOLTRE**
2 bastoncini di cannella
1. Versate nella caraffa il burro con lo zucchero di canna e fatelo fondere senza il misurino inserito per **3 minuti/100 °C/velocità 1**.
 2. Lavate le mele, sbucciatele, tagliatele in quarti e privatele del torsolo. Mettete nella caraffa metà dei pezzetti di mela con lo zenzero grattugiato e la cannella e fate caramellare senza il misurino inserito per **3 minuti/100 °C/velocità 1**.
 3. Unite i pezzetti di mela restanti, i fiocchi d'avena e lo yogurt cremoso, quindi frullate il tutto con il misurino inserito per **50 secondi/velocità 9**.
 4. A piacere profumate ancora con una spolverizzata di cannella. Unite il succo di mela non filtrato e il latte freddo, quindi mescolate con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 3**.
 5. Versate nei bicchieri, decorate ognuno con un bastoncino di cannella e servite.

CONSIGLI

- Se trovate lo smoothie troppo cremoso, potete allungarlo con un poco di succo di mela e di latte.
- Se lo smoothie non è per bambini, potete profumarlo con 1–2 cucchiaini di Calvados.



APRICOT FIZZ

6 cl di succo di albicocca
2 cl di succo d'arancia
2 cl di succo di limone
1 cl di sciroppo di mandorle

INOLTRE

3 cubetti di ghiaccio
Soda water
1 arancia non trattata

1. Versate nella caraffa tutti gli ingredienti tranne i cubetti di ghiaccio, la soda water e la fetta d'arancia e frullateli con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 8**.
2. Mettete i cubetti di ghiaccio in un bicchiere, filtrate il mix direttamente sopra il ghiaccio e riempite il bicchiere con soda water.
3. Lavate l'arancia con acqua calda e asciugatela. Quindi dividetela a fette.
4. Decorate il cocktail con la fetta d'arancia.



Per 1 bicchiere (250 ml)



Minima



Per bicchiere ca. 76 kcal/318 kJ
0 g P, 0 g G, 18 g C



Pronto in: 5 min.
Preparazione: 5 min.

SOGNO AL KIWI

1. Sbucciate 3 kiwi e versate la polpa nella caraffa. Frullateli molto finemente con il misurino inserito per **50 secondi/velocità 5-8**, aumentandola gradualmente.
2. Unite i succhi di frutta freddi e mescolate il tutto con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 6**.
3. Pelate il kiwi restante e tagliatelo a fette spesse 0,5 cm. Mettete in ogni bicchiere 4 cubetti di ghiaccio, versate la bevanda e decorate con le fette di kiwi e le ciliegie.

3 kiwi (220 g)
200 ml di succo di ananas freddo
200 ml di succo di mela freddo

INOLTRE

1 kiwi
8 cubetti di ghiaccio
2 ciliegie da cocktail



Per 2 bicchieri (da 250 ml)



Minima



Per bicchiere ca. 145 kcal/607 kJ
1 g P, 1 g G, 30 g C



Pronto in: 5 min.
Preparazione: 5 min.

FRULLATO AL LATTICELLO

1 cucchiaino di erbe aromatiche
miste, tritate
250 ml di latticello
(0,9 % di grassi)
60 g di frutta esotica mista
1 cucchiaino di miele
1 cucchiaino di panna
(30 % di grassi)
1 cucchiaino di succo di pomodoro
1 cucchiaino di crème fraîche
(30 % di grassi)
½ cucchiaino di cren
(salsa al rafano)

INOLTRE

1 costa di sedano (30 g)

1. Versate tutti gli ingredienti, tranne il sedano, nella caraffa e frullateli con il misurino inserito per **50 secondi/velocità 8**, fino a ottenere un composto omogeneo.
2. Mondate il sedano e lavatelo. Versate il frullato nei bicchieri e decorate con il sedano.

BEVANDE, FRULLATI E SMOOTHIES

198



Per 2 bicchieri (da 200 ml)



Minima



Per bicchiere ca. 126 kcal/528 kJ
6 g P, 4 g G, 14 g C



Pronto in: 5 min.
Preparazione: 5 min.

COCKTAIL ANALCOLICO AL MELONE

1. Spremete 1 arancia e il pompelmo rosa. Tagliate a dadini il melone dopo averlo privato di buccia e semi. Sbucciate la banana e tagliatela in tre parti.
2. Frullate melone e banana con il misurino inserito per **50 secondi/velocità 8**. Unite il succo di arancia e quello di pompelmo e frullate il tutto con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 6**.
3. Profumate il drink con la cannella e la noce moscata e frullate ancora il tutto con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 6**, fino a quando otterrete una bevanda spumosa.
4. Sciacquate l'arancia sanguinello in acqua bollente, asciugatela e tagliatela a spicchi. Lavate la melissa, sgrondatela per asciugarla e staccate le foglioline.
5. Versate il drink in bicchieri da long drink, decorate con le foglioline di melissa e gli spicchi d'arancia e servite.

1 arancia (100 g)
1 pompelmo rosa (180 g)
¼ di melone (350 g)
1 banana piccola (90 g)
1 pizzico di cannella macinata
1 pizzico di noce moscata macinata

INOLTRE

1 arancia sanguinello non trattata
1 rametto di melissa

BEVANDE, FRULLATI E SMOOTHIES



Per 2 bicchieri (da 250 ml)



Minima



Per bicchiere ca. 100 kcal/419 kJ
2 g P, 0 g G, 21 g C



Pronto in: 10 min.
Preparazione: 10 min.


199

JOGGING-FLIP

- 2 arance (400 g)
1 pompelmo (350 g)
1 limone (80 g)
2 cucchiaini di sciroppo di granatina
2 tuorli (grandezza M)
8 cubetti di ghiaccio
1. Spremete le arance e versate 120 ml di succo nella caraffa.
 2. Spremete il pompelmo e versate 80 ml di succo nella caraffa.
 3. Spremete il limone e versate 40 ml di succo nella caraffa.
 4. Unite tutti gli altri ingredienti con i cubetti di ghiaccio e mescolate con il misurino inserito per **50 secondi/velocità 8**, ottenendo un composto spumoso.
 5. Versate in 2 bicchieri da long drink, decorate a piacere e servite.

 Per 2 bicchieri (da 260 ml)

 Minima

 Per bicchiere ca. 136 kcal/569 kJ
4 g P, 7 g G, 14 g C

 Pronto in: 5 min.
Preparazione: 5 min.


COSMOPOLITAN


- 3 cl di lemon vodka
1,5 cl di liquore all'arancia
1,5 cl di succo di lime concentrato
1,5 cl di succo di mirtilli rossi
- INOLTRE**
- 1 limone non trattato
2 cubetti di ghiaccio
1. Versate nella caraffa lemon vodka, liquore all'arancia, succo di lime concentrato e succo di mirtilli rossi e frullateli energicamente con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 8**.
 2. Lavate il limone, asciugatelo e tagliatelo a fettine sottili. Dividetele quindi a metà.
 3. Filtrate il cocktail direttamente sopra il ghiaccio, in un bicchiere piccolo, e decorate con mezza fetta di limone.

200

 Per 1 bicchiere (da 150 ml)

 Minima

 Per bicchiere ca. 111 kcal/465 kJ
0 g P, 0 g G, 6 g C

 Pronto in: 5 min.
Preparazione: 5 min.


LIQUORE DI FRAGOLE ALLA VODKA


1. Portate il forno a 180 °C.
2. Fate bollire 400 ml di acqua tiepida con lo zucchero nella caraffa senza il misurino inserito per **8 minuti/100 °C/velocità 2**. Lasciate quindi intiepidire lo sciroppo nella caraffa aperta e staccata dal corpo della macchina.
3. Nel frattempo sterilizzate due bottiglie con i relativi coperchi lasciandole per 15 minuti nel forno caldo.
4. Lavate le fragole, asciugatele e privatele del picciolo. Unite allo sciroppo tiepido le fragole, il succo di limone e la vodka, quindi frullate il tutto con il misurino inserito per **50 secondi/velocità 8**.
5. Filtrate il liquore attraverso un setaccio a maglia fine oppure raccogliete la schiuma in superficie con una schiumarola. Aiutandovi con un imbuto versate il liquore nelle bottiglie sterilizzate.
6. Richiudete subito le bottiglie e quando sono completamente fredde conservatele in frigorifero.

125 g di zucchero
400 g di fragole
170 ml di succo di limone
170 ml di vodka

 Per 2 bottiglie (da 500 ml cad.)

 Minima

 Per bottiglia ca. 550 kcal/2303 kJ
2 g P, 0 g G, 77 g C

 Pronto in: 38 min.
Preparazione: 15 min. (+ cottura: 8 min., riposo: 15 min.)

LIQUORE ALL'UOVO

1. Portate tutti gli ingredienti a temperatura ambiente per 30 minuti.
2. Versate nella caraffa lo zucchero e polverizzatelo con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 8**. Ripetete il procedimento fino a ottenere la consistenza desiderata.
3. Versate quindi tutti gli altri ingredienti nella caraffa e mescolateli per **9 minuti/70 °C/velocità 3**.
4. Aiutandovi con un imbuto, versate il liquore ancora caldo in una bottiglia sterilizzata e richiudetela. Si conserva in frigorifero.


250 g di zucchero
6 tuorli (grandezza M)
1 bustina di zucchero vanigliato (8 g)
125 ml di panna (30 % di grassi)
250 ml di rum bianco o grappa


CONSIGLIO

- Una volta aperta la bottiglia, consumate il liquore entro 4 settimane.
- È ottimo puro oppure per completare un dessert: un vero classico.

 Per 1 bottiglia (da 750 ml)

 Minima

 Per bottiglia ca. 2478 kcal/10375 kJ
23 g P, 63 g G, 261 g C

 Pronto in: 44 min.
Preparazione: 5 min. (+ riposo: 30 min., cottura: 9 min.)

201

TEQUILA SUNRISE

200 g di cubetti di ghiaccio
5 cl di tequila
10 cl di succo d'arancia
2 cl di sciroppo di granatina

INOLTRE

1 kiwi
1 arancia non trattata

1. Per il crushed ice, sminuzzate i cubetti di ghiaccio nella caraffa con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 6**. Unite la tequila e il succo d'arancia e frullate con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 5**.
2. Versate il cocktail in un bicchiere da long drink e aggiungete lentamente lo sciroppo di granatina.
3. Sbucciate il kiwi e tagliatelo a fette spesse 0,5 cm. Lavate l'arancia in acqua calda, asciugatela e dividetela a spicchi.
4. Decorate il cocktail con una mezza fetta di kiwi e uno spicchio d'arancia e servite.



Per 1 bicchiere (da 200 ml)



Minima



Per bicchiere ca. 194 kcal/812 kJ
0 g P, 0 g G, 17 g C



Pronto in: 5 min.
Preparazione: 5 min.

PINA COLADA

1. Lavate la mela e la caràmbola e asciugateli. Tagliate la caràmbola a fettine, e la mela a pezzetti.
2. Versate nella caraffa i cubetti di ghiaccio, il rum bianco, i pezzetti di ananas, la panna e lo sciroppo di cocco e frullateli finemente con il misurino inserito per **50 secondi/velocità 8-10**, aumentandola gradualmente.
3. Versate in un bicchiere da long drink e servite con lo spiedino di frutta mista preparato con ananas, ciliegine da cocktail, mela e caràmbola.

4 cubetti di ghiaccio
5 cl di rum bianco
6 cucchiaini di ananas in scatola a pezzetti (90 g)
3 cl di panna (30 % di grassi)
3 cl di sciroppo di cocco

INOLTRE

2 pezzetti di ananas in scatola
1 confezione di ciliegine da cocktail (230 g)
1 mela
1 caràmbola



Per 1 bicchiere (da 150 ml)



Minima



Per bicchiere ca. 299 kcal/1252 kJ
1 g P, 9 g G, 30 g C



Pronto in: 5 min.
Preparazione: 5 min.

SWIMMINGPOOL

4 cl di vodka
2 cl di Blue Curaçao
4 cl di sciroppo di cocco
12 cl di succo di ananas
2 cl di panna (30 % di grassi)
5 cubetti di ghiaccio

INOLTRE

1 ananas piccolo
1 caràmbola

1. Versate nella caraffa la vodka, il Blue Curaçao, lo sciroppo di cocco, il succo di ananas, la panna e 3 cubetti di ghiaccio, quindi frullate con il misurino inserito per **50 secondi/velocità 8**, ottenendo un composto spumoso.
2. Mondate l'ananas, tagliatelo a fette e ricavate da una fetta un pezzetto. Lavate la caràmbola, asciugatela e tagliatela a fette.
3. Filtrate il cocktail direttamente in un bicchiere da long drink in cui avrete messo i cubetti di ghiaccio rimasti, mescolate bene, decorate con il pezzetto di ananas e una fetta di caràmbola e servite.



Per 1 bicchiere (da 250 ml)



Minima



Per bicchiere ca. 398 kcal/1666 kJ
1 g P, 6 g G, 50 g C



Pronto in: 5 min.
Preparazione: 5 min.

DAIQUIRI

1. Versate nella caraffa rum bianco, succo di limone e sciroppo di zucchero e frullate energicamente con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 8**.
2. Lavate il limone, asciugatelo e tagliatene una fettina sottile.
3. Filtrate la bevanda direttamente sui cubetti di ghiaccio in un bicchiere da cocktail, decorate con la fetta di limone e servite.

5 cl di rum bianco
3 cl di succo di limone
2 cl di sciroppo di zucchero

INOLTRE

1 limone non trattato
4 cubetti di ghiaccio



Per 1 bicchiere (da 150 ml)



Minima



Per bicchiere ca. 230 kcal/963 kJ
0 g P, 0 g G, 19 g C



Pronto in: 5 min.
Preparazione: 5 min.



BUDINO AL CIOCCOLATO

PER IL BUDINO

100 g di cioccolato fondente
2 cucchiaini di zucchero
½ bustina di zucchero vanigliato (4 g)
500 ml di latte a temperatura ambiente (fresco, 3,5 % di grassi)
40 g di fecola o amido per alimenti
1 tuorlo (grandezza M)

PER LA CREMA ALLA VANIGLIA

1 baccello di vaniglia
10 g di fecola o amido per alimenti
300 ml di latte freddo (fresco, 3,5 % di grassi)
1 cucchiaino di zucchero
1 uovo (grandezza L)

1. Versate nella caraffa il cioccolato a pezzetti, lo zucchero e lo zucchero vanigliato e sminuzzate con il misurino inserito per **25 secondi/velocità 10**.
2. Con la spatola spostate il ricavato dalle pareti verso il fondo della caraffa e applicate l'accessorio mixer.
3. Versate nella caraffa il latte a temperatura ambiente, la fecola e il tuorlo e fate cuocere con il misurino inserito per **12 minuti/100 °C/velocità 2**.
4. Mettete il budino in stampini sciacquati con acqua fredda o in un solo stampo grande, sempre inumidito con acqua fredda, lasciatelo intiepidire, poi fatelo addensare in frigorifero. Lavate bene la caraffa.
5. Preparate la salsa alla vaniglia. Applicare l'accessorio mixer. Tagliate il baccello di vaniglia a metà nel senso della lunghezza e raschiate il midollo centrale con i semi. Mescolate la fecola con 3 cucchiaini di latte freddo.
6. Versate nella caraffa il midollo di vaniglia, il latte restante, lo zucchero, l'uovo e il composto di latte e fecola. Mescolate il tutto con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 4**, poi fate cuocere con il misurino inserito per **15 minuti/100 °C/velocità 1**.
7. Versate la salsa in una ciotola e fatela riposare per almeno 10 minuti prima di portarla in tavola: diventerà più densa. Servite la salsa alla vaniglia con il budino.



BUDINO ALLA VANIGLIA

1. Tagliate il baccello di vaniglia a metà nel senso della lunghezza e raschiate il midollo centrale con i semi. Versate il baccello e il midollo con il resto degli ingredienti nella caraffa e fate addensare con il misurino inserito per **8 minuti/100 °C/velocità 3**.
2. Trasferite il budino in una ciotola sciacquata con acqua fredda, togliendo al contempo il baccello di vaniglia.
3. Servitelo tiepido o freddo, a piacere.

1 baccello di vaniglia
500 ml di latte a temperatura ambiente (fresco, 3,5 % di grassi)
2 tuorli (grandezza L)
60 g di zucchero
1 pizzico di sale
40 g di fecola o amido per alimenti

CONSIGLIO

→ Servite il budino in bicchieri, alternandolo a strati di biscotti al cioccolato o brownies sminuzzati. Bellissimo a vedersi, delizioso da gustare!

CANNOLI SICILIANI

PER IL RIPIENO

750 g di ricotta (40 % di grassi)
300 g di zucchero
75 g di gocce di cioccolato
o frutta candita

PER LA PASTA

250 g di farina (tipo 00)
1 cucchiaino di cacao
30 g di zucchero a velo
1 cucchiaino di sale (raso)
1 cucchiaino di cannella in polvere
(raso)
1 cucchiaino di caffè liofilizzato
(raso)
50 g di strutto
1 uovo (grandezza M)
30 ml di Marsala
30 ml di aceto di vino bianco

INOLTRE

Farina per la spianatoia
1 albume (grandezza M)
1 l di olio di arachidi per friggere
24 ciliegie candite
Zucchero a velo
Coppapasta rotondo (9 cm Ø)
3 cilindri di metallo per cannoli
(in alternativa 3 manici
di cucchiai di legno)

1. Per il ripieno, versate la ricotta in un setaccio e lasciatela riposare in frigorifero in modo che perda il siero. Nel frattempo preparate la pasta: setacciate direttamente nella caraffa la farina, il cacao e lo zucchero a velo, unite poi sale, cannella, caffè liofilizzato, strutto e uovo. Impastate il tutto senza il misurino inserito con il **tasto impastare/2 minuti**, versando gradualmente il Marsala mescolato all'aceto attraverso il foro di riempimento. Al termine dell'operazione l'impasto dovrebbe risultare morbido, omogeneo e sodo come la pasta da pane. Eventualmente lavorate ancora un poco l'impasto a mano, avvolgetelo nella pellicola trasparente e fatelo riposare in frigorifero per 1 ora. Lavate bene la caraffa.
2. Per il ripieno, versate nella caraffa la ricotta scolata insieme con lo zucchero e mescolate con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 2**. Versate in una ciotola, coprite con pellicola trasparente e lasciate raffreddare in frigorifero per almeno 1 ora.
3. Passate il composto di zucchero e ricotta attraverso un setaccio a maglie fini. Incorporatevi le gocce di cioccolato oppure la frutta candita, riempite con il composto una tasca da pasticciere e conservatela in frigorifero.
4. Stendete la pasta su una superficie infarinata a uno spessore di 1 mm, oppure passatela attraverso la macchina per la pasta. Ricavate con il coppapasta 24 dischi, con le dita stendeteli formando altrettanti ovali, poi avvolgeteli a uno a uno sui cilindri di metallo. Spennellate un poco di albume sui bordi di pasta prima di sovrapporli e richiudeteli bene.
5. Scaldate l'olio in una padella portandolo a 180 °C, quindi friggetevi i rotolini di pasta. Toglieteli dal condimento e fateli scolare su carta da cucina. Lasciateli raffreddare per qualche minuto, poi sfilateli dai cilindri di metallo.
6. Riempite i cilindri di pasta con la crema di ricotta quando sono completamente freddi e decorate ogni estremità con ½ ciliegia candita. Disponete i cannoli su un vassoio e serviteli dopo averli generosamente spolverizzati di zucchero a velo.





ZABAIONE

8 tuorli freschissimi (grandezza M)
160 g di zucchero
100 ml di vino liquoroso
(per es. Marsala)

1. Versate tutti gli ingredienti nella caraffa. Applicate l'accessorio mixer e mescolate il composto con il misurino inserito per **12 minuti/70 °C/velocità 3**, fino a quando diventerà denso e spumoso.
2. Distribuite immediatamente lo zabaione nelle coppette e servitelo ancora caldo.

CONSIGLI

- Se preferite, potete servire lo zabaione anche freddo. In questo caso, ricordatevi di mescolarlo regolarmente mentre si sta raffreddando, per evitare che il vino si separi dalla crema, depositandosi sul fondo.
- Lo zabaione è delizioso servito puro, con savoiardi, ma potete utilizzarlo anche per accompagnare del gelato alla vaniglia oppure frutti di bosco, per esempio lamponi.



SEMOLINO CON COMPOSTA

1. Lavate le albicocche e le ciliegie, asciugatele, tagliatele a metà e privatele del nocciolo.
2. Versate le mezze albicocche nella caraffa con il miele e 80 ml di acqua tiepida e fate cuocere con il misurino inserito per **10 minuti/100 °C/velocità 2**, fino a quando i frutti saranno morbidi.
3. Frullate il tutto con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 5**. Unite le ciliegie e il succo di limone e mescolate con il misurino inserito e il **tasto reverse/15 secondi/velocità 5**. Versate la composta in una ciotola. Lavate bene la caraffa.
4. Per il semolino, tostate i pistacchi in una padellina senza condimento, fateli raffreddare e tritateli.
5. Versate nella caraffa il latte a temperatura ambiente, la panna a temperatura ambiente, lo zucchero e il semolino, quindi fate cuocere con il misurino inserito per **12 minuti/80 °C/velocità 2**.
6. Portate a ebollizione con il misurino inserito per **2 minuti/100 °C/velocità 1**.
7. Versate il semolino nelle coppette e distribuitevi la composta. Cospargete con i pinoli e servite.

PER LA COMPOSTA

6 albicocche (300 g)
150 g di ciliegie
1 cucchiaino di miele
1 cucchiaino di succo di limone

PER IL SEMOLINO

30 g di pistacchi
500 ml di latte a temperatura ambiente (fresco, 3,5 % di grassi)
200 ml di panna a temperatura ambiente (30 % di grassi)
50 g di zucchero
90 g di semolino



CREMA ALLA VANIGLIA

100 g di zucchero
1 bustina di zucchero vanigliato (8 g)
500 ml di latte
(fresco, 3,5 % di grassi)
40 g di fecola o amido
per alimenti
4 tuorli (grandezza M)
1 limone non trattato
(1 listarella di scorza)

1. Versate lo zucchero e lo zucchero vanigliato nella caraffa, quindi polverizzateli con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 10**. Mettete in una ciotola 100 ml di latte e scioglietevi la fecola o l'amido, ottenendo un composto omogeneo.
2. Versate nella caraffa il latte restante, il composto di latte e fecola e gli altri ingredienti, quindi fate cuocere il tutto con il misurino inserito e il **tasto reverse/12 minuti/95 °C/velocità 3**, fino a quando il composto sarà denso e cremoso. Togliete la scorzetta di limone.
3. Versate la crema di vaniglia in una ciotola e copritela con la pellicola trasparente, lasciando che il foglio appoggi direttamente sulla crema: in questo modo si evita la formazione della pellicola in superficie.
4. Fate raffreddare completamente la crema prima di servirla.

CONSIGLI

- Potete gustare direttamente la crema, oppure utilizzarla per farcire torte, dolcetti, krapfen o bignè.
- Se desiderate un sapore più intenso e raffinato, utilizzate per la preparazione della crema il midollo di un baccello di vaniglia.



CREMA DI ALBICOCCHES E PESCHE

1. Applicate l'accessorio mixer, versate la panna fredda nella caraffa e montatela senza il misurino inserito per **3 minuti/velocità 4**, tenendola sempre sotto controllo visivo. Versate la panna in una ciotola e mettetela in frigorifero. Lavate e asciugate bene la caraffa.
2. Versate le mandorle nella caraffa e sminuzzatele non troppo finemente con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 7**. Tostate quindi le mandorle in una padella senza condimento a fuoco dolce, fino a quando emaneranno un profumo intenso, poi versatele in una ciotola.
3. Lavate la melissa, sgrondatela per asciugarla, staccate le foglioline dagli steli e tenetene da parte qualche foglia per la decorazione. Lavate le albicocche e le pesche, asciugatele, tagliatele a metà e privatele del nocciolo. Tagliate mezza pesca a dadini e tenetela da parte per la decorazione.
4. Sbucciate il resto della frutta, tagliatela a quartini e versatela con lo sciroppo d'acero e la melissa nella caraffa. Frullatela con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 6-8**, aumentandola gradualmente, fino a ottenere un composto omogeneo. Incorporatevi la panna con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 4**.
5. Servite infine la crema decorata con le mandorle tostate, le foglioline di melissa e i pezzetti di pesca.

CONSIGLIO

- Potete sostituire le mandorle con pistacchi o noci.

200 ml di panna fredda
(30 % di grassi)
40 g di mandorle
1 rametto di melissa
6 albicocche (300 g)
2 pesche grandi (260 g)
1 cucchiaino di sciroppo d'acero



PANNA COTTA CON GELATINA DI MIRTILLI

PER LA PANNA COTTA

5 fogli di gelatina bianca

1 baccello di vaniglia

250 ml di latte a temperatura ambiente (fresco, 3,5 % di grassi)

250 ml di panna a temperatura ambiente (30 % di grassi)

4 cucchiaini di zucchero

PER LA GELATINA DI MIRTILLI

3 fogli di gelatina bianca

1 arancia (180 g)

300 g di mirtilli

4 cucchiaini di zucchero

INOLTRE

Qualche mirtillo fresco

1. Ammollate 5 fogli di gelatina seguendo le indicazioni sulla confezione.
2. Preparate la panna cotta: incidete il baccello di vaniglia nel senso della lunghezza e raschiate il midollo con i semi. Versate nella caraffa il latte, la panna, 4 cucchiaini di zucchero e il midollo di vaniglia con il baccello e fate sobbollire con il misurino inserito per **7 minuti/80 °C/velocità 2**. Strizzate bene i 5 fogli di gelatina ammollata, versateli nella caraffa e scioglieteli con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 3**. Togliete il baccello di vaniglia, versate il composto in bicchierini o coppette monoporzione, fatelo raffreddare a temperatura ambiente, quindi lasciatelo addensare per almeno 3 ore in frigorifero. Lavate bene la caraffa.
3. Non appena la panna cotta si sarà addensata, preparate la gelatina di mirtilli. Ammollate 3 fogli di gelatina seguendo le indicazioni sulla confezione e spremete l'arancia. Versate nella caraffa i mirtilli con il succo di arancia e 4 cucchiaini di zucchero e scaldate il tutto con il misurino inserito per **8 minuti/80 °C/velocità 2**, quindi frullate con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 5**, riducendo il tutto in purea. Strizzate bene i 3 fogli gelatina ammollati, versateli nella caraffa e scioglieteli con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 3**. Versate la gelatina sulla panna cotta. Lasciate di nuovo raffreddare a temperatura ambiente e poi fate addensare in frigorifero per 1 ora. Servite la panna cotta dopo averla sformata su piattini e decorata con mirtilli freschi.



CREMA CIOCCO-CAFFÈ SPIRITOSA

1. Applicare l'accessorio mixer, versate la panna fredda nella caraffa e montatela senza il misurino inserito per **3 minuti/velocità 4**, tenendola sempre sotto controllo visivo. Versate la panna in una ciotola, mettetela in frigorifero e lavate bene la caraffa.
2. Applicare di nuovo l'accessorio mixer. Mettete nella caraffa il burro a pezzetti e fatelo fondere con il misurino inserito per **3 minuti/80 °C/velocità 2**. Incidete il baccello di vaniglia nel senso della lunghezza, estraete il midollo e mettetelo nella caraffa. Lavate l'arancia in acqua calda, asciugatela e grattugiate finemente la scorza. Versate anche la scorza nella caraffa.
3. Unite il latte a temperatura ambiente, la fecola, lo zucchero di canna e 1 pizzico di sale e mescolate con il misurino inserito per **25 secondi/velocità 3**. Con la spatola spostate il composto dalle pareti verso il fondo della caraffa. Fate quindi cuocere il tutto con il misurino inserito per **10 minuti/100 °C/velocità 1**.
4. Unite il cacao, il caffè, il whiskey irlandese e il tuorlo e fate cuocere con il misurino inserito per **15 minuti/100 °C/velocità 1**. Versate la crema in una ciotola e lasciatela raffreddare per 1 ora, mescolandola di tanto in tanto perché non si formi la pellicola in superficie.
5. Quando la crema è ben fredda incorporate la panna montata con una frusta manuale. Versate la crema nelle singole coppette e servitela cosparsa di scaglie di cioccolato fondente.

250 ml di panna fredda (30 % di grassi)

60 g di burro

1 baccello di vaniglia

1 arancia non trattata (200 g)

400 ml di latte a temperatura ambiente (fresco, 3,5 % di grassi)

40 g di fecola di patate o amido alimentare

80 g di zucchero di canna

1 pizzico di sale

2 cucchiaini di cacao

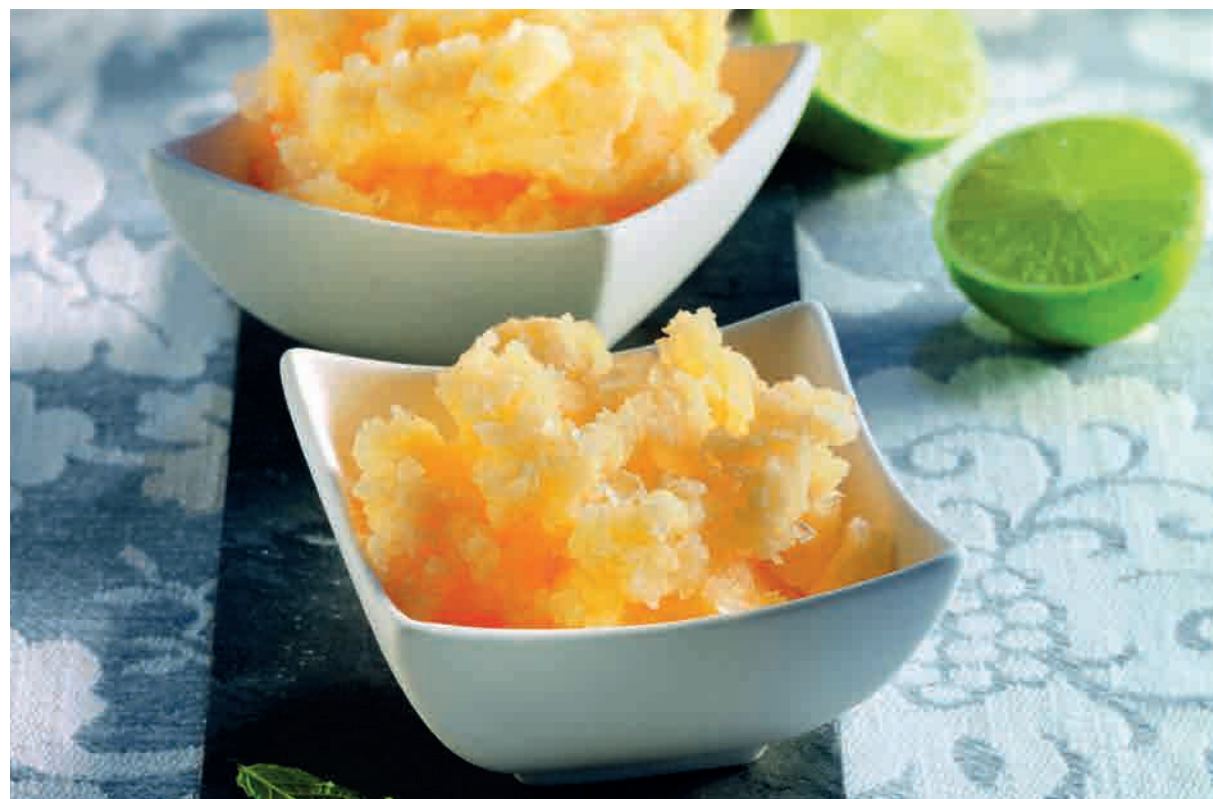
60 ml di caffè caldo

80 ml di whiskey irlandese a temperatura ambiente

1 tuorlo (grandezza L)

INOLTRE

50 g di scaglie di cioccolato fondente (70 %)



SORBETTO ALLA FRUTTA

300 g di frutta fresca mista
150 g di zucchero
2 lime (120 g; succo)
800 g di cubetti di ghiaccio

1. Mondate e lavate la frutta in base alla singola varietà, quindi privatela se necessario dei semi e tagliatela grossolanamente.
2. Versate lo zucchero nella caraffa e polverizzatelo finemente con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 10**.
3. Unite il succo dei lime e la frutta, poi sminuzzate il tutto con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 5**.
4. Aggiungete i cubetti di ghiaccio e sminuzzate nuovamente il tutto con il misurino inserito per **50 secondi/velocità 9**, ottenendo una consistenza finemente grumosa.
5. Versate il sorbetto di frutta nelle coppette o nei bicchieri e servitelo immediatamente.

CONSIGLI

- Utilizzate preferibilmente frutta dalla polpa ben soda, per ottenere un sorbetto cremoso e vellutato.
- Potete usare anche frutta congelata, sminuzzandola più volte fino a ottenere la consistenza desiderata. In questo caso si può evitare l'utilizzo dei cubetti di ghiaccio.



GELATO ALLA VANIGLIA CON POPCORN

1. Applicate l'accessorio mixer. Versate i tuorli, la panna a temperatura ambiente, lo zucchero, il succo di limone, lo zucchero vanigliato e la cannella nella caraffa e mescolate con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 3**. Con la spatola spostate il composto dalle pareti verso il fondo della caraffa. Scaldare il composto con il misurino inserito per **10 minuti/80 °C/velocità 2**. Versatelo in uno stampo a bordi bassi e mettetelo in freezer. Lasciatelo congelare per almeno 6 ore.
2. Per i popcorn, versate lo zucchero nella caraffa e polverizzatelo con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 8**. Ripetete il procedimento se necessario, poi versate il ricavato in una ciotola. Scaldate l'olio in una pentola o una padella a bordi alti, a temperatura media. Versatevi i chicchi di mais e distribuiteli sul fondo. Coprite subito con il coperchio e attendete finché i primi chicchi iniziano a scoppiare. Scuotete regolarmente la pentola. Dopo circa 2 minuti togliete la pentola dal fuoco e aspettate finché anche gli ultimi chicchi saranno scoppiati. Versate i popcorn in una ciotola.
3. Fate sciogliere il burro nella stessa pentola, o padella a bordi alti, a fuoco medio. Unitevi lo zucchero a velo e lasciatelo caramellare mescolando continuamente. Incorporatevi la cannella, quindi versate i popcorn e mescolate bene. Al momento di servire, fate leggermente sgelare il gelato in frigorifero per 15 minuti, quindi dividetelo a pezzetti. Metteteli nella caraffa e mescolateli con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 6**, per ottenere un gelato cremoso e omogeneo. Versatelo subito nelle coppette e decoratelo con i popcorn caramellati.

PER IL GELATO

2 tuorli (grandezza M)
250 ml di panna a temperatura ambiente (30 % di grassi)
50 g di zucchero
1 cucchiaino di succo di limone
1 bustina di zucchero vanigliato (8 g)
1 pizzico di cannella in polvere

PER I POPCORN AL CARAMELLO

75 g di zucchero
1 e ½ cucchiaini di olio
30 g di chicchi di mais per popcorn
1 cucchiaio di burro
1 pizzico di cannella in polvere



FROZEN YOGURT CON CIOCCOLATO BIANCO

300 g di yogurt al naturale
(3,5 % di grassi)
175 g di cioccolato bianco
200 g di mascarpone
(80 % di grassi)
1 bustina di zucchero vanigliato
(8 g)
500 g di mirtilli congelati

INOLTRE

50 g di cioccolato bianco
100 g di mirtilli freschi

1. Lasciate lo yogurt per 1 ora nel freezer.
2. Spezzettate grossolanamente 175 g di cioccolato bianco e sminuzzatelo nella caraffa con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 5**. Unite metà del mascarpone e fate fondere il tutto con il misurino inserito per **3 minuti/80 °C/velocità 2**. Aggiungete il mascarpone restante, lo yogurt, lo zucchero vanigliato e 500 g di mirtilli e lavorate il tutto con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 8**.
3. Se il composto risulta troppo morbido, fatelo gelare nella gelatiera per circa 30 minuti o mettetelo per circa 1 ora nel freezer, mescolando bene una sola volta, in modo che non si formino cristalli di ghiaccio.
4. Per decorare il dessert al momento di servirlo, grattugiate i 50 g di cioccolato bianco rimasti, lavate i mirtilli freschi e asciugateli. Versate infine la crema in una tasca da pasticciere con bocchetta tonda e liscia e distribuite il frozen yogurt nelle coppette.
5. Decorate la preparazione con i mirtilli freschi e un poco del cioccolato bianco, quindi servite.



FROZEN YOGURT CON MANGO E CILIEGIE

1. Mettete lo yogurt in freezer per almeno 2 ore.
2. Sbucciate i manghi e staccate la polpa dal nocciolo. Versate la polpa di mango spezzettata nella caraffa con lo zucchero vanigliato e lo zucchero semolato e frullate con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 8**, ottenendo un composto omogeneo. Versate la purea di mango in una ciotola e mettetela anch'essa per 2 ore in freezer.
3. Lavate le ciliegie, asciugatele, privatele del nocciolo e versatele nella caraffa, quindi frullatele con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 5**. Lasciatele per 2 ore nel congelatore.
4. Trascorso il tempo di congelamento, versate nella caraffa lo yogurt con la purea di mango e frullate il tutto con il misurino inserito per **8 secondi/velocità 8**. Unite le ciliegie congelate e lavorate la crema con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 4**.
5. Se il composto è troppo morbido, rimettetelo di nuovo in freezer per almeno 1 ora, mescolando una sola volta energicamente con una forchetta dall'esterno verso l'interno. Versate infine la crema in una tasca da pasticciere con bocchetta tonda e liscia e distribuite il frozen yogurt nelle coppette.

400 g di yogurt greco
(10 % di grassi)
2 manghi maturi (1 kg)
1 bustina di zucchero vanigliato (8 g)
50 g di zucchero semolato
150 g di ciliegie

FROZEN YOGURT LIGHT

PER IL GELATO

- 80 g di zucchero
- 2 bustine di zucchero vanigliato (16 g)
- 750 g di yogurt al naturale (0,1 % grassi)
- ½ limone (40 g) (succo)

PER LA SALSA DI FRAGOLE

- 500 g di fragole
- 1 spruzzata di succo di limone
- 1 bustina di zucchero vanigliato (8 g)
- 1 cucchiaino di zucchero
- 1 spruzzata di glassa al balsamico o di rum, a piacere

INOLTRE

- 5 fragole

1. Per il gelato, versate nella caraffa lo zucchero e lo zucchero vanigliato e lavorateli con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 8**, ottenendo una polvere sottilissima. Se necessario ripetete il procedimento.
2. Applicare l'accessorio mixer, versate lo yogurt e mescolate il tutto con il misurino inserito per **5 minuti/velocità 3**, fino ad avere una crema spumosa. Aggiungete il succo di limone e lavorate di nuovo il tutto con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 3**. Togliete l'accessorio mixer.
3. Versate il composto nella gelatiera e fatelo gelare per almeno 25 minuti. Pulite la caraffa.
4. Preparate la salsa di fragole: lavate 500 g di fragole, asciugatele e mondatele. Versatele nella caraffa insieme con il succo di limone, lo zucchero vanigliato, lo zucchero e, a piacere, 1 spruzzata di glassa al balsamico o di rum, quindi lavorate il tutto con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 8**.
5. Lavate le 5 fragole per la decorazione, asciugatele e mondatele, poi tagliatele a fettine.
6. Servite il frozen yogurt con la salsa, decorando con fettine di fragola.

CONSIGLI

- Se il frozen yogurt è destinato anche a bambini, eliminate semplicemente la glassa al balsamico o il rum.
- Potete preparare il frozen yogurt anche senza utilizzare la gelatiera. In questo caso mettete il composto per almeno 3 ore in freezer, o fino a quando avrà la giusta consistenza. Durante il congelamento in freezer mescolate energicamente il composto dall'esterno verso l'interno ogni mezz'ora.



TIRAMISÙ

6 uova (grandezza M)
120 g di zucchero + 2 cucchiari
per il caffè
500 g di mascarpone
(82 % di grassi)
2 cucchiaini di caffè liofilizzato
200 g di savoiardi
4 cucchiari di cacao amaro

1. Separate le uova e tenete da parte i tuorli. Versate gli albumi nella caraffa, applicate l'accessorio mixer e montateli a neve ben soda senza il misurino inserito per **4 minuti/velocità 4**. Dopo 2 minuti unite agli albumi 60 g di zucchero, versandolo a pioggia attraverso il foro di riempimento. Mettete gli albumi montati a neve in una ciotola, ponetela in frigorifero e pulite bene la caraffa.
2. Versate nella caraffa i tuorli 60 g di zucchero, installate l'accessorio mixer e montate il tutto con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 4**, ottenendo una crema chiara e spumosa. Unite il mascarpone e mescolate con il misurino inserito per **25 secondi/velocità 3**.
3. Preparate in una ciotola il caffè seguendo le istruzioni sulla confezione, quindi addolcitate con 2 cucchiari di zucchero e fatelo raffreddare. Incorporate gli albumi alla crema di uova e mascarpone e mescolate con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 2**.
4. Distribuite sul fondo di una pirofila uno strato di crema, intingete rapidamente i biscotti nel caffè (durante l'operazione fate attenzione che i biscotti non diventino troppo molli) e disponetene un primo strato sulla crema.
5. Spalmate sui savoiardi un altro strato di crema, livellatelo bene, quindi fate un altro strato di biscotti intinti nel caffè: se i biscotti del primo strato sono stati messi nel senso della lunghezza, disponete questi in senso contrario (o viceversa). Stendete nuovamente la crema, livellando bene la superficie con il dorso di un coltello, quindi spolverizzate di cacao amaro. Lasciate il dolce in frigorifero per qualche ora prima di servirlo.

CONSIGLI

- Il tiramisù si conserva in frigorifero per 2 giorni al massimo.
- Il dessert può anche essere congelato: in questo caso è preferibile dividerlo già in porzioni e consumarlo poi entro un mese. Per sgelarlo, basta metterlo in frigorifero la sera precedente il consumo.
- I più golosi possono spolverizzare di cacao amaro anche il primo strato di crema!





BISCOTTI DELLA FORTUNA

40 g di burro
3 albumi (grandezza M)
1 pizzico di sale
60 g di zucchero a velo
60 g di farina (tipo 00)

INOLTRE

18 pensieri beneauguranti
(scritti su piccoli pezzetti
di carta)

1. Portate il forno a 180 °C. Fate fondere il burro in un tegamino su fuoco dolce e tenetelo da parte.
2. Applicate nella caraffa l'accessorio mixer, versate gli albumi nella caraffa e montateli a neve ben soda senza il misurino inserito per **5 minuti/velocità 4**. Dopo 2 minuti unite un pizzico di sale e lo zucchero a velo attraverso il foro di riempimento nel coperchio, senza interrompere la lavorazione. Procedete allo stesso modo anche con la farina e il burro fuso, versandoli lentamente.
3. Disegnate su un foglio di carta da forno tre grandi cerchi di circa 8 cm. Disponete la carta da forno su una placca, tenendo il lato non disegnato sopra. Mettete al centro di ogni disco un cucchiaino colmo di impasto e stendetelo fino ai bordi tratteggiati. Non cuocete più di tre biscotti alla volta, dato che devono essere piegati quando sono ancora caldi. Cuocete i biscotti per 5 minuti sul ripiano centrale del forno, fino a quando i bordi saranno marroncini. Staccateli dalla placca con una paletta, disponetevi al centro il biglietto ripiegato e chiudete i biscotti a metà. Premete bene i bordi dei biscotti per sigillarli, poi poggiate ogni biscotto a raffreddare completamente a cavallo di un bicchiere, facendo leggermente pressione sul lato inferiore del dolcetto per piegare le due estremità verso il basso. Procedete allo stesso modo con la pasta restante.



AMARETTI

1. Portate il forno a 170 °C. Versate lo zucchero nella caraffa e polverizzatelo con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 9**. Se necessario ripetete l'operazione, poi travasate lo zucchero a velo in una ciotola. Versate le mandorle nella caraffa e sminuzzatele molto finemente con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 8**. Mettete le mandorle in una ciotola e tenetele da parte. Pulite bene la caraffa sciacquandola con acqua fredda.
2. Applicate l'accessorio mixer. Versate gli albumi nella caraffa fredda e montateli a neve ben soda con il misurino inserito per **2 minuti e 30 secondi/velocità 4**. Con l'aiuto della spatola raccogliete la neve di albumi dalle pareti della caraffa e spingetela verso il basso. Mescolate quindi senza il misurino inserito per **3 minuti/velocità 3**, aggiungendo gradualmente lo zucchero a velo versandolo a cucchiainate attraverso il foro di riempimento sul coperchio. Spingete ancora il composto verso il fondo, usando la spatola, e mescolate con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 4**.
3. Togliete l'accessorio mixer. Unite le mandorle, l'Amaretto e l'aroma di mandorla amara, quindi mescolate il tutto con il misurino inserito per **25 secondi/velocità 4**. Coprite 2 placche con la carta da forno. Versate l'impasto nella tasca da pasticciere e formate ciuffetti con 1 cm di diametro sulle placche, a una distanza di circa 3 cm l'uno dall'altro.
4. Lasciate le placche con gli amaretti nel forno ben caldo per 15 minuti, infornandole una dopo l'altra. A cottura ultimata toglietele e fate raffreddare i biscotti su una gratella.

200 g di zucchero
200 g di mandorle intere pelate
2 albumi (grandezza M)
2 cucchiaini di Amaretto
4 gocce di aroma di mandorla amara

INOLTRE

Tasca da pasticciere con bocchetta
rotonda di medie dimensioni



BISCOTTI DI FROLLA MONTATA

250 g di farina (tipo 00)
1 tuorlo (grandezza M)
125 g di zucchero semolato fine
1 pizzico di sale
175 g di burro morbido
1 bustina di zucchero vanigliato (8 g)

1. Setacciate la farina nella caraffa, poi unite il tuorlo, lo zucchero, 1 pizzico di sale, il burro morbido a pezzetti e lo zucchero vanigliato e impastate con il misurino inserito e il **tasto impastare/2 minuti**, ottenendo un composto liscio e omogeneo. Toglietelo dalla caraffa e impastatelo ancora rapidamente con le mani, poi formate una palla, avvolgetela nella pellicola trasparente e fatela riposare per 1 ora in frigorifero.
2. Portate il forno a 180 °C.
3. Versate una prima parte dell'impasto in un tritacarne e realizzate i biscotti nella forma desiderata direttamente su una placca coperta di carta da forno. Ripetete l'operazione su una seconda placca coperta di carta da forno. Fate cuocere in forno una placca alla volta per 10 minuti, fino a quando i biscotti saranno dorati. Per controllarne la cottura prendetene uno, e se il fondo non è ancora ben dorato, aumentate il tempo in forno. Al termine della cottura sformateli e lasciateli raffreddare su una gratella.

CONSIGLI

- Se non avete un tritacarne, utilizzate una tasca da pasticciere con bocchetta piatta, realizzate direttamente sulla placca dei frollini lunghi 10 cm e quindi passate sull'impasto leggermente con una forchetta.
- A piacere potete coprire metà dei dolcetti con cioccolato al latte o fondente.



TORTINE SOTTO VETRO ALL'AMARENA

1. Separate le uova. Applicate l'accessorio mixer e versate nella caraffa gli albumi con 1 pizzico di sale. Montateli con il misurino inserito per **3 minuti e 30 secondi/velocità 4**. Versate il ricavato in una ciotola e tenete in frigorifero, poi lavate bene la caraffa.
2. Portate il forno a 180 °C. Spezzettate il marzapane nella caraffa e sminuzzatelo con il misurino inserito per **6 secondi/velocità 8**, spostandolo verso il fondo con l'aiuto della spatola.
3. Unite il burro a pezzetti, lo zucchero semolato e quello vanigliato e mescolate il tutto senza il misurino inserito per **2 minuti/velocità 4**, fino a ottenere un composto cremoso. Durante questa operazione aggiungete anche i tuorli attraverso il foro di riempimento.
4. Setacciate direttamente nel composto la farina con il lievito, unite la cannella e lavorate con il misurino inserito per **45 secondi/velocità 4**.
5. Incorporate delicatamente al composto anche gli albumi usando la spatola e mescolate con il misurino inserito per **18 secondi/velocità 2**. Prelevate le amarene dal barattolo e amalgamatele usando la spatola e versate l'impasto nei vasetti imburrati, riempiendoli per metà.
6. Fateli cuocere in forno per 45 minuti. Infilate al centro di una tortina uno stecchino per controllare la cottura (deve uscirne asciutto) ed eventualmente proseguitela per qualche minuto. A cottura ultimata richiudete immediatamente i vasetti, ancora bollenti.

5 uova (grandezza M)
1 pizzico di sale
150 g di marzapane
150 g di burro
100 g di zucchero semolato
2 bustine di zucchero vanigliato (16 g)
150 g di farina (tipo 00)
¼ di bustina di lievito in polvere
½ cucchiaino di cannella macinata
100 g di amarene conservate

INOLTRE

Burro per i vasetti



DOLCETTI DI NOCCIOLE ALLA CANNELLA

1. Mettete lo zucchero nella caraffa e polverizzatelo con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 8**. Se necessario ripetete il procedimento, quindi versate lo zucchero a velo in una ciotola.
2. Versate le nocciole nella caraffa e sminuzzatele finemente con il misurino inserito per **12 secondi/velocità 8**. Mettetele in una ciotola. Lavate e asciugate bene la caraffa.
3. Applicate l'accessorio mixer e versate nella caraffa gli albumi, quindi montateli a neve ben soda con il misurino inserito per **3 minuti e 30 secondi/velocità 4**. Regolate la macchina senza il misurino inserito su **2 minuti/velocità 4** e versate 250 g di zucchero a velo e lo zucchero vanigliato attraverso il foro di riempimento sul coperchio, facendoli cadere a pioggia.
4. Con la spatola raccogliete il composto di albumi e zucchero rimasto sulle pareti spingendolo verso il fondo, e mescolate ancora con il misurino inserito per **15 secondi/velocità 4**. Tenete da parte 6 cucchiaini del composto di albumi e zucchero. Versate nella caraffa la cannella e le nocciole sminuzzate, quindi mescolate con il misurino inserito e il **tasto impastare**.
5. Portate il forno a 130 °C. Coprite due placche con la carta da forno.
6. Con l'aiuto della spatola versate il composto in una ciotola. Riempite un'altra ciotola di acqua tiepida per intingervi le dita durante il procedimento, quindi formate con l'impasto delle palline grandi quanto noci.
7. Disponetele sulle placche e fate al centro di ogni pallina un piccolo incavo usando il manico di un cucchiaino di legno, anch'esso intinto in acqua tiepida.
8. Unite 2 cucchiaini di zucchero a velo al composto di albumi e zucchero tenuto da parte e mescolate il tutto con un cucchiaino. Versate il composto in una tasca da pasticciere con bocchetta liscia e riempite l'incavo nelle palline. Posate quindi al centro di ogni dolcetto una nocciola intera.
9. Disponete i dolcetti sulle placche e fateli cuocere in forno, una placca per volta. Per controllare la cottura dei dolcetti sollevatene uno: se il fondo non è ancora dorato, rimettete ancora in forno per qualche minuto. Sfnate i dolcetti e lasciateli raffreddare su una gratella prima di servirli.

270 g di zucchero
 300 g di nocciole (il frutto)
 3 albumi (grandezza M)
 1 bustina di zucchero vanigliato (8 g)
 1 cucchiaino di cannella macinata

INOLTRE


40 nocciole interne (il frutto)

CONSIGLIO

→ Questi dolcetti sono ottimi anche preparati con mandorle o un mix di frutta secca invece delle nocciole.

 Per 40 pezzi

 Media

 Per pezzo: ca. 69 kcal/289 kJ
 1 g P, 5 g G, 8 g C

 Pronto in: 1 h. 30 min.
 Preparazione: 30 min. (+ cottura: 1 h.)



COULANT AL CIOCCOLATO

200 g di cioccolato fondente
200 g di burro
6 uova (grandezza M)
250 g di zucchero
1 pizzico di sale
120 g di farina (tipo 00)
40 g di cacao amaro in polvere

INOLTRE

Burro per gli stampini

1. Imburrate 8 stampini e metteteli in freezer per 30 minuti.
2. Portate il forno a 210 °C. Mettete il cioccolato spezzettato nella caraffa e sminuzzatelo con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 8**, unite il burro a pezzetti e fate fondere il tutto con il misurino inserito per **4 minuti/60 °C/velocità 2**. Travasate il composto e lavate bene la caraffa.
3. Mettete nella caraffa le uova, lo zucchero e 1 pizzico di sale e mescolate il tutto con il misurino inserito per **2 minuti/velocità 5**. Mescolate poi senza il misurino inserito per **1 minuto/velocità 3** e nel frattempo versate lentamente il composto di cioccolato e burro attraverso il foro di riempimento sul coperchio. Unite la farina e il cacao e mescolate con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 3**. Versate il composto negli stampini e fate cuocere sul ripiano centrale del forno per 12 minuti. Sfornate i dolcetti e serviteli subito.

CONSIGLIO

→ Non scaldate la placca prima dell'uso, perché altrimenti gli stampini ghiacciati si romperebbero a contatto del calore.



PLUMCAKE DI SEMI DI PAPAVERO AL LIMONE

1. Portate il forno a 180 °C, imburrate uno stampo da plumcake e spolverizzatelo di pangrattato. Per la pasta, spremete i limoni e tenete da parte il succo. Versate i semi di papavero nella caraffa e sminuzzateli finemente con il misurino inserito per **1 minuto e 30 secondi/velocità 10**. Toglieteli dal recipiente e pulitelo.
2. Versate nella caraffa le uova con lo zucchero e 1 pizzico di sale e mescolate il tutto con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 4**, ottenendo un composto spumoso. Aggiungete la farina, il lievito, il burro morbido e i semi di papavero e mescolate con il misurino inserito per **45 secondi/velocità 4**. Con l'aiuto della spatola spostate il composto dalle pareti verso il fondo della caraffa. Unite il succo dei limoni e mescolate con il misurino inserito per **2 minuti/velocità 4**. Versate l'impasto nello stampo, livellatelo e fatelo cuocere in forno per 50 minuti, quindi sfornatelo e infilate al centro del dolce uno stecchino per controllarne la cottura, eventualmente proseguendola per qualche minuto.
3. Al termine della cottura sfornate il dolce e fatelo intiepidire nello stampo per 10 minuti, poi staccatelo delicatamente dallo stampo e lasciatelo raffreddare su una gratella per 30 minuti. Pulite bene la caraffa. Per la glassa, versate nella caraffa lo zucchero e polverizzatelo con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 8**. Ripetete il procedimento se necessario. Spremete il limone e versate il succo in una ciotola. Incorporatevi a mano lo zucchero finemente polverizzato, ottenendo un composto omogeneo, e spennellatelo sul dolce freddo.

PER LA PASTA

3 limoni grandi (320 g)
60 g di semi di papavero
4 uova (grandezza M)
200 g di zucchero
1 pizzico di sale
200 g di farina (tipo 00)
2 cucchiaini di lievito in polvere
200 g di burro morbido

INOLTRE

Burro e pangrattato per lo stampo
100 g di zucchero
1 limone (100 g)

TORTINE SOTTO VETRO ALLA ZUCCA

PER L'IMPASTO

300 g di zucca moscata
o mantovana (300 g)
75 g di nocciole (il frutto)
1 mela (180 g)
1 cucchiaio di succo di limone
50 ml di latte condensato
(7,5 % di grassi)
150 g di burro ammorbidito
175 g di zucchero di canna
1 bustina di zucchero vanigliato
(8 g)
3 uova a temperatura ambiente
(grandezza M)
200 g di farina (tipo 00)
2 cucchiaini di lievito in polvere

INOLTRE

Burro per i vasetti
Vasetti per conserve con anello
di gomma e clips
Zucchero a velo per spolverizzare

1. Lavate la zucca, sbucciate, eliminate semi e filamenti e tagliatela a dadini di circa 3 cm di lato. Versate nella caraffa 1 litro di acqua a temperatura ambiente. Distribuite i dadini di zucca nel cestello vapore piano, applicatelo al cestello vapore fondo, richiudete e disponete nella caraffa, quindi fate cuocere con il **tasto cottura al vapore/8 minuti**. Togliete i cestelli e lasciate raffreddare per 30 minuti.
2. Svotate la caraffa e sciacquatela più volte con acqua fredda. Versate le nocciole nella caraffa e sminuzzatele finemente con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 8**. Mettetele in una ciotola e pulite il recipiente.
3. Sbucciate la mela, privatela dei semi e dividetela in quartini. Metteteli nella caraffa con il succo di limone e sminuzzateli con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 6**. Versateli in una ciotola e teneteli da parte.
4. Ponete nella caraffa la zucca con il latte condensato e frullateli con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 4**, raccogliendo il ricavato dalle pareti con la spatola e spingendolo verso il basso. Unite la mela e mescolate con il misurino inserito e il **tasto reverse/15 secondi/velocità 3**. Versate il tutto in una ciotola e tenete da parte. Pulite bene la caraffa.
5. Portate il forno a 180 °C. Imburrate i vasetti di vetro. Versate nella caraffa il burro morbido a pezzetti, lo zucchero di canna e quello vanigliato e mescolate il tutto con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 4**. Con la spatola raccogliete il ricavato dalle pareti e spingetelo verso il basso, poi mescolate ancora con il misurino inserito per **30 secondi/velocità 5**.
6. Programmate l'apparecchio senza il misurino inserito su **tasto impastare/2 minuti** e versate le uova a temperatura ambiente attraverso il foro di riempimento.
7. Unite la farina, il lievito e le nocciole e mescolate il tutto con il misurino inserito per **1 minuto/velocità 4**, ottenendo un impasto omogeneo. Unite anche il composto di mela e zucca e mescolate con il misurino inserito e il **tasto reverse/1 minuto/velocità 3**.
8. Distribuite l'impasto nei vasetti imburrati, riempiendoli per $\frac{3}{4}$, e fate cuocere sul ripiano centrale del forno per 40 minuti. Infilate al centro di una tortina uno stecchino per controllare la cottura (deve uscire asciutto) ed eventualmente proseguitela per qualche minuto. A cottura ultimata richiudete immediatamente i vasetti, ancora bollenti.
9. Prima di servire le tortine spolverizzatele di zucchero a velo.

CONSIGLI

- Se conservate in luogo fresco e asciutto, le tortine si mantengono per circa 2 mesi.
- Potete utilizzare anche della zucca già pronta per il consumo: in questo caso si evita tutta la fase della sua preparazione e cottura.



STRUDEL DI MELE E UVETTA

PER LA PASTA

125 g di farina (tipo 00)
1 pizzico di sale
1 uovo (grandezza M)
1 cucchiaio di olio d'oliva

PER IL RIPIENO

50 g di uvetta sultanina
2 cucchiaini di succo di mela
100 g di burro morbido
75 g di pangrattato
6 mele (750 g)
1 limone non trattato (80 g)
60 g di zucchero
25 g di pinoli
1 cucchiaino di cannella
in polvere

INOLTRE

Burro e farina (tipo 00)
per la spianatoia
Zucchero a velo per spolverizzare

1. Preparate la pasta: setacciate la farina direttamente nella caraffa. Unitevi 1 pizzico di sale, l'uovo, 25 ml di acqua tiepida e l'olio d'oliva. Lavorate il tutto con il misurino inserito e il **tasto impastare/1 minuto e 30 secondi**.
2. Togliete la pasta, lavoratela ancora per pochi istanti con le mani su una superficie leggermente imburata, fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo, poi formate una palla e avvolgetela nella pellicola trasparente. Fatela riposare in frigorifero per 30 minuti, e nel frattempo pulite bene la caraffa.
3. Per il ripieno: ammolate l'uvetta nel succo di mela per 10 minuti.
4. Fate fondere 2 cucchiaini di burro nella caraffa senza il misurino inserito per **2 minuti/80 °C/tasto rosolare/velocità 1**. Aggiungete il pangrattato e fatelo dorare leggermente senza il misurino inserito con il **tasto rosolare/5 minuti**. Versatelo in una ciotola e pulite bene la caraffa.
5. Mettete il burro restante a pezzetti nella caraffa e fatelo fondere senza il misurino inserito per **2 minuti/80 °C/velocità 1**. Se il burro non è sufficientemente fuso ripetete l'operazione; il burro non dovrebbe comunque diventare troppo scuro. Versatelo infine in una ciotola.
6. Lavate le mele, sbucciatele, tagliatele a quartini, quindi privatele del torsolo: mettete le mele nella caraffa e sminuzzatele grossolanamente con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 6**. Lavate il limone caldo, asciutto e grattugiare finemente la pelle. Unite lo zucchero, i pinoli, la scorza di limone, la cannella e l'uvetta ben strizzata e mescolate il tutto con il misurino inserito e il **tasto reverse/10 secondi/velocità 2**. Fate riposare il ripieno nella caraffa per 10 minuti.
7. Portate il forno a 200 °C. Stendete l'impasto su un canovaccio infarinato formando un rettangolo di 35 x 45 cm. Spennellate il rettangolo con metà del burro fuso, lasciando libero il bordo tutto intorno, e cospargetelo con il pangrattato rosolato.
8. Distribuitevi il ripieno di mele, ripiegate i bordi di pasta sulla parte centrale, premendoli leggermente, e arrotolate lo strudel aiutandovi con il canovaccio. Premete accuratamente i bordi che si sovrappongono.
9. Ponete lo strudel, con il lato richiuso verso il basso, su una placca ricoperta di carta da forno. Spennellate accuratamente la superficie con il burro restante e fate cuocere il dolce nel forno ben caldo per circa 40 minuti.
10. Sfornate lo strudel e spolverizzatelo di zucchero a velo. Affettatelo e servitelo ancora tiepido.





ROTOLO DOLCE CON CREMA AL LIMONE

1. Portate il forno a 220 °C. Foderate una teglia con la carta da forno.
2. Preparate la pasta biscotto: applicate l'accessorio mixer nella caraffa. Versate nella caraffa le uova, lo zucchero semolato, lo zucchero vanigliato e lavorate il tutto con il misurino inserito per **5 minuti/37 °C/velocità 3**. Montate quindi il composto con il misurino inserito per **5 minuti/velocità 4**.
3. Mescolate la farina e la fecola, versatele con 1 presa di sale nella caraffa e lavoratele con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 3**.
4. Versate l'impasto nella teglia preparata, livellatelo bene e fatelo cuocere nel forno caldo per 7 minuti. Nel frattempo pulite la caraffa.
5. Stendete un canovaccio pulito e inumidito sulla spianatoia e cospargetelo di zucchero. Togliete la pasta biscotto dal forno e sformatela immediatamente sul canovaccio. Spennellate la carta da forno con acqua fredda e staccatela accuratamente. Arrotolate subito la pasta biscotto aiutandovi con il canovaccio e fatela raffreddare.
6. Preparate la farcia: lavate in acqua bollente il limone e strofinatelo per asciugarlo. Grattugiate finemente la scorza e spremete il frutto. Ammollate la gelatina in acqua fredda seguendo le indicazioni sulla confezione.
7. Versate lo zucchero nella caraffa e polverizzatelo con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 8**. Ripetete eventualmente il procedimento fino a ottenere la consistenza desiderata. Togliete lo zucchero dalla caraffa e versatelo in una ciotola. Lavate la caraffa in acqua fredda.
8. Applicare nella caraffa l'accessorio mixer. Versate nella caraffa la panna fredda e montatela senza il misurino inserito per **3 minuti/velocità 4**, controllando sempre l'operazione. Il tempo dipende dalla temperatura esterna e dalla materia grassa della panna. Quando la panna è ben montata versatela in una ciotola e lavate accuratamente la caraffa.
9. Strizzate la gelatina e versatela nella caraffa con il succo di limone, quindi scaldatela senza il misurino inserito per **1 minuto/70 °C/velocità 2** (la gelatina deve sciogliersi completamente, ma non bollire).
10. Prendete 3 cucchiaini della panna montata e versatela nella caraffa con la scorza di limone: Mescolate panna e scorza di limone alla gelatina senza il misurino inserito per **10 secondi/velocità 2**. Unite al composto la panna montata restante e mescolatela con il misurino inserito per **18 secondi/velocità 3**.
11. Srotolate accuratamente la pasta biscotto e distribuitevi la crema al limone. Riavvolgetela di nuovo aiutandovi con il canovaccio e mettetela per almeno 1 ora in frigorifero. Al momento di servire, spolverizzate il dolce generosamente di zucchero a velo.

PER LA PASTA

4 uova (grandezza M)
 150 g di zucchero semolato
 1 bustina di zucchero vanigliato (8 g)
 75 g di farina (tipo 00)
 75 g di fecola o amido per alimenti
 1 pizzico di sale

PER LA FARCITURA

1 limone non trattato (80 g)
 4 fogli di gelatina bianca
 110 g di zucchero
 600 ml di panna fredda (30 % di grassi)

INOLTRE

Zucchero per spolverizzare

DOLCETTI ALLE FRAGOLE

PER LA CREMA DI BURRO ALLA VANIGLIA

½ busta di preparato per budino
alla vaniglia (15 g)

150 ml di latte a temperatura
ambiente (fresco, 3,5 % di grassi)

15 g di zucchero

85 g di burro morbido

PER LA PASTA

100 g di burro freddo
da frigorifero

50 g di zucchero semolato fine

1 pizzico di sale

1 tuorlo freddo da frigorifero
(grandezza M)

125 g di farina (tipo 00)

PER LA MARMELLATA DI FRAGOLE

150 g di fragole

185 g di zucchero gelificante (2:1)

10 g di burro

INOLTRE

Farina (tipo 00) per la spianatoia

Formine da biscotti a scelta

1. Per la farcitura, mescolate il preparato per budino con 2 cucchiaini di latte a temperatura ambiente in una ciotolina, quindi versate il ricavato nella caraffa insieme con il latte restante e lo zucchero. Fate cuocere con il misurino inserito per **12 minuti/90 °C/velocità 2**. Versate il budino in una ciotola sciacquata con acqua molto fredda e copritelo con pellicola trasparente, in modo che non si formi la pellicola in superficie. Mettete il budino in frigorifero per 1 ora a raffreddare. Nel frattempo lavate bene la caraffa.
2. Per la pasta, versate nella caraffa il burro a pezzetti, lo zucchero, 1 pizzico di sale, il tuorlo e la farina, quindi impastate il tutto con il misurino inserito per 30 secondi/velocità 5. Se l'impasto risultasse troppo asciutto, aggiungete 1 cucchiaino di acqua ghiacciata e mescolate con il misurino inserito per 20 secondi/velocità 4. Avvolgete l'impasto nella pellicola trasparente, formando una palla, e fatela riposare per almeno mezz'ora in frigorifero. Nel frattempo pulite bene la caraffa.
3. Lavate le fragole, mondatele e tagliatele a metà. Versatele nella caraffa con lo zucchero gelificante e sminuzzatele con il misurino inserito e il **tasto turbo/6 secondi**. Incorporate il burro e fate cuocere il tutto con il misurino inserito per **5 minuti/95 °C/velocità 2**. Lasciate raffreddare la marmellata così preparata per 10 minuti. Pulite bene la caraffa.
4. Portate il forno a 200 °C. Foderate una placca con la carta da forno. Stendete la pasta sulla spianatoia leggermente infarinata a uno spessore di circa 3 mm e con uno stampino rotondo ricavate circa 30 biscotti.
5. Distribuite i biscotti sulla placca e fateli cuocere in forno per 8 minuti. Al termine della cottura sollevate dalla placca un biscotto, facendo molta attenzione: se il fondo non è ancora ben dorato, proseguite la cottura per qualche minuto. Sfornate i biscotti e fateli raffreddare su una gratella.
6. Mentre i biscotti raffreddano preparate la crema: applicate l'accessorio mixer. Versate nella caraffa il burro a pezzetti e mescolate con il misurino inserito per **2 minuti/velocità 3**. Unite il budino e lavorate ancora il tutto con il misurino inserito per **3 minuti/velocità 3**. Versate la crema in una tasca da pasticciere e tenetela in frigorifero.
7. Quando i biscotti sono freddi, prendetene metà e distribuite lungo il bordo un anello sottile di burro alla vaniglia. Al centro di questo anello spalmate un poco di marmellata di fragole, quindi coprite con i biscotti rimasti.



TORTA MIMOSA

PER LA FARCITURA

- 110 g di zucchero semolato
- 1 bustina di zucchero vanigliato (8 g)
- 50 g di fecola o amido per alimenti
- 500 ml di latte a temperatura ambiente (fresco, 3,5 % di grassi)
- 2 tuorli a temperatura ambiente (grandezza M)
- 1 limone non trattato (scorza grattugiata)
- 100 ml di panna fredda (30 % di grassi)
- 1 barattolo di ananas (490 g)

PER LA PASTA BISCOTTO

- 4 uova (grandezza M)
- 150 g di zucchero
- 1 bustina di zucchero vanigliato
- 75 g di farina (tipo 00)
- 75 g di fecola o amido per alimenti
- 1 pizzico di sale

PER LA BAGNA

- 3 cucchiaini di succo dell'ananas in barattolo
- 2 cucchiaini di Maraschino
- 3 cucchiaini di latte (fresco, 3,5 % di grassi)

INOLTRE

- Burro per lo stampo
- 1 confezione di ciliegie candite

1. Per la farcitura, versate nella caraffa lo zucchero semolato e quello vanigliato, quindi polverizzateli con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 10**. Mescolate l'amido con 8 cucchiaini di latte a temperatura ambiente, ottenendo un composto liscio. Versate nella caraffa il latte restante, i tuorli e la scorza di limone, quindi fate cuocere il tutto senza il misurino inserito con il **tasto reverse/10 minuti/100 °C/velocità 3**. Mescolate ancora una volta il composto di latte e amido e versatelo nella caraffa. Fate cuocere con il misurino inserito e il **tasto reverse/5 minuti e 30 secondi/100 °C/velocità 3**. Versate la crema in una ciotola e copritela con la pellicola trasparente, facendo in modo che sia a contatto diretto della superficie. Aspettate che la crema sia completamente fredda prima di utilizzarla. Lavate bene la caraffa.
2. Portate il forno a 180 °C e imburrate uno stampo a cerniera.
3. Applicare alla caraffa l'accessorio mixer. Versate nella caraffa le uova, lo zucchero e lo zucchero vanigliato, quindi mescolate con il misurino inserito per **5 minuti/37 °C/velocità 3**. Montate quindi con il misurino inserito per **5 minuti/velocità 4**.
4. Miscelate farina e amido e versateli con il sale nella caraffa. Mescolate con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 3**.
5. Versate l'impasto nello stampo e livellatene bene la superficie. Fate cuocere la torta in forno per 10 minuti, quindi controllate la cottura infilando uno stecchino al centro, che dovrà uscire asciutto: se fosse ancora umido, prolungate i tempi di cottura. Sfornate il dolce e staccate accuratamente la pasta dal bordo dello stampo, usando un coltello. Staccate quindi l'anello dello stampo e sfornate il dolce su una gratella da pasticceria. Lasciate raffreddare completamente.
6. Lavate bene la caraffa. Per la farcitura, applicate l'accessorio mixer e montate la panna ben fredda senza il misurino inserito per **2 minuti/velocità 2**, tenendo sempre sotto controllo visivo l'operazione. Scolate l'ananas raccogliendo il succo e tagliate le fette di frutto a pezzetti. Mescolate $\frac{2}{3}$ della crema fredda con i pezzetti di ananas e incorporate anche la panna.
7. Tagliate la torta ormai fredda a metà nel senso della larghezza. Partendo dal centro del disco inferiore staccate delle briciole di torta usando un cucchiaio, in modo da lasciare 1 cm di spessore per il fondo e 2 cm per il bordo. Tenete da parte le briciole di torta. Mescolate 3 cucchiaini del succo raccolto, il Maraschino e il latte, quindi bagnate la base inferiore di torta con metà del liquido ottenuto, senza inzupparla. Distribuitevi la crema di panna e ananas, coprite con l'altro disco di torta e stendete la crema rimasta. Bagnate le briciole di dolce con il liquido restante e distribuitele sulla torta. Decorate con le ciliegie candite e servite.





CROSTATA DI MARMELLATA

1. Versate nella caraffa la farina, il lievito, lo zucchero, il burro a pezzetti, l'uovo e la scorza di limone grattugiata e impastate il tutto con il misurino inserito e il **tasto impastare/2 minuti**. Togliete la pasta dalla caraffa, formate una palla, avvolgetela nella pellicola trasparente e fatela riposare in frigorifero per 30 minuti.
2. Imburrate lo stampo a cerniera o da crostata. Portate il forno a 190 °C.
3. Sulla spianatoia infarinata stendete due terzi dell'impasto nelle dimensioni dello stampo, a uno spessore di 3 mm circa. Foderate il fondo e le pareti dello stampo con la pasta, facendola aderire e tagliando eventuali eccessi. Distribuite la marmellata sul fondo, livellandola bene.
4. Stendete l'impasto restante, tagliatelo a listarelle larghe 1 cm e distribuitele sulla marmellata, formando un motivo a grata.
5. Fate cuocere la crostata nel forno ben caldo per 25 minuti, fino a quando sarà dorata. Se al termine della cottura fosse ancora troppo chiara, prolungate il tempo in forno. Sfornate il dolce e fatelo raffreddare per 10 minuti, poi staccate delicatamente il bordo della torta dallo stampo usando un coltellino sottile. Sformate la crostata e fatela raffreddare completamente su una gratella per dolci.
6. Tagliate la crostata a fette e servitela.

250 g di farina (tipo 00)
 1 cucchiaino di lievito in polvere (raso)
 110 g di zucchero
 125 g di burro
 1 uovo (grandezza M)
 ½ limone non trattato (40 g) (scorza grattugiata)
 270 g di marmellata di ciliegie

INOLTRE

Burro per lo stampo
 Farina (tipo 00) per la spianatoia



Per 12 fette (stampo a cerniera o da crostata 24 cm Ø)



Minima



Per fetto: ca. 197 kcal/825 kJ
 3 g P, 7 g G, 29 g C



Pronto in: 1 h, 20 min. · Preparazione: 15 min. (+ riposo: 30 min., cottura: 25 min., raffreddamento: 10 min.)

TORTA DELLA NONNA

PER LA FARCITURA

- 100 g di zucchero
- 1 bustina di zucchero vanigliato (8 g)
- 500 ml di latte (fresco, 3,5 % di grassi)
- 40 g di fecola o amido per alimenti
- 4 tuorli (grandezza M)
- 1 limone non trattato (1 listarella di scorza)

PER LA PASTA

- 350 g di farina (tipo 00)
- 140 g di zucchero
- 1 uovo (grandezza M)
- 150 g di burro
- 1 bustina di lievito in polvere (16 g)
- 1 pizzico di sale

INOLTRE

- Burro per lo stampo
- 50 g di pinoli
- 5 cucchiaini di zucchero a velo

1. Versate lo zucchero e lo zucchero vanigliato nella caraffa, quindi polverizzateli con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 10**. Mettete in una ciotola 100 ml di latte e scioglietevi la fecola o l'amido, ottenendo un composto omogeneo. Versate nella caraffa il latte restante, il composto di latte e fecola e tutti gli altri ingredienti, quindi fate cuocere il tutto con il misurino inserito e il **tasto reverse/12 minuti/95 °C/velocità 3**, fino a quando il composto sarà denso e cremoso. Togliete la scorzetta di limone.
2. Versate la crema di vaniglia in una ciotola e copritela di pellicola trasparente, lasciando che il foglio appoggi direttamente sulla crema: in questo modo si evita la formazione della pellicola in superficie. Fate raffreddare completamente la crema prima di utilizzarla per il proseguimento della ricetta. Lavate bene la caraffa.
3. Per la pasta, versate nella caraffa tutti gli ingredienti indicati e mescolateli con il misurino inserito per 1 minuto e **30 secondi/velocità 5**. Togliete l'impasto dalla caraffa, formate una palla, avvolgetela nella pellicola trasparente e fatela raffreddare in frigorifero per 30 minuti.
4. Portate il forno a 180 °C e imburrate lo stampo da crostata. Mettete $\frac{2}{3}$ della pasta nello stampo per formare il fondo e i bordi, quindi con un piccolo matterello stendetela direttamente nella tortiera. Con le dita formate il bordo. Mescolate rapidamente la crema alla vaniglia e distribuitela sulla base di pasta. Stendete la pasta restante formando un disco e posatelo sulla crema, come se fosse un coperchio. Cospargete con i pinoli e fate cuocere nel forno ben caldo per 40 minuti, fino a quando la superficie sarà dorata. Con uno stecchino fate una prova di cottura ed eventualmente prolungate il tempo.
5. Togliete il dolce dal forno, fatelo raffreddare e servitelo cosperso di zucchero a velo.



APPLE PIE

PER LA PASTA

160 g di burro freddo da frigorifero
80 g di zucchero
1 pizzico di sale
1 uovo freddo da frigorifero (grandezza M)
300 g di farina (tipo 00)

PER IL RIPIENO

1 limone non trattato (80 g)
8 mele acidule (per es. Granny Smith, 1,3 kg)
170 g di zucchero di canna
20 g di farina (tipo 00)
1 pizzico di cannella
1 pizzico di noce moscata
1 cucchiaio di latte (fresco, 3,5 % di grassi)

INOLTRE

Burro per lo stampo
Farina (tipo 00) per la spianatoia
1 uovo (grandezza M) per spennellare

1. Preparate la pasta: mettete nella caraffa il burro freddo da frigorifero a pezzetti, lo zucchero, 1 pizzico di sale, uovo freddo da frigorifero e la farina. Impastate il tutto con il misurino inserito e il **tasto impastare**, ottenendo una pasta omogenea. Se risultasse troppo asciutta, unite 1 cucchiaio di acqua fredda e impastate con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 4**. Raccogliete l'impasto formando una palla, avvolgetela nella pellicola trasparente e fatela riposare per almeno 30 minuti in frigorifero.
2. Per il ripieno, lavate il limone sotto il getto dell'acqua calda, asciugatelo bene e grattugiate la scorza in uno strato sottile, senza l'albedine. Spremete il frutto.
3. Lavate le mele, asciugatele strofinandole bene, pelatele, dividetele a quartini ed eliminate il torsolo, poi tagliate i quartini a fette. Mettetele nella caraffa e sminuzzatele con il misurino inserito per **5 secondi/velocità 6**. Unite il succo di limone, lo zucchero di canna, la farina, la scorza di limone, la cannella, la noce moscata e il latte e mescolate bene il tutto con il misurino inserito e il **tasto reverse/10 secondi/velocità 2**.
4. Portate il forno a 200 °C.
5. Imburrate lo stampo da pie. Sulla spianatoia infarinata stendete $\frac{2}{3}$ della pasta formando un disco di circa 4 cm più grande rispetto allo stampo. Mettete la pasta nello stampo e formate un bordo tutto intorno. Distribuitevi il composto di mele.
6. Stendete la pasta restante su una superficie infarinata e con una rotella dentata ricavate delle listarelle di circa 1,5 cm di larghezza. Disponetele sul dolce formando un motivo a grata. Ripiegate verso l'interno il bordo, coprendo così le estremità delle listarelle.
7. Sgusciate l'uovo in una tazza, sbattetelo con una forchetta e spennellatelo sul bordo e sulla grata della torta.
8. Fate cuocere la torta in forno, sul ripiano centrale, per 1 ora, abbassando dopo i primi 10 minuti la temperatura a 180 °C. Fate una prova di cottura infilando uno stecchino al centro del dolce ed eventualmente prolungate il tempo. Sforate la apple pie e lasciatela raffreddare nello stampo.



PASTIERA NAPOLETANA

PER LA PASTA

300 g di farina bianca (tipo 00)
150 g di burro
150 g di zucchero
1 uovo (grandezza M)
1 cucchiaino di lievito in polvere
1 pizzico di sale

PER IL RIPIENO

1 e ½ limoni non trattati (120 g)
300 ml di latte (fresco, 3,5 % di grassi)
50 g di grano cotto
1 cucchiaino di cannella macinata
165 g di zucchero
2 pizzichi di sale
100 g di frutta candita mista
250 g di ricotta (40 % di grassi)
2 uova (grandezza M)
1 tuorlo (grandezza M)

INOLTRE

Burro per lo stampo
Zucchero a velo per spolverizzare

1. Preparate la pasta: versate nella caraffa la farina, il burro a pezzetti, lo zucchero, l'uovo, il lievito e 1 pizzico di sale e mescolate con il misurino inserito e il **tasto impastare**. Versate la pasta sulla spianatoia, con le mani datele la forma di una palla, avvolgetela nella pellicola trasparente e fatela riposare per 30 minuti in frigorifero. Lavate bene la caraffa.
2. Nel frattempo, per il ripieno lavate il limone, asciugatelo e grattugiate la scorza. Versate nella caraffa il latte, il grano cotto, ½ cucchiaino di cannella, 1 cucchiaino di zucchero, la scorza di ½ limone e 1 pizzico di sale e fate cuocere il tutto con il misurino inserito per **3 minuti/90 °C/velocità 2**. Proseguite poi la cottura con il misurino inserito per **1 minuto e 30 secondi/100 °C/velocità 2**.
3. Versate il composto in una ciotola e copritelo con la pellicola in modo che questa poggi direttamente sulla superficie, per evitare la formazione della pellicina. Fate raffreddare per 20 minuti e lavate bene la caraffa.
4. Tritate grossolanamente i frutti canditi con un coltello. Applicare l'accessorio mixer, quindi versate nella caraffa ricotta, uova e tuorlo con la scorza di limone restante, lo zucchero rimasto, la cannella restante, 1 pizzico di sale e mescolate con il misurino inserito per **2 minuti/velocità 2**.
5. Versate la crema in una ciotola grande e lasciatela intiepidire, poi unite i frutti canditi e il composto di grano ormai freddo.
6. Portate il forno a 170 °C. Imburrate lo stampo a cerniera. Mettete ⅔ della pasta nello stampo e stendetela su fondo e pareti direttamente nello stampo, usando un matterello piccolo. Con le dita formate il bordo.
7. Distribuite sulla base di pasta il composto di ricotta e grano, in uno strato uniforme. Stendete la pasta rimasta e ritagliate delle listarelle di 1 cm di larghezza, che poserete sulla crema formando un motivo a grata.
8. Fate cuocere il dolce in forno caldo per 1 ora, fino a quando sarà dorato. Fate una prova di cottura infilandovi uno stecchino al centro, ed eventualmente prolungate i minuti in forno. Sfornatelo e lasciatelo intiepidire nello stampo per 10 minuti, poi staccate accuratamente il bordo dalle pareti usando un coltello, aprite lo stampo, togliete il dolce e lasciatelo raffreddare completamente.
9. Spolverizzate la torta con lo zucchero a velo, tagliatela a fette e servitela.





PANE BIANCO

1 cubetto di lievito fresco (21 g)
500 g di farina (tipo 00)
2 cucchiaini di sale

INOLTRE

Farina (tipo 00) per la spianatoia,
la ciotola e le mani

1. Versate nella caraffa 320 ml di acqua a temperatura ambiente. Sminuzzate il lievito direttamente nella caraffa e scaldate il tutto con il misurino inserito per **10 secondi/velocità 3**.
2. Unite la farina e 2 cucchiaini di sale, quindi lavorate il tutto con il misurino inserito e il **tasto impastare**, ottenendo un impasto omogeneo.
3. Mettete la pasta in una ciotola infarinata, copritela con un canovaccio pulito e fatela lievitare per 1 ora in luogo caldo, fino a quando avrà raddoppiato di volume.
4. Trascorso questo tempo, lavorate l'impasto con le mani infarinate, mettetelo in uno stampo rettangolare foderato di carta da forno e fatelo lievitare ancora per 1 ora, sempre coperto.
5. Portate il forno a 250 °C. Riducete quindi la temperatura a 200 °C e cuocete il pane per 45 minuti.
6. Sfnorate il pane bianco e fatelo raffreddare su una gratella.

CONSIGLIO

→ Se preferite una pagnotta rotonda, mettete l'impasto a lievitare in una ciotola tonda, non troppo grande e termoresistente. A lievitazione terminata, passate il pane a cuocere direttamente nel forno caldo.



PANE CON LIEVITO MADRE

1. Sciogliete il lievito spezzettato in 100 ml di acqua tiepida e fatelo riscaldare con misurino inserito per **3 minuti/37 °C/velocità 1**. Lasciate riposare poi per 5 minuti.
2. Versate nella caraffa il composto di lievito di birra, il lievito madre, la farina di frumento, la farina di segale, la panna acida e 1 cucchiaino di sale e mescolate con il misurino inserito e il **tasto impastare/ 2 minuti**.
3. Togliete la pasta dalla caraffa e impastatela brevemente a mano su una spianatoia infarinata. Raccoglietela a palla, mettetela in una ciotola infarinata, copritela con un canovaccio e fatela lievitare in luogo caldo per 1 ora.
4. Trascorso questo tempo, impastatela di nuovo energicamente; con le mani infarinate formate una pagnotta rotonda e disponetela su una placca coperta di carta da forno. Coprite il pane con un canovaccio e fatelo lievitare in luogo caldo ancora per 1 ora. Portate il forno a 200 °C. Spennellate il pane con acqua e fatelo cuocere sul ripiano centrale del forno per 50 minuti.

5 g di lievito di birra fresco
100 g di lievito madre
(pasta madre)
100 g di farina di frumento
(tipo 00)
250 g di farina di segale integrale
(tipo 1800)
150 ml di panna acida
(10 % di grassi)
1 cucchiaino di sale

INOLTRE

Farina (tipo 00) per la spianatoia,
la ciotola e le mani



CANTUCCINI

250 g di mandorle sgusciate, non pelate
100 g di burro
280 g di zucchero
1 pizzico di sale
1 cucchiaino di lievito in polvere (raso)
500 g di farina (tipo 00)
5 uova (grandezza media)

INOLTRE

Farina (tipo 00) per la spianatoia

1. Tostate le mandorle in una padella senza condimento, fino a quando inizieranno a profumare. Mettete le mandorle in una ciotola e tenetele da parte.
2. Fate fondere nella caraffa il burro con il misurino inserito per **1 minuto e 30 secondi/80 °C/velocità 1**. Versate il burro fuso in un'altra ciotola e tenetelo da parte. Lavate bene la caraffa e asciugatela.
3. Versate nella caraffa zucchero, sale, lievito in polvere, farina e 4 uova e impastate il tutto senza il misurino inserito con il **tasto impastare/2 minuti**. Dopo 1 minuto unite il burro attraverso il foro di riempimento.
4. Versate l'impasto nella ciotola con le mandorle e mescolate il tutto manualmente. Formate con la pasta una palla, avvolgetela nella pellicola trasparente e fatela riposare in frigorifero per 30 minuti.
5. Portate il forno a 190 °C. Dividete la pasta in 3 pezzi di uguali dimensioni, lavorando sulla spianatoia infarinata. Formate da ogni pezzo un rotolo lungo circa 30 cm e disponeteli a mano a mano che sono pronti su una placca coperta di carta da forno. Spennellate i rotoli con l'ultimo uovo, dopo averlo leggermente sbattuto, e fateli cuocere in forno ben caldo per 20 minuti, fino a quando saranno intensamente dorati.
6. Al termine della cottura togliete i rotoli dal forno e abbassate la temperatura a 150 °C. Fate intiepidire la preparazione per qualche minuto, poi tagliate ogni rotolo a fette leggermente oblique e spesse 1,5 cm. Mettetele ancora in forno e fatele cuocere per 5 minuti. Sforname i cantuccini e lasciateli raffreddare completamente.



PANINI ALLO STRUTTO

1. Versate nella caraffa 100 ml di acqua tiepida. Sminuzzate il lievito direttamente nella caraffa e scaldate il tutto con il misurino inserito per **3 minuti/37 °C/velocità 1**.
2. Unite la farina, poi lo strutto aromatizzato alla cipolla, 2 cucchiaini di sale e 160 ml di acqua tiepida. Lavorate il tutto con il misurino inserito e il **tasto impastare/2 minuti**, fino a ottenere una pasta liscia.
3. Toglietela dalla caraffa e mettetela su una spianatoia infarinata, quindi impastatela rapidamente a mano. Raccoglietela formando una palla, copritela con un canovaccio e fatela lievitare in luogo caldo per 1 ora.
4. Trascorso questo tempo, impastate di nuovo il composto e formate dei panini rotondi con le mani infarinate. Mettete i panini su due placche coperte di carta da forno e fateli lievitare per 1 ora, sempre coperti con un canovaccio.
5. Nel frattempo portate il forno a 200 °C e cuocetevi i panini per circa 20 minuti, una placca per volta. Se i panini risultano troppo chiari in superficie dopo il tempo trascorso in forno, aumentate il tempo di cottura.

½ cubetto di lievito fresco (21 g)
600 g di farina (tipo 00)
200 g di strutto aromatizzato alla cipolla
2 cucchiaini di sale

INOLTRE

Farina (tipo 00) per la spianatoia



PANINI DOLCI AL LATTE

1. Imburrate una ciotola capiente.
2. Versate nella caraffa il latte a temperatura ambiente, il burro a temperatura ambiente tagliato a pezzetti e lo zucchero. Spezzettate il lievito direttamente nella caraffa. Scaldare il tutto con il misurino inserito per **4 minuti/37 °C/velocità 2**.
3. Aggiungete la farina e 1 cucchiaino di sale, poi mescolate il tutto con il misurino inserito e il **tasto impastare/2 minuti**.
4. Con l'aiuto della spatola spostate l'impasto dalle pareti verso il fondo della caraffa e impastate nuovamente con il misurino inserito per **20 secondi/velocità 4**.
5. Versate la pasta nella ciotola imburrata, copritela con un canovaccio pulito e leggermente inumidito, quindi fate lievitare l'impasto in luogo caldo per 1 ora.
6. Infarinare la spianatoia. Coprite una placca con la carta da forno. Lavorate rapidamente la pasta sulla spianatoia, formate un rotolo e dividetelo in 10 pezzi di uguali dimensioni.
7. Date loro la forma di panini tondi.
8. Con un coltello affilato e intinto in acqua calda incidete leggermente la superficie dei panini, poi distribuiteli sulla placca con la superficie tagliata verso l'alto. Coprite con pellicola trasparente e fate lievitare ancora per 30 minuti.
9. Quasi al termine della lievitazione portate il forno a 220 °C. Sbattete l'uovo in una ciotolina con una forchetta e spennellatelo generosamente sui panini.
10. Infornate i panini e fateli cuocere per 10 minuti, fino a quando saranno intensamente dorati. Sfornate i panini e fateli raffreddare completamente prima di servirli.

300 ml di latte a temperatura ambiente (UHT, 3,5 % di grassi)
 50 g di burro a temperatura ambiente
 45 g di zucchero
 1 cubetto di lievito fresco (21 g)
 500 g di farina (tipo 0)
 1 cucchiaino di sale
 1 uovo (grandezza M)

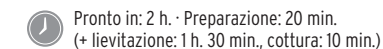
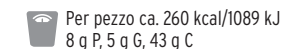
INOLTRE

Burro per la ciotola
 Farina (tipo 00) per la spianatoia



CONSIGLIO

→ Se i panini risultano troppo chiari in superficie dopo 10 minuti in forno, aumentate il tempo di cottura.



INDICE DELLE RICETTE

A		Crema di verdura	61	G		Orecchiette con le cime di rapa	112	Porri stufati	85	Sorbetto alla frutta	214
Aioli	45	Crema di zucchine	63	Gazpacho	58			Purè di patate	13	Soufflé di patate	87
Albumi a neve	11	Crêpes alla bretonne con asparagi	174	Gelatina di rabarbaro	54	P		Purea di zucchine	84	Spaghetti alla carbonara	104
Amaretti	223	Crêpes con pancetta	84	Gelato alla vaniglia con popcorn	215	Pane bianco	248			Spaghetti alle vongole	106
Apple Pie	244	Crocchette di patate	14	Gnocchetti di patate al pomodoro	180	Pane con lievito madre	249	Q		Spaghetti con crema di salmone	105
Apricot Fizz	198	Crocchette di riso ripiene	102	Gnocchi fatti in casa	35	Panini allo strutto	251	Quiche di cavolo rosso	176	Spaghetti con ragù alla bolognese	121
B		Crocchette di zucchine e carote	82	Gratin di cavolfiore	91	Panini dolci al latte	253	Quiche lorraine con i porri	144	Spaghettoni con polpette di carne	118
Bignè	27	Crostata di marmellata	241	Guacamole	48					Spigola all'acqua pazza	156
Biscotti della fortuna	222	Cruditè saporite in salsa di senape	78	Gulasch di selvaggina	152	Panna cotta con gelatina di mirtillo	212	R		Strangolapreti con burro	183
Biscotti di frolla montata	224	Cuocere il riso	12			Pappa con finocchi e tacchino	184	Ravioli con ricotta e spinaci	122	Strudel di mele e uvetta	232
Bollire le uova	11	Cuocere la pasta	12	H		Pappa con mele e cialde di riso	186	Remoulade	44	Swimmingpool	202
Bucatini all'amatriciana	109	Cuocere le patate	13	Hamburger mediterraneo	130			Ribollita	68		
Budino al cioccolato	204					Pappa con spinaci e patate	188	Rigatoni con ragù di carne	117		
Budino alla vaniglia	205			I		Pappa di carote e salmone	185	Riso e latte	37	T	
C		D		Impepata di cozze	160	Pappa di pere e prugne	187	Risotto ai funghi con parmigiano	125	Tagliatelle con ragù di carne	108
Caffè freddo del Caribe	192	Daiquiri	203	Insalata di cavolfiore e broccoli	79	Pappa di riso, pomodori e zucchine	189	Risotto al nero di seppia	129	Tequila Sunrise	202
Cannelloni	146	Dip di Camembert	40	Insalata di seppie e patate	81	Pappa rossa con patate	187	Risotto alla milanese	126	Terrina di pollo con broccoli	141
Cannoli siciliani	206	Dip di melanzane al coriandolo	49	Insalata Waldorf	77	Parmigiana di melanzane	93	Roastbeef	135	Tiramisù	220
Cantuccini	250	Dip di peperoni e formaggio	46	Involtini di pollo	138	Parmigiano grattugiato	15	Rotolo dolce con crema al limone	235	Torta della nonna	242
Caponata	98	Dip di pomodori e ricotta	39			Pasta alla Norma	115			Torta Mimosa	238
Carote e patate al prezzemolo	89	Dolcetti alle fragole	236	J		Pasta biscotto	30	S		Tortine sotto vetro all'amarena	225
Cialde al burro	36	Dolcetti di nocciole alla cannella	227	Jogging-Flip	200	Pasta con gorgonzola e noci	107	Salmone al vapore con lemongrass	166	Tortine sotto vetro alla zucca	230
Cocktail analcolico al melone	199					Pasta e fagioli	70	Salmone con asparagi	172	V	
Concentrato per brodo di carne	17	F		Ketchup	43	Pasta fresca	34	Salsa al prezzemolo	25	Vellutata di zucca	67
Concentrato per brodo di pollo	18	Filetto al vapore con purè di radice	136	Knödel dell'Alto Adige	97	Pasta frolla	29	Salsa alla senape	22	Vitello tonnato	155
Concentrato per brodo vegetale	16	Fiori di zuccina fritti	101			Pasta sfoglia	32	Salsa bernese	23		
Confettura ai quattro frutti di bosco	53	Fondere il cioccolato	10	L		Pastella	33	Salsa besciamella	26	Y	
Confettura di mirtillo e nocciole	56	Fonduta di formaggio al pomodoro	175	La primissima pappa di carote	186	Pasticcio di pesce in crosta di sfoglia	170	Salsa bruna (spagnola)	20	Yogurt	15
Cosmopolitan	200	Frappè	192	Liquore all'uovo	201	Pastiera napoletana	246	Salsa di pomodoro	38	Z	
Coulant al cioccolato	228	Frittata con la rucola	83	Liquore di fragole alla vodka	201	Patè di olive nere	40	Salsa olandese	24	Zabaione	208
Cozze in guazzetto piccante	163	Frittelle	14			Penne all'arrabbiata	116	Salsa vellutata	19	Zucchero a velo vanigliato	10
Crema alla vaniglia	210	Frozen Strawberry	191	M		Pina Colada	203	Scallopine di manzo alla pizzaiola	134	Zucchine ripiene	151
Crema ciocco-caffè spiritosa	213	Frozen yogurt con cioccolato bianco	216	Malloreddus con bottarga di tonno	111	Pizza Margherita	142	Semolino con composta	209	Zuppa di cipolle	73
Crema di albicocche e pesche	211	Frozen yogurt con mango e ciliegie	217	Marmellata di mirtillo e ananas	55	Plumcake di semi di papavero al limone	229	Seppie ripiene	161	Zuppa di lenticchie con salsiccia	72
Crema di cioccolato e nocciole	57	Frozen yogurt light	218	Marmellata di sambuco e susine	51	Polenta	85	Seppioline con i piselli	162	Zuppa di peperoni e ricotta	59
Crema di formaggio fresco e olive	41	Frullato al latticello	198	Melanzane aromatiche	94	Polpette con purea di piselli	133	Sformato di riso	88	Zuppa di pesce Bouillabaisse	74
Crema di salmone affumicato	41	Frullato di banane alla vaniglia	193	Minestrone	60	Polpette di pesce con salsa alle erbe	169	Smoothie di mela cotta e zenzero	196	Zuppa di pesce piccante	76
		Frullato di fragole e kefir	190	Mousse di susine	50	Polpette di quinoa con dip	178	Smoothie di pere e banane	195	Zuppa di pomodoro	66
		Frullato di fragole e melone	193	N		Polpette di selvaggina alla pancetta	149	Smoothie di prezzemolo e albicocche	194	Zuppa di pomodoro con mozzarella	65
				Nasello su letto di carote	159			Sogno al kiwi	199	Zuppa piccante di castagne	62
										Zuppa thai al curry	71

Un'esclusiva



Colophon

EDITORE
HOYER Handel GmbH
Tasköprüstraße 3
22761 Hamburg
Germania



Tutti i diritti riservati. È vietata la riproduzione, totale o parziale, e la diffusione tramite un mezzo qualsiasi, fotocopie, cinema, radio e televisione, microfilm, registrazione, sistemi di elaborazione dati di qualsiasi natura o altro senza espressa autorizzazione scritta da parte dell'editore.

CREDITI FOTOGRAFICI

Illustrazioni

Fotolia.com: © jacartoon (cappello da cuoco e cloche), © WonderfullPixel (bilancia e orologio)

Foto delle ricette

Fotolia.com: © mizina (pag. 19), © Stephanie Jud (pag. 23), © Corinna Gissmann (pag. 24), © tirik (pag. 26), © Christian Jung (pag. 27), Tanja Esser (pag. 28), © eZeePics Studio (pag. 32), © Sph (pag. 33) © Natasha Breen (pag. 34/35), © emmi (pag. 36), Manuela Rüter: pag. 86

Studio Klaus Arras: pag. 117, 119, 132, 153, 167, 171, 177, 195, 197, 222 e 225

Food-Fotografie Michael Brauner: pag. 213

Kay Johannsen: pag. 209

Edina Stratmann: pag. 249 e 251

TLC Fotostudio: tutte le altre foto

Motivi di copertina

TLC Fotostudio (fronte e retro)

SILVERCREST®

IL RICETTARIO

PER IL ROBOT DA CUCINA



monsieur
cuisine
édition plus



Cucina sana e rapida

Monsieur Cuisine édition plus soddisfa le esigenze moderne della cucina casalinga di tutti i giorni e fornisce un prezioso aiuto nelle fasi di cottura.

Sminuzzare, mescolare, passare, frullare, sbattere, rosolare, cuocere al vapore, stufare: con le sue molteplici funzioni sostituisce numerosi apparecchi. Cosa che permette di risparmiare non solo soldi ma anche spazio prezioso in cucina.

Con Monsieur Cuisine édition plus cucinare diventa di nuovo un'avventura!