

ANTIPASTO

STRUDEL DI VERDURE

Una ricetta di Barbara Prantl



IL TUO GUSTO.
IL TUO CONTADINO.

STRUDEL DI VERDURE

Ingredienti

Per lo strudel:

- 1 cipolla
- 2 spicchi d'aglio
- 300 g di spinaci (surgelati)
- 2 carote
- 1 zucchina
- 2 peperoni
- 1 mozzarella
- Sale
- Olio d'oliva
- 1 rotolo di pasta sfoglia (rettangolare)

Per la salsa di pomodoro:

- 1 cipolla piccola
- 1 spicchio d'aglio
- Circa 700 g di passata di pomodoro

Preparazione

Strudel

1. Preparare lo strudel

- Soffriggere la cipolla e l'aglio in olio d'oliva, aggiungere gli spinaci e lasciar cuocere per 10 minuti.
- Nel frattempo, tagliare a dadini le carote, i peperoni e la zucchina, e rosolare ogni tipo di verdura separatamente in padella con un po' di olio d'oliva.
- Tagliare la mozzarella a cubetti.
- Stendere la pasta sfoglia, distribuire prima gli spinaci, poi le altre verdure e infine la mozzarella. Chiudere lo strudel, spennellare con uovo e cuocere in forno statico a 230°C per circa 30 minuti.

Salsa di pomodoro

2. Preparare la salsa di pomodoro

- Tritare finemente la cipolla e l'aglio, soffriggerli in olio d'oliva.
- Aggiungere la passata di pomodoro, condire con sale e pepe e lasciar cuocere a fuoco lento per almeno mezz'ora,aggiustando di sapore se necessario.

3. Impiattare e servire

Tagliare lo strudel a fette larghe e servire con la salsa di pomodoro.

PIATTO PRINCIPALE

GUANCE DI BUE BRASATE CON POLENTA

Una ricetta di Barbara Prantl



IL TUO GUSTO.
IL TUO CONTADINO.

GUANCE DI BUE BRASATE

Ingredienti

per 6–8 persone

4 grandi guance di manzo
3 cipolle grandi
2 carote
3 coste di sedano
1 porro
2 CC di concentrato di pomodoro
600 ml di vino rosso
Acqua
Un po' di farina per legare la salsa
2 foglie di salvia
2 rametti di rosmarino
Olio
Sale
Pepe

Preparazione

- Rosolare la carne da tutti i lati in una padella con un po' d'olio a fiamma alta.
- Tagliare a pezzi grossolani carote, cipolle, porro e sedano.
- Togliere la carne dalla padella e nello stesso fondo rosolare bene le verdure insieme al concentrato di pomodoro.
- Sfumare con un po' di vino rosso. Una volta che il vino è evaporato, ripetere il procedimento altre due volte.
- Rimettere la carne nella padella, salare e pepare, e aggiungere ancora un po' di vino.
- Quando il vino sarà completamente evaporato, coprire la carne con acqua, chiudere la padella con un coperchio e far cuocere a fuoco basso per circa 2 ore e mezza.
- Dopo 2 ore e mezza, togliere la carne dalla salsa. Passare la salsa attraverso un colino in un'altra pentola.
- Con un mestolo grande, schiacciare le verdure morbide attraverso il colino (la maggior parte resterà nel colino).
- Per addensare la salsa, sciogliere bene un po' di farina in acqua, filtrare il composto e aggiungere alla salsa. Per evitare che la salsa diventi troppo densa, è meglio iniziare con poca farina e ripetere il processo se necessario.
- Aggiungere alla salsa la carne, la salvia e il rosmarino e aggiustare di sale e pepe. Far sobbollire per circa 30 minuti.

POLENTA

Ingredienti

per 6–8 persone

375 g di farina di mais per polenta

1,5 l di acqua

3 cc di sale

1,5 CC di burro

3 CC di parmigiano grattugiato

Preparazione

1. Preparare la polenta

- Per la polenta, portare a ebollizione l'acqua con il sale.
- Aggiungere gradualmente la farina di mais mescolando continuamente.
- Cuocere la polenta per almeno 30 minuti o più, mescolando di tanto in tanto.
- Poco prima di servire, incorporare il burro e il parmigiano.

2. Impiattare servire

Servire le guance di bue con la polenta.

DESSERT

KAPUZINERZEHEN

Una ricetta di Barbara Prantl



IL TUO GUSTO.
IL TUO CONTADINO.

KAPUZINERZEHEN

Ingredienti

per 4 persone

2 Rosette rafferme (panini)

250 ml di latte

1 uovo

1 bustina di zucchero vanigliato

1 pizzico di sale

1 CC di zucchero

Scorza grattugiata di 1 limone biologico

Altri ingredienti:

60 g di pangrattato

Olio per friggere

3 CC di zucchero

1 CC di cacao in polvere

Frutta e frutti di bosco a piacere per guarnire

Preparazione

- Togliere la crosta ai panini e tagliarli in quattro.
- In una ciotola sbattere il latte con l'uovo, il sale, lo zucchero vanigliato, lo zucchero e la scorza di limone.
- Mettere i pezzi di pane nel composto e lasciarli in ammollo per circa un'ora (girarli a metà tempo).
- Strizzare leggermente il pane, passarlo nel pangrattato e friggerlo in olio a 180 °C fino a doratura. Togliere il pane dall'olio e lasciar scolare brevemente su carta da cucina.
- Mescolare zucchero e cacao in polvere, e passarvi le "Kapuzinerzehen".
- Disporre la frutta scelta nei piatti, sistemare sopra le "Kapuzinerzehen" e guarnire con foglioline di menta.