

ANTIPASTO

# PASTA DI FARRO CON SALSA CREMOSA AI FINFERLI

Una ricetta di Barbara Prantl



IL TUO GUSTO.  
IL TUO CONTADINO.

# PASTA DI FARRO CON SALSA CREMOSA AI FINFERLI

## Ingredienti

per 4 persone

600 g di finferli freschi, puliti

400 g di pasta di farro

1 cipolla

2 spicchi d'aglio

1 CC di burro

3 CC di prezzemolo tritato

300 ml di panna da cucina

Sale e pepe

## Preparazione

### 1. Preparare i finferli

Spezzettare i finferli in pezzi della grandezza di un boccone.

### 2. Preparare la salsa

Tritare finemente la cipolla e l'aglio, poi farli rosolare in padella con il burro finché diventano traslucidi. Aggiungere i finferli, condire con sale e pepe e cuocere per alcuni minuti.

Unire il prezzemolo tritato e la panna, portare brevemente a ebollizione e aggiustare nuovamente di sale e pepe.

### 3. Cuocere la pasta

Portare a ebollizione abbondante acqua salata in una pentola capiente. Cuocere la pasta di farro al dente e scolarla poco prima della fine della cottura.

### 4. Unire il tutto

Aggiungere la pasta direttamente nella salsa ai finferli e lasciar cuocere per 2–3 minuti a fuoco medio, mescolando spesso, finché la salsa risulta cremosa e ben legata a tutta la pasta

### 5. Impiattare

Distribuire la pasta nei piatti, guarnire a piacere con prezzemolo fresco e servire subito.

PIATTO PRINCIPALE

# FILETTO DI SALMERINO CON SPINACI, PURÈ DI PATATE E SALSA OLANDESE

Una ricetta di Barbara Prantl



IL TUO GUSTO.  
IL TUO CONTADINO.

# FILETTO DI SALMERINO CON SPINACI, PURÈ DI PATATE E SALSA OLANDESE

## Ingredienti

per 4 persone

4 filetti di salmerino

### Per gli spinaci:

600 g di spinaci freschi

1 cipolla

2 spicchi d'aglio

1 CC di burro

### Per il purè di patate:

700 g di patate farinose

50 g di burro

ca. 200 ml di latte

Sale, noce moscata

### Per completare:

Salsa olandese a piacere

## Preparazione

### 1. Preparare il pesce

Eliminare eventuali spine dai filetti di salmerino e rifilarli leggermente. Metterli in un sacchetto sottovuoto con un filo d'olio d'oliva e sigillare.

### 2. Preparare il purè di patate

Pelare le patate, tagliarle a quarti e cuocerle in acqua salata. Scolarle, passarle con lo schiacciapatate e mescolarle con il burro e il latte caldo usando una frusta, fino a ottenere un composto cremoso. Condire con sale e noce moscata grattugiata.

### 3. Preparare gli spinaci

Tritare finemente cipolla e aglio e farli rosolare in poco olio fino a renderli traslucidi. Sbollentare brevemente gli spinaci in acqua salata, scolarli bene e aggiungerli alla cipolla e all'aglio. Mantecare con il burro e condire con sale e pepe.

### 4. Cuocere il salmerino

Cuocere i filetti sottovuoto in un bagno d'acqua a 70 °C per circa 6–7 minuti. Togliere i filetti dal sacchetto e rosolarli brevemente in una padella calda con un po' d'olio su entrambi i lati. Salare.

### 5. Impiattare

Disporre gli spinaci al centro del piatto e adagiarvi sopra il filetto di salmerino. Utilizzare una sac à poche per decorare il piatto con il purè di patate. Completare con salsa olandese a piacere.

DESSERT

# CREMA ALLO YOGURT CON GELATINA DI LAMPONI E MOUSSE AL CIOCCOLATO

Una ricetta di Barbara Prantl



IL TUO GUSTO.  
IL TUO CONTADINO.

# CREMA ALLO YOGURT CON GELATINA DI LAMPONI

## Ingredienti

(per circa 8–10 bicchierini)

### Per la crema allo yogurt:

700 g di yogurt naturale

(a temperatura ambiente)

180 g di zucchero a velo

6-5 fogli di gelatina (ca. 13 g)

500 ml di panna da montare

Qualche goccia di succo di limone

Scorza grattugiata di un limone biologico

### Per la gelatina di lamponi:

500 g di lamponi

4 fogli di gelatina (ca. 8 g)

Qualche goccia di succo di limone

2 cucchiaini di zucchero

## Preparazione

### Crema allo yogurt

- Mescolare lo yogurt (a temperatura ambiente!) con lo zucchero a velo.
- Ammollare la gelatina in acqua fredda, poi strizzarla e scioglierla delicatamente in un pentolino.
- Unire qualche cucchiaino di yogurt caldo alla gelatina sciolta, mescolare bene e poi aggiungere il tutto al resto dello yogurt.
- Incorporare il succo e la scorza di limone.
- Montare la panna e incorporarla delicatamente alla crema di yogurt.
- Versare la crema nei bicchieri e far rassodare in frigorifero per almeno 3 ore.

### Gelatina di lamponi

- Scaldare i lamponi e passarli attraverso un colino fine per eliminare i semi.
- Ammollare la gelatina in acqua fredda, strizzarla e scioglierla nella purea calda di lamponi.
- Aggiustare di zucchero e succo di limone, mescolare bene e lasciar raffreddare leggermente.
- Versare la gelatina sulla crema di yogurt rassodata e riporre di nuovo in frigorifero per almeno altre 2 ore.

### Consiglio per servire

Guarnire con foglioline di menta fresca prima di servire.

# MOUSSE AL CIOCCOLATO

## Ingredienti

per 4–6 persone

100 g di cioccolato fondente da copertura  
(circa 60% di cacao)

25 g di burro

2 uova

1 pizzico di sale

2 CC di zucchero

200 ml di panna fresca

## Preparazione

### 1. Sciogliere il cioccolato

Sciogliere il cioccolato fondente insieme al burro a bagnomaria, mescolando delicatamente. Lasciar intiepidire leggermente.

### 2. Separare le uova

Montare i tuorli con 1 cucchiaino di zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Montare a neve ferma gli albumi con un pizzico di sale, aggiungendo gradualmente il restante zucchero fino a ottenere una meringa lucida e stabile. Montare anche la panna a neve ferma.

### 3. Preparare la mousse

Unire il cioccolato intiepidito ai tuorli e mescolare bene. Incorporare prima 1 cucchiaino di albumi montati per alleggerire la massa, poi aggiungere con delicatezza il resto degli albumi e infine la panna montata, mescolando dal basso verso l'alto fino a ottenere una crema soffice e uniforme.

### 4. Raffreddare

Lasciare rassodare la mousse in frigorifero per almeno 2 ore.

### 5. Servire

Consumare fresca, preferibilmente nello stesso giorno poiché contiene uova crude.