

A cura dell'USE di Campofornido (UD) Italia



# **Ricettario**

di

# ***Cucina***

**Menù proposti per la seconda visita di progetto HSL  
Rogaska - Slovenia  
dal 10 al 12 febbraio 2012**

**anno2012**



## **1. TORTA DI PERE E MELE**

INGREDIENTI per 8 persone 1 kg tra pere e mele, 150 gr di zucchero, 150 gr di farina 00, 1 uovo, 1 bustina di lievito, 1 pizzico di sale, latte se necessario

**Preparazione:** rompere l'uovo in una terrina e lavorarlo con lo zucchero (tranne 1cucchiaino) e il pizzico di sale, incorporarvi poco alla volta la farina, eventualmente aggiungere qualche goccia di latte. Ottenuta una pastella semiliquida, aggiungere il lievito e mescolare accuratamente. Versare la pastella in una tortiera e disporre gli spicchi di mele e pere tagliate in 8 parti. Spolverizzare con il cucchiaino di zucchero semolato tenuto da parte e infornare in forno già caldo a 180° per circa 40'. Prima di sformare, lasciar riposare per qualche minuto.

## **2. FILETTI DI MERLUZZO ALLA CREMA**

INGREDIENTI per 4 persone:600 g di filetti di merluzzo, 200 g di peperoni rossi, 200 g di pomodorini maturi, 1 piccola cipolla tritata, sale, pepe, 20 g di olio e.

**Preparazione:** far cuocere i filetti in una padella antiaderente. Per la crema stufare la cipolla tritata con l'olio, aggiungere peperoni e pomodori a dadini, sale, pepare e far cuocere a fuoco lento. Alla fine frullare: si deve ottenere una emulsione abbastanza consistente con la quale servire i filetti.



### **3. PUREA DI PATATE E SEDANO RAPA.**

Ingredienti per 6 persone: 1 kg fra sedano rapa e patate, latte q.b., sale.

**Preparazione:** *bollire la verdura pelata, scolarla e passare allo schiacciapatate e quindi montare la purea con il latte e una noce di burro.*

### **4. ROTOLO DI RICOTTA E SPINACI**

Ingredienti per 6 persone: 1 kg di patate, 500gr di erbe o spinaci o misto, 320 gr di farina00, 400 gr di ricotta fresca, 100 gr di mascarpone, 100 di parmigiano, 1 uovo, 50 gr di burro, 4 foglie di salvia, sale e pepe.

**Preparazione:** *lessare le patate in acqua salata, sbucciarle e passarle allo schiacciapatate, disporle a fontana sulla spianatoia e lasciar intiepidire. Scottare per 5 minuti le erbe in acqua salata, scolarle, raffreddarle velocemente con acqua fredda e tritarle finemente. Metterle in una terrina con ricotta, mascarpone e grana e 1 uovo. Alle patate unire la farina e preparare una pasta tipo gnocchi. Mettere sulla spianatoia uno strofinaccio infarinato e stendere la pasta con un mattarello infarinato, formando un rettangolo alto 1 cm. Con una spatola ricoprire uniformemente la pasta con l'impasto di ricotta, avvolgere il tutto con l'aiuto del canovaccio a guisa di salame, legare il canovaccio con un filo bianco e porlo in una pentola ovale in acqua salata bollente per 20 minuti a fiamma dolce. Scolare l'acqua e lasciare il rotolo nella pentola a raffreddare. Togliere dalla pentola,*



---

*slegare, tagliare a fette spesse di 1 cm e condire con burro fuso alla salvia e parmigiano.*

## **5. MACCHERONCINI ALLE VERDURE**

INGREDIENTI per 8 persone: 600 gr di bietole, 2 belle patate (300 gr), 4 porri, 240 gr di maccheroncini corti, sale, pepe, 4 cucchiaini di olio extravergine di oliva.

**Preparazione:** *in una capace pentola portare a ebollizione 2,5 litri di acqua. Nel frattempo lavare le bietole, tagliarle a striscioline, curare i porri, lavarli e tagliarli a rondelle di circa 1/2 cm, pelare le patate e tagliarle a cubetti di circa 1 cm.*

*Quando l'acqua bolle, versare tutte le verdure e salare, abbassare la fiamma e cuocere per 5'. Riportare quindi a ebollizione e versare i maccheroncini mescolando. Far cuocere per il tempo indicato sulla confezione, pepare, cospargere con l'olio e servire.*

## **6. ROTOLO DI LONZA E RICOTTA**

INGREDIENTI per 6 persone: 300 gr di ricotta, 300 gr di lonza macinata, 120 gr di speck magro affumicato a fette, sale, pepe, vino bianco q.b.

**Preparazione:** *amalgamare molto bene la ricotta con la lonza, salare e pepare. Formare due rotoli, tipo salame, avvolgerli con lo speck e rosolarli dolcemente in padella antiaderente con il coperchio, rigirandoli. A metà cottura versare il vino bianco, far sfumare brevemente a fiamma alta, scoperto. Rimettere il coperchio e terminare dolcemente la cottura. Si deve ottenere un bel sughetto.*



*Lasciar raffreddare, tagliare a fettine sottili, intiepidire nel sughetto e servire.*

## **7. BIETOLE ALLA DALMATA**

Ingredienti per 6 persone: 750g di bietole, 2 patate medie, 4 spicchi di aglio, 6 cucchiaini di olio extravergine di oliva.

**Preparazione:** *mondare e lavare le bietole, sbucciate le patate e tagliarle a tocchetti. Versare il tutto in acqua salata e portare quasi a cottura e scolare. Con una forchetta schiacciare i pezzi di patata e con la mezzaluna tritare le bietole.. In una padella rosolare con un filo d'olio l'aglio sbucciato e tritato finemente, badando che non prenda colore; aggiungere le verdure, lasciar insaporire per qualche minuto e servire caldo.*

## **8. CAVOLFIORE GRATINATO**

Ingredienti per 6 persone: 800gr di cavolfiore, 100gr di prosciutto cotto, 100gr di formaggi misti grattugiati, 1 tuorlo, 1 cucchiaino di farina, 250gr di latte, noce moscata e sale.

**Preparazione:** *lessare non completamente il cavolfiore a ciuffetti in acqua leggermente salata, preparare la besciamella e quando è pronta aggiungere il prosciutto e il tuorlo, quindi versare il tutto sul cavolfiore riposto su una pirofila da forno, cospargere di formaggio e far gratinare.*

## **9. PIATTO UNICO VEGETERIANO**



INGREDIENTI per 6 persone : 400 gr di patate, 400 gr di sedano rapa, 400 gr di fagioli borlotti secchi, 200 gr di sedano bianco, 30 gr di olio extravergine di oliva, pepe nero, sale, erba cipollina, aceto di mele q.b.

**Preparazione:** lessare separatamente le patate ed il sedano rapa in acqua leggermente salata, scolare, lasciar raffreddare e quindi tagliare a cubetti uniformi; lessare i fagioli in acqua, salare verso fine cottura e lasciarli raffreddare nel loro liquido, altrimenti si spaccano. In una grande insalatiera unire i fagioli, il sedano rapa, le patate, il cuore di sedano bianco tagliato a rondelle, un po' di erba cipollina tagliuzzata finemente, pepe nero, aceto di mele ed olio extravergine di oliva. Per la decorazione usare le foglie del sedano bianco.

### 10. LASAGNE DI PORRI E SPINACI

Ingredienti per 6 persone: 500 gr di porri, 250 gr di spinaci, 250 gr di sfoglia velo, 500 ml di latte scremato, 30 gr di farina, 15 gr di olio extravergine di oliva, 60 gr di parmigiano.

**Preparazione:** far stufare in una pentola antiaderente i porri tagliati a rondelle aggiungendo all'occorrenza acqua bollente; quando i porri sono ben morbidi unire gli spinaci puliti e sfogliati, salare e pepare. Preparare la besciamella con olio, farina bianca e latte scremato; unire la besciamella alle verdure cotte e disporla in una pirofila a strati con le lasagne crude ( al massimo 4 strati);



*spolverizzare con il parmigiano. Mettere in forno a 180° per circa mezz'ora.*

## **11. TERRINA DI FUNGHI E PATATE**

Ingredienti per 6 persone: 250 gr di funghi freschi, 25 gr di funghi porcini secchi, 450 gr di patate, 1 spicchio d'aglio, olio, sale e pepe.

**Preparazione:** *ammollare i funghi secchi in una tazza con acqua tiepida per 20 minuti, pulire i funghi freschi e affettarli sottilmente, sbucciare, lavare e tagliare a fettine sottili le patate, far rosolare l'aglio con un filo di olio, aggiungere le patate che devono fare una crosticina colorata, poi i funghi freschi e poi quelli secchi scolati, aggiustare di sale e pepe, filtrare l'acqua dei funghi secchi e unirli per far cuocere per circa 30' a fuoco moderato, tritare il prezzemolo e spolverizzarlo prima di servire.*

## **12. TORTA DI CAROTE AL CAFFÈ**

Ingredienti per 8 persone: 100 gr di carote grattugiate, 50 gr di mandorle pelate, 70 gr di zucchero di canna, 30 gr di fecola di patate, 20 gr di farina00, 3 uova e 2 cucchiaini di caffè in polvere.

**Preparazione:** *tritare le mandorle con dello zucchero, sbattere i tuorli con metà dello zucchero, aggiungere le carote grattugiate, il caffè, la farina e la fecola setacciate assieme, le mandorle, il rimanente zucchero e gli albumi montati a neve. Imburrare e infarinare una tortiera, versare l'impasto e mettere in forno caldo a 180° per 30 minuti. A fine cottura cospargere con zucchero a velo*



# English Version

## **13. APPLES AND PEARS CAKE**

Ingredients for 8 people 1 kg of pears and apples, 150 g sugar, 150 grams of 00 flour, 1 egg, 1 packet of baking powder, 1 pinch of salt, milk if necessary.

**Preparation:** Break the egg into a bowl and beat with sugar (except 1tablespoon) and a pinch of salt, gradually incorporate the flour, if necessary, add a few drops of milk. You will obtain a semi-liquid batter, add the yeast and mix thoroughly. Pour the batter into a baking pan and arrange the slices of apples and pears, cut into 8 parts. Sprinkle with the tablespoon of sugar leftover, and bake in a preheated oven at 180 degrees for about 40 minutes. Before un mold, allow to cool for few minutes.

## **14. COD FILLETS WITH RED SAUCE**

Ingredients for 4 servings: 600 gr. cod fillets, 200 gr. of red peppers, 200 gr. of ripe tomatoes, 1 small chopped onion, salt, pepper, 20 gr. Oil of olive.





**Preparation:** cook the fillets in a nonstick skillet. For the cream stew the chopped onion with the oil, add peppers and diced tomatoes, salt and pepper and cook over low heat. Blend at the end: you should obtain a thick creamy sauce to serve with the fillets.

## 15. MASHED POTATOES AND CELERIAC

Ingredients for 6 persons: 1 kilogram between celeriac and potatoes, milk to taste, salt.

**Preparation:** Boil the peeled vegetables, drain and mash, and then mount the puree with milk and a knob of butter.

## 16. ROLL OF RICOTTA AND SPINACH

Ingredients for 6 people: 1 kg potatoes, 500 gr. of mixed greens or spinach, 320 gr. of flour 00, 400 gr. ricotta, 100 gr. of mascarpone, 100 gr.

Parmesan cheese, 1 egg, 50 gr. butter, 4 leaves of sage , salt and pepper.

**Preparation:** Boil potatoes in salted water, peel and mash, place them in a heap on a pastry board and let cool. Boil the greens for 5 minutes in salted water, drain, cool quickly with cold water and chop finely. Put them in a bowl with ricotta, mascarpone, Parmesan cheese and 1 egg. Add the flour to the potatoes and prepare a dough dumpling or gnocchi type. Place on a floured pastry cloth, roll out the dough with floured rolling pin into a rectangle 1 cm tall. With a spatula evenly coat the dough with the mixture of ricotta cheese, wrap it all with the help of the canvas like a salami, tie the cloth with a white thread and place in



*an oval pot of boiling salted water for 20 minutes low heat. Drain the water and let cool the roll into the pan. Remove it from the pan, untie, cut into 1 cm thick slices and serve with melted butter, sage and Parmesan.*

## **17. SHORT MACCHERONI WITH VEGETABLES**

Ingredients for 8 persons: 600 gr. of spinach or beets, 2 good potatoes (300 gr.), 4 leek, 240 gr. of short maccheroni, salt, pepper, 4 tablespoons of extra virgin olive oil.

**Preparation:** *In a pot bring to a boil 2.5 liters of water. Meanwhile wash the greens, cut into strips, clean the leeks, wash and cut it into rounds of about 1 / 2 cm, peel the potatoes and cut into cubes of about 1 cm. When the water boils reduce heat for 5 minutes. Bring to a boil again, add all the vegetables, add the salt, and the maccheroni. Cook for the time indicated on the packaging. Sprinkle with pepper, olive oil and serve.*

## **18. PORK ROLL AND CHEESE**

Ingredients for 6 persons: 300 gr. Ricotta cheese, 300 gr. of ground pork loin, 120 gr. of sliced lean smoked Speck, salt, pepper, white wine to taste.

**Preparation:** *Mix the ricotta very well with the pork loin with salt and pepper. Form two rolls, such as salami, wrap with bacon and brown gently in the pan with a lid, stirring. Halfway through cooking pour the white wine, blend briefly to high heat, uncovered. Replace the lid and finish cooking gently. You should get a nice sauce. When*



---

*cool, cut into thin slices and serve with the sauce.*

## **19. DALMATIAN BEET**

Ingredients for 6 people: 750g of beets, 2 medium potatoes, 4 garlic cloves, 6 tablespoons of extra virgin olive oil.

**Preparation:** *Clean and wash the beets, peel the potatoes and cut into chunks. Pour into salted water and bring to almost cooked. Drain. With a fork, crush the pieces of potato and chop the beets. In a pan fry with a little olive oil add the garlic, peeled and finely chopped until golden brown, add the vegetables, cook for a few minutes and serve hot.*

## **20. CAULIFLOWER AU GRATIN**

Ingredients for 6 people: 800gr. of cauliflower, 100 gr. of ham, 100 gr. of mixed grated cheese, 1 egg, 1 tablespoon of flour, 250 grams of milk, nutmeg and salt.

**Preparation:** *Boil the cauliflower tufts, not completely, in lightly salted water, prepare the besciamella sauce. When it is ready add the ham and the egg, put the cauliflower on a baking dish and pour it on. Sprinkle with cheese and bake until golden brown.*

## **21. VEGETARIAN DISH**

Ingredients for 6 servings: 400 gr. of potatoes, 400 gr. of celeriac, 400 gr. of dried Borlotti beans, 200 gr. of celery, 30 gr. of extra virgin olive oil, black pepper, salt, chives, apple cider vinegar to taste



**Preparation:** Boil potatoes and celery separately in lightly salted water, drain, cool and then cut into cubes uniform, boil the beans in water, add salt towards the end of cooking and let them cool in their liquid, otherwise they will break. In a large bowl combine beans, celery, potatoes, celery heart, cut into slices, a little finely chopped chives, black pepper, vinegar and extra virgin olive oil. For decoration use the leaves of celery.

## 22. SPINACH AND LEEK LASAGNA

Ingredients for 6 persons: 500 gr. of leeks, 250 gr. of spinach, 250 gr. of thin puff pastry, 500 ml of skim milk, 30 gr. of flour, 15 gr. of extra virgin olive oil, 60 gr. of Parmesan cheese.

**Preparation:** in a non-stick pan stew the leeks cut into slices by adding boiling water if necessary and when the leeks are very soft, add the spinach, cleaned and peeled with salt and pepper. Prepare the white sauce with oil, white flour and skim milk. Add the white sauce to cooked vegetables and place in a baking dish in layers with raw lasagna (maximum 4 layers), sprinkle with the Parmesan. Bake at 180 degrees for about half an hour.

## 23. TERRINE OF MUSHROOMS AND POTATOES

Ingredients for 6 persons: 250 gr. of fresh mushrooms, 25 gr. of dried porcini mushrooms, 450 gr. of potatoes, 1 clove of garlic, parsley, olive oil, salt and pepper.

**Preparation:** Soak the dried mushrooms in a bowl with warm water for 20 minutes, clean the fresh



*mushrooms and thinly slice, peel, wash and thinly slice the potatoes, sauté the garlic in a little oil, add the potatoes until have a crusty color, then the fresh mushrooms and then the drained porcini, season with salt and pepper, filter the water of dried mushrooms and add it to cooking for about 30 minutes over moderate heat, chop the parsley and sprinkle before serving.*

## **24. CARROT COFFEE CAKE**

Ingredients for 8 persons: 100 gr. of grated carrots, 50 gr. of almonds, 70 gr. of brown sugar, 30 gr. of potato starch, 20 gr. flour 00, 3 eggs and 2 tablespoons of ground coffee.

**Preparation:** *chop the almonds with some of the sugar, beat the egg yolks with half the sugar, add the grated carrots, coffee, sift together flour and starch, almonds, remaining sugar and whisked egg whites. Grease and flour a cake pan, pour the mixture and place in preheated oven at 180 degrees for 30 minutes. When cooked, sprinkle with powder sugar.*