

N°3 - MARZO 2015 € 4,00

LA CUCINA ITALIANA

Dal 1929 il mensile di gastronomia con la cucina in redazione

90
NUOVE
RICETTE

**COME
UNO CHEF**

La scuola di cucina
per realizzare
un voluttuoso uovo
poché

**IDEE
3 VARIAZIONI
SULLA CARBONARA**

**RAGAZZI
IN CUCINA
CON GLI AMICI**

**BERE
LA NUOVA
ELEGANZA
DELLA BIRRA**

**IN TAVOLA
PATATE GOURMET
IRRISISTIBILI
DALL'ANTIPASTO
AL DOLCE**



UOVA, GERMOGLI,
VELLUTATE, INSALATE

Primi sapori
di PRIMAVERA

Primi

Una semplice crema esaltata
dal sapore **ESOTICO** del cumino; canederli
altoatesini ma neri.
Più crespelle, risotto e due saporitissime paste

1

RICETTE ALESSANDRO PROCOPIO
ABBINAMENTI VINI/RICETTE GIUSEPPE VACCARINI
TESTI LAURA FORTI
FOTOGRAFIE RICCARDO LETTIERI
STYLING BEATRICE PRADA



1 Vellutata di patate e carote con scampi

IMPEGNO Facile

TEMPO 50 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

550 g patate

350 g carote

6 grossi scampi

4 fette di pane - aglio

cumino - olio extravergine di oliva - sale

MONDATE carote e patate e tagliatele a rondelle sottili. Raccoglietele in una casseruola e fatele rosolare con 3-4 cucchiaini di olio e un pizzico di sale per 4-5'.

Copritele poi con un litro scarso di acqua e fatele cuocere per 25-30'.

SGUSCIATE intanto gli scampi, privandoli anche del budellino interno. Sezionateli a metà per il lungo ottenendo 12 filetti.

TAGLIATE il pane a dadini e rosolateli per 2' in padella con un velo di olio, pochi granelli di cumino pestati e uno spicchio di aglio schiacciato con la buccia, che poi toglierete.

FRULLATE carote e patate con il mixer a immersione, ottenendo una vellutata. Servitela calda, con i crostini di pane e tre filetti di scampo ognuno, profumandoli, se volete, con altro cumino.

LA SIGNORA OLGA dice che il cumino, detto anche cumino nero, è una piccola pianta erbacea di cui si consumano i frutti, minuscoli granelli bruni, di forma allungata e piatta (impropriamente ritenuti semi). Diffusa nell'area mediterranea, ha un profumo tipico e penetrante che pervade gli ambienti dove si mangia, specie in Marocco, Tunisia ed Egitto. In Italia, tradizionalmente, è poco usato, a differenza del cumino dei prati, che ha un sentore più simile all'anice ed è utilizzato in Friuli-Venezia Giulia e in Trentino-Alto Adige.

VINO bianco secco, leggermente aromatico.

- Valle d'Aosta Müller-Thurgau
- Bosco Eliceo Sauvignon
- Sciacca Bianco

LO STILE IN TAVOLA

Piatti decorati Royal Copenhagen, piattino e piatto rettangolare Alessi, bicchiere Zafferano, tovaglioli La Fabbrica del Lino, teglia Wald; forbici Victorinox.

SCUOLA DI CUCINA

SGUSCIARE GLI SCAMPI

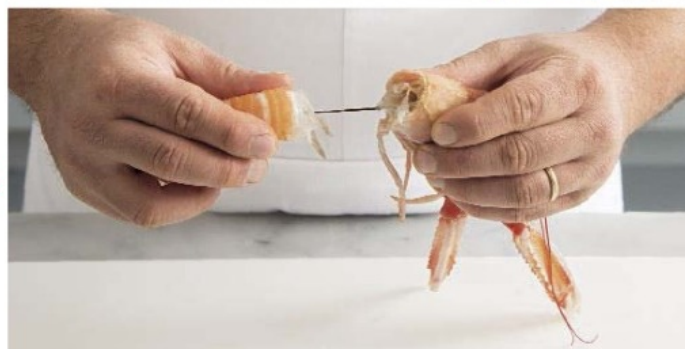
Pa-b Staccate la testa, afferrandola con una mano, mentre tenete la coda con l'altra. Tiratela delicatamente, in modo da riuscire a estrarre anche il budellino interno che spesso rimane attaccato alla testa. Se dovesse staccarsi, eliminatelo aiutandovi con uno stecchino.

Toglietelo comunque in questa fase, quando è più facile tenere in mano lo scampo ancora con il guscio: è sconsigliabile togliere il budellino dopo aver sezionato il crostaceo, perché si rischierebbe di romperlo, causando la fuoriuscita del contenuto, che è amaro.

c-d Con un paio di forbici incidete il guscio lungo il lato interno; tagliate poi anche i gusci frastagliati lungo i bordi, e sgusciate la coda, liberando tutta la polpa.



a



b



c



d