

Luglio 2013

A SOLI
1,60
EURO

IN REGALO IL RICETTARIO PER PREPARARE TANTE INSALATONE FANTASIA

Roi Est Roi 1 La Prova del Cuoco Magazine Base - €1,60 • Mensile • Luglio 2013 Anno III • Num. 10 (35)

SPECIALE ESTATE

ANTONELLA SOLO PER NOI: "IL MIO MENU ALL'APERTO"
Terrina colorata, risotto alle pesche e altri piatti sfiziosi per deliziare gli amici

ANNA MORONI AI FORNELLI

"TE LO DO IO IL MARE!"
"I miei tonnarelli al cartoccio e altre golosità a base di pesce"

COSE BUONE DALL'ORTO

VERDURE, MON AMOUR
Peperoni farciti, millefoglie di melanzane e altre salsucette

89 NUOVI PIATTI CON FOTO PASSO PASSO

FACCIAMOLO IN CASA

"Che voglia di GELATO!"

"Io e Annina non sappiamo farne a meno... Torte, sorbetti, semifreddi, gelati d'autore: solo per voi, il meglio dei nostri grandi maestri gelatai"

VIP IN CUCINA
Licia Colò
"Amo i primi piatti molto conditi. Peccato che a casa..."

PANE E PIZZA

Che frittura!
Zep-pole, pizzelle e panzerotti tutti da gustare

GIOCO IN REGALO
Sfida all'ultima pedina!

9 772039 740004

Luglio 2013

→ Ricette d'autore

** Primi*



Primi/Verde

MILLEFOGLIE di melanzane

di Luisanna Messeri
Dirige a Roma "Il club delle cuoche", scuola di cucina con salotto e biblioteca.

“Una pasta alla Norma rivisitata, monoporzione, light, bella da vedere e gustosissima da mangiare”

** media*



30 minuti

Spesa a persona
1,85
euro

Ingredienti per 4 persone

- 200 g di lasagne all'uovo
- 300 g di scamorza affumicata
- 500 ml di passata di pomodoro
- 2 melanzane lunghe
- Origano q.b.
- Farina q.b.
- Uno spicchio d'aglio
- Un mazzetto di rucola selvatica
- Peperoncino q. b.
- Olio extravergine di oliva q.b.
- Sale e pepe q.b.
- Parmigiano q.b.

Cosa ci serve

Padella antiaderente media, due ciotole, coppapasta, schiumarola, due canovacci puliti, tagliere, carta assorbente, pellicola da cucina, teglia da forno

220 calorie per porzione

58

La Prova del Cuoco

Luglio 2013

Ricette d'autore ←

1

2

3

Nella borsa della spesa

QUELLA GIÀ PRONTA

La passata casareccia
Luciana Mosconi usa
pomodori freschi italiani,
giunti a perfetta maturazione e
lavorati a poche ore dalla raccolta.
Per un gusto più genuino e pieno.

Luciana Mosconi,
Passata casareccia,
www.luciana-mosconi.com.

Prepariamo le verdure
Puliamo e laviamo le melanzane a fettine e cospargiamo mettendole a perdere il loro vegetazione in uno scolapasta di un piatto.

Fritto dorato
Riprendiamo le fette di melanzane, poi poggiamole a farle asciugare, quindi infriamole in olio caldo, poi scoliamole e mettiamole su carta assorbente. Tagliamo a fettine sottili.

Millefoglie gratinate
Ripetiamo per altre due volte e chiudiamo con una spolverata di parmigiano. Dobbiamo ricavare quattro porzioni. Trasferiamo la teglia in forno caldo a 180° per circa 30 minuti o, comunque, per il tempo necessario a dorare la superficie delle torri. Serviamole calde. ■

colaterali, a un pasto, perché venga abbinata a certi tipi di grassi, come l'olio d'oliva.

- ✓ Non buttiamo i ritagli della pasta, possiamo utilizzarli per cucinare una minestrina.
- ✓ Se tagliamo il peperoncino per lungo ed eliminiamo i semi, il suo gusto sarà meno amaro.

particolare, ricavato da uva greco nero, una volta utilizzata come rinforzo per il Gaglioppo, ma che è piacevolissima e da vini molto morbidi, profumati, non aggressivi.

Associazione Italiana Sommelier

La Prova del Cuoco

59