

Involtini vietnamini vegetariani

Ingredienti:

- 12 fogli di carta di riso
- 60 g di vermicelli di riso secchi
- 6 foglie di lattuga
- 2 carote
- ½ cavolo viola
- 1 peperone giallo
- menta o coriandolo fresco.
- fiori edibili

Per la salsa agrodolce

- acqua 150 ml
- aceto di riso 100 ml
- zucchero di canna 80 g
- concentrato di pomodoro 2 cucchiari
- salsa di soia 2 cucchiari
- maizena 1 cucchiario
- 1 pizzico di sale

Procedimento

Preparate la salsa agrodolce: mescolate tutti gli ingredienti tranne la maizena in una casseruola, fino a ottenere un composto liquido e omogeneo. Mettete la maizena in una tazzina e fatela sciogliere con un cucchiaino d'acqua calda, mescolando bene fino a sciogliere tutti i grumi. Versatela nel composto e fate addensare sul fuoco. Fatela raffreddare.

Per gli involtini: lavate e tagliate a bastoncini sottili le carote, il peperone e il cavolo.

Cuocete i vermicelli di riso per una decina di minuti, scolateli e risciacquateli sotto l'acqua fredda. Asciugateli bene.

Riempite una ciotola piuttosto grande con dell'acqua a temperatura ambiente. Immergete uno alla volta, i fogli di carta di riso per 10 sec.

Il foglio di carta di riso risulterà ancora duro. Appoggiatelo su un piano di lavoro e tamponatelo velocemente con un panno asciutto e pulito.

A questo punto disponete prima i fiori poi mezza foglia di lattuga, i vermicelli di riso e le verdure.

Avvolgete la carta di riso sul ripieno, poi ripiegate le estremità verso l'interno e stringete il più possibile con le mani finendo così di arrotolare l'involentino. Servite con la salsa agrodolce

Insalata di sfere e pasta

Ingredienti:

- 200 g di orecchiette
- 150 g di ciliegine di mozzarella
- 1 cetriolo grande
- 100 g di pomodorini gialli
- 100 g di pomodorini rossi ciliegini
- olive nere denocciolate qb
- 1 fetta di anguria
- 1 mezzo melone
- menta fresca
- basilico
- olio extravergine di oliva
- sale e pepe
- peperoncino rosso fresco

Procedimento

Cuocete le orecchiette in acqua bollente salata e, una volta cotte al dente, scolatele e raffreddatele in acqua e ghiaccio per un paio di minuti. Poi scolatele, fatele asciugare e conditele con olio, sale, pepe e peperoncino. Spezzate le erbe fresche con le mani sulla pasta.

Create con uno scovolino rotondo delle sfere di melone, anguria e cetriolo e mescolateli alla pasta. Completate con olive e pomodorini e servite in tavola.

Cookies al gelato

Ingredienti:

- 200 g di farina 00
- 230 g di gocce di Cioccolato Fondente
- 100 g di burro morbido
- 100 g di zucchero di Canna
- 100 g di zucchero Semolato
- 1 cucchiaino di bicarbonato di sodio
- 1 cucchiaino di estratto di vaniglia
- 1 uovo
- 1 pizzico di Sale Fine
- 300 g di gocce di cioccolato fondente per la decorazione

Per il gelato al fior di latte (ingredienti per 500 g):

- 250 ml di panna fresca
- 250 ml di latte
- 100 g di zucchero
- 1 stecca di vaniglia

Procedimento

In un pentolino fate sciogliere lo zucchero nel latte e panna con la stecca di vaniglia, non deve bollire. Una volta sciolto lo zucchero fate raffreddare bene. Fate rassodare nella gelateria per circa 25 minuti, fino a che non raggiunge la consistenza solida del gelato.

Preparate i cookies: montate il burro in una planetaria con entrambi gli zuccheri, fino ad ottenere un composto spumoso. Successivamente aggiungete le uova e la farina. Poi il resto degli ingredienti, in ultimo le gocce di cioccolato. Fate riposare mezz'ora in frigo.

Formate delle palline appiattitele fino ad 1 cm e mezzo, dentro un anello coppapasta in modo da dare una forma precisa, fate ancora riposare in frigo. Cuocete a 160 gradi per circa 20 minuti, poi fateli raffreddare bene.

Farcite i biscotti con il gelato al fiordilatte aiutandovi con un coppapasta dai bordi alti: posizionate un biscotto alla base riempite di gelato, livellate bene e chiudete con il secondo biscotto e ricoprite i bordi con le gocce di cioccolato fondente. Conservateli in freezer, prima di gustarli.

Spaghetti freddi al tonno rosso e limone

Ingredienti:

- 300 g di spaghetti
- 300 g di tonno rosso fresco
- 1 spicchio di aglio grande
- erba cipollina q.b.
- 1 limone
- 1 lime
- menta fresca

Procedimento

Tagliate il tonno a piccoli cubetti, condite con poco olio, sale, pepe e menta a julienne.

In una padella capiente versate un filo d'olio, aggiungete lo spicchio d'aglio ben tritato, la buccia grattugiata e il succo di un limone.

Spostate la padella sul fuoco e fate scaldare gli ingredienti giusto un minuto, poi fate raffreddare.

Grattugiate la buccia del lime e spremetene il succo e aggiungeteli al condimento tiepido in un frullatore a immersione. Frullate bene fino a ottenere un'emulsione.

Cuocete gli spaghetti in acqua bollente salata, scolateli e raffreddateli in acqua fredda. Poi riscolateli. Condite con sale e l'emulsione. Aggiungete l'erba cipollina e il tonno condito; mescolate bene. Bon appetit!

Bavarese allo yogurt melone e anguria

Per la base:

- 300 g di biscotti secchi integrali
- 80 g di burro fuso

Per la bavarese:

- 500 g di yogurt magro
- 180 g di zucchero a velo
- 25 g di colla di pesce
- 250 g di panna fresca
- 2 lime

Per la gelatina al melone:

- 150 g melone (al netto degli scarti)
- 30 g zucchero
- 4 g gelatina in fogli
- 20 g acqua
- 2 cucchiaini succo di limone
- 2 cucchiaini di vodka al melone

Per decorare:

- mezzo melone maturo
- 1/4 di anguria
- 1 gelatina spray per crostate
- 1 lime
- menta fresca
- Acqua q.b.

Procedimento

Frullate i biscotti, aggiungete il burro fuso o morbido e amalgamatelo bene, aggiungendo anche pochissima acqua. Mettete il composto alla base di una tortiera foderata con carta forno. Componete solo il fondo circa 1 cm e non i bordi. Pressate bene e mettete nel frigorifero per almeno 30 minuti.

In una ciotola mettete lo yogurt e lo zucchero a velo, la buccia di lime grattugiata, qualche goccia di succo di lime spremuto. Unite anche la colla di pesce che prima ammolate nell'acqua e strizzate bene. Montate la panna con una frusta e aggiungetela al composto. Amalgamate bene tutto.

Versate il composto sulla base di biscotti, livellate bene e mettete a raffreddare in frigorifero per almeno qualche ora.

Frullate il melone sbucciato e tagliato a pezzetti con il succo di limone e la vodka al melone, aggiungete lo zucchero al melone e mescolate.

Scaldate l'acqua in un pentolino, sciogliete la gelatina e, ben strizzata, aggiungetela al melone frullato e incorporatela perfettamente.

Versate la gelée così preparata sopra la crema al formaggio della cheesecake e riponete ancora il tutto in frigorifero a rassodare per qualche ora.

Decorate con palline di melone e anguria, lucidate con della gelatina e ultimate a piacere con lime e menta fresca.