



**Cannelloni
di crespelle di riso
alla lattuga**

Pag.
44



**Ravioli di cicale
con legumi verdi**

Pag.
46



**Paccheri ripieni
di ricotta e piselli**

Pag.
48

Primi

www.ecostampa.it

Sapevate che... LE CICALI DI MARE

Detta anche magnosa o, negli esemplari più piccoli, magnosella, la cicale di mare (*Scyllarides Latas*) è di colore giallo carico, con il cefalotorace ampio e la coda articolata in segmenti. Può raggiungere il peso di un paio di chili per una lunghezza di circa 40 centimetri. Vive in ambienti rocciosi con spaccature buie o almeno in penombra dove riesce a mimetizzarsi abbastanza bene. Si riproduce in primavera-estate e raccoglie le uova sotto il ventre dove restano ben fisse.



Ricette di A Tavola - Teatro7 Scuola di Cucina, Silvia Da Plan
Foto di Francesca Brambilla e Serena Serrani

Maggio 2010 - pag. 43



A TAVOLA CON NOI - PRIMI

Cannelloni di crespelle di riso alla lattuga

Preparazione:

Miscelare con l'aiuto di un mixer da cucina, il latte, la farina e 4 uova.

Con il composto ottenuto preparare delle crespelle, disponendo poco composto alla volta in una padella antiaderente calda unta con poco burro.

In una ciotola lavorare la ricotta con un uovo, sale, pepe e due cucchiari di olio.

Spalmare il composto di ricotta sulle crespelle ormai fredde e cospargere con la lattuga tagliata finemente.

Arrotolare le crespelle e tagliarle a metà per ottenere dei cannelloni, cospargerli di olio e metà del Parmigiano e cuocere in forno preriscaldato a 180° per circa 10'.

Nel frattempo, frullare la rucola con i pinoli, il restante Parmigiano e un filo di olio per ottenere un pesto che andrà ad accompagnare i cannelloni ben caldi.

Ingredienti (4 persone)

- 4 dl di latte
- 200 g di farina di riso
- 5 uova
- 600 g di ricotta fresca
- 1 cespo di lattuga
- 150 g di Parmigiano reggiano grattugiato
- 1 mazzetto di rucola
- 1 cucchiaino di pinoli
- olio extravergine di oliva
- sale
- pepe

Difficoltà

media

Tempo

30 minuti la preparazione
35 minuti la cottura

Calorie

559 per porzione

L'esperto consiglia: Prosecco Cru Nadin



Vitigni: PROSECCO
Denominazione: PROSECCO V.S.Q.P.R.D.
Regione: VENETO
Produttore: FOSS MARAI
Sito: www.fossmarai.com

Uno dei prodotti di punta della notissima azienda veneta Fossa Marai. Si presenta con un bouquet ricco di profumi floreali, dove spicca in modo netto il glicine. Al palato non ha eguali per morbidezza e rotondità. Buono lo spessore.

Maggio 2010 - pag. 45

A TAVOLA CON NOI - PRIMI

Ravioli di cicale con legumi verdi

Preparazione:

Per il ripieno: sgusciare le cicale conservandone i gusci, tritare la polpa al coltello e condire con sale, pepe e olio.

Per la pasta: incorporare alla farina di semola di grano duro, uova, sale, olio e amalgamare. Far riposare 30 minuti, tirare la pasta sottile e confezionare i ravioli con il ripieno. Conservare in frigo.

Per la salsa: stufare con un filo d'olio le verdure tritate, unire i gusci delle cicale, rosolare e sfumare con il vino. Coprire il tutto con il ghiaccio, unire il pepe schiacciato, i gambi di prezzemolo e l'alloro uniti in mazzetto. Far bollire, schiumare e lasciar ridurre per 25 minuti. Passare al colino, schiacciando bene per estrarre tutti i succhi. Mettere sul fuoco e far ridurre della metà.

Per le verdure: sbollentare i legumi sbucciati e passarli in acqua e ghiaccio.

Cuocere i ravioli in acqua salata, scolarli e terminare la cottura nel sugo di cicale. Unire i legumi, mantecare con un filo di olio e servire.

Ingredienti (4 persone)

Per il ripieno:

- 600 g di cicale di mare freschissime
- 1 cucchiaino di olio extra vergine di oliva
- sale
- pepe fresco al mulino

Per la pasta:

- 300 g di farina
- 3 uova
- sale
- olio extra vergine di oliva

Per la salsa:

- i gusci delle cicale
- 1 spicchio d'aglio in camicia
- 1 porro
- 1 costa di sedano
- 3 scalogni
- 1 bicchiere di vino bianco secco
- pepe bianco in grani
- 1 bicchiere di vino bianco
- qualche gambo di prezzemolo
- 2 foglie di alloro
- ghiaccio

Per le verdure:

- 300 g di piselli freschi
- 500 g di fave fresche

Difficoltà

difficile

Calorie

585 per porzione

Tempo

1 ora la preparazione
30 minuti il riposo
della pasta
1 ora la cottura

L'esperto consiglia: Aulente Bianco



Vitigni: CHARDONNAY E SAUVIGNON
Denominazione: BIANCO RUBICONE IGT
Regione: EMILIA ROMAGNA
Produttore: SAN PATRIGNANO
Sito: www.sanpatrignano.org

I ragazzi della comunità di San Patrignano producono vini con orgoglio, aiutati da grandi professionisti. Questo bianco, con i suoi sentori fruttati, esprime piacevolezza, complessità e morbidezza. Al naso regala un bouquet floreale intenso e persistente che rammenta l'acacia, il ciclamino e gli agrumi.





A TAVOLA CON NOI - PRIMI

Paccheri ripieni di ricotta e piselli

Preparazione:

Lessare i paccheri in abbondante acqua salata per circa 8-10 minuti, finché cominciano ad ammorbidirsi; scolarli e raffreddarli con dell'acqua fredda.

Nel frattempo, lessare anche i piselli in abbondante acqua salata e raffreddarli in acqua fredda.

Tagliare la lattuga a julienne e saltarla in padella per qualche minuto con uno spicchio d'aglio.

In una ciotola unire i piselli, la lattuga, la ricotta, metà del Parmigiano e l'uovo. Lavorare bene il composto con l'aiuto di una forchetta e regolare di sale e pepe.

Preparare una besciamella: in una casseruola dai bordi alti, sciogliere il burro e unirvi la farina, mescolando con l'aiuto di una frusta.

Aggiungere il latte, precedentemente portato a bollore, continuando a mescolare. Regolare di sale e pepe e cuocere per circa 10 minuti. Tenere al caldo.

Con l'aiuto di una sac à poche riempire i paccheri con il composto di ricotta e disporli in una teglia unta di olio, vicini tra loro, cospargerli con la besciamella e il restante Parmigiano.

Gratinare al forno i paccheri, finché assumono un colore dorato e servire.

Ingredienti (4 persone)

- 300 g di paccheri
- 300 g di ricotta fresca
- 150 g di piselli
- mezzo cespo di lattuga
- 1 spicchio di aglio
- 500 g di latte
- 25 g di burro
- 25 g di farina
- 250 g di Parmigiano reggiano grattugiato
- olio extravergine di oliva
- 1 uovo
- sale
- pepe

Difficoltà

facile

Tempo

30 minuti la preparazione
30 minuti la cottura

Calorie

636 per porzione

L'esperto consiglia: More Maiorum



Vitigni: FIANO DI AVELLINO
Denominazione: FIANO DI AVELLINO DOCG
Regione: CAMPANIA
Produttore: MASTROBERARDINO
Sito: www.mastroberardino.com

Grande vino bianco da una delle aziende di vertice del sud Italia. Naso fresco e complesso dalle note speziate che si mescolano con quelle floreali. In bocca le note minerali che ricordano l'albicocca e la scorza d'arancio sono seguite da un lunghissimo finale di nocciola tostata.

Maggio 2010 - pag. 49