

OGGI IN FAMIGLIA

ESORDI

SPYROS IN CUCINA TRA I BAMBINI

IL PRIMO **MASTERCHEF** D'ITALIA SI PREPARA A CONDURRE UN **COOKING SHOW** CON I PICCOLI. IN ATTESA DI VEDERLO IN TV, CI REGALA UN PRIMO VEGETARIANO

A quasi un anno dalla vittoria a *MasterChef Italia*, le porte della tv si sono aperte anche per lui: Spyros Theodoridis, 39enne di origini greche (a destra), condurrà un programma di cucina per bambini. Sarà il padrone di casa di *Help Kitchen - Guai in padella*, in onda a partire dalla sera del 24 dicembre su DeAKids (canale 601 di Sky).

Il programma. Sarà una sorta di pronto intervento per i piccoli chef in erba. Spyros (che nella precedente vita professionale è stato anche un impiegato e un educatore per ragazzi) riceverà i messaggi dei piccoli che hanno combinato dei pasticci. E li aiuterà a rappacificarsi con le mamme o con i fratelli preparando loro il piatto che amano di più. Il programma sarà anche l'occasione per scoprire i luoghi da dove provengono gli ingredienti in tavola: il primo MasterChef d'Italia e i baby cuochi visiteranno fattorie, mercati, aziende agricole e caseifici. Intanto, per grandi e piccini, Spyros regala ai lettori di *Oggi* una sua nuova ricetta: risotto con cubetti di melanzane fritte e pomodori secchi, che trovate qui sotto. Come già hanno fatto altri partecipanti a *Ma-*

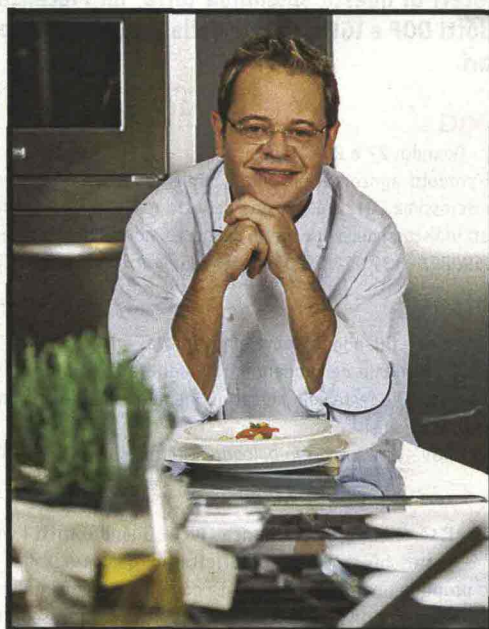


Foto di Nicola Allegri. Si ringrazia Teatro7/Lab di Milano (www.teatro7.com) per la location

sterChef (Alberico Nunziata, nella passata stagione di *Buongiorno Cielo*, e Imma Gargiulo, che sempre su *Cielo* con un baby assistente, presenta delle video ricette), insomma, anche per Spyros è il momento di "debuttare" in tv.

LA RICETTA

RISOTTO CON MELANZANE FRITTE E POMODORI SECCHI

INGREDIENTI PER DUE PERSONE

180 gr. di riso acquerello (è un riso di ottima qualità, il chicco non si scuoe, rimane al dente e sempre separato); una melanzana lunga; 30 gr. di pomodori secchi al naturale; un bicchiere di olio di arachidi; 50 gr. di burro; 50 gr. di parmigiano grattugiato; un mazzetto di coriandolo fresco; brodo vegetale (fate bollire una cipolla, due coste di sedano con le foglie e una carota per 45 minuti).

PREPARAZIONE

● Tostate il riso con la metà del burro, aggiungete il brodo un po' alla volta e cuocete come un classico

risotto (il riso acquerello ha una cottura più breve, circa 12 minuti).

● A fine cottura spegnete il fuoco, aggiungete l'altra metà del burro e il parmigiano, mantecate. Coprite con il coperchio e lasciate riposare per 3 minuti.

● Tagliate la melanzana a cubetti piccolissimi, friggete in olio di arachidi bollente, asciugate con la carta per i fritti.

● Tagliate a strisce i pomodori secchi e tritate il coriandolo.

● Versate il risotto nel piatto, adagiateci sopra i cubetti di melanzane e i pomodori secchi.

Spolverizzate con il coriandolo tritato e servite.

IN EDICOLA

LA BATTERIA DI PENTOLE È CON OGGI

Continuano con *Oggi* le uscite della batteria di padelle e casseruole della linea EcoStyle by Domo, impilabili e con interno in ceramica. È composta da tre padelle, una *paellera*, tre casseruole, due coperchi e un manico removibile. La prossima settimana potrete acquistare con *Oggi* il manico removibile (che può essere spostato da una pentola all'altra) a 9,90 euro in più.



SET DI PADELLE E "PAELLERA"

Composto da tre padelle impilabili di diverso diametro, una *paellera* con manici e un coperchio.



SET DI CASSERUOLE

Composto da tre casseruole di diverso diametro e un coperchio adattabile alla misura delle pentole.



MANICO REMOVIBILE

Si toglie quando si ripongono i tegami impilati uno sull'altro, oppure quando si mettono in forno o in frigorifero.

● Dal 16 al 18 novembre, alla Fiera di Bologna, The Cake Show, rassegna dedicata alle torte più belle e al cake design (www.thecakeshow.it)

OGGI 101