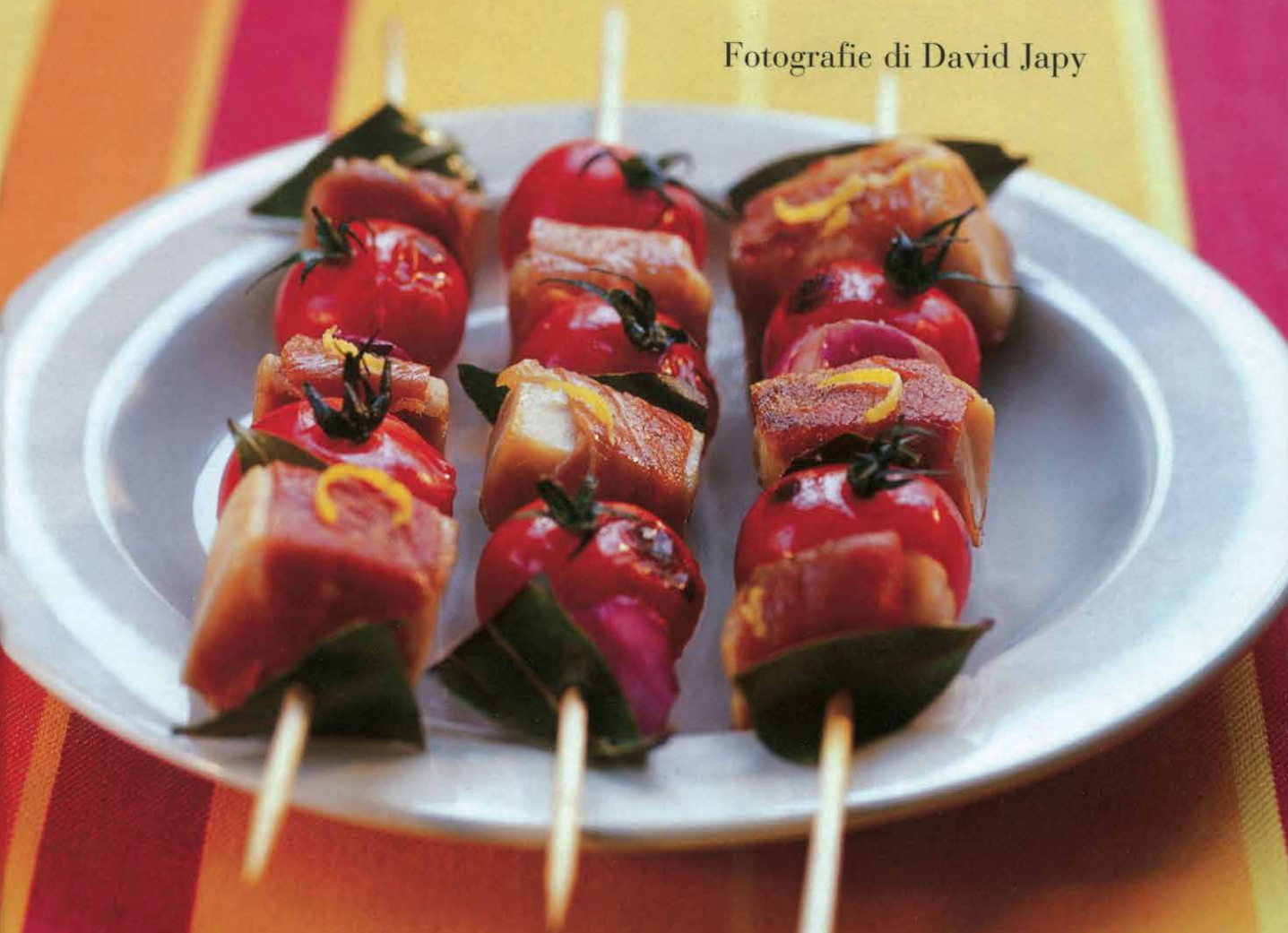


Julie Daurel

ALLA PIASTRA

Fotografie di David Japy



BIBLIOTHECA CULINARIA



sommario



Segreti e consigli 4

Pesci e crostacei

Calamaretti grigliati 6

Spiedini di tonno al prosciutto di Bayonne 8

Salmon e alle erbe e al sale grosso 10

Orate alla spagnola 12

Medaglioni di coda di rospo in crema di peperoni 14

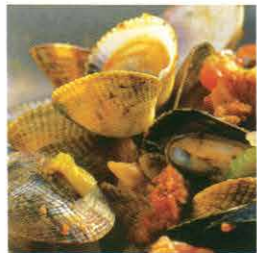
Capesante al coriandolo 16

Sardine grigliate al pastis 18

Cozze grigliate al peperoncino piccante 20

Fricassee di frutti di mare e salsiccia piccante 22

Gamberoni al pepe 24



Carni

Costolette di agnello in marinata 26

Spiedini di rognone di vitello 28

Bistecche di manzo al midollo 30

Pollo alla piastra con verdure miste 32



Petti d'anatra con cipolle e uvetta 34

Coniglio alla piastra 36

Spiedini marinati di pollo e scampi 38

Hamburger di agnello al pecorino 40

Filettino di vitello con capperi e acciughe 42

Frutta e verdure

Involtini di melanzane al caprino 44

Spiedini di verdure alla basca 46

Porcini alla griglia 48

Padellata di carciofi al chorizo 50

Insalata tiepida di champignon al dragoncello 52

Insalata di peperoni marinati all'aglio 54

Bastoncini fritti di carote e di zucca 56

Arance grigliate con fragole 58

Insalata di pesche con torroncino e amaretti 60

Fichi arrosto con lamponi, miele e cagliata di pecora 62



Fricassea di frutti di mare e salsiccia piccante

Per 6 persone

1 kg di cozze

1 kg di telline

500 g di vongole veraci

2 salsicce piccanti tipo longaniza* o chorizo**

1 cuore di sedano

250 g di pomodori

30 g di burro

1 spicchio di aglio

1 peperoncino piccante secco

Sale, pepe

Prezzemolo

1 cucchiaio di olio extravergine di oliva

* Longaniza: salsiccia spagnola, secca, affumicata e leggermente aromatizzata all'anice.

** Chorizo: salsiccia fresca o più spesso secca, aromatizzata al peperoncino piccante, paprika e aglio. Di origine spagnola, ma esiste anche la versione francese.

variante

Sostituire la longaniza con del chorizo o un'altra salsiccia piccante.

Fare ammolare le vongole e lavarle bene cambiando molte volte l'acqua per eliminare la sabbia. Pulire tutti gli altri molluschi.

Tagliare i pomodori a metà, privarli dei semi e tagliarli a dadini. Affettare il cuore di sedano a lamelle sottili.

Riscaldare la piastra a fuoco dolce.

Passare le salsicce al mixer con uno spicchio di aglio dopo aver rimosso il budello.

Sulla piastra, fare sciogliere il burro a fuoco dolce, aggiungere l'olio, le lamelle di sedano e fare cuocere per 2 minuti.

Aggiungere i cubetti di pomodoro e il peperoncino sbriciolato con le dita. Salare e lasciare cuocere per 3 minuti.

Porre i molluschi sulla piastra. Mescolare bene con le verdure e lasciare che si aprano a fuoco vivo, rimestando spesso.

Aggiungere la salsiccia con l'aglio e rosolare per qualche minuto. Cospargere di prezzemolo e servire ben caldo.



Involtini di melanzane al caprino

Per 6 persone

2 belle melanzane

5 cucchiaini di olio
extravergine di oliva

200 g di caprino

3 cucchiaini di salvia fresca
finemente tritata

Sale e pepe

salsa

Aglio tritato

1 vasetto di yogurt magro

Menta

12 stuzzicadenti di legno

Con un coltello ben affilato, tagliare a fette sottili le melanzane nel senso della lunghezza.

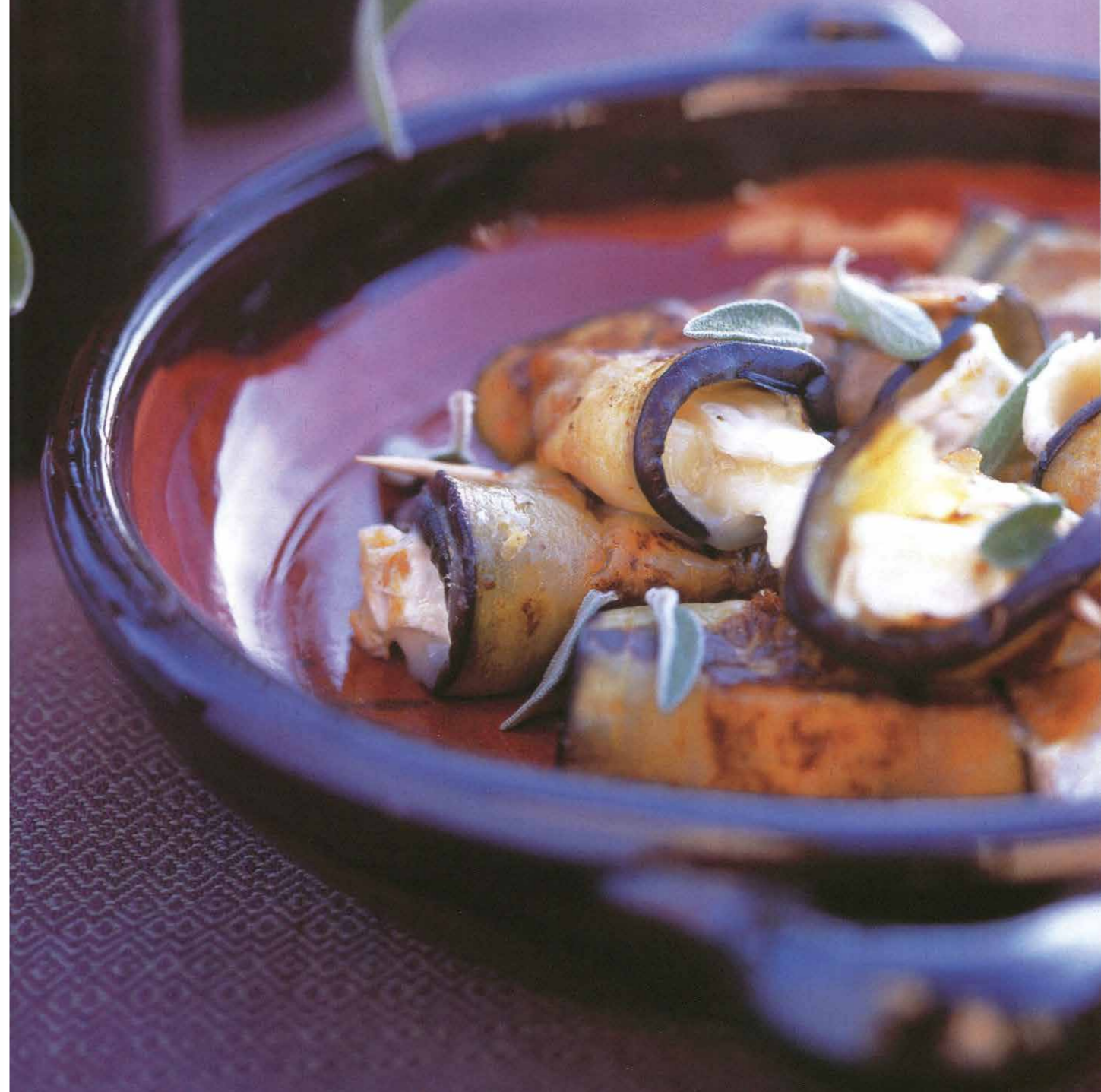
Riscaldare la piastra a fuoco medio.

Spennellare con olio extravergine di olive le melanzane su entrambi i lati. Salarle, peparle e grigliarle sulla piastra a fuoco medio per 3-4 minuti da ciascun lato, fino a che risultino tenere. Metterle da parte.

Preparare la salsa amalgamando in una ciotola lo yogurt, l'aglio e la menta. Salare, pepare e conservare al fresco.

Tagliare il caprino in 12 pezzetti e cospargerli con la salvia tritata. Arrotolare le melanzane intorno al formaggio e chiudere l'involto con uno stuzzicadenti di legno.

Passare poi gli involtini sulla piastra a fuoco dolce per 3 minuti da ciascun lato. Servirli caldi, intingendoli nella salsa allo yogurt prima di gustarli.



ALL'ORA DELL'APERITIVO O DEL PASSEGGIO, I CAFFÈ SPAGNOLI PROPONGONO UN MENU DI PICCOLE PORZIONI DI CARNE O DI CROSTACEI COTTI ALLA PIASTRA. UN FILO D'OLIO, QUALCHE MINUTO DI COTTURA E IL PIATTO È SERVITO.

CIMENTATEVI CON SPIEDINI E CUCCHIAI DI LEGNO PER RITROVARE L'ATMOSFERA E I PROFUMI DI QUESTA CUCINA DEL SOLE E DELLA GIOIA DIVIVERE.

La cottura alla piastra è semplice e scenografica. Bistecca di manzo o fegato d'oca, gamberoni o calamaretti, peperoni o arance... È un tipo di cucina adatta per le carni come per i pesci e le verdure, senza dimenticare la frutta. Piatti da condividere sotto il pergolato nelle sere d'estate, e, perché no, anche in inverno, attorno ad una grande tavolata, perché queste ricette possono anche essere realizzate nella vostra cucina...

Julie Dauriel è una giornalista indipendente.
Scrive per *Sud Ouest* e *Côté Sud*.

David Japy fotografo, lavora regolarmente per *Patel, Chabot* e *Huchette*.

ALLA PIASTRA

BIBLIOTHECA CULINARIA
ISBN 88-86174-59-4

www.bibliothecaculinaria.it



€ 11,40