

PESTO!

& condimenti veloci



Joshua Clever

Fotografie di Marie-Pierre Morel

BIBLIOTHECA CULINARIA





Preparare il proprio pesto 4

Erbe e noci 6

I SALATI

Pesto giapponese al miso 8

Pesto allo zenzero e alla cipolla novella 10

Pesto ai peperoni arrostiti e al pepe
di Cayenna 12

Pesto al timo limone e ai broccoli 14

Pesto al prezzemolo e ai funghi shiitake 16

Pesto alla salvia e all'aglio arrostito 18

Pesto al coriandolo, noci d'anacardio e cardamomo 20

Pesto al dragoncello e alle nocciole 22

Pesto rosmarino, pomodori secchi e scalogni 24

Pesto all'aneto e all'arancia 26

Pesto al basilico, alla rucola e al finocchio 28

Pesto alla salvia e olive nere 30

Pesto alle alghe, ai capperi e allo scalogno 32

Pesto alle sei erbe 34

Pesto ai germogli di ravanello 36

Pesto alle foglie di carote
e alle noci pecan 38

Pesto indiano al curry 40

Pesto messicano allo chipotle 42

Pesto thailandese al lemongrass 44

Pesto al limone e allo jalapeno 46

Pesto all'aneto e ai cinque semi 48

Pesto alla rucola e al gorgonzola 50

Pesto allo zenzero e al cacao 52

Pesto al limone, alla verza e alle noci 54

Pesto alla francese 56

I DOLCI

Pesto al rosmarino, alla cannella e allo zucchero 58

Pesto alla noce di cocco e alle noci pecan 60

Pesto al coriandolo e allo zenzero 62

Pesto al cioccolato e al dragoncello 64

Pesto al cioccolato e al pepe di Cayenna 66

QUALCHE IDEA GOLOSA 68



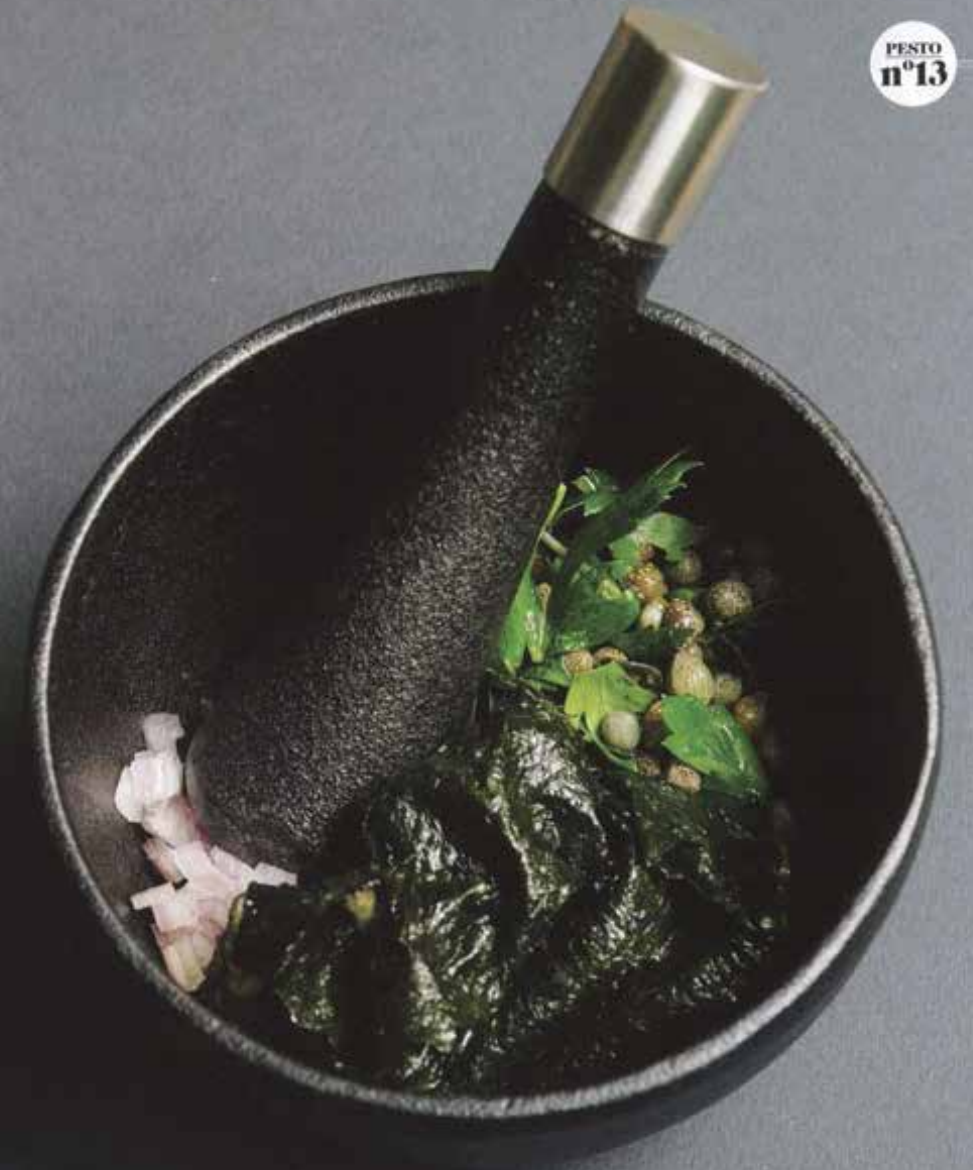
PESTO ALLE ALGHE, AI CAPPERI E ALLO SCALOGNO

Le alghe hanno un gusto che bisogna addomesticare. Sono spesso accompagnate da una cattiva reputazione, ma in realtà sono molto ricche di sostanze nutritive e contengono tutti i minerali necessari al corpo umano; bisogna solo offrirgli una chance. Consumate questo pesto come una tapenade*, usatelo per condire la pasta o ancora come marinata per pesce e tofu. Vi prometto che non ne resterete delusi!

10 g di HIJIKI, essiccata
 10 g di LATTUGA DI MARE, essiccata
 10 g di DULCE, essiccata
 1 grosso SCALOGNO, tritato finemente
 1 cucchiaio di CAPPERI
 50 g di PREZZEMOLO
 1 cucchiaio di ACETO DI RISO NERO
 180 ml di OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA
 1 cucchiaio di SUCCO DI LIMONE
 1 cucchiaino di SCIROPPO D'AGAVE

PER REIDRATARE LE ALGHE, ricopritele d'acqua calda e lasciatele riposare da 10 a 15 minuti; sgocciolate poi strizzate.

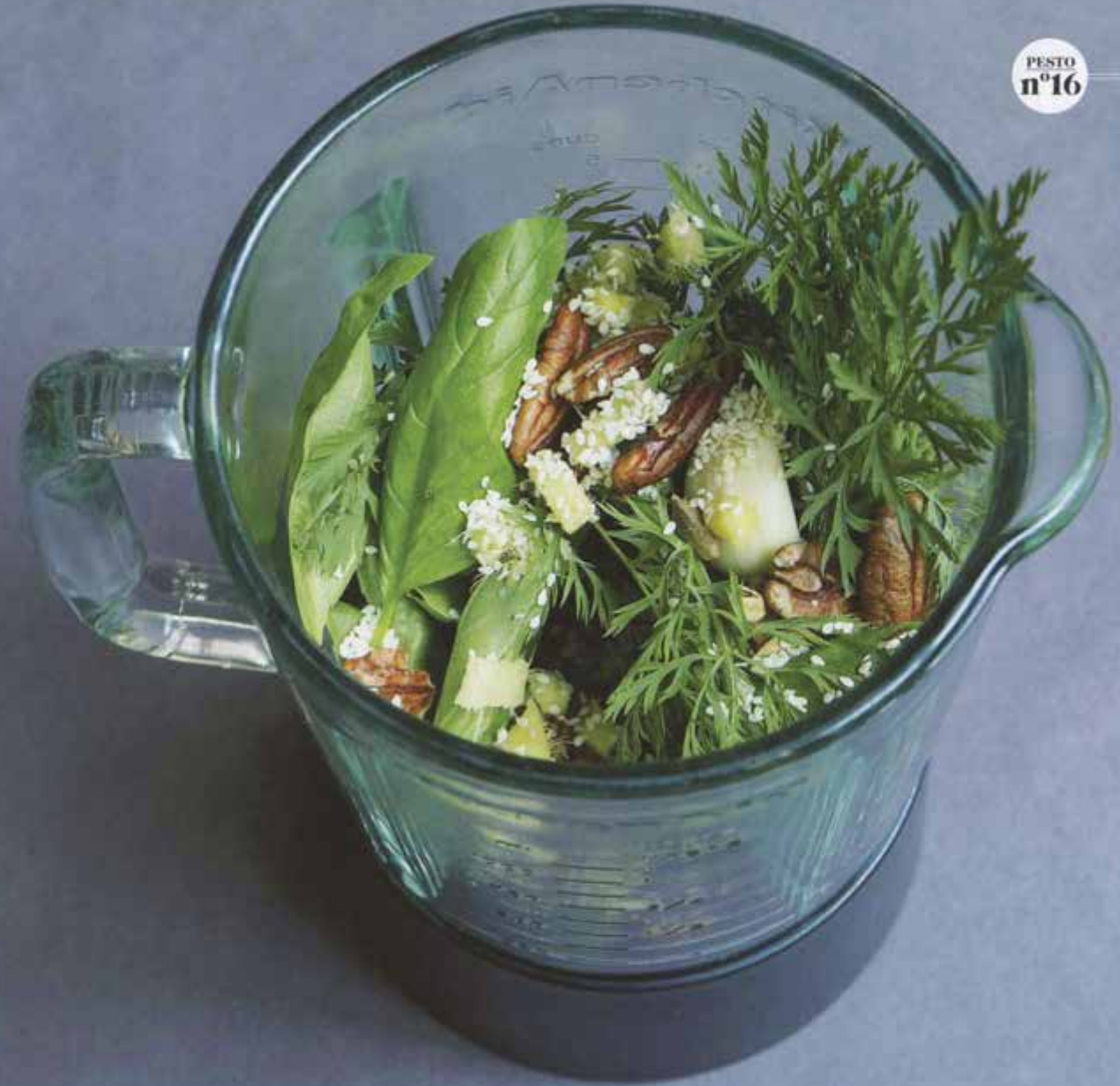
* Tapenade: salsa dal gusto molto delicato, tipica della cucina provenzale, a base di olive nere, acciughe e capperi.



PESTO ALLE FOGLIE DI CAROTE E ALLE NOCI PECAN

Ho creato questa ricetta dopo aver setacciato il mio giardino per raccogliere un kilogrammo di carote con le foglie più belle. Cerco per quanto possibile di utilizzare prodotti interi, pertanto non riesco a decidermi a mettere le foglie nel compost. Pur essendo un po' amare se si mangiano da sole, associate al basilico e alle noci pecan assumono un leggero gusto dolce. Questo pesto è un'ottima fonte di potassio.

60 g di NOCI PECAN, tostate
30 g di SEMI DI SESAMO
1 cucchiaino di ZENZERO FRESCO, spellato e tritato
4 SPICCHI D'AGLIO, spellati
100 g di FOGLIE DI CAROTE (senza gli steli)
½ cucchiaino di CARDAMOMO
100 g di BASILICO
120 ml di OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA
2 cucchiaini di ACETO DI RISO NERO
SCIROPPO D'AGAVE a piacere



COSA C'È DI PIÙ SEMPLICE DI UN
PESTO? ERBE FRESCHE, PINOLI,
DELL'OLIO D'OLIVA, UN PESTELLO
O UN MIXER E IL GIOCO È FATTO!

Insieme cremoso e vellutato, il pesto
si prepara in un battibaleno. Salati
ma anche dolci, questi condimenti
sono in grado di soddisfare ogni
esigenza e arricchiranno aperitivi,
pasta, verdure e altri piatti.

Joshua Clever vive e lavora
a San Francisco. Il suo credo:
ingredienti semplici e bio
per una cucina sana.



€ 11,40

ISBN : 978-88-95056-56-2



9 788895 056562

www.bibliothecaculinaria.it