

CARTOLINA
DALLA
CUCINA

Bruno Barbieri

polpette che passione

BIBLIOTHECA CULINARIA



Minestra di lenticchie con polpette di gamberi rossi e pollo lesso

Per 4 persone
Preparazione:
1 ora + 2 ore di
ammollo per le
lenticchie
Cottura:
5-6 minuti

Minestra di lenticchie:

500 g di lenticchie
1 gambo di sedano
1 carota
1/2 cipolla
1 patata
1,5 litri di brodo vegetale
olio extravergine d'oliva
sale e pepe

Per le polpette:

20 gamberi rossi
200 g di petto di pollo lessato
1 albume
50 g di farina di riso
burro
salvia
olio extravergine d'oliva
sale e pepe

Le lenticchie

Lessare le lenticchie per 20 minuti dopo averle lasciate per 2 ore a bagno in abbondante acqua salata. Ridurre a tocchetti sedano, carota e cipolla e rosolarli in olio extravergine d'oliva, quindi aggiungere le lenticchie, coprire con il brodo e cuocere per circa 15 minuti. A tre quarti di cottura unire la patata tagliata a tocchetti e aggiustare di sale e pepe.

Le polpette

Sgusciare i gamberi e eliminare il filo intestinale. Tritare al coltello i gamberi e la polpa di pollo, aggiungere l'albume montato a neve, sale e pepe. Amalgamare bene, formare delle piccole polpette, passarle nella farina di riso e, quindi, rosolarle in padella per pochi minuti con burro e salvia. Tenere in caldo.

In tavola

Versare la zuppa di lenticchie nelle fondine, sormontare con tre polpette di gamberi e pollo e guarnire con un filo di olio extravergine d'oliva e foglie di salvia frita.



Ravioli di ricotta con soffritto di cipolla e polpettine di patate e salsiccia

Per 4 persone

Preparazione:

un'ora e 10 minuti

Cottura:

30 minuti

Per i ravioli:

400 g di sfoglia all'uovo fresca

300 g di ricotta

1 tuorlo d'uovo

50 g di parmigiano reggiano

un pizzico di noce moscata

sale e pepe

Per le polpettine:

250 g di salsiccia

100 g di polpa di patata

lessata

70 g di pane

1 dl di latte

2 spicchi di aglio

2 cucchiaini di prezzemolo

tritato

200 g di polvere di mandorle

olio extravergine d'oliva

2 cucchiaini di semi di papavero

rosmarino

2 cipolle tagliate ad anelli

sale e pepe

I ravioli

Preparare il ripieno con la ricotta, il tuorlo d'uovo, il parmigiano grattugiato, la noce moscata, sale e pepe.

Stendere la sfoglia all'uovo in modo che sia molto sottile e preparare i ravioli con il metodo tradizionale.

Le polpettine

Eliminare il budello e tritare a crudo 200 g della salsiccia molto finemente, unire la patata schiacciata e il pane bagnato (precedentemente ammollato nel latte e strizzato), uno spicchio di aglio tritato finissimo, il prezzemolo tritato, sale e pepe.

Formare delle polpettine, passarle nella polvere di mandorle e soffriggere in padella con olio extravergine d'oliva, la rimanente salsiccia tagliata a rondelle, uno spicchio di aglio e un rametto di rosmarino. Far asciugare le polpettine su carta da cucina poi rotolarle ancora calde nei semi di papavero.

Lessare i ravioli, scolarli e ripassarli in padella in abbondante olio extravergine d'oliva, unendo le polpettine e guarnendo con le rondelle di salsiccia e le cipolle, nel frattempo saltate in padella.



Frittelle di ricotta ed erbe aromatiche

Per 4 persone
Preparazione:
20 minuti
Cottura:
15 minuti

320 g di ricotta di pecora
40 g di parmigiano reggiano
grattugiato
3 uova
2 cucchiaini di erbe aromatiche
miste (basilico, maggiorana,
timo, erba cipollina, salvia)
200 g di pane grattugiato
100 g di farina
1 litro di olio di arachidi
per friggere
sale e pepe

Le frittelle

Passare la ricotta al setaccio, mescolarla con il parmigiano, un uovo e le erbe aromatiche; infine aggiustare di sale e pepe. Formare delle piccole polpette, passarle nella farina, nelle due uova sbattute e nel pane grattugiato. Friggerle in abbondante olio di arachidi ben caldo e asciugarle su carta da cucina.

In tavola

Servire le frittelle immediatamente condite con un pizzico di sale e una macinata di pepe.



polpette che passione

Le polpette ci riportano all'infanzia. Per molti italiani il loro sapore ha un potere evocativo pari a quella della madeleine di fama proustiana: un assaggio e si torna subito a sei anni. Quei piccoli bocconi tondi che scappavano nel piatto per poi essere catturati dalla nostra brava forchetta conservano un non so che di giocoso, anche quando spuntano, anni dopo, a fianco dell'aperitivo. È quando si tenta di fare le polpette che si scopre che la loro semplicità è del tutto ingannevole. La consistenza della macinatura, la dose del sale, la doratura perfetta: diventano elementi di un programma di sperimentazione estenuante, a patto che non si trovi un aiuto. A questo ha pensato Bruno Barbieri. Oltre ai consigli preziosi per la scelta degli ingredienti, per la cottura e per l'abbinamento con salse e intingoli, offre 28 ricette, ripartite tra polpette di carne, di pesce e di verdura. Cotte, crude, farcite, rivestite, avvolte in foglie, galleggianti in minestre, affogate nel sugo, fatte con gli avanzi e anche con le primizie, Barbieri ci insegna che fare le polpette è un gioco.

Chef pluristellato, giudice delle popolari trasmissioni televisive MasterChef e MasterChef Junior, docente carismatico e viaggiatore instancabile, **Bruno Barbieri** ha girato il mondo alla ricerca di profumi e sapori.

€ 13,90

ISBN 978-88-95056-27-2



9 788895 056272