

GOLOSE, CLASSICHE *e gluten free*



Per questo numero di FREE, **Marco Scaglione** ha preparato 3 ricette tutte da provare: pappardelle di grano saraceno con verdure e scaglie di Pecorino Romano, zeppole di San Giuseppe per un 19 marzo al sapore di pistacchio e una treccia di pane al sesamo, spiegata passo dopo passo.

Marco Scaglione crea piatti semplici, che nascono dalla tradizione gastronomica del Bel Paese e si arricchiscono di influenze d'Oltralpe. Si è specializzato in cucina senza glutine nel 2001, e da allora è diventato uno dei più famosi chef del settore.



PAPPARDELLE DI GRANO SARACENO



ZEPPOLE DI SAN GIUSEPPE



TRECCIA DI PANE AL SESAMO



PAPPARDELLE di grano saraceno e verdure

TEMPO 1ora + riposo DIFFICOLTÀ media

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

250 G DI PREPARATO SPECIALE PER PASTA FRESCA MOLINO DALLAGIOVANNA

50 g di farina di grano saraceno • - 2 uova + 2 tuorli - 10 ml di olio extravergine di oliva
farina di riso finissima • q.b. - 5 g di sale

Per il condimento: 1 scalogno - 1 carota

1 gambo di sedano - 1 zucchina - 1/2 porro - 1 peperone rosso

100 g di Pecorino Romano - 3 cucchiari di olio extravergine di oliva - sale - pepe nero

Miscelate in una terrina il preparato e la farina di grano saraceno. Unite le uova e i tuorli al centro e amalgamate con il sale e l'olio. Lavorate energicamente fino a ottenere un composto omogeneo. Formate una palla, copritela con la pellicola per alimenti e fatela riposare in frigo per 30 minuti.

Dividete a metà il peperone, tagliandolo per lungo, ed eliminate i semi. Sciacquatelo e spellatelo con un pelapatate. Lavate la zucchina e privatela delle due estremità. Tagliate 2 fette da ogni lato lungo della zucchina con il pelapatate. Fate lo stesso con la carota e mettete le fettucce di carota in una ciotola con dell'acqua, insieme ad alcune strisce di sedano, prelevate sempre con il pelapatate. Eliminate l'estremità, la parte verde e la buccia più esterna del porro, tagliatelo a metà nel senso della lunghezza e tenete da parte.

Portate a ebollizione una pentola con dell'acqua e fatevi cuocere, separatamente, la zucchina, il peperone e il porro per circa 4 minuti. Scolate bene il tutto.

Tritate finemente lo scalogno e fatelo rosolare, a fiamma dolce, in una larga padella con

2 cucchiari di olio. Unite la zucchina, il peperone e il porro, lasciate insaporire per circa 1 minuto a fiamma vivace, quindi regolate di sale e di pepe.

Scolate le strisce di carota e di sedano dall'acqua, tamponatele con della carta assorbente e conditele con l'olio rimanente e un pizzico di sale. Unitele nella padella con le altre verdure.

Riprendete la pasta, lavoratela brevemente su un piano spolverizzato con la farina di riso e stendetela con l'apposita macchinetta, creando una sfoglia molto larga, spessa circa 1-2 mm. Spolverizzate la sfoglia con la farina di riso, arrotolatela su se stessa e ritagliate delle pappardelle larghe 3-4 cm.

Fate cuocere le pappardelle in abbondante acqua salata per circa 4 minuti, poi scolate la pasta e aggiungetela nella padella con le verdure. Lasciate saltare per qualche minuto.

Distribuite le pappardelle nei piatti e completate grattugiando il Pecorino a scaglie. Spolverizzate con un po' di pepe nero macinato al momento e servite.



ZEPPOLE DI SAN GIUSEPPE con crema al pistacchio

TEMPO 1 ora e 20 minuti DIFFICOLTÀ media

INGREDIENTI PER 8 ZEPPOLE

160 g di PREPARATO SPECIALE PER DOLCI FRITTI MOLINO DALLAGIOVANNA - 250 ml di acqua
80 g di burro - 6 uova - la scorza grattugiata di 1 limone non trattato - sale
Per la crema al pistacchio: 260 ml di panna fresca - 240 ml di latte fresco
5 tuorli - 130 g di zucchero - 50 g di amido di riso •
50 g di crema di pistacchio • - 1/2 baccello di vaniglia
Inoltre: 2 l di olio di semi di girasole - ciliegie candite • q.b. - zucchero a velo • q.b.

Preparate la crema: riscaldare il latte e la panna in un pentolino con il baccello di vaniglia e i suoi semi. Sbattete in una casseruola, con una frusta, i tuorli e lo zucchero, quindi unite l'amido di riso. Eliminate la vaniglia con una pinza e versate a filo il latte e la panna caldi sul composto, amalgamando con una frusta. Mettete il composto sul fuoco e mescolate continuamente finché la crema non si sarà addensata. Unite la crema di pistacchio e continuate ad amalgamare per qualche secondo con una frusta. Trasferite la crema in una ciotola, copritela con la pellicola per alimenti a contatto e lasciate raffreddare.

Mettete il burro a pezzetti in un pentolino dal fondo spesso, aggiungete l'acqua e un pizzico di sale, e portate lentamente a ebollizione, mescolando. Non appena il burro sarà sciolto e l'acqua bolirà, togliete dal fuoco e unite il preparato. Rimettete sul fuoco e amalgamate fino a ottenere una palla compatta. Continuate a mescolare finché non vedrete formarsi una patina biancastra sul fondo del pentolino. Spegnete il fuoco e fate intiepidire.

Trasferite l'impasto in una ciotola, unite la scorza del limone e incorporate le uova, una alla volta e solo quando il precedente è stato del tutto assorbito, con una frusta elettrica.

Ritagliate dei quadrati di carta da forno da 6 cm per lato e riempite con il composto di uova un sac à poche con bocchetta stellata. Create su ogni quadrato, con un movimento a spirale, un disco di pasta del diametro di 5 cm. Sul bordo esterno di ogni base, formate un anello di pasta come a creare una scodellina. Formate così le altre zeppole fino a esaurire il composto.

Versate l'olio in un tegame dal bordo alto e portatelo a una temperatura di 160-170 °C (l'olio non deve essere bollente). Immergete non più di 1 o 2 zeppole alla volta con tutta la carta da forno (che si staccherà da sola dopo qualche secondo e che potrete quindi prelevare con una pinza). Rigidate le zeppole più volte per farle gonfiare in modo uniforme fino a completa doratura, quindi scolatele con un mestolo forato e mettetele ad asciugare su qualche foglio di carta assorbente da cucina.

Aprite le zeppole a metà, tagliandole in orizzontale con un coltello seghettato, e farcitele con la crema al pistacchio, usando un sac à poche con bocchetta stellata. Aggiungete un ciuffetto di crema sulla sommità delle zeppole e guarnitele con 1 ciliegia candita. Trasferitele in un piatto da portata, spolverizzatele con lo zucchero a velo e servitele.





TRECCIA di pane al sesamo

TEMPO 1 ora e 40 minuti + riposo DIFFICOLTÀ media

INGREDIENTI PER 1 KG DI PANE

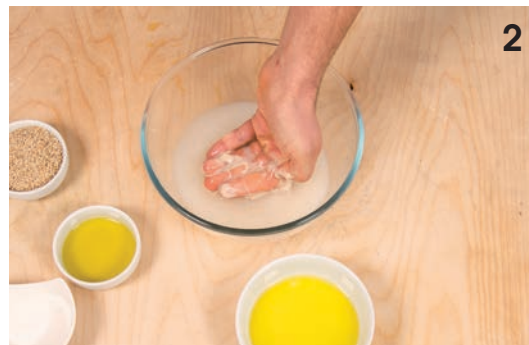
500 g di MIX PANE & Co. NUOVATERRA ZEELANDIA
410 ml di acqua - 20 g di lievito di birra fresco
40 ml di olio extravergine di oliva - 8 g di sale fino
60 g di semi di sesamo
Inoltre: farina di riso • q.b.

Mettete il mix di farine in una terrina (foto 1). In un'altra ciotola versate l'acqua e fatevi sciogliere il lievito di birra (foto 2). Impastate bene con le mani (foto 3) fino al completo assorbimento dei liquidi.

Aggiungete 30 ml di olio e il sale (foto 4), lavorate ancora il composto e trasferitelo su una spianatoia spolverizzata con la farina di riso. Impastate con le mani (foto 5) fino a formare una pagnotta liscia e

omogenea. Riponetela in un contenitore, copritela con un canovaccio pulito e lasciatela lievitare in un luogo tiepido e lontano da correnti d'aria per circa 1 ora.

Riprendete l'impasto e dividetelo (foto 6) in 6 parti uguali. Modellate le porzioni di impasto fino a ottenere dei filoncini lunghi e stretti (foto 7). Attaccate 3 filoncini da un'estremità, schiacciandoli tra loro, e procedete con l'intreccio.



Incrociate il filoncino destro e quello sinistro su quello centrale, sovrapponendoli e alternandoli (foto 8). Conclusa l'operazione, fermate la treccia sul fondo, compattando i tre lembi insieme (foto 9). Ripetete tutto per formare la seconda treccia.

Trasferite le trecce su una teglia foderata con la carta da forno e lasciatele lievitare per 1 ora.

Spennellate la superficie del pane (foto 10) con un'emulsione composta da un po' di acqua e dall'olio rimanente.

Spolverizzate le trecce con i semi di sesamo (foto 11).

Lasciate cuocere in forno preriscaldato (foto 12) a 210 °C per circa 50 minuti. Fate riposare per 20 minuti su una griglia forata rialzata, quindi servite.

