

GOLOSE, CLASSICHE *e gluten free*



Per questo numero di FREE, **Marco Scaglione** ha preparato 3 squisite ricette salate: una coloratissima torta salata con verdure e Pecorino, delle empanadas ripiene di carne e piselli e, per la scuola di cucina, una torta Danubio tanto buona quanto bella, illustrata 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.



TORTA SALATA MULTICOLORE



EMPANADAS SAPORITE



TORTA DANUBIO SALATA



TORTA MULTICOLORE con verdure e Pecorino

TEMPO 1 ora e 20 minuti DIFFICOLTÀ facile

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

300 g di pasta sfoglia ●●
1 peperone rosso
500 g di spinaci freschi
200 g di Pecorino toscano
4 uova
200 ml di panna fresca
30 g di Parmigiano Reggiano da grattugiare
5 cucchiaini di olio extravergine di oliva
sale
pepe nero in grani

Mondate e lavate gli spinaci. Lasciateli cuocere in acqua bollente per circa 10 minuti e scolateli. Fate scaldare a fiamma dolce una padella con 2 cucchiaini di olio, aggiungete gli spinaci, regolate di sale e lasciate cuocere per circa 5 minuti.

Tagliate a metà il peperone, privatelo del picciolo e dei semi interni, sciacquatelo sotto l'acqua corrente e tagliatelo a listarelle. Fate scaldare una padella con l'olio rimanente, unite il peperone e lasciatelo cuocere, mescolando di tanto in tanto, finché non risulterà morbido. Regolate di sale.

Rompete le uova in una terrina, aggiungete la panna, il Parmigiano grattugiato, un pizzico

di sale e una macinata di pepe. Sbattete per qualche istante con una forchetta.

Foderate una teglia da 22 cm di diametro con la carta da forno. Rivestite la teglia con la pasta sfoglia, eliminate la pasta in eccesso e versate il composto di uova.

Fate cuocere in forno caldo a 200 °C per 15 minuti, quindi sfornate, aggiungete gli spinaci e il peperone e continuate la cottura per 10 minuti.

Prelevate la torta dal forno, aggiungete il Pecorino diviso in fette, e lasciate cuocere per 5 minuti, giusto il tempo di far sciogliere il formaggio. Sfornate e servite subito.



EMPANADAS con carne e piselli

TEMPO 1 ora e 20 minuti + riposo DIFFICOLTÀ media

INGREDIENTI PER 6 EMPANADAS

250 g di MIX PANE & Co. NOVATERRA ZEELANDIA

120 ml di acqua - 70 g di strutto

10 ml di olio extravergine di oliva - 3 g di sale

Per il ripieno:

100 g di macinato di manzo - 100 g di macinato di maiale

1/2 cipolla bianca - 50 g di lardo • tagliato a listerelle

60 g di piselli surgelati - 50 g di pomodori secchi

1 ciuffo di prezzemolo - 1 cucchiaino di olio extravergine di oliva

sale - pepe nero

Inoltre:

1 uovo

Fate soffriggere la cipolla tritata finemente in un tegame capiente con l'olio. Aggiungete la carne macinata di manzo e quella di maiale. Dopo qualche minuto unite i piselli, i pomodori tagliati a listerelle, il lardo e il prezzemolo tritato. Fate rosolare per 2-3 minuti e, se il composto fosse troppo asciutto, aggiungete un po' di acqua. Salate e pepate.

Preparate la pasta mescolando il mix con lo strutto ammorbidito, il sale, l'olio e l'acqua. Impastate fino a ottenere un composto uniforme ed elastico. Coprite con la pellicola per alimenti e fate riposare in frigo per 30 minuti.

Stendete la pasta con il matterello in modo da ottenere una sfoglia sottile, e ricavate 12

dischi di pasta con un bicchiere, una tazza o un coppapasta.

Mettete un po' di ripieno sopra 1 disco di pasta, sollevatene i bordi per creare una forma cilindrica e chiudete con 1 altro disco di pasta, saldandone bene i bordi e arricciandoli verso l'interno. Se preferite, potete mettere 1 disco di pasta in una coppetta, aggiungete un po' di ripieno e chiudere, sovrappo-
nendo 1 altro disco e saldando i bordi.

Disponete le empanadas in una teglia rivestita con carta da forno, spennellatele con l'uovo sbattuto e infornatele. Fatele cuocere a 180 °C per 25 minuti o finché non si saranno colorite in modo uniforme.



TORTA DANUBIO salata

TEMPO 1 ora e 40 minuti + riposo DIFFICOLTÀ media

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

250 g di PREPARATO SPECIALE PER DOLCI LIEVITATI MOLINO DALLAGIOVANNA

150 ml di latte - 1 uovo

40 ml di olio extravergine di oliva - 30 g di zucchero

14 g di lievito di birra fresco - sale

Per il ripieno: 250 g di prosciutto cotto •

200 g di provola

Inoltre: qualche filo di erba cipollina

10 g di burro - 1 uovo - 50 ml di latte



Mettete il lievito di birra in una ciotolina con il latte (foto 1) e fatelo sciogliere. Versate il mix in un'altra ciotola e aggiungete il latte con il lievito (foto 2). Incorporate l'uovo e iniziate a lavorare il composto.

Unite l'olio (foto 3), il sale e lo zucchero, e impastate nella ciotola. Quando l'impasto avrà assorbito i liquidi, trasferitelo sulla spianatoia e lavorate (foto 4) fino ad avere un composto morbido e omogeneo.

Formate una palla, mettetela in una ciotola e copritela con la pellicola per alimenti. Lasciate lievitare nel forno spento con la luce accesa per 1 ora, o finché l'impasto non sarà raddoppiato di volume.

Prendete l'impasto, ricavatene dei cilindri (foto 5) e fateli a pezzetti (foto 6). Date a ogni porzione di pasta una forma sferica, facendola roteare tra le mani come fosse una polpetta (foto 7 e 8).



Stendete ogni pallina con un matterello (foto 9) e farcite i dischi di pasta, alternando i dadini di prosciutto cotto a quelli di provola (foto 10). Richiudete accuratamente i dischi formando delle palline.

Ungete con il burro una tortiera del diametro di 22 cm e posizionatevi le palline, con la chiusura rivolta verso il basso (foto 11), partendo dal perimetro e coprendo tutta la superficie dello stampo.

Sbattete l'uovo con il latte e usate il composto per spennellare la superficie della torta (foto 12), per renderla lucida una volta cotta. Coprite con la pellicola per alimenti e lasciate lievitare per circa 1 ora.

Fate cuocere la torta salata in forno statico già caldo a 180 °C per 35-40 minuti, quindi sfornate e lasciate intiepidire. Decorate la superficie della Danubio con l'erba cipollina tritata e servite.

