

GOLOSE, CLASSICHE *e gluten free*



Per questo numero di FREE, **Marco Scaglione** ha preparato due piatti in cui i sapori della terra e del mare si fondono in modo delizioso: una vellutata di ceci con vongole e dei ravioli di ricotta e spinaci con funghi e rana pescatrice. Nella scuola di cucina, invece, troverete illustrata, passo dopo passo, la ricetta degli irresistibili maritozzi con la panna.

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.



VELLUTATA CON VONGOLE



RAVIOLI RICOTTA E SPINACI



MARITOZZI CON LA PANNA



VELLUTATA CON VONGOLE e crostino all'amaranto

TEMPO 3 ore + riposo DIFFICOLTÀ elaborata

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Per la vellutata: 300 g di ceci secchi - 250 g di vongole
2 spicchi di aglio - 1 rametto di rosmarino - 1 mazzetto di prezzemolo
1 mazzetto di maggiorana - 1/2 bicchiere di birra●● - 5 cucchiari di olio extravergine di oliva
20 g di sale grosso - sale fino - pepe

Per il lievito (la ricetta è a pag. 56): 100 g DI MIX PANE & Co. NOVATERRA ZEELANDIA
90 ml di acqua - 4 g di lievito di birra fresco

Per il pane all'amaranto: 300 g DI MIX PANE & Co. NOVATERRA ZEELANDIA - 370 ml di acqua
4 g di lievito di birra fresco - 10 ml di aceto di vino bianco - 10 g di miele d'acacia
80 g di Amaranto in chicchi Revolution

Tenete in ammollo i ceci per circa 12 ore, avendo cura di sciacquarli più volte. Sbucciate 1 spicchio di aglio e fatelo soffriggere con il rosmarino in una casseruola con 2 cucchiari di olio. Unite i ceci scolati e lasciateli rosolare per qualche minuto, quindi coprite con acqua e chiudete con un coperchio. Portate a ebollizione e fate cuocere per 2 ore e 30 minuti. Nel frattempo, mettete a bagno le vongole in una ciotola con l'acqua e il sale grosso per 2 ore. Regolate di sale i ceci, mescolate e spegnete il fuoco. Frullate con il minipimer e passate la vellutata in un colino a maglie fitte.

Preparate il pane: mettete in una terrina il mix, il lievito e l'amaranto in chicchi (precedentemente lavato), e mescolate bene con il palmo della mano. Fate sciogliere il lievito di birra nell'acqua, unitelo al composto e impastate strizzando con le mani. Aggiungete l'aceto e il miele, impastate ancora fino a formare una palla e lasciatela riposare per 3 ore. Trascorso il tempo, riprendete l'impasto e dividetelo in 4 parti uguali. Formate una palla con ogni porzione e stendete con le mani creando delle forme ovali. Arrotolate la pasta

su se stessa, disponete i rotolini in una teglia e fate lievitare per 30 minuti, quindi incidete i panini con dei tagli trasversali e lasciate riposare per circa 1 ora. Fate cuocere in forno caldo a 250 °C per 18-20 minuti, poi sfornate, lasciate raffreddare le baguette su una griglia e tagliate 4 fette di pane.

Sciacquate bene le vongole sotto l'acqua corrente, e fate rosolare lo spicchio di aglio rimasto in una padella con 2 cucchiari di olio. Aggiungete le vongole e lasciatele cuocere a fiamma vivace per circa 10 minuti, chiuse con un coperchio. Sfumate con la birra, continuate la cottura per 2 minuti, quindi spolverizzate con il prezzemolo tritato e fate raffreddare.

Sgusciate le vongole e rimettetetele nel loro liquido di cottura filtrato per tenerle al caldo. Versate 1 mestolo di crema di ceci nel piatto, aggiungete al centro 1 crostino di pane inzuppato nel sughetto delle vongole con 1 vongola sopra. Decorate la vellutata con qualche vongola, irrorate con l'olio rimanente, spolverizzate con una macinata di pepe e completate con dei ciuffetti di maggiorana.



RAVIOLI RICOTTA E SPINACI con finferli e rana pescatrice

TEMPO 1 ora e 30 minuti + riposo DIFFICOLTÀ media

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

Per la pasta: 250 G DI PREPARATO SPECIALE PER PASTA FRESCA MOLINO DALLAGIOVANNA

3 uova - 20 ml di olio extravergine di oliva - 25 ml di acqua - sale

Per il ripieno: 200 g di spinaci già lessati - 100 g di ricotta vaccina

1 uovo - 40 g di Parmigiano Reggiano da grattugiare - 30 G DI PANGRATTATO SENZALTRO
noce moscata q.b. - 1 cucchiaino di olio extravergine - sale - pepe

Per il condimento: 250 g di finferli - 200 g di rana pescatrice pulita - 2 spicchi di aglio
50 g di pomodorini - 1 mazzetto di prezzemolo - 1/2 bicchiere di vino bianco

4 cucchiaini di olio extravergine - sale - pepe

Inoltre: farina di riso finissima • q.b.

Disponete il preparato a fontana in una terrina, unite al centro le uova e impastate con le mani. Versate l'olio, aggiungete 5 g di sale e l'acqua, continuando a incorporare la farina. Lavorate fino a ottenere un composto omogeneo, quindi formate una palla, avvolgetela nella pellicola per alimenti e fatela riposare per 30 minuti in frigorifero.

Preparate il ripieno: fate scaldare una padella con l'olio, poi aggiungete gli spinaci e lasciateli rosolare per qualche minuto. Regolate di sale e di pepe. Scolate bene gli spinaci e fateli raffreddare, quindi trasferiteli in un mixer e frullateli insieme al Parmigiano grattugiato, all'uovo, alla noce moscata e alla ricotta, fino a ottenere un composto liscio e cremoso, che asciugherete un pochino con il pangrattato.

Riprendete la pasta, dividetela in 2 porzioni, e stendete le sfoglie a uno spessore di 1-2 mm. Mettete dei mucchietti di ripieno su una sfoglia, distanziandoli 3 cm l'uno dall'altro. Bagnate leggermente la pasta intorno al ripieno con un po' di acqua, coprite con l'altra sfoglia e, con una rotella festonata, ricavate dei quadrati di 4 cm, premendo leggermen-

te i bordi di ogni raviolo per sigillarli. Mettete i ravioli in un vassoio spolverizzato con la farina di riso e lasciate riposare per circa 1 ora.

Preparate il condimento: fate rosolare, per qualche minuto e a fiamma dolce, 1 spicchio di aglio in un tegame con 2 cucchiaini di olio. Aggiungete i funghi, mondati, lavati e affettati molto sottilmente per il lungo. Lasciateli saltare a fiamma vivace e, dopo qualche minuto, sfumate con il vino facendolo evaporare. Salate, pepate e, al termine della cottura, eliminate l'aglio. Fate rosolare lo spicchio di aglio rimasto in un'altra padella con l'olio rimanente, quindi unite la rana pescatrice tagliata a cubetti e lasciatela cuocere per qualche minuto. Regolate di sale e di pepe, eliminate l'aglio e unite il prezzemolo tritato. Incidete i pomodorini con la punta di un coltello e fateli scottare in acqua bollente per 1 minuto. Scolateli, lasciateli raffreddare, sbucciateli e tagliateli a metà.

Fate cuocere i ravioli in acqua bollente salata per 4-5 minuti, quindi scolateli e componete il piatto, mettendo la pasta su un letto di funghi e unendo la rana pescatrice e i pomodorini.





MARITOZZI con la panna

TEMPO 1 ora e 15 minuti + riposo DIFFICOLTÀ media

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

Per il lievittino: 100 g di PREPARATO SPECIALE PER DOLCI LIEVITATI MOLINO

DALLAGIOVANNA - 6 g di lievito di birra fresco - 20 ml di acqua

Per la pasta: 300 g di PREPARATO SPECIALE PER DOLCI LIEVITATI MOLINO

DALLAGIOVANNA - 70 g di zucchero - 130 g di burro a pezzetti - 3 uova
6 g di lievito di birra fresco - 20 ml di acqua - 20 g di miele d'acacia

Per la farcitura: 250 ml di panna fresca - 20 g di zucchero

100 g di gocce di cioccolato •

Per spennellare: 1 uovo - 40 ml di latte

Inoltre: FARINA DI RISO FINISSIMA IMPASTO IO Q.B.

Realizzate il lievitino: mettete il preparato speciale in una ciotola e versate, mescolando, il lievito sciolto nell'acqua. Amalgamate bene fino ad avere un composto liscio e cremoso e fatelo lievitare per 2 ore, coperto con la pellicola per alimenti.

Disponete gli ingredienti sul piano di lavoro (foto 1). Mettete in una terrina il preparato speciale e lo zucchero (foto 2). Fate sciogliere il lievito nell'acqua, aggiungete il composto al mix (foto 3) e mescolate.

Unite il lievitino preparato in precedenza (foto 4) e il miele (foto 5) e iniziate a lavorare strizzando l'impasto con le mani. Sgusciate le uova all'interno dell'impasto (foto 6) e continuate a strizzare bene il tutto.

Incorporate il burro al composto (foto 7) finché non avrà assorbito tutto il grasso, senza interrompere la lavorazione (foto 8).

Trasferite l'impasto su una spianatoia spolverizzata con la farina di riso, lavorate ancora (foto 9) e create una palla. Fate



una palla. Fate riposare per circa 1 ora.

Riprendete l'impasto e, con l'aiuto di un tarocco, dividetelo (foto 10) in porzioni da 90 g. Modellatele prima a sfera (foto 11), poi create dei piccoli panini (foto 12) e lasciateli lievitare per circa 1 ora, in teglie foderate con carta da forno.

Sgusciate l'uovo in una terrina insieme al latte e sbattete bene con i rebbi di una forchetta. Usate il composto per spennellare i maritozzi e fateli cuocere in forno caldo a

190 °C per 15-20 minuti.

Montate la panna con lo zucchero aiutandovi con fruste elettriche. Quando risulterà ben ferma, trasferitela in un sac à poche con bocchetta rigata.

Sfornate i maritozzi e lasciateli raffreddare su una gratella per dolci per circa 1 ora, quindi tagliateli per il lungo, senza dividerli a metà, e farciteli con la panna. Completate, distribuendo le gocce di cioccolato sulla panna e servite.

