

# *Food Calendario 2013*



*Un nuovo golosissimo anno con  
Nastro di Raso*

*<http://www.nastrodiraso.com>*



### Panbrioche senza impasto con ciliegie e miele di castagno

250 gr di farina Manitoba, 100 gr di burro fuso, 75 gr di acqua a temperatura ambiente, 2 uova medie a temperatura ambiente, 50 gr di miele di castagno, 30 gr di miele di acacia, un pizzico di sale, 3 gr di lievito di birra liofilizzato, 30 ciliegie secche o fresche

Ho miscelato la farina col lievito e aggiunto un cucchiaino di zucchero, per attivarlo.

In una ciotola ho unito le uova, i due tipi di miele, l'acqua, il burro fuso fatto intiepidire, e un pizzico di sale. Ho mescolato brevemente con una frusta e unito la farina amalgamando tutto. Ho coperto con la pellicola trasparente e lasciato a temperatura ambiente per 2 ore, poi ho messo in frigo, dove può restare dalle 24 ore ai 5 giorni.

Io non riesco mai ad aspettare molto, per cui dopo 36 ore l'ho tolto dal frigo.

Ho sgonfiato un po' l'impasto e ho aggiunto le ciliegie, lasciandone alcune per decorare la superficie.

Aiutandovi con della farina (l'impasto risulta appiccicoso) formate un filoncino e mettetelo nello stampo imburrito.

Ho coperto con un panno e lasciato a temperatura ambiente per 2 ore circa. Quando l'impasto raggiunge più o meno i bordi dello stampo cospargere la superficie con granella di zucchero e con altre ciliegie.

Mettere in forno a 180° per circa 30-40 minuti e verificare la cottura avvenuta con uno stuzzicadenti.

<http://www.nastrodiraso.com/wordpress/panbrioche-senza-impasto-con-ciliegie-e-miele-di-castagno.html>

**Gennaio 2013**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
31	1	2	3	4	5	6
	Capodanno					Epifania
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3



### Castagnole

*2 uova, 100 gr zucchero, 50 gr burro, 1/2 tazzina da caffè di maraschino, 300 gr farina, 1 cucchino e mezzo di lievito (o uno abbondante), Vanillina, olio di semi per friggere*

Ho mescolato con una frusta le uova con lo zucchero, ho versato il burro fuso al microonde e lasciato intiepidire.

Ho aggiunto il liquore e solo alla fine ho versato un po' alla volta la farina setacciata insieme al lievito e alla vanillina, impastando con le mani. Si ottiene un composto della consistenza simile a una pasta frolla.

Ho arrotolato dei salamini, da cui ho tagliato dei pezzetti di grandezza uguale e formato poi delle palline con le mani. Nel frattempo ho messo a scaldare l'olio in una padella. L'olio deve essere profondo e non troppo bollente, per consentire una cottura uniforme delle castagnole anche all'interno. Ho immerso una decina di palline alla volta e le ho tolte con una schiumarola a mano a mano che diventavano dorate. Quindi, ho trasferito in una ciotola con i fogli di carta assorbente e, una volta fredde, ho spolverizzato con zucchero a velo.

<http://www.nastrodiraso.com/wordpress/castagnole-per-carnevale.html>

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7 Giovedì Grasso	8	9	10
11	12 Carnevale	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	1	2	3

**Febbraio 2013**



### Casatella Terracinese (dolce tipico pasquale)

*75 g di burro, 2 uova, 130 g di zucchero, 350 g di farina, mezza bustina di lievito, 500 g di ricotta, 1/2 tazza di caffè di sambuca, 1 tazza e mezza di caffè, 250 g di zucchero di canna, un cucchiaino di cannella, 4 uova*

Ho prima preparato la pasta frolla, mescolando uova e zucchero e aggiungendo la farina miscelata col lievito e infine il burro in pezzetti. Ho impastato tutto, formato una palla e messa in frigo una trentina di minuti.

Nel frattempo ho preparato il ripieno mescolando alla ricotta le uova sbattute con lo zucchero, la sambuca, il caffè e la cannella.

Ho quindi steso col mattarello la pasta frolla, aiutandomi con un po' di farina. Va stesa abbastanza sottile, poiché la presenza del lievito la farà aumentare di spessore in cottura. Con 3/4 di essa ho rivestito uno stampo adatto alla crostata (imburrato), ho versato il ripieno e poi ho ricoperto la crostata con la classica griglia formata da strisce ricavate dalla pasta frolla avanzata. Ho quindi infornato per circa 40 minuti a 180°.

<http://www.nastrodiraso.com/wordpress/casatella-terracinese.html>

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
25	26	27	28	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
	Festa del Papà					Le Palme
25	26	27	28	29	30	31
						Pasqua

**Marzo 2013**



### Crumble di melanzane e pomodorini

*2 grosse melanzane, 250 g di scamorza, pomodori ciliegini, 7 manciate di parmigiano, 130 g di pane, una manciata di mandorle, una cipolletta fresca, q.b. olio extravergine d'oliva, q.b. sale, foglioline di mentuccia*

Ho tagliato a dadini le melanzane e le ho cotte insieme a qualche fogliolina di mentuccia in padella con olio extravergine d'oliva e una cipolletta fresca tritata, salandole e aggiungendo un po' di vino bianco durante la cottura.

Una volta cotte, ho unto con olio il fondo di una teglia in ceramica per il forno (scegliete una teglia bella da portare anche in tavola) e l'ho interamente ricoperto coi pomodorini tagliati a metà, salandoli leggermente.

Sopra ho versato tutte le melanzane e le ho cosparse con un paio di manciate di parmigiano.

Quindi, ho formato un altro strato con della scamorza affettata.

Per il crumble, ho tagliato (se riuscite, potete anche sbriciolarlo) il pane a dadini molto piccoli e l'ho messo in una ciotola insieme al resto del parmigiano (circa 4-5 manciate) e alle mandorle tagliate a pezzetti (non le ho tritate per mantenerle più croccanti sotto i denti). Ho aggiunto 3-4 cucchiari di olio e mescolato bene per farlo assorbire dal pane.

Quindi, ho ricoperto con queste "briciole" il crumble e infornato a 200° per circa 30-40 minuti, finché il pane non si è ben dorato.

<http://www.nastrodiraso.com/wordpress/crumble-di-melanzane-e-pomodorini.html>

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>	<u>7</u>
Pasquetta						
<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>	<u>12</u>	<u>13</u>	<u>14</u>
<u>15</u>	<u>16</u>	<u>17</u>	<u>18</u>	<u>19</u>	<u>20</u>	<u>21</u>
<u>22</u>	<u>23</u>	<u>24</u>	<u>25</u>	<u>26</u>	<u>27</u>	<u>28</u>
			Liberazione			
<u>29</u>	<u>30</u>	1	2	3	4	5

**Aprile 2013**



### Involtini di melanzane, fagioli e ceci

*1 melanzana e mezza (meglio quelle lunghe), circa 120 g di fagioli borlotti già lessati, circa 100 g di ceci già lessati, 1 cipollina fresca, circa 100 g di pomodorini, olio extravergine d'oliva, sale q.b., mezzo bicchiere di vino bianco, basilico*

Lavare e tagliare la mezza melanzana a dadini, quindi farla cuocere in una padella dove avrete fatto imbiondire mezza cipolla in olio extravergine d'oliva. Salate e portate a cottura aggiungendo di tanto in tanto acqua o brodo vegetale. La melanzana intera lavatela e tagliatela a fette sottili nel senso della lunghezza, quindi grigliate le fette e mettetele da parte. Pronti i due tipi di melanzana, frullate quella a dadini insieme a ceci e fagioli ben sgozzolati e con l'aggiunta di un filo d'olio.

Con questa crema, farcite le melanzane grigliate e arrotolatele, creando degli involtini. In una padella mettete il resto della cipolla e fatela imbiondire in olio extravergine d'oliva, quindi aggiungete dei pomodorini tagliati a spicchi e fate cuocere per 4-5 minuti.

Infine, aggiungete gli involtini e il vino bianco, e fate insaporire velocemente (un paio di minuti).

Non prolungate la cottura per non far sciogliere troppo la farcia e per non rovinare l'effetto fresco". Prima di servire aggiungete delle foglioline di basilico fresco e gustatele anche fredde.

<http://www.nastrodiraso.com/wordpress/involtini-di-melanzane-fagioli-e-ceci.html>

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
29	30	1 Festa del Lavoro	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12 Festa della Mamma
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2

**Maggio 2013**



### Cheese-coni alle ciliegie (5 porz.)

5 coni con il fondo piatto, 170 g di yogurt greco, 250 g di ricotta di mucca, 40 g di zucchero, 10 cucchiari di confettura di ciliegie, 20 ciliegie

Ho mescolato lo yogurt greco con la ricotta, fino ad amalgamarli molto bene. Ho aggiunto lo zucchero e mescolato ancora.

Non importa se è semolato, perché si scioglierà completamente.

Ho messo la crema in frigo per un'oretta.

Al momento di servire il dolce, ho composto le mini cheesecake versando un po' di crema sul fondo di ogni cono. Poi ho fatto uno strato con le ciliegie tagliate a piccoli pezzi e un altro con un cucchiario di confettura.

Quindi ho ripetuto i 3 strati di crema, ciliegie e confettura.

Ho completato ogni cono con una ciliegia intera, con tanto di picciolo.

Servire subito e ben fresco.

<http://www.nastrodiraso.com/wordpress/cheese-coni-alle-ciliegie.html>

**Giugno 2013**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
27	28	29	30	31	1	2 Festa della Repubblica
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



### Cous cous con pesto scomposto e pomodorini confit

200 g di cous cous, 400 g di acqua (circa), 2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva, q.b. sale, 30 g di foglie di basilico, 250 g di olio extravergine d'oliva, 50 g di pinoli, 220 g di piselli, 250 g di pomodorini, 2 cucchiaini di zucchero di canna, 1 cucchiaino di sale e pepe a piacere, un pezzo di pecorino sardo

Ho lavato i pomodorini, li ho tagliati a metà e li ho messi su una teglia per il forno con la parte tagliata verso l'alto. Li ho cosparsi con un paio di cucchiaini di zucchero di canna e poco sale e pepe, un filo d'olio e li ho infornati a 200° per circa 40 minuti. Ho lessato i piselli in acqua salata e in un padellino antiaderente ho tostato i pinoli fino a renderli dorati. Nel frattempo, ho messo il cous cous in una ciotola, ho versato l'acqua fredda, l'olio e un paio di pizzichi di sale, fino a che i grani non hanno assorbito i liquidi e poi ho sgranato con una forchetta. Ho tritato col frullatore a immersione il basilico ben lavato con l'olio extravergine d'oliva, ottenendo un'emulsione con cui ho condito il cous cous, quindi ho aggiunto i piselli, i pinoli, i pomodorini e scaglie di pecorino sardo. Buono subito o dopo un riposo in frigorifero.

<http://www.nastrodiraso.com/wordpress/cous-cous-con-pesto-scomposto-e-pomodorini-confit.html>

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>	<u>7</u>
<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>	<u>12</u>	<u>13</u>	<u>14</u>
<u>15</u>	<u>16</u>	<u>17</u>	<u>18</u>	<u>19</u>	<u>20</u>	<u>21</u>
<u>22</u>	<u>23</u>	<u>24</u>	<u>25</u>	<u>26</u>	<u>27</u>	<u>28</u>
<u>29</u>	<u>30</u>	<u>31</u>	1	2	3	4

Luglio 2013





### Mafalde corte con crema di avocado e basilico e pinoli tostati

*180 g di pasta, 1 avocado maturo, circa 20 piccole foglie di basilico, due manciate di pinoli, sale, pepe rosa, olio extravergine d'oliva q.b.*

Ho lessato la pasta in abbondante acqua bollente salata.

Nel frattempo ho tagliato l'avocado a metà e ne ho prelevato la polpa con un cucchiaino, mettendolo nel bicchiere del frullatore, insieme alle foglioline di basilico e a 3-4 cucchiari di olio e un pizzico di sale.

Ho azionato le lame e ottenuto una crema, che può essere diluita a piacere con ancora un pochino d'olio o con un paio di cucchiari di acqua di cottura della pasta.

In un padellino antiaderente, invece, ho messo i pinoli a tostare per 3-4 minuti.

Una volta pronta la pasta, l'ho scolata e l'ho condita con la salsa, quindi ho aggiunto i pinoli tostati e qualche grano di pepe rosa.

<http://www.nastrodiraso.com/wordpress/mafalde-corte-con-crema-di-avocado-e-basilico-e-pinoli-tostati.html>

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
			Ferragosto			
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1

Agosto 2013



### Biscottini alle olive con crema al formaggio e basilico

**Ingredienti per i biscottini:** 80 g di patè di olive nere (ma anche verdi va bene), 130 g di farina 00, 90 g di burro, 90 g di parmigiano

**Ingredienti per la farcitura:** 200 g di ricotta, 100 g di formaggio spalmabile, 30 g di parmigiano, 10 foglioline circa di basilico

Ho versato la farina sulla spianatoia e al centro ho messo il patè di olive, il burro freddo a pezzetti e il parmigiano, impastando tutto con le mani fino a ottenere un impasto ben omogeneo, ma senza lavorarlo eccessivamente per non far sciogliere troppo il burro. Ho avvolto tutto nella pellicola trasparente e ho messo in frigo per circa 45 minuti. Una volta trascorso il tempo di riposo, ho steso l'impasto col mattarello e ne ho ricavato tanti dischetti di circa mezzo cm di spessore e li ho posizionati su una teglia ricoperta di carta forno. Ho quindi infornato a 200° per circa 15-20 minuti. Non devono essere tirati fuori dal forno troppo duri, ma ancora leggermente morbidi: si "assesteranno" raffreddandosi.

Per la crema, ho mescolato ricotta, formaggio spalmabile e parmigiano, quindi ho unito le foglie di basilico tritate grossolanamente col coltello e ho farcito i biscottini usando la sacca da pasticciere. Farciteli però solo prima di portarli in tavola, perché la crema va tenuta in frigorifero, mentre i biscottini già farciti si ammorbidirebbero troppo.

<http://www.nastrodiraso.com/wordpress/biscottini-alle-olive-con-crema-al-formaggio-e-basilico.html>

Settembre 2013

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	1	2	3	4	5	6



<http://www.nastrodiraso.com>

### Crema di zucca e patate dolci

Ho fatto imbiondire in poco olio extravergine d'oliva mezza cipolla, quindi ho aggiunto la patata dolce sbucciata e tagliata a dadoni e lasciato cuocere con un filo d'acqua per circa 10 minuti, quindi ho aggiunto la zucca a pezzetti, salato e lasciato ammorbidire tutto.

Una volta pronto, ho aggiunto il latte e frullato col frullatore a immersione fino a ottenere una bella crema.

Ho rimesso sul fuoco e lasciato rapprendere leggermente, quindi ho servito con una bella grattugiata di parmigiano.

E' ottima sia calda che tiepida.

<http://www.nastrodiraso.com/wordpress/crema-di-zucca-e-patate-dolci.html>

**Ottobre 2013**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
30	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
<u>7</u>	<u>8</u>	<u>9</u>	<u>10</u>	<u>11</u>	<u>12</u>	<u>13</u>
<u>14</u>	<u>15</u>	<u>16</u>	<u>17</u>	<u>18</u>	<u>19</u>	<u>20</u>
<u>21</u>	<u>22</u>	<u>23</u>	<u>24</u>	<u>25</u>	<u>26</u>	<u>27</u>
<u>28</u>	<u>29</u>	<u>30</u>	<u>31</u>	1	2	3



### Strudel autunnale di pasta brisèe di farina di farro con radicchio, zucca e formaggio

50 g di farina integrale di farro, 50 g di farina di farro, 30 g di olio extravergine d'oliva, 40 g di acqua, 100 g di zucca cruda, 150 g di radicchio crudo, 60 g di scamorza (o formaggio simile), parmigiano, mezza cipolla, sale, olio extravergine q.b., un paio di dita di vino rosso corposo

Ho miscelato le due farine e aggiunto olio e acqua, mescolando prima con la forchetta e poi dando corpo all'impasto con le mani. Ho formato una palla, avvolta nella pellicola e l'ho messa in frigorifero a riposare.

Nel frattempo, ho cotto le verdure separatamente, per mantenere distinti sapori e colori. Ho tritato la cipolla e l'ho divisa tra due padelle, facendola imbiondire in olio. In una padella ho messo il radicchio affettato insieme a un paio di dita di vino rosso, facendo asciugare i liquidi e salando solo alla fine. Nell'altra padella ho messo la zucca tagliata grossolanamente a dadini, salando e portando a cottura.

Pronte le verdure, ho steso col mattarello la brisèe cercando di dare una forma rettangolare. Questa operazione l'ho fatta sopra un foglio di carta da forno per aiutarmi poi nell'arrotolare lo strudel. Sopra ho posizionato le verdure, poi il formaggio tagliato a dadini e infine ho spolverato tutto con del parmigiano. Ho arrotolato la pasta su se stessa, sigillandone i bordi laterali e quello superiore facendo pressione con le mani e ho messo in forno a 200-220° per circa 20 minuti, finché non è risultato ben dorato.

<http://www.nastrodiraso.com/wordpress/strudel-autunnale-di-pasta-brisee-di-farina-di-farro-con-radichio-zucca-e-formaggio.html>

**Novembre 2013**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
28	29	30	31	1 Ognissanti	2 Commemorazione dei defunti	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	1



### Crostata di farro integrale e nocciole con confettura di lamponi

*180 g di farina integrale di farro, 70 g di nocciole tritate finemente, 80 g di zucchero di canna, 100 g di burro, 1 uovo, 250 g di confettura di lamponi (senza zucchero), qualche mirtillo, ribes o frutti rossi (freschi o surgelati) e scaglie di cioccolato bianco per decorare*

Mescolare la farina con le nocciole e lo zucchero, aggiungere l'uovo e il burro freddo tagliato a pezzetti, quindi impastare con le mani fino ad amalgamare il tutto ottenendo un impasto omogeneo.

Formare quindi una palla, coprire con pellicola e mettere a riposare in frigorifero per almeno 30 minuti.

Trascorso il tempo di riposo, stendere la pasta frolla alle nocciole anche direttamente nella teglia unta (non serve infarinare), pressandola con le dita fino a ricoprire interamente il fondo e 1.5 cm circa in altezza dei bordi.

Versare la confettura e stenderla uniformemente, quindi ripiegare leggermente i bordi e infornare a 180° per circa 30 minuti (controllate che i bordi siano cotti e ben coloriti).

Fate raffreddare ed, eventualmente, decorate con frutti rossi e cioccolato.

<http://www.nastrodiraso.com/wordpress/crostata-di-farro-integrale-e-nocciole-con-confettura-di-lamponi.html>

**Dicembre 2013**

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
25	26	27	28	29	30	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15 Immacolata
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
	Vigilia di Natale	Natale	S.Stefano			
30	31	1	2	3	4	5
	S.Silvestro					