



Loro sono Amici di Forchetta.

Studenti 18enni della scuola alberghiera Angelica, Matteo e Mattia hanno pensato di creare un food blog. Nel fine settimana si vedono per mangiare assieme e ognuno di loro prepara una portata con un tema.

L'idea è nata proprio durante una di queste cene e, una sera, hanno pensato che sarebbe stato bello condividere le loro ricette con tutte le mamme e gli amici. I conoscenti li definiscono delle «buone forchette» per via delle loro numerose cene e, partendo dal soprannome, hanno preso spunto per scegliere il nome del portale, «Amici di Forchetta».

Angelica è specializzata nella pasticceria; Matteo cura gli antipasti e i primi piatti e Mattia è specializzato in macelleria curando quindi le seconde portate.

Hanno deciso di affrontare questa collaborazione per mettersi alla prova ma soprattutto perché il loro punto di riferimento è la cucina delle nonne e delle tradizioni, di conseguenza conoscere la cucina e il ricettario dei marinai cuochi della Regia Marina li ha molto incuriositi.

Hanno reinterpretato alcune ricette del libro realizzando un menu di terra e un menu di mare da cui ogni lettrice ed ogni lettore possono prendere spunto per realizzarlo a casa.

Potete continuare a conoscerli nei loro social network e nel loro blog

www.amicidiforchetta.com

Menu di mare

Cavolfiori al gratin
Spaghetti alle vongole
Sogliole al vino bianco e patate soufflé
Cannoli alla siciliana
Amaretti



Cavolfiori al gratin

Cuocere a vapore il cavolfiore tagliato a pezzetti e successivamente passarlo in padella con una noce di burro.

Preparare 300 g. di besciamella e condire il cavolfiore con besciamella e parmigiano.

Disporre il cavolfiore in stampini e spolverizzare sopra un po' di parmigiano.

Cuocere in forno caldo a 200° per 10-15 minuti.

[per 4 persone]

Cavolfiore 1

Besciamella g. 300

Parmigiano grattugiato

g. 150

Una noce di burro

Spaghetti alle vongole

Fate un battuto di aglio e prezzemolo e fate soffriggere in una padella con l'olio.

Lavate e pulite i muscoli e le vongole e metteteli in una teglia o casseruola sul fuoco finché non si aprono. Toglieteli dal guscio lasciandone qualcuno intero che userete per decorare e aggiungeteli al battuto d'aglio e prezzemolo.

Lavare e tagliare i pomodorini a cubetti.

Nel frattempo cuocete gli spaghetti in abbondante acqua salata e, una volta cotti, passateli in padella aggiungendo un pizzico di peperoncino e i pomodorini tagliati a cubetti.

[per 4 persone]

Spaghetti g. 320

Aglio 1 spicchio

Prezzemolo 1 mazzetto

Vongole g. 500

Muscoli (cozze) g. 500

Un pizzico di peperoncino

Pomodorini n. 10

Sogliole al vino bianco con patate soufflé

[per 4 persone]

Sogliole n. 4
 Vno bianco 1 bicchiere
 Farina per impanare
 Burro 2 noci
 Per le patate:
 Patate grandi n. 4
 Rosmarino 1 rametto
 Aglio 1 spicchio
 Olio per friggere

Lavare e pulire le sogliole e successivamente passarle nella farina in modo da formare una scaloppina.

In una padella mettere un po' di burro e far rosolare le sogliole. Quando iniziano a dorare sfumare con un po' di vino bianco di qualità, far evaporare e servire calde.

Per le patate:

Lavare e pelare le patate asciugandole molto bene. Tagliarle a fettine rotonde molto sottili e farle soffriggere in olio non troppo caldo per dorarle un po'. Rimuoverle e metterle su carta assorbente. Far scaldare l'olio e, una volta ben caldo, reinserire le patate poche alla volta che diventeranno gonfie e molto croccanti.

Cannoli alla siciliana

Ricotta fresca di pecora
 g. 500
 Cedro candito
 Zucchero a velo g. 200
 Un goccino di liquore
 all'arancia
 Ciliegia candita
 Riccioli di cioccolato
 Per le cialde:
 Farina setacciata g. 300
 Marsala o vino bianco
 ½ bicchiere
 Zucchero bianco g. 10
 Un pizzico di sale

Lavorare tutti gli ingredienti per la cialda fino ad ottenere un impasto solido e farlo riposare per 2 ore.

Stendere la pasta in modo molto sottile e tagliare dei quadrati di circa 10 cm di lato.

Avvolgere bene allo stampo e sigillare con l'aiuto d'acqua. Friggere in abbondante olio caldo.

Per il ripieno:

Setacciare la ricotta e lo zucchero a velo.

Aggiungere un goccio di liquore, il cedro tagliato a quadratini e i riccioli di cioccolato.

Con l'aiuto di una sac-à-poche riempire le cialde con il ripieno. Decorare con la ciliegia candita ed il cedro a fette.