

VareseNews

Il giro del mondo in tre piatti e un bicchiere di vino

Pubblicato: Lunedì 16 Febbraio 2009

*Le vostre ricette inviate per il Concorso "**San Valentino, che cosa cucino?**" meritano una menzione speciale per golosità e fantasia. Ne abbiamo scelte tre ma la selezione non è stata facile, abbiamo deciso per questo motivo di pubblicarle tutte su VareseNews.*

Le ricette di Stefano Fortu (3° classificato)

Menu

Penne Afrodisiache (3 euro)

Ingredienti

Penne: 200 g

Speck tagliato a striscioline: 70 g

Rucola: 1 mazzetto

Parmigiano: 50 g

Burro: 20 g

Panna: 1 dl

Sale: q.b.

Preparazione

 In una padella fate fondere il burro, unite lo speck, fate rosolare per qualche secondo, poi aggiungete la panna, il sale e cuocete per un paio di minuti.

Togliete il sugo dal fuoco e aggiungete la rucola spezzettata.

Lessate al dente le penne, scolatele, versatele nella padella dove avrete preparato il sugo, mescolate, spolverizzate con il parmigiano e servite.

Sushi al tonno (7 euro)

Ingredienti

Riso giapponese, oppure uno tondo

Aceto di riso

Zucchero

Tonno

Preparazione sushi al tonno

Preparare il riso, risciacquandolo per togliere l'amido, dopodiché lasciarlo cuocere 30 minuti suddivisi in 10 minuti a cottura forte, poi altri 10 a cottura più delicata e, infine, 10 minuti lo si lascia riposare senza togliere il coperchio. Dopo questi 30 minuti lo si lascia raffreddare. Una volta freddo lo si mischia con lo zucchero e l'aceto e, allo stesso tempo, si taglia il filetto di tonno.

Si preparano delle specie di palline di riso a forma appiattita su cui si poseranno le fettine di tonno tagliate a lamelle. Da servire con il wasabi, la senape verde giapponese (molto

piccante) e con qualche fettina di zenzero.

Muffin al Cioccolato (2 euro)

Ingredienti necessari per circa 10 muffin sono: 250 gr di farina, 50 gr di cacao amaro, una bustina di lievito, 150 gr di zucchero, un uovo, 250 ml di latte, un pizzico di sale.

Setacciate insieme la farina al cacao amaro in modo tale che non si formino grumi, aggiungete poi lo zucchero, lo lievito e un pizzico di sale. In un'altra ciotola sbattete l'uovo e mescolatelo al latte.

Versate uovo e latte nella ciotola della farina e mescolate bene il tutto: il risultato deve essere un impasto molto morbido e cremoso. Predisponete le formine per i muffin e riempitele fino a 3/4 della loro capacità.

Infornate a 180° per 20 minuti: i vostri muffin coccolosi al cioccolato sono pronti! Potete guarnirli con fiorellini di zucchero, gocce di cacao...sbizzarritevi!

VINO: Gewurztraminer (3 euro)

Totale 15 Euro!!!!

Tavola: Una tovaglia rossa, dei petali di rosa bianchi sul tavolo come decoro! Calici per il vino.

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it