



APPASSIONATI DI CUCINA DAL 1877

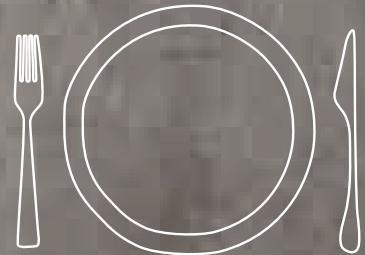


RICETTE PER TUTTI I GUSTI.

Il ricettario per il forno da incasso Neff con VarioSteam®.



IL RICETTARIO PER IL FORNO DA INCASSO NEFF CON VARIO STEAM®





TUTTA LA NOSTRA ESPERIENZA AL VOSTRO SERVIZIO

Mettete una serata in cui avete più tempo del previsto. Più tempo per cucinare, per concentrarvi sull'essenziale: la preparazione dei piatti. Preparate un arrosto unico, appetitoso fino all'ultimo boccone. Un forno che diventerà il vostro hobby preferito.

Questo è ciò che ci spinge ogni giorno a cercare innovazioni per fare in modo che cucinare sia sempre più facile. Perché più è facile, più è divertente stare in cucina.

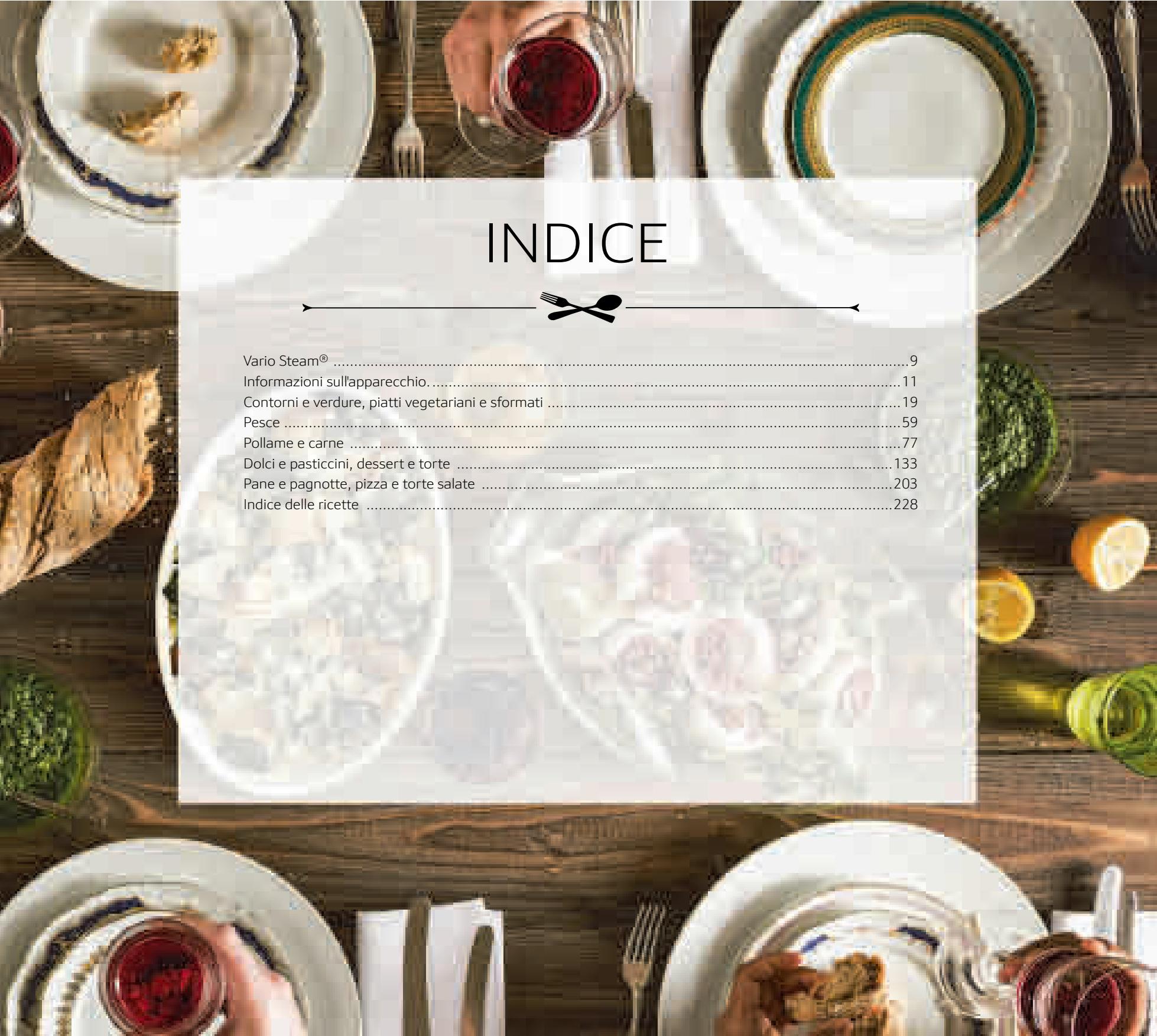
Antipasti raffinati, zuppe e insalate prelibate, contorni appetitosi, squisiti piatti a base di pesce e carne, torte morbide, dessert sfiziosi, torte dolci e salate e pane come quello del fornaio: grazie al forno da incasso Neff con VarioSteam® preparerete tutto questo in modo semplice e veloce.

In questa raccolta di ricette troverete sempre tante nuove idee. Fatevi ispirare dal nostro ricettario e scoprirete tutte le possibilità offerte dal vostro forno Neff. Il successo delle ricette è garantito, in quanto sono state create appositamente per questo forno e messe a punto nel nostro laboratorio.

Queste ricette saranno proprio come il vostro arrosto preferito: appetitose fino all'ultimo boccone.

Non ci rimane altro che augurarvi buon appetito!





INDICE



Vario Steam®	9
Informazioni sull'apparecchio	11
Contorni e verdure, piatti vegetariani e sformati	19
Pesce	59
Pollame e carne	77
Dolci e pasticcini, dessert e torte	133
Pane e pagnotte, pizza e torte salate	203
Indice delle ricette	228



VARIO STEAM®





INFORMAZIONI SULL'APPARECCHIO.

L'AUSILIO INTELLIGENTE DEL VAPORE

Con VarioSteam® durante la cottura viene mantenuto il livello di umidità ideale per cucinare arrosti, dolci e pane e per riscaldare le pietanze. Grazie all'emissione di vapore la carne rimane succosa all'interno mentre diventa bella croccante all'esterno, e il pane fatto in casa forma una bella crosta dorata.

Durante la cottura con VarioSteam® utilizzate sempre una stoviglia resistente al calore e al vapore, senza coperchio, su un unico livello.

A seconda del livello di vapore impostato, nel vano di cottura viene generato vapore a intervalli diversi e con intensità diversa.

In tutte le ricette del libro di cucina adatte all'emissione di vapore troverete le impostazioni adeguate. Nelle istruzioni del vostro forno troverete diverse indicazioni e informazioni su VarioSteam® nel capitolo Vapore. Vi invitiamo a leggere attentamente le istruzioni per l'uso.

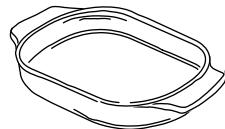
ARIA CALDA CIRCO THERM®

Con l'aria calda CircoTherm® è possibile cuocere su più livelli contemporaneamente. Una ventola posta sulla parete posteriore del forno distribuisce il calore nel vano di cottura in maniera uniforme. Il risultato è sempre perfetto e si risparmiano tempo ed energia.

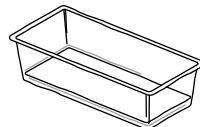
È possibile cuocere insieme su 3 livelli cibi diversi senza che gli aromi si mischino. L'arrosto profuma di arrosto e i muffin di muffin. Utilizzando la teglia, è possibile anche cuocere biscotti, pizze o altri cibi piatti su più livelli.



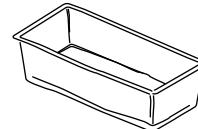
STOVIGLIE



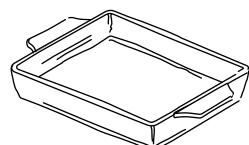
Stampo per sformato
ovale



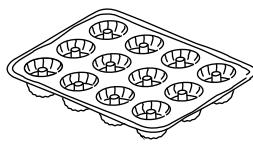
Stampo a cassetta in
vetro



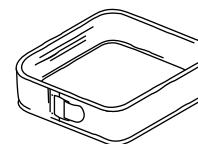
Stampo a cassetta



Stampo per sformato
quadrato



Stampo per
mini Gugelhupf



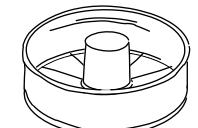
Stampo a cerniera
quadrato



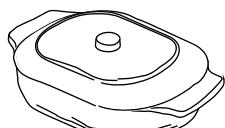
Pirofila in vetro senza
coperchio



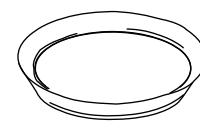
Stampo per base di torta
alla frutta



Stampo a ciambella



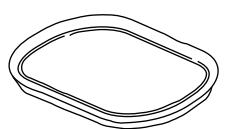
Pirofila con coperchio



Teglia rotonda per pizza



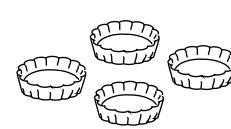
Stampo per Gugelhupf



Piastra per la carne



Stampo a cerniera
rotondo



Stampini per tartellette



Stampini



Stampo per crostata

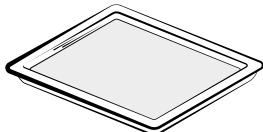


Vasetti per conserva



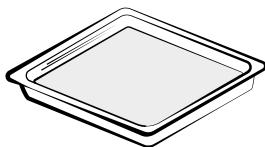
ACCESSORI SPECIALI

Il forno comprende una ricca offerta di accessori speciali. Per informazioni consultare i nostri prospetti oppure il sito Internet.



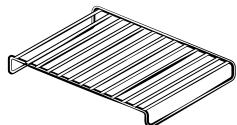
Teglia con rivestimento antiaderente

Per dolci in teglia e pasticcini.
Gli alimenti si staccano più facilmente dalla teglia.
Non è necessario imburrare la teglia o utilizzare la carta da forno.



Leccarda con rivestimento antiaderente

Per torte con frutta o crema, biscotti, piatti surgelati e arrosti di grandi dimensioni.
Può essere utilizzata anche come contenitore di raccolta del grasso quando si cuoce direttamente sulla griglia.
Gli alimenti si staccano più facilmente dalla leccarda.
Non è necessario imburrare o utilizzare la carta da forno.



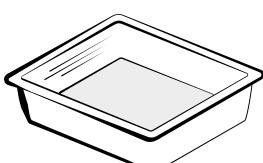
Griglia inseribile

Per carne, pollame e pesce.
Da inserire nella leccarda in modo da raccogliere il grasso e il sugo della carne che fuoriescono.



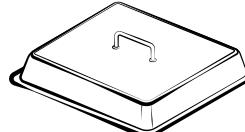
Griglia speciale

Da utilizzare al posto della griglia normale oppure per proteggere l'apparecchio dagli schizzi. Utilizzare soltanto nella leccarda.



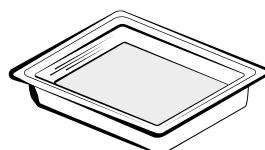
Leccarda professionale

Ideale per la preparazione di grandi quantità di cibo.



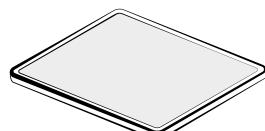
Coperchio per leccarda professionale

Il coperchio permette di passare da una leccarda professionale a una pirofila professionale.



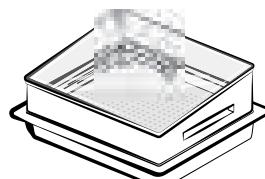
Leccarda in alluminio

Adatta per sformati di grandi dimensioni, come ad es. il moussakà.



Pietra refrattaria

Per pane, panini e pizza fatti in casa, se si desidera ottenere un fondo croccante.



Set per la cottura a vapore

Per cuocere a vapore senza pressione nel forno. Il set per la cottura a vapore è perfetto per cuocere verdure, pesce e piatti pronti.



Teglia per pizza

Per pizza e dolci rotondi di grandi dimensioni.

ABBREVIAZIONI E INDICAZIONI DI QUANTITÀ



ABBREVIAZIONI		QUANTITÀ DELLA CONFEZIONE		PESI, CAPACITÀ				
ml	Millilitri	Lievito in polvere	17 g	1 kg	1000 g	100 dg	2,22 lb	
l	Litri	Zucchero vanigliato	9 g	1 l	1000 ml	100 cl	10 dl	
g	Grammi	Lievito secco	7 g					
kg	Chilogrammi	Addensante per panna	8 g					
cm	Centimetri	INDICAZIONI SUI VALORI NUTRIZIONALI						
mm	Millimetri	kcal	Chilocalorie					
Per es.	Per esempio	gr.	Grassi					
min.	Minuti	carb.	Carboidrati					
h	Ore	prot.	Proteine					
min.	Minimo	UP	Unità pane					
ca.	Circa							
Ø	Diametro							

MISURE IN CUCCHIAI

	Cucchiaino raso	Cucchiaio raso	Cucchiaino colmo	Cucchiaio colmo
Lievito in polvere	3 g	6 g	7 g	13 g
Burro	3 g	8 g	10 g	18 g
Miele	6 g	13 g	12 g	26 g
Confettura	6 g	18 g	14 g	36 g
Farina	3 g	7 g	5 g	15 g
Olio	3 g	12 g	-	-
Sale	5 g	13 g	8 g	24 g
Senape	4 g	12 g	11 g	26 g
Pangrattato	2 g	8 g	4 g	14 g
Acqua/latte	5 g	15 g	-	-
Cannella	2 g	3 g	4 g	11 g
Zucchero	3 g	9 g	6 g	17 g





CONTORNI E VERDURE,
PIATTI VEGETARIANI E
SFORMATI



PATATE ALL'ORIENTALE

Per 6 porzioni

Leccarda

PATATE:

1 kg di patate rosse, preferibilmente a pasta
gialla
2 melanzane, ca. 700 g
3 cipolle
1 spicchio d'aglio
4 cucchiai di olio di oliva
2 cucchiai di uvetta
1 cucchiaino di miele
 $\frac{1}{4}$ cucchiaino di cumino
20 g di Ras el Hanout
Sale

INOLTRE:

$\frac{1}{2}$ mazzetto di prezzemolo
3 ramoscelli di menta piperita
Carta da forno

Per porzione
254 kcal, 37 g carb., 9 g gr., 6 g prot., 3,1 UP

PREPARAZIONE

1. Sbucciare le patate e tagliarle a dadini. Lavare le melanzane, dividerle a metà e tagliarle a mezzelune. Sbucciare le cipolle e lo spicchio d'aglio e tritarli finemente. Versare tutti gli ingredienti tritati in una ciotola. Aggiungere olio d'oliva, uvetta, miele, cumino e Ras el Hanout. Aggiustare di sale.
2. Rivestire la leccarda con carta da forno, distribuirvi sopra il composto di patate e cuocere come indicato.
3. Sciacquare il prezzemolo e la menta piperita, scuotere via l'acqua e tritare grossolanamente. Una volta pronte, cospargere le patate con le erbe.

Regolazione

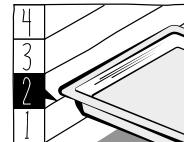
Aria calda CircoTherm

190 °C

Emissione di vapore forte

Tempo di cottura:

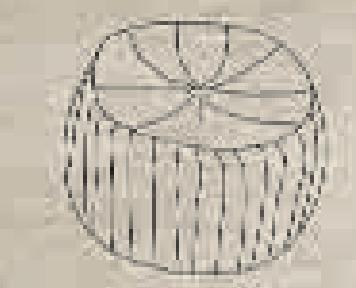
30-35 minuti



Consiglio

La combinazione di erbe piccanti, miele e uvetta rende questo piatto così particolare.

Se vi piace il piccante, potete condire le patate con ancora un po' di peperoncino tritato. Oppure aggiungete alle patate un po' di Pul Biber e Sumach.



PATATE RIPIENE

Per 4 porzioni

Leccarda

PATATE:

4 patate a pasta bianca grandi uguali da 200 g

FARCITURA:

20 g di burro

125 g di emmental grattugiato o Formaggio

erborinato

Sale

Pepe macinato

Noce moscata grattugiata fresca

Prezzemolo tritato

Per porzione

364 kcal, 31 g carb., 21 g gr., 13 g prot., 2,6 UP

PREPARAZIONE

1. Lavare le patate, spazzolarle e infilarle più volte con una forchetta. Adagiare sulla teglia con la buccia rivolta verso il basso e cuocere come indicato.
2. Quindi tagliare a metà le patate e scavarle. Mettere la polpa scavata dalle patate in una ciotola assieme al burro, al formaggio, alle spezie e al prezzemolo. Poi rimettere tutto nelle patate svuotate.
3. Rimetterle nella teglia al livello 4 e gratinare come indicato.

Regolazione

Aria calda CircoTherm

160 °C

Emissione di vapore bassa

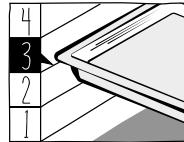
Tempo di cottura:

55-65 minuti

e

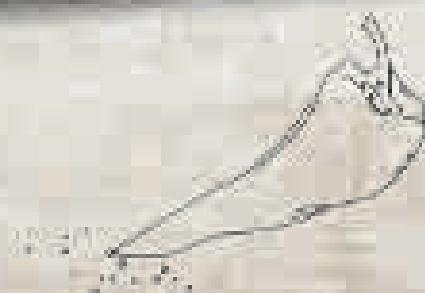
Grill, superficie grande
intenso

Tempo di cottura con grill: 5-8 minuti



Consiglio

Altre farciture: 125 g di tonno, 1 cucchiaino di burro ed erba cipollina tritata finemente, o 150 g di panna acida e uno spicchio d'aglio schiacciato, oppure 75 g prosciutto cotto a dadini e 25 g di formaggio grattugiato.



PATATE AL LIMONE CON ERBE E PEPERONE CORNO DI TORO

Per 4 porzioni

Leccarda

PATATE:

900 g di patate a pasta gialla piccole

½ mazzetto di timo

½ mazzetto di rosmarino

3 limoni bio

2 cucchiai di olio d'oliva

Sale

PEPERONI:

800 g di peperoni corno di toro rossi

5 cucchiai di olio d'oliva

Sale

Pepe nero macinato

Noce moscata grattugiata fresca

INOLTRE:

3 cucchiai di olio d'oliva per la teglia

Per porzione

501 kcal, 44 g carb., 31 g gr., 7 g prot., 3,7 UP

PREPARAZIONE

1. Lavare e spazzolare le patate accuratamente.
2. Sciacquare le erbe e scuotere via l'acqua. Lavare i limoni sotto l'acqua calda e asciugarli.
3. Oliare la leccarda. Distribuirvi omogeneamente le erbe.
4. Tagliare le patate a metà in base alla grandezza. Tagliare a fette i limoni. Distribuire le patate e i limoni nella leccarda. Versare un filo d'olio e salare. Cuocere in forno come indicato.
5. Lavare i peperoni corno di toro, tagliarli in due e togliere i semi. Tagliare in pezzi da 3x3 cm. Irrorare con 5 cucchiai d'olio e insaporire.
6. Dopo 40 minuti distribuire i pezzi di peperone sulle patate e ultimare la cottura.

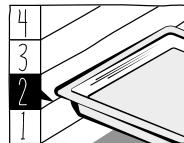
Regolazione

Aria calda CircoTherm

190 °C

Emissione di vapore media

Tempo di cottura: 60 minuti





VERDURA AL FORNO CON SALSA ALL'ACETO BALSAMICO

Per 4 porzioni

Stampo medio per sformato

VERDURE:

200 g di patate dolci
1 patata
2 carote
1 rapa bianca
400 g di zucca ad es. Hokkaido
2 cucchiai di olio d'oliva
Sale

SALSA:

1 cipolla
1 spicchio d'aglio
2 cucchiai di olio d'oliva
5 cucchiai di aceto balsamico bianco
3 cucchiai di miele
100 ml di panna
6 foglie di salvia tritata finemente
Sale
Pepe macinato

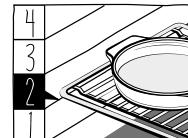
Per porzione

300 kcal, 25 g carb., 20 g gr., 3 g prot., 2,1 UP

PREPARAZIONE

1. Lavare la verdura, sbucciare e tagliarla a fette molto sottili. Distribuire nello stampo per sformato, irrorare con olio d'oliva, salare e cuocere come indicato.
2. Per la salsa, tritare molto finemente la cipolla e l'aglio. Soffriggere la cipolla in 2 cucchiai d'olio d'oliva. Condire con aceto balsamico, miele, panna, salvia e spezie. Fare cuocere per due minuti. Infine, aggiungere l'aglio.
3. Distribuire la salsa sopra le verdure arrostite e servire subito.

Regolazione
Funzione cottura pane
230 °C
Emissione di vapore forte
Tempo di cottura:
20-25 minuti





ASPARAGI AL FORNO CON SALSA

Per 4 porzioni

Leccarda

SALSA:

400 g di pomodori ciliegini
1 cucchiaio di origano fresco
½ mazzetto di basilico fresco
1 cipolla rossa piccola
6-8 cucchiai di olio d'oliva

Fiocchi di peperoncino

Sale

Pepe macinato

Zucchero

ASPARAGI:

1,5 kg di asparagi verdi freschi
4 cucchiai di olio d'oliva
Sale
Zucchero

PER SERVIRE:

Crema di balsamico

Per porzione

379 kcal, 11 g carb., 34 g gr., 8 g prot., 0,9 UP

PREPARAZIONE

1. Per la salsa, lavare i pomodori e tagliarli a pezzettini. Tritare grossolanamente le erbe. Sbucciare la cipolla e tagliarla a fette. Mescolare i pomodori, le erbe e la cipolla con l'olio e insaporire.
2. Pulire l'ultimo terzo degli asparagi e tagliarli in pezzi lunghi 3-4 cm. Mettere nella leccarda e versare un filo di olio d'oliva. Insaporire con sale e zucchero e cuocere come indicato.
3. Disporre gli asparagi sui piatti e versare la salsa fredda sopra gli asparagi caldi. Prima di servire, irrorare con un po' di crema di balsamico.

Regolazione

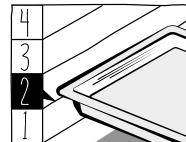
Aria calda CircoTherm

190 °C

Emissione di vapore forte

Tempo di cottura:

25-30 minuti





POMODORI RIPIENI DI LENTICCHIE, BULGUR E FORMAGGIO FRESCO DI CAPRA

Per 4 porzioni

Stampo medio per sformato

RIPIENO:

75 g di lenticchie verdi
75 g di bulgur
1 scalogno
20 g di burro
300 ml di brodo vegetale
100 g di formaggio fresco di capra o
formaggio fresco
3 cucchiai di prezzemolo tritato
Sale marino
Pepe macinato
Zucchero

POMODORI:

8 pomodori
Sale marino
Pepe macinato

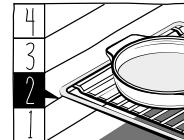
INOLTRE:

2 cucchiai di olio d'oliva per lo stampo
Per porzione
246 kcal, 30 g carb., 8 g gr., 21 g prot., 2,5 UP

PREPARAZIONE

1. Far ammorbidente le lenticchie in acqua fredda per ca. 60 minuti. Poi scolarle. Mettere il bulgur in un colino e sciacquarlo brevemente.
2. Sbucciare lo scalogno e tagliarlo a dadini. Mettere il burro e i dadini di scalogno in una pentola e far appassire.
3. Aggiungere le lenticchie e il bulgur, mettere il coperchio e far rosolare. Irrorare con il brodo vegetale e cuocere. Mescolare di tanto in tanto.
4. Far raffreddare un po' le lenticchie e il bulgur e amalgamarvi il formaggio fresco di capra. Aggiungere il prezzemolo e insaporire generosamente il ripieno con sale, pepe e zucchero.
5. Lavare i pomodori. Togliere la calotta e tagliare a dadini. Estrarre delicatamente la polpa dei pomodori con un cucchiaiino. Insaporire l'interno dei pomodori e riempirli con il composto di lenticchie, bulgur e formaggio.
6. Distribuire l'olio d'oliva nello stampo per sformato. Mettere i dadini di pomodoro e i pomodori ripieni sulla leccarda e cuocere come indicato.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
160 °C
Emissione di vapore forte
Tempo di cottura:
25-30 minuti





ZUCCA CON VERDURE AL PEPPERONCINO E MELE

Per 4 porzioni

Leccarda

ZUCCA:

1 kg di zucca Hokkaido
50 g di burro
Sale al peperoncino
Pepe colorato macinato
2 spicchi d'aglio
3 mele acidule medie
ca. 180 g di sedano
150 ml d'acqua

Per porzione

234 kcal, 29 g carb., 11 g gr., 4 g prot., 2,4 UP

PREPARAZIONE

1. Dividere a metà la zucca, togliere i semi e tagliarla a fette spesse circa 4 cm.
2. Fondere il burro, spalmarne uno strato sottile sulla leccarda e cospargere con sale al peperoncino e pepe colorato.
3. Sbucciare gli spicchi d'aglio, tagliarli in quattro e distribuirli sulla leccarda. Posizionarvi sopra le fette di zucca.
4. Lavare le mele, tagliarle in quattro ed eliminare il torsolo. Adagiare le fette di mela tra o sopra le fette di zucca.
5. Lavare il sedano, tagliarlo a dadini di ca. 1 cm e distribuirlo sopra le fette di zucca e mela. Insaporire di nuovo con sale al peperoncino e pepe colorato e spennellare con il burro rimasto. Irrorare con l'acqua e cuocere la zucca come indicato.

Regolazione

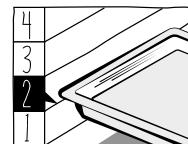
Riscaldamento sup./inf.

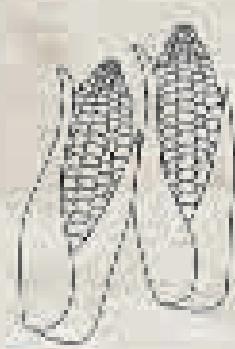
180 °C

Emissione di vapore media

Tempo di cottura:

30-35 minuti





POLENTA ALLE ERBE

Per 4 porzioni

Stampo medio per sformato

POLENTEA:

250 ml di brodo vegetale

250 ml di latte

150 g di semola di mais

1 cucchiaino di erbe tritate, ad es. timo, salvia o

rosmarino

100 ml di panna

60 g di parmigiano grattugiato fresco

INOLTRE:

1 cucchiaino di olio d'oliva per lo stampo

Per porzione

327 kcal, 32 g carb., 17 g gr., 12 g prot., 2,7 UP

PREPARAZIONE

1. Ungere uno stampo per sformato resistente al calore.
2. Versare il brodo vegetale nello stampo e amalgamarvi la polenta. Aggiungere le erbe tritate e cuocere la polenta come indicato.
3. Aggiungere la panna e il parmigiano alla polenta, mescolare bene e lasciare riposare ancora 10 minuti nel forno.

Regolazione

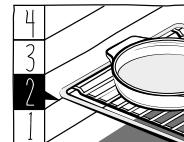
Aria calda CircoTherm

130 °C

Emissione di vapore forte

Tempo di cottura:

25-30 minuti





MUFFIN DI PANE E VERDURE

Per 12 porzioni

Stampo per muffin

IMPASTO:

2-3 spicchi d'aglio
2-3 cucchiai di erbe mediterranee fresche o surgelate
6 cucchiai di olio d'oliva
250 g di radici, ad es. sedano rapa, carote, radici di prezzemolo
500 g di farina di frumento tipo 550
2 bustine di lievito secco
ca. 350 ml d'acqua calda
1 cucchiaino di zucchero
100 g di parmigiano grattugiato fresco
Sale
Pepe nero macinato
Noce moscata grattugiata fresca

INOLTRE:

Burro per lo stampo per muffin
Farina per cospargere lo stampo o stampini di carta

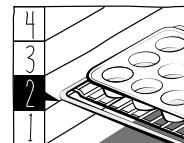
Per porzione

252 kcal, 32 g carb., 10 g gr., 8 g prot., 2,7 UP

PREPARAZIONE

1. Sbucciare l'aglio, tagliarlo a dadini molto piccoli e rosolare insieme alle erbe tritate in 2 cucchiai d'olio.
2. Pulire la verdura, lavarla ed eventualmente sbucciare e grattugiarla grossolanamente.
3. Mescolare la farina e il lievito. Aggiungere acqua tiepida e zucchero. Impastare insieme al parmigiano, alla miscela di erbe, ai 4 cucchiai d'olio e alla verdura grattugiata. Insaporire con sale, pepe e noce moscata grattugiata fresca. Coprire e lasciar riposare in un luogo caldo.
4. Suddividere la pasta in 12 pezzetti e formare delle palline. Mettere in uno stampo per muffin rivestito con gli stampini di carta e lasciar riposare per 20 minuti. Cuocere in forno come indicato.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
180 °C
Emissione di vapore bassa
Tempo di cottura:
40-45 minuti





YORKSHIRE PUDDING

Per 12 pezzi

Stampo per muffin

IMPASTO:

200 ml di latte

100 ml d'acqua

1 uovo

125 g di farina

Sale

INOLTRE:

Strutto per lo stampo per muffin

Per pezzo

176 kcal, 20 g carb., 9 g gr., 5 g prot., 1,6 UP

PREPARAZIONE

1. Mettere in una ciotola il latte, l'acqua e l'uovo e sbattere con una frusta a mano. Aggiungere lentamente la farina e un pizzico di sale e continuare a sbattere finché il composto non diventa lucido. Lasciare riposare per 30 minuti.
2. In ogni conca dello stampo per muffin versare ca. $\frac{1}{4}$ di cucchiaino di strutto. Mettere lo stampo in forno e preriscaldare.
3. Distribuire uniformemente l'impasto nello stampo per muffin caldo e cuocere come indicato.

Regolazione

Stampo per muffin sulla griglia

Aria calda CircoTherm

200 °C

Preriscaldamento

Tempo di cottura: 25-30 minuti

Se si utilizza l'aria calda CircoTherm è possibile posizionare gli accessori nei livelli dall'1 al 3, a scelta.



SPIRALI DI PASTA

Per 4 porzioni

Stampo medio per sformato

FARCITURA:

2 cipolle
2 spicchi d'aglio
6 cucchiai di olio d'oliva
500 g di foglie di spinaci freschi
Sale
Noce moscata grattugiata fresca
300 g di formaggio caprino
1 uovo
Pepe macinato

PASTA:

300 g sfoglia di pasta fresca
350 ml di brodo

GUARNIZIONE:

100 g di formaggio grattugiato

INOLTRE:

Un po' di farina per il canovaccio
Olio per lo stampo

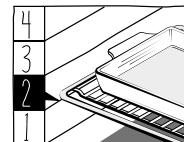
Per porzione

700 kcal, 55 g carb., 39 g gr., 32 g prot., 4,5 UP

PREPARAZIONE

1. Sbucciare le cipolle e l'aglio, tagliarli a dadini e farli appassire in padella con 3 cucchiai d'olio finché non diventano trasparenti. Aggiungere gli spinaci puliti e stufare. Insaporire con sale e noce moscata grattugiata fresca.
2. Amalgamare il formaggio fresco di capra e l'uovo con 3 cucchiai d'olio d'oliva. Insaporire con pepe abbondante e con un po' di sale.
3. Srotolare la sfoglia su un canovaccio infarinato da 30x40 cm. Spalmare la crema al formaggio e distribuirvi sopra gli spinaci. Arrotolare la pasta nel senso della lunghezza aiutandosi con il canovaccio e tagliare 8 pezzi di dimensioni uguali.
4. Posizionare le spirali l'una accanto all'altra su uno stampo, con il lato tagliato rivolto verso l'alto.
5. Scaldate il brodo e versarlo nello stampo.
6. Cospargere le spirali di formaggio e cuocere come indicato.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
180 °C
Emissione di vapore media
Tempo di cottura:
30-35 minuti





SPAGHETTI A NIDO CON FUNGHI

Per 4 porzioni

Stampo per 12 muffin

SPAGHETTI:

300 g di spaghetti
2 cucchiai di olio d'oliva

COMPOSTO DI FUNGHI:

5 g porcini secchi
100 g di champignon freschi
1 scalogno
15 g di burro
1 spicchio d'aglio
2 uova
Sale
Pepe macinato
50 ml di panna
Noce moscata grattugiata fresca

INOLTRE:

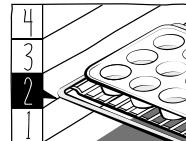
2 cucchiai di prezzemolo tritato
Burro per lo stampo

Per porzione
455 kcal, 54 g carb., 20 g gr., 15 g prot., 4,5 UP

PREPARAZIONE

1. Cuocere gli spaghetti al dente, scolarli e mescolarli subito con 2 cucchiai di olio d'oliva.
2. Far ammorbidente i porcini in acqua tiepida.
3. Sciacquare gli champignon, pulirli e tagliarli a dadini. Sbucciare lo scalogno e tagliarlo a dadini. Fare sgocciolare i porcini e tagliarli a pezzetti.
4. Scaldare il burro in una padella. Aggiungervi lo scalogno e l'aglio schiacciato e rosolare. Mettere nella padella gli champignon e i porcini e fare rosolare. Quindi fare raffreddare.
5. Sbattere le uova con il sale, il pepe, la panna e la noce moscata e mischiarle ai funghi raffreddati. Quindi aggiungere gli spaghetti.
6. Imburcare lo stampo per muffin. Servendosi di un forchettone per arrosti, avvolgere gli spaghetti creando piccoli nidi e metterli negli stampi.
7. Inserire il composto di funghi rimanente nei nidi e distribuire omogeneamente nelle conche il liquido rimasto. Cuocere in forno come indicato.
8. Dopo la cottura, togliere i nidi di funghi dallo stampo, cospargere di prezzemolo e servire.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
140 °C
Emissione di vapore forte
Tempo di cottura:
25-30 minuti





GRATIN DI ZUCCHINE CON OLIVE NERE

Per 2 porzioni

Stampo medio per sformato

GRATIN:

250 g di pasta, penne o rigatoni
30 g di pinoli
40 g di scalogni
40 g di cipollotti
500 g di zucchine piccole
250 g di pomodori ciliegini
30 g di olive nere denocciolati
5 cucchiali di olio d'oliva
2 spicchi d'aglio piccoli
1 rametto di rosmarino
1 rametto di timo
Sale marino
Pepe nero macinato
Un po' di zucchero
50 g di parmigiano

INOLTRE:

Olio d'oliva per lo stampo

Per porzione

1037 kcal, 83 g carb., 58 g gr., 50 g prot., 6,9 UP

PREPARAZIONE

1. Portare a bollire una quantità abbondante d'acqua e far cuocere la pasta quasi al dente. Scolare e tenere 200 ml dell'acqua di cottura della pasta. Raffreddare la pasta sotto l'acqua fredda. Mettere da parte l'acqua di cottura e la pasta.
2. Tostare i pinoli in una padella senza grassi, toglierli dalla padella e metterli da parte.
3. Sbucciare gli scalogni e tagliarli a dadini. Lavare i cipollotti e tagliarli ad anelli sottili. Lavare le zucchine, pulirle e tagliarle nel senso della lunghezza. Con un pelapatate tagliare delle fettine sottili nel senso della lunghezza. Lavare i pomodori ciliegini e dividerli in quattro. Tritare finemente le olive.
4. Scaldare l'olio d'oliva in una padella. Aggiungere gli spicchi d'aglio e le erbe e soffriggere. Togliere gli spicchi d'aglio e le erbe.
5. Mettere le fette di zucchine, gli scalogni e i cipollotti nella padella e rosolare brevemente. Insaporire con sale, pepe e zucchero.
6. Aggiungere la pasta scolata, le olive, i pomodori, i pinoli e l'acqua di cottura, mescolare e insaporire abbondantemente.
7. Ungere il fondo dello stampo per sformato e riempirlo con la pasta. Distribuirvi sopra il parmigiano a scaglie e cuocere il gratin come indicato.

Regolazione

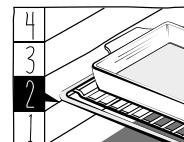
Aria calda CircoTherm

190 °C

Emissione di vapore media

Tempo di cottura:

20-25 minuti





LASAGNE AL SALMONE

Per 2 porzioni

Stampo per sformato medio

BESCIAMELLA:

1 cipolla
20 g di burro
1 cucchiaio colmo di farina
300 ml di latte freddo
150 ml di panna fredda
Sale
Pepe macinato
2 cucchiai di succo di limone

LASAGNE:

1 cavolo rapa grande
½ mazzetto di aneto
200 g di salmone affumicato a fettine
6-8 sfoglie di lasagne
50 g di emmental grattugiato fine

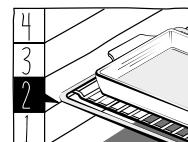
INOLTRE:

Burro per lo stampo
Per porzione
797 kcal, 63 g carb., 35 g gr., 56 g prot., 5,2 UP

PREPARAZIONE

1. Per la besciamella tagliare a dadini sottili la cipolla e rosolarla nel burro finché non diventa trasparente. Aggiungere la farina e far cuocere. Versarvi il latte e la panna. Condire la salsa generosamente con sale, pepe e succo di limone e far cuocere per ca. 10 minuti.
2. Pulire il cavolo rapa, lavarlo, sbucciare e tagliarlo a metà. Tagliarlo a fettine trasversali molto sottili. Scottarlo in acqua salata.
3. Imburrare lo stampo.
4. Sciacquare l'aneto. Tritare tutto tranne un paio di punte belle e aggiungere alla salsa.
5. Ricoprire il fondo dello stampo con la besciamella. Poi disporre a strati alternando le fette di cavolo rapa, le fette di salmone e le sfoglie di lasagne. Tra uno strato e l'altro versare la besciamella. Infine, versarvi la salsa restante, cospargere con l'emmental e cuocere le lasagne come indicato.
6. Guarnire le lasagne con le punte di aneto rimanenti.

Regolazione
Riscaldamento sup./inf.
180 °C
Emissione di vapore media
Tempo di cottura:
40-50 minuti





RIGATONI AL SUGO DI POMODORO

Per 4 porzioni

Stampo grande per sformato

RIGATONI:

250 g di pasta, rigatoni o penne

1 peperone rosso da ca. 150 g

1 peperone verde da ca. 150 g

250 g di asparagi verdi

1 cipolla media

20 g di burro o olio d'oliva

Sale marino

Pepe macinato

Zucchero

400 ml di sugo di pomodoro

2 cucchiai di erbe surgelate

GUARNIZIONE:

60 g di pecorino grattugiato fresco

INOLTRE:

Burro o olio d'oliva per lo stampo

Per porzione

455 kcal, 46 g carb., 19 g gr., 24 g prot., 3,8 UP

PREPARAZIONE

1. Cuocere la pasta in abbondante acqua salata finché non è quasi al dente, raffreddarla sotto l'acqua e scolarla bene.
2. Lavare i peperoni, tagliarli a metà, togliere i semi e pulirli. Tagliarli a dadini da 1 cm. Sbucciare la parte inferiore degli asparagi e tagliarli in pezzi lunghi 2 cm. Sbucciare la cipolla e tagliarla a dadini. Sciogliere il burro e rosolarvi la cipolla finché non diventa trasparente. Aggiungere il peperone a dadini e gli asparagi e far rosolare brevemente. Insaporire con sale marino, pepe e zucchero.
3. Mescolare la pasta con la verdura rosolata e il sugo. Aggiungere le erbe surgelate e insaporire di nuovo.
4. Ungere lo stampo per sformato, riempirlo con la metà della pasta e cospargere con la metà del pecorino. Distribuirvi sopra la pasta rimanente e cospargere con il pecorino avanzato. Cuocere in forno come indicato.

Regolazione

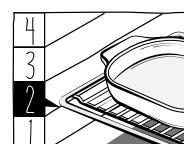
Termogrill

160 °C

Emissione di vapore media

Tempo di cottura:

25-30 minuti



Consiglio

Come fare da soli il sugo di pomodoro: tagliare a dadini 1 scalogno e farlo soffriggere per 5 minuti nell'olio d'oliva insieme a uno spicchio d'aglio.

Lavare 800 g di pomodori freschi, rimuovere il picciolo e tagliarli. Far cuocere a fuoco lento e senza coperchio con dell'olio d'oliva per ca. 20 minuti. Condire con sale marino, pepe macinato e zucchero. Filtrare con un colino, aggiungere 3 cucchiai di erbe italiane surgelate e insaporire nuovamente.



TORTA ALLE VERDURE E PATATE

Per 4 porzioni

Teglia per pizza Ø 30 cm

COMPOSTO DI PATATE E VERDURE:

650 g di patate
2 cipolle
3-4 cucchiai di farina
4 uova
2 cucchiai di succo di limone
300 g di broccoli
200 g di zucchine
150 g di peperoni rossi
1 peperoncino rosso piccolo
Sale
Pepe nero macinato
Noce moscata grattugiata fresca
Zucchero

COPERTURA:

1 mazzetto di erba cipollina fresca
300 g di crème fraîche
1 uovo
150 g di formaggio grattugiato,
ad es. gouda semistagionato

INOLTRE:

Burro per la teglia

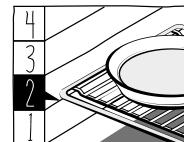
Per porzione

670 kcal, 50 g carb., 39 g gr., 30 g prot., 4,1 UP

PREPARAZIONE

1. Sbucciare le patate e le cipolle e grattugiarle finemente. Amalgamare le uova e la farina. Aggiungere il succo di limone e far riposare il composto per ca. 15 minuti.
2. Nel frattempo pulire e lavare la verdura, tagliare a metà il peperone e il peperoncino e togliere i semi. Tagliare la verdura a pezzetti, mescolare con il composto di patate e insaporire generosamente.
3. Versare il composto di patate e verdure sulla teglia per pizza imburrata e appiattire. Procedere alla precottura come indicato.
4. Sciacquare l'erba cipollina sotto l'acqua fredda, scuotere via l'acqua, tagliare a rondelle e amalgamare con la crème fraîche, l'uovo e il formaggio. Versare il composto sulla torta precedentemente cotta e ultimare la cottura come indicato.

Regolazione
Riscaldamento sup./inf.
200 °C
Emissione di vapore bassa
Precottura: 20 minuti
Ultimare la cottura:
25-30 minuti





SFORMATO DI CAVOLFOIORE

Per 6 porzioni

Stampo grande per sformato

VERDURE:

600 g di patate

1 cavolfoio da ca. 1 kg

Sale

20 g di burro

1 peperone rosso o 1 mazzetto di cipollotti

BESCIAMELLA:

1 cipolla

40 g di burro

40 g di farina

300 ml di latte

300 ml di panna

Sale

Pepe nero macinato

Noce moscata grattugiata fresca

GUARNIZIONE:

100 g di bacon

150 g di formaggio, ad es. gouda semistagionato

INOLTRE:

Burro per lo stampo

Per porzione

556 kcal, 30 g carb., 41 g gr., 17 g prot., 2,5 UP

PREPARAZIONE

1. Lavare le patate, sbucciarele e tagliarle a fettine spesse ca. 5 mm. Lavare il cavolfoio, pulirlo e tagliarlo a pezzetti. Mettere entrambi gli ingredienti in una pentola, ricoprire fino all'orlo con acqua e salare. Aggiungere il burro e far cuocere il tutto per 5 minuti. Quindi scolarli e farli sgocciolare bene.

2. Lavare i peperoni o i cipollotti. Tagliare in due i peperoni, togliere i semi e tagliarli a strisce oppure rimuovere il gambo dei cipollotti e tagliarli a fette.

3. Per la salsa sbucciare le cipolle e tagliarle a dadini. Scaldare il burro in una padella e rosolarvi i dadini di cipolla per ca. 3 minuti. Aggiungere la farina e mescolare. Sfumare con latte e panna e portare a bollire continuando a mescolare. Far cuocere la salsa a fuoco lento finché non si addensa. Insaporire con sale, pepe e noce moscata.

4. Ungere lo stampo per sformato. Mettere le fette di patate, il cavolfoio e il peperone o i cipollotti nello stampo e versarvi sopra la besciamella.

5. Tagliare il bacon a strisce e il formaggio a dadini. Distribuire entrambi gli ingredienti sullo sformato. Cuocere in forno come indicato.

Regolazione

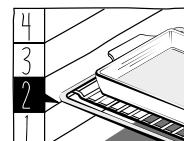
Riscaldamento sup./inf.

180 °C

Emissione di vapore media

Tempo di cottura:

30-35 minuti



Consiglio

La besciamella sarà meno pesante se si utilizzano solo 100 ml di panna e 500 ml di latte.



TORTILLA AGLI ASPARAGI

Per 4 porzioni

Teglia per pizza Ø 30 cm

COMPOSTO DI ASPARAGI:

2 scalogni
150 g di prosciutto serrano
250 g di asparagi bianchi
250 g di asparagi verdi
2 cucchiai di olio d'oliva
1 cucchiaino di succo di limone
2 cucchiai di prezzemolo fresco o cerfoglio
fresco tritato
30 g di olive nere denocciolate

COMPOSTO DI UOVA:

8 uova
1 cucchiaino di senape mediamente piccante
Sale marino
Pepe macinato

INOLTRE:

Olio d'oliva per la teglia

Per porzione

340 kcal, 6 g carb., 24 g gr., 25 g prot., 0,5 UP

PREPARAZIONE

1. Sbucciare gli scalogni e tagliarli a dadini. Tagliare il prosciutto a strisce.
2. Sbucciare completamente gli asparagi bianchi e quelli verdi solo nell'ultimo terzo e tagliare via le estremità. Tagliare trasversalmente i gambi in pezzi lunghi ca. 4 cm.
3. Scaldare l'olio d'oliva in una padella e soffriggere gli scalogni. Aggiungere le strisce di prosciutto e i pezzi di asparagi agli scalogni e rosolarli brevemente insieme nella padella. Aggiungere il succo di limone, il prezzemolo e le olive e insaporire il composto.
4. Ungere la teglia per pizza con dell'olio e distribuirvi sopra il composto di asparagi.
5. Sbattere le uova e condirle generosamente con senape, sale marino e pepe.
6. Versare sul composto di asparagi e cuocere la tortilla come indicato.

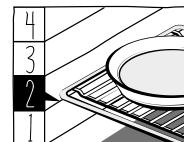
Regolazione

Riscaldamento sup./inf.

190 °C

Tempo di cottura:

30-35 minuti



Consiglio

La tortilla, servita come piatto principale,
è sufficiente per due porzioni.

Potete ottenere un sapore diverso se, al posto
del prosciutto serrano aggiungete del chorizo
spagnolo, tagliato a dadini.



GRATIN DAUPHINOIS – GRATIN DI PATATE

Per 4 porzioni

Stampo grande per sformato

GRATIN:

1 kg di patate preferibilmente a pasta gialla

Sale

Pepe macinato

Noce moscata grattugiata fresca

100 g di emmental grattugiato

200 ml di panna

30 g di burro

INOLTRE:

1 spicchio d'aglio

Burro per lo stampo

Per porzione

485 kcal, 41 g carb., 30 g gr., 13 g prot., 3,4 UP

PREPARAZIONE

1. Sbucciare lo spicchio d'aglio e tagliarlo a metà. Sfregare lo stampo con l'aglio e imburrarlo.
2. Sbucciare le patate, lavarle e tagliarle a fettine uguali sottili ca. 3 mm.
3. Disporre nello stampo metà delle fettine a strati, condire e cospargere con ca. 50 g di formaggio. Aggiungere a strati la seconda metà, coprire con il resto del formaggio e insaporire di nuovo.
4. Insaporire la panna con sale e noce moscata. Versare la panna sulle patate e adagiare sopra dei fiocchi di burro. Cuocere il gratin al forno come indicato.

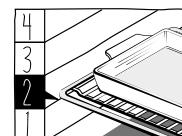
Regolazione

Termogrill

170 °C

Emissione di vapore media

Tempo di cottura: 60-70 minuti



Consiglio

Disporre il gratin a strati nello stampo senza superare i 2 cm di spessore.

In caso di quantità maggiori, utilizzare la leccarda. Per gratin più spessi impostare Riscaldamento sup./inf. invece di Termogrill.

È possibile variare la ricetta del gratin aggiungendo alle patate zucchini o mele a fettine.





PESCE



ORATA IN CROSTA DI SALE ED ERBE

Per 4 porzioni

Leccarda

PESCE:

2 orate da ca. 400 g

2-3 cucchiai di succo di limone

CROSTA:

2,5-3 kg di sale marino grosso

50 g di sale di peperoncino

30 g di timo al limone fresco

2 rametti di rosmarino

Per porzione

158 kcal, 1 g carb., 2 g gr., 35 g prot., 0 UP

PREPARAZIONE

1. Eviscerare le orate, sciacquarle brevemente con acqua fredda e asciugarle tamponando con carta da cucina. Irrorare l'interno e l'esterno con il succo di limone.
2. Mescolare bene il sale marino e il sale al peperoncino.
3. Sciacquare le erbe e scuotere via l'acqua. Staccare le foglie del timo al limone e aggiungerle al sale.
4. Cospargere la leccarda con uno strato di sale ed erbe adeguato alle dimensioni del pesce.
5. Adagiarvi sopra le orate, appoggiare su ogni pesce un rametto di rosmarino e ricoprire la parte superiore e i lati con il sale rimanente. Bagnare la superficie con dell'acqua e far cuocere il pesce come indicato.

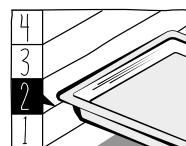
Regolazione

Riscaldamento sup./inf.

180 °C

Tempo di cottura:

40-50 minuti



Consiglio

L'orata appartiene alla famiglia dei Persidi.

Questo pesce si adatta particolarmente alle cotture arrosto o alla griglia.



LUCCIOPERCA CON SPECK, PATATE E LENTICCHIE

Per 4 porzioni

Stampo grande per sformato

LENTICCHIE:

2 cipolle
1 spicchio d'aglio
300 g di radici di prezzemolo
1 cucchiaio di olio d'oliva
200 g di lenticchie di montagna marroni
3 cucchiai di Pernod o succo di mele
2 foglie di alloro
3 chiodi di garofano
750 ml di brodo vegetale
2 cucchiai di aceto balsamico

PESCE:

1 luciooperca da 1,1 kg
1 limone
1 cucchiaio di olio
Sale
100 g di pancetta a fettine molto sottili
3 rametti di salvia

PATATE:

500 g di patate piccole
2 cucchiai di olio
Sale

INOLTRE:

1 mazzetto di prezzemolo
1 limone
20 g di burro
Sale, pepe macinato
Olio per lo stampo

Per porzione

733 kcal, 55 g carb., 25 g gr., 67 g prot., 4,5 UP

PREPARAZIONE

1. Sbucciare e tagliare a strisce le cipolle, l'aglio e le radici di prezzemolo. Scaldare 1 cucchiaio d'olio in una pentola e rosolarvi le verdure.
2. Aggiungere le lenticchie risciacquate, il Pernod, l'alloro e i chiodi di garofano. Versarvi il brodo e far cuocere tutto a fuoco lento per ca. 30 minuti. Quindi aggiungere l'aceto.
3. Intanto sciacquare brevemente il luciooperca dentro e fuori con acqua fredda, asciugarlo tamponando e inciderlo più volte diagonalmente su entrambi i lati. Irrorare con il succo di un limone e 1 cucchiaio d'olio e salare. Avvolgere il pesce nelle strisce di pancetta. Infilare le foglie di salvia sotto le strisce di pancetta.
4. Sbucciare le patate e tagliarle in quarti longitudinalmente, condirle con 2 cucchiai d'olio e salare. Distribuire le patate nello stampo per sformato unto.
5. Rosolare brevemente il pesce da un lato. Aggiungere alle patate con la parte rosolata rivolta verso il basso e cuocere come indicato.
6. Tritare finemente le foglie di prezzemolo. Amalgamare alle lenticchie il resto del succo di limone, del prezzemolo e i fiocchi di burro. Insaporire con sale e pepe. Servire assieme alle patate e al pesce.

Regolazione

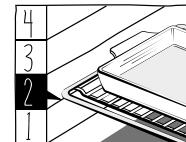
Aria calda CircoTherm

180 °C

Emissione di vapore forte

Tempo di cottura:

20-30 minuti





TROTE ALLE ERBE IN TEGLIA

Per 4 porzioni

Leccarda

PESCE:

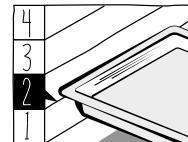
50 g di rosmarino fresco
50 g di timo al limone fresco
50 g di dragoncello fresco
50 g di origano fresco
5 cucchiai di olio d'oliva
Sale al peperoncino
1 cucchiaio di pepe al limone
3-4 cucchiai di miscela di pepe colorato
4 trote fresche da ca. 300 g, pronte da cucinare
1 limone bio
Sale marino
4 ramoscelli di prezzemolo riccio
1 cucchianino di cacao
30 g di burro

Per porzione
564 kcal, 5 g carb., 32 g gr., 63 g prot., 0,4 UP

PREPARAZIONE

1. Sciacquare le erbe e scuotere via l'acqua. Tritare finemente metà delle erbe e metterle da parte.
2. Distribuire l'olio d'oliva nella leccarda. Cospargere con sale al peperoncino, pepe al limone e pepe colorato. Distribuirvi sopra tutte le erbe.
3. Sciacquare brevemente le trote con acqua fredda e asciugarle tamponando con carta da cucina. Lavare il limone con acqua calda, asciugarlo, grattugiare la scorza e spremere. Cospargere le trote con il succo di limone e insaporire l'interno e l'esterno con il sale marino. Nel ventre di ciascuna trota inserire un ramoscello di prezzemolo e un po' di scorza di limone grattugiata.
4. Adagiare le trote nella leccarda. Distribuirvi sopra le erbe tritate, cospargere con cacao in polvere e fiocchi di burro. Far cuocere come indicato.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
180 °C
Emissione di vapore bassa
Tempo di cottura:
40-45 minuti



Consiglio
Con la scorza di limone si dona al pesce una nota fresca ma non aspra.

100%
Organic



PESCE AL CARTOCCIO CON FOGLIE DI BIETOLA E SALSA DI VINO

Per 4 porzioni

Stampo medio per sformato

PESCE AL CARTOCCIO:

400 g di filetto di salmone fresco o scongelato

4 capesante da ca. 30 g

8 foglie di bietola grandi

1 cucchiaino di lievito in polvere

1 limone bio

1 cucchiaino di sale marino

250 ml di panna fredda

Un po' di pepe di Cayenna

1 cucchiaino di prezzemolo tritato

SALSA:

100 ml di vino bianco secco

100 ml di fondo di pesce

100 g di crème double

2 punte di coltello di zafferano in polvere

1 punta di coltello di pimento

1 punta di coltello di noce moscata grattugiata
fresca

Per porzione

465 kcal, 5 g carb., 34 g gr., 31 g prot., 0,4 UP

PREPARAZIONE

1. Sciacquare brevemente il filetto di salmone e le capesante con acqua fredda e asciugare tamponando con carta da cucina. Tagliare il filetto di salmone a dadini e mettere in congelatore per ca. 30 minuti.

2. Lavare con cautela le foglie di bietola e, se necessario, rimuovere la parte grossa del gambo. Far cuocere brevemente le foglie in acqua salata bollente insieme al lievito. Raffreddare sotto l'acqua fredda e lasciar sgocciolare.

3. Lavare il limone bio con acqua calda e asciugarlo. Grattugiare un po' di scorza e spremere 1 cucchiaino di succo di limone. Frullare il filetto di salmone con il sale marino. Versare lentamente la panna e condire il composto di salmone con sale, peperoncino di Cayenna, succo di limone e un po' di scorza di limone grattugiata.

4. Sovrapporre le foglie di bietola 2 a 2. Insaporire le capesante e rigirarle nel prezzemolo tritato. Ricoprire ogni capasanta con un quarto di composto di salmone e avvolgerle nelle foglie di bietola. Adagiare i fagottini di pesce nello stampo per sformato.

5. Amalgamare vino bianco, fondo di pesce e crème double. Insaporire la salsa, versarla sopra i fagottini di pesce e cuocere come indicato.

Regolazione

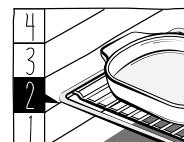
Aria calda CircoTherm

160 °C

Emissione di vapore forte

Tempo di cottura:

30-35 minuti



Consiglio

Nell'acqua per scottare il pesce versate un po' di lievito in polvere, che serve a mantenere luminoso e intenso il colore delle verdure verdi.



FILETTO DI SALMONE RIPIENO

Per 2 porzioni

Stampo medio per sformato

FARCITURA:

2 scalogni
1 arancia bio
20 g di burro fuso
70 g di mollica fresca sbriciolata,
ad es. la parte centrale del pane da toast
1 cucchiaio di aneto fresco tritato
1 cucchiaio di prezzemolo fresco tritato
Sale
Pepe macinato

PESCE:

2 filetti di salmone da 250 g
Pepe macinato

INOLTRE:

20 g di burro fuso
Filo da cucina

Per porzione
264 kcal, 9 g carb., 13 g gr., 27 g prot.

PREPARAZIONE

1. Per il ripieno, sbucciare gli scalogni e tagliarli a dadini sottili. Lavare l'arancia con acqua calda, asciugarla e grattugiare la scorza. Scaldare il burro e rosolarvi lo scalogno a dadini. Amalgamare la mollica, le erbe, il sale, il pepe e la scorza d'arancia.
2. Sciacquare brevemente i filetti di salmone con acqua fredda e asciugarli tamponando.
3. Insaporire un filetto di salmone, adagiarlo con la pelle verso il basso e farcire con il ripieno. Aggiungervi sopra il secondo filetto con la pelle verso l'alto. In alternativa, si può eliminare prima la pelle del salmone.
4. Legare i filetti con attenzione utilizzando spago da cucina e imburrarli su tutti i lati con il resto del burro. Mettere il salmone nello stampo e cuocere come indicato.
5. Prima di servire togliere lo spago da cucina.

Regolazione

Stampo per sformato sulla griglia
Aria calda CircoTherm
200 °C
Tempo di cottura: 45-50 minuti
Se si utilizza l'aria calda CircoTherm è possibile posizionare gli accessori nei livelli dall'1 al 3, a scelta.

Consiglio

Servire con salsa olandese condita con scorza d'arancia grattugiata.



SFORMATO DI PESCE ESTIVO

Per 4 porzioni

Stampo medio per sformato

SFORMATO DI PESCE:

6 patate a pasta gialla medie

1 limone bio

2 pomodori

80 g di olive nere denocciolate

1 mazzetto di prezzemolo

600 g di filetto di pesce, ad es. merluzzo

Sale

Pepe macinato

3-5 cucchiai di olio d'oliva

INOLTRE:

Burro per lo stampo

Per porzione

512 kcal, 35 g carb., 25 g gr., 35 g prot., 2,9 UP

PREPARAZIONE

1. Lavare le patate, sbucciarele e tagliarle a fettine. Far bollire dell'acqua salata in una pentola e cuocere le patate.
2. Lavare il limone con acqua calda e asciugare. Lavare i pomodori. Tagliare a fette il limone e i pomodori. Spezzettare grossolanamente le olive. Sciacquare il prezzemolo, scuotere via l'acqua e tritarlo.
3. Imburrare lo stampo per sformato.
4. Disporre a strati le fettine di patate precotte. Disporre le olive e i pomodori a fettine sulle patate.
5. Sciacquare brevemente i filetti di pesce con acqua fredda, asciugarli tamponando e disporli sui pomodori. Salare e pepare il tutto e cospargere con il prezzemolo. Infine, ricoprire con le fettine di limone.
6. Irrorare generosamente con olio d'oliva e cuocere come indicato.

Regolazione

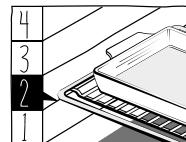
Aria calda CircoTherm

140 °C

Emissione di vapore media

Tempo di cottura:

20-25 minuti





CURRY DI RED SNAPPER

Per 4 porzioni

Pirofila grande con coperchio

PESCE:

600 g di filetto di pesce red snapper

MARINATA:

½ limone

1 cucchiaio di pasta di curry mediamente piccante (reperibile nel reparto cucina asiatica del supermercato)

Sale marino

2 cucchiai di olio di semi di girasole

CURRY:

1 peperone verde

1 peperone rosso

1 peperone giallo

500 g di patate a pasta bianca

200 g di zucchine gialle

100 g di sedano

60 g di cipollotti

200 g di pak choi o cavolo di Pechino

1 peperoncino rosso fresco

10 g di grasso di cocco

4 scalogni

Sale marino

Pasta di curry

Un po' di peperoncino di Cayenna

800 ml di latte di cocco non dolcificato

Per porzione

384 kcal, 33 g carb., 12 g gr., 36 g prot., 2,8 UP

PREPARAZIONE

1. Sciacquare brevemente il pesce con acqua fredda, asciugarlo tamponando con carta da cucina e tagliarlo a strisce larghe 1 cm.
2. Per la marinata, spremere il mezzo limone e amalgamare il succo con la pasta di curry rosso, il sale marino e 2 cucchiai di olio di semi di girasole. Distribuire sulle strisce di pesce, mescolare bene e lasciar marinare per circa 30 minuti coperto in frigorifero.
3. Lavare i peperoni, tagliarli a metà e togliere i semi. Sbucciare le patate. Tagliare i peperoni e le patate a cubetti di ca. 2 cm.
4. Pulire e lavare le zucchine, il sedano, i cipollotti, il pak choi e il peperoncino. Tagliare le zucchine in pezzi lunghi ca. 2 cm. Tagliare trasversalmente il sedano e i cipollotti in fette larghe ca. 1 cm. Tagliare il pak choi a strisce.
5. Scaldatare il grasso di cocco nella pirofila. Rosolare brevemente le strisce di pesce marinato in olio caldo, toglierle dal fuoco e metterle da parte.
6. Sbucciare gli scalogni, tagliarli a dadini e rosolarli nel grasso di cocco. Far appassire anche il sedano e i cipollotti. Aggiungere i peperoni, le zucchine, le patate, il pak choi e il peperoncino. Insaporire con il sale marino, la pasta di curry e il peperoncino di Cayenna.
7. Sfumare con il latte di cocco e rimettere di nuovo il pesce. Rimettere il coperchio e far cuocere il curry in forno come indicato.

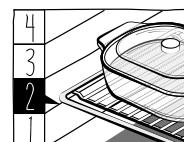
Regolazione

Riscaldamento sup./inf.

200 °C

Tempo di cottura:

25-30 minuti



Consiglio

Fate rosolare la pasta di curry rosso, giallo o verde con un po' di olio o burro, solo così sprigiona interamente il suo aroma.



PESCE AL FORNO CON VERDURE ASIATICHE AGRODOLCI

Per 4 porzioni

Teglia

PESCE AL FORNO:

4 filetti di merluzzo freschi da 160 g
½ limone
Sale marino, pepe al limone
4 sfoglie di pasta fillo o pasta yufka, ca. 160 g, surgelata o fresca
1 tuorlo
1 cucchiaio di latte
100 g di burro
Alcune foglie di coriandolo

VERDURE:

1 spicchio d'aglio piccolo
2 fette di zenzero fresco
2 ramoscelli di citronella
2 cipollotti
2 gambi di sedano
200 g di pak choi o cavolo di Pechino
1 peperone rosso
1 peperone giallo
400 g di ananas fresco
2 cucchiai di olio di arachidi
1 cucchiaio di olio di sesamo tostato
10 g di amido
100 ml di succo d'ananas
100 ml di brodo vegetale delicato
Sale, pepe macinato
2-3 cucchiai di succo di lime, zucchero

INOLTRE:

Carta da forno

Per porzione

631 kcal, 43 g carb., 35 g gr., 35 g prot., 3,6 UP

PREPARAZIONE

1. Sciacquare brevemente i filetti di merluzzo con acqua fredda e asciugarli tamponando con carta da cucina. Spremere il limone e irrorare il pesce con il succo. Insaporire con sale e pepe al limone.
2. Preriscaldare il forno.
3. Far scongelare la pasta fillo secondo quanto riportato sulla confezione. Sbattere il tuorlo insieme al latte. Fondere il burro. Srotolare una sfoglia, spalmarla di burro e ripiegarla fino a ottenere una grandezza di 30x20 cm. Adagiare una foglia di coriandolo su ogni filetto di pesce, avvolgerlo nella pasta, chiudere i lati, spalmare di burro e formare un fagottino. Avvolgere ogni filetto di pesce in una sfoglia di pasta e spennellare con l'uovo. Adagiare i fagottini di pesce su una teglia ricoperta di carta da forno e cuocere come indicato.
4. Per la verdura, sbucciare lo spicchio d'aglio e lo zenzero. Schiacciare un po' la citronella con il dorso del coltello e tagliarla in due nel senso della lunghezza. Pulire cipollotti, sedano, pak choi, peperoni e ananas e tagliarli in pezzi di ca. 2 cm.
5. In una pirofila scaldare 1 cucchiaio di olio di arachidi e di olio di sesamo. Rosolarvi l'aglio, lo zenzero e la citronella. Aggiungere a poco a poco la verdura e rosolare brevemente. Infine aggiungere l'ananas e far stufare tutto per 10 minuti.
6. Cospargere la verdura con l'amido. Aggiungere 1 cucchiaio di olio di arachidi, il succo d'ananas e il brodo vegetale e insaporire generosamente con sale, pepe, succo di lime e zucchero. Togliere la citronella dalla verdura. Servire i fagottini di pesce insieme alla verdura.

Regolazione

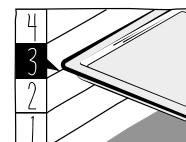
Riscaldamento sup./inf.

210 °C

Preriscaldamento

Tempo di cottura:

15-20 minuti



Consiglio

La citronella non si cuoce e non si ammorbidisce, serve solo a dare sapore e a conferire una nota tipicamente asiatica.





POLLAME E CARNE



INVOLTINI DI TACCHINO ALLA FRUTTA

Per 6 porzioni

Leccarda

INVOLTINI:

250 g di champignon
3 cipolle
4 cucchiai di olio di colza
20 g di burro
6 fette di tacchino sottili da ca. 120 g
Sale
Pepe nero macinato
1½ cucchiaino di paprica in polvere
12 fette sottili di bacon

SALSA:

20 g di burro
1 cucchiaio di zucchero
200 ml di brodo vegetale
100 ml di vino bianco
5 albicocche secche
Sale
Pepe macinato

INOLTRE:

Spago da cucina o spiedini di legno

Per porzione

345 kcal, 5 g carb., 18 g gr., 38 g prot., 0,4 UP

PREPARAZIONE

1. Sciacquare gli champignon con acqua fredda, asciugarli tamponando e pulirli. Sbucciare le cipolle e tagliare a dadini entrambi gli ingredienti. Scaldare 1 cucchiaio d'olio e il burro in una padella e rosolare gli champignon con un terzo dei dadini di cipolla. Mettere da parte i dadini di cipolla rimanenti. Far raffreddare il composto di funghi.
2. Sciacquare brevemente le fettine di tacchino con acqua fredda e asciugarle tamponando con carta da cucina. Se necessario battere ancora un po' la carne. Adagiare le fettine tra 2 fogli di carta da forno e batterle con un pestacarne o una pentola pesante. Spennellare le fettine con l'olio, salare, pepare e cospargere con la paprica in polvere.
3. Tagliare a pezzettini il bacon, adagiarlo sulle fettine e distribuirvi sopra il composto di funghi. Avvolgere gli involtini e fissarli con uno spiedino di legno o con dello spago da cucina.
4. Distribuire la metà dei dadini di cipolla messi da parte nella leccarda con 2 cucchiai d'olio e appoggiarvi sopra gli involtini.
5. Cuocere gli involtini come indicato.
6. Nel frattempo, per la salsa, fondere 20 g di burro, far appassire i dadini di cipolla rimanenti e farli caramellare insieme allo zucchero. Sfumare con brodo vegetale e vino e aggiungere al brodo le albicocche a dadini. Insaporire con sale e pepe.
7. Dopo 15 minuti di cottura sfumare gli involtini con questa salsa e ultimare la cottura.
8. Rimuovere gli spiedini o lo spago da cucina dagli involtini. Servire gli involtini di tacchino con la salsa alla frutta.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
160 °C
Emissione di vapore bassa
Tempo di cottura:
35-40 minuti



Consiglio

Per dare agli involtini un sapore ancora più fruttato, aggiungere una prugna o un'albicocca denocciolata.



PETTO DI TACCHINO CON SALSA ROSSA ALLE CIPOLLE

Per 6 porzioni

Pirofila media

CARNE:

ca. 1,4 kg di petto di tacchino con la pelle,
disossato

Sale marino

Pepe nero macinato

20 g di burro chiarificato

SALSA:

250 g di cipolle rosse

2 fette sottili di zenzero fresco

½ arancia bio

20 g di zucchero a velo

50 ml di aceto balsamico

50 ml di Porto rosso

500 ml di fondo di pollame in vasetto

20 g di amido

Sale

Pepe macinato

Un po' di zucchero

2 cucchiai di prezzemolo tritato

Per porzione

598 kcal, 18 g carb., 15 g gr., 93 g prot., 1,5 UP

PREPARAZIONE

1. Sciacquare il petto di tacchino con acqua fredda, asciugarlo tamponando con carta da cucina e insaporirlo con sale marino e pepe.
2. Scaldate il burro chiarificato in un tegame e rosolarvi la carne su tutti i lati.
3. Sbucciare le cipolle e tagliarle in quattro. Tagliare a dadini lo zenzero. Sciacquare l'arancia bio con acqua calda e tagliare a dadini sottili metà della scorza.
4. Togliere la carne dalla pirofila e metterla da parte. Rosolare la cipolla, lo zenzero e la buccia d'arancia, cospargere di zucchero a velo e far caramellare. Sfumare con aceto balsamico e Porto. Lasciar restringere brevemente e irrorare con 150 ml di fondo di pollame.
5. Aggiungere la carne al sugheretto e cuocere come indicato.
6. Al termine della cottura estrarre la carne. Far cuocere la salsa e irrorare con il resto del fondo di pollame.
7. Mescolare l'amido con dell'acqua fredda e utilizzarlo per addensare la salsa. Insaporire con sale, pepe, zucchero, aceto balsamico e prezzemolo. Servire la salsa insieme alla carne.

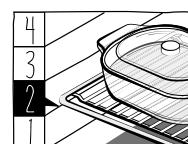
Regolazione

Riscaldamento sup./inf.

190 °C

Tempo di cottura:

65-75 minuti



Consiglio

Se il pezzo di carne dovesse essere troppo deforme, portatelo alla forma desiderata utilizzando lo spago da cucina. Tendete lo spago da cucina prima nel senso della lunghezza e annodateci senza tagliarlo. Infine, legate la carne a forma di rotolo lasciando degli spazi di ca. 2 cm e annodate gli estremi dello spago.



FILETTO DI PETTO DI POLLO CON RIPIENO DI VERDURE

Per 4 porzioni

Stampo grande per sformato

CARNE:

4 filetti di petto di pollo da ca. 200 g

Sale marino

Pepe macinato

COMPOSTO DI VERDURE:

300 g di cipollotti

200 g di peperoni rossi

10 g di burro

Sale

Pepe macinato

150 g di crème fraîche

PER BAGNARE:

250 ml di fondo di pollame in vasetto

1 cucchiaino di miele

TACCOLE:

250 g di taccole

1 cucchiaino di burro

INOLTRE:

Spiedini di legno

Per porzione

453 kcal, 18 g carb., 17 g gr., 55 g prot., 1,5 UP

PREPARAZIONE

1. Sciacquare brevemente i petti di pollo con acqua fredda e asciugarli tamponando con carta da cucina. Utilizzando un coltello, incidere con cautela il lato per ricavare una tasca. Insaporire con sale marino e pepe.
2. Per il composto di verdure pulire e lavare il porro e il peperone. Tagliare il porro a fette sottili e il peperone a dadini di ca. 1 cm.
3. Fondere il burro in una padella. Aggiungere la verdura e rosolare brevemente. Insaporire con sale e pepe. Aggiungere la crème fraîche e far raffreddare un po' il composto di verdure.
4. Riempire i filetti di petto di pollo con 2 cucchiai di composto di verdure, chiuderli con uno spiedino di legno e adagiarli nella leccarda. Versarvi la metà del fondo di pollame e far cuocere come indicato.
5. Nel frattempo far sciogliere il miele nel fondo di pollame rimanente.
6. Lavare le taccole e pulirle. Fondere un po' di burro in una padella e rosolare brevemente le taccole.
7. Dopo 40 minuti di cottura, aggiungere il composto di verdure rimanente e le taccole ai filetti di petto di pollo. Irrorare con il fondo di pollame e il miele e ultimare la cottura.

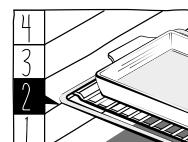
Regolazione

Termogrill

180 °C

Tempo di cottura:

50-55 minuti



Consiglio

A seconda della stagione è possibile aggiungere alla verdura anche germogli freschi e, se necessario, farli cuocere insieme brevemente.



FILETTI DI PETTO DI POLLO GRIGLIATI AVVOLTI NELLE ZUCCHINE

Per 4 porzioni

Leccarda

CARNE:

4 filetti di petto di pollo da ca. 200 g

Sale marino fino

Pepe macinato

50 g di pecorino semi stagionato,
grattugiato fresco

ZUCCHINE:

50 ml di olio d'oliva

Sale marino grosso

2 zucchine grandi

PER BAGNARE:

1 limone

1 pizzico di zucchero

1 spicchio d'aglio

INOLTRE:

Olio d'oliva

Sale marino grosso

Rametto di rosmarino fresco

Per porzione

361 kcal, 3 g carb., 15 g gr., 54 g prot., 0,2 UP

PREPARAZIONE

1. Ungere la leccarda con abbondante olio d'oliva e cospargere con sale marino grosso. Strappare gli aghi di un rametto di rosmarino e distribuirli sulla leccarda.
2. Sciacquare brevemente i filetti di petto di pollo con acqua fredda, asciugarli tamponando con carta da cucina e dividere ogni filetto in 3 parti. Insaporire con sale e pepe e rigirare nel pecorino.
3. Mischiare 50 ml di olio d'oliva con sale marino grosso.
4. Lavare le zucchine e tagliarle longitudinalmente in fettine sottilissime.
5. Disporre le fette di zucchine l'una accanto all'altra nel senso della lunghezza e spalmare delicatamente ogni fetta con l'olio d'oliva salato. Sovrapporre le fette di zucchine. Disporre un pezzo di pollo sulla parte corta delle zucchine, avvolgere e disporre sulla leccarda. Preparare in questo modo i rimanenti pezzi di filetto di petto di pollo e procedere alla cottura come indicato.
6. Prima di servire, mescolare il succo di un limone con un abbondante pizzico di sale e aggiungerci uno spicchio d'aglio schiacciato. Cospargervi i filetti di petto di pollo grigliati.

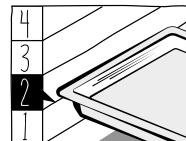
Regolazione

Termogrill

180 °C

Tempo di cottura:

25-30 minuti





POLLO ALLA GRIGLIA RIPIENO ALLE ERBE

Per 4 porzioni

Leccarda con griglia

POLLO:

2 polli da 1,2 kg

Pepe macinato

Sale

2 mazzetti di erbe fresche, ad es. rosmarino,
salvia, timo e maggiorana

2 cucchiai di succo di limone

PER SPENNELLARE

2 cucchiai di olio

Sale

Pepe macinato

Paprica in polvere

Per porzione

555 kcal, 1 g carb., 32 g gr., 65 g prot., 0,1 UP

PREPARAZIONE

1. Sciacquare i polli sotto l'acqua fredda e asciugarli con carta da cucina. Dividere in due parti uguali e rimuovere la spina dorsale.
2. Salare e pepare l'interno dei mezzi polli. Sciacquare le erbe, scuotere via l'acqua e distribuirle sulle due metà dei polli. Irrorare con il succo di limone.
3. Appoggiare le due metà del pollo con la parte ricoperta di erbe rivolta verso il fondo della griglia.
4. Mischiare l'olio con le erbe e spennellare l'esterno dei mezzi polli con la miscela di erbe.
5. Cuocere i polli come indicato.

Regolazione

Aria calda CircoTherm

200 °C

Emissione di vapore media

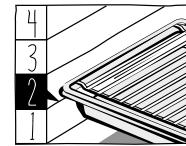
Tempo di cottura: 15 minuti

Quindi

Termogrill

200 °C

Tempo di cottura con grill: 30-35 minuti





DRUMSTICK DI POLLO ALLA MAROCCHINA CON BASTONCINI DI PATATE

Per 6 porzioni

Teglia e leccarda

MARINATURA E CARNE:

1 scalogno
1-2 spicchi d'aglio
1 peperoncino rosso fresco
1 limone bio
2 cucchiai di coriandolo tagliato finemente
1 cucchiaio di foglie di menta piperita tagliate finemente
1 cucchianino di cumino
1 cucchianino di paprica in polvere
1 barattolino di zafferano tritato, 0,1 g
4 cucchiai di olio d'oliva
1-2 cucchiaini di acqua di rose
1 cucchianino di zucchero
Sale
12 sottocosce di pollo (drumsticks) da ca. 120 g

PATATE:

600 g di patate blu
4 cucchiai di olio d'oliva
Sale

INOLTRE:

2 bio lime
Carta da forno

Per porzione
574 kcal, 18 g carb., 35 g gr., 46 g prot., 1,5 UP

PREPARAZIONE

1. Per la marinata, sbucciare lo scalogno e gli spicchi d'aglio e tritarli finemente. Lavare il peperoncino, pulirlo, aprirlo a metà, togliere i semi e tagliarlo a pezzettini. Lavare il limone con acqua calda, asciugarlo, grattugiare la scorza e spremerlo. Mescolare insieme agli altri ingredienti per la marinata. Lasciarvi marinare le sottocosce di pollo (drumstick) coperte per almeno 2 ore.
2. Per i bastoncini di patate, lavare le patate e tagliarle a bastoncini. Mescolare con olio d'oliva e sale. Rivestire la teglia con carta da forno e distribuirvi sopra i bastoncini di patate.
3. Distribuire i drumstick di pollo sulla leccarda e cuocere come indicato insieme ai bastoncini di patate.
4. Lavare i lime con acqua calda, asciugarli e tagliarli a fette. Prima di servire, decorare i drumstick con le fette di lime.

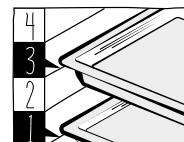
Regolazione

Termogrill

210 °C

Tempo di cottura con grill:

30-35 minuti





PASTICCIO DI POLLO CON PISTACCHI

Per 6 porzioni

Stampo a cassetta in vetro, 30 cm

PASTICCIO:

500 g di petto di pollo allevato a terra
250 g di prosciutto di tacchino non affumicato
25 g di pistacchi sgusciati
2 uova
50 ml di panna
5 ml di cognac
½ cucchiaino di sale marino
Un po' di miscela di pepe colorato
200 g di pancetta affumicata a fettine sottili
Alcune foglioline di erbe, ad es. melissa

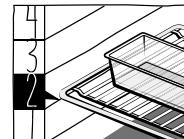
INOLTRE:

Burro per lo stampo
Per porzione
397 kcal, 1 g carb., 24 g gr., 44 g prot., 0,1 UP

PREPARAZIONE

1. Far tritare il petto di pollo direttamente dal macellaio oppure metterlo brevemente nel congelatore e tritarlo finemente con il tritatutto. Tagliare il prosciutto di tacchino a pezzettini molto piccoli e amalgamarlo al composto di petto di pollo.
2. Tritare grossolanamente i pistacchi e metterne da parte 1 cucchiaio. Aggiungere i pistacchi al composto di pollo. Aggiungere uova, panna, cognac, sale marino e pepe colorato e mescolare fino a ottenere un composto omogeneo.
3. Imburrare leggermente lo stampo a cassetta e cospargerlo con i pistacchi messi da parte. Distribuire le erbe sul fondo dello stampo. Rivestire lo stampo con le fette di pancetta. Le fette devono sovrapporsi e sporgere per metà dal bordo dello stampo.
4. Versare il composto di pollo, ripiegare le fette di pancetta sporgenti e chiudere bene i bordi. Per far ciò, con un cucchiaio spingere le fette di pancetta tra lo stampo e il composto.
5. Cuocere il pasticcio ricoperto di pancetta come indicato.
6. Una volta pronto, lasciar riposare il pasticcio e preferibilmente farlo raffreddare una notte intera in frigorifero. Dopodiché estrarlo dallo stampo e tagliarlo.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
160 °C
Emissione di vapore bassa
Tempo di cottura:
45-50 minuti



Consiglio
Servite il pasticcio freddo o caldo con mousse di mele, sughetto di pollame o insalata.



POLLO BOUILLABAISSE

Per 4 porzioni

Stampo grande per sformato

BOUILLABAISSE:

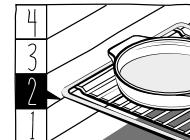
1 galletto allevato a terra da ca. 1,3 kg
4 pomodori o 1 confezione di pomodori in pezzi
4 scalogni
4 spicchi d'aglio
1 peperoncino piccolo
3 finocchi
5 ramoscelli di prezzemolo
1 mazzo di timo fresco
3 cucchiai di olio d'oliva
100 ml di liquore all'anice
1 pizzico di zafferano
4 foglie di alloro
250 ml di brodo di pollo
Sale
Pepe macinato

Per porzione
796 kcal, 11 g carb., 44 g gr., 77 g prot., 0,9 UP

PREPARAZIONE

1. La bouillabaisse va preparata almeno 9 ore prima della cottura.
2. Prima sciacquare il pollo con acqua fredda, asciugarlo tamponando e dividerlo in 10 pezzi.
3. Togliere i piccioli dai pomodori. Tagliare i pomodori e gli scalogni a dadini sottili. Schiacciare l'aglio. Tagliare il peperoncino a pezzetti. Tagliare il finocchio in pezzi grossi. Sciacquare il prezzemolo e il timo e scuotere via l'acqua.
4. Amalgamare assieme tutti gli ingredienti in una pirofila. Lasciare riposare in frigorifero coperto per almeno 8 ore.
5. Togliere lo stampo dal frigorifero e lasciare riposare ancora 1 ora. Quindi, cuocere la bouillabaisse senza coperchio come indicato.
6. Prima di servire, togliere il prezzemolo e il timo.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
150 °C
Emissione di vapore media
Tempo di cottura:
45-50 minuti



Consiglio

Si accompagna bene con pane bianco o riso. Il pane bianco si può aggiungere alla Bouillabaisse sulla griglia, negli ultimi 15 minuti di cottura.



OCA GRIGLIATA CON RIPIENO DI PANE

Per 6 porzioni

Leccarda con griglia

OCA:

1 oca giovane, ca. 3 kg, fresca o scongelata

Sale

Pepe macinato

Artemisia

FARCITURA:

3 panini del giorno precedente

100 ml di latte

3 uova

Fegato dell'oca

Cuore dell'oca

1 cipolla

1 mazzetto di prezzemolo tritato fresco

30 g di burro

Noce moscata grattugiata fresca

INOLTRE:

Spiedini di legno

Burro o acqua salata per spennellare

Per porzione

757 kcal, 13 g carb., 52 g gr., 60 g prot., 1,1 UP

PREPARAZIONE

1. Togliere le viscere dall'oca, eliminare il grasso e la ghiandola posteriore. Sciacquare l'oca con acqua fredda e asciugarla tamponando con carta da cucina. Insaporire con sale e pepe e strofinare l'interno con l'artemisia.
2. Tagliare il pane a fettine sottili e immergerlo nel latte caldo. Amalgamare le uova e il pane. Sminuzzare le interiora. Tritare la cipolla e rosolarla nel burro assieme alle interiora e insaporire. Aggiungervi il pane. Farcire l'oca e chiudere l'apertura con stecchini di legno.
3. Mettere l'oca sulla griglia con il petto rivolto verso il basso e arrostire come indicato. Dopo ca. 2 ore girare l'oca.
4. Per una pelle più croccante, ca. 10 minuti prima del termine della cottura cospargere l'oca con burro o acqua salata.

Regolazione

Aria calda CircoTherm

150 °C

Emissione di vapore bassa

Tempo di cottura:

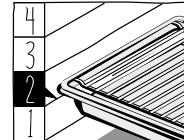
2 ore 30 minuti

Quindi

Termogrill

180 °C

Tempo di cottura: 30-40 minuti



Consiglio

Il pollo si può chiudere con il "Metodo laccio da scarpe". Infilzare degli spiedini il legno nel foro per la farcitura e legarli a croce con dello spago da cucina.

L'oca si può cuocere con il grill anche senza farcitura. In questo caso, il tempo di cottura si riduce di ca. 15 minuti.



POLLAstra NUTRITA CON MAIS CON BURRO ALLE ERBE

Per 4 porzioni

Leccarda

BURRO ALLE ERBE:

60 g di burro ammorbidente
1 cucchiaio di olio d'oliva
3 cucchiai di erbe italiane surgelate senza cipolla
Sale
Pepe macinato
Paprica dolce in polvere

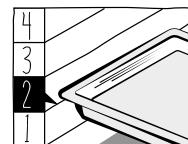
CARNE:

1 pollastra nutrita con mais da 1,6 kg
Sale
Pepe macinato
Per porzione
811 kcal, 0 g carb., 67 g gr., 53 g prot., 0 UP

PREPARAZIONE

1. Lavorare il burro con una frusta a mano fino a ottenere un composto cremoso. Aggiungere l'olio d'oliva e le erbe e mescolare. Insaporire generosamente con sale, pepe e paprica in polvere.
2. Sciacquare il pollo brevemente sotto l'acqua fredda e asciugarlo con carta da cucina. Insaporire l'interno e l'esterno con sale e pepe. Staccare delicatamente la pelle dal lato del petto. Distribuire il burro alle erbe tra la pelle e la carne del petto.
3. Mettere il pollo sulla leccarda con il petto rivolto verso il basso e arrostire come indicato.
4. Girare dopo ca. 30 minuti e ultimare la cottura.

Regolazione
Termogrill
190 °C
Emissione di vapore media
Tempo di cottura:
70-80 minuti





ANATRA CROCCANTE CON FARCITURA DI MELE AL FORNO

Per 6 porzioni

Leccarda e griglia

CARNE:

2 anatre fresche eviscerate da ca. 2,4 kg

ca. 15 g di maggiorana fresca

Sale marino

Pepe macinato

60 g di marmellata di arance

FARCITURA DI MELE AL FORNO:

4 mele acidule, ad es. Santana o Braeburn

20 g di uvetta

2 datteri freschi denocciolati

30 g di marzapane

20 g di noci tritate

SALSA:

500 ml di fondo d'anatra in vasetto o brodo di pollo

Sale marino

Pepe macinato

1 cucchiaio di marmellata di arance

1 cucchiaio di amido

INOLTRE:

Spiedini di legno

Filo da cucina

Per porzione

1123 kcal, 31 g carb., 77 g gr., 28 g prot., 2,6 UP

PREPARAZIONE

1. Sciacquare brevemente le anatre con acqua fredda, pulire accuratamente l'interno e asciugare tamponando con carta da cucina.
2. Siciacquare la maggiorana, scuotere via l'acqua e staccare le foglie. Insaporire l'interno e l'esterno delle anatre con sale marino, pepe e maggiorana. Spennellare la parte interna delle anatre con abbondante marmellata d'arance.
3. Lavare le mele ed eliminare il torsolo lasciando uno spazio abbondante. Tritare l'uvetta, i datteri e il marzapane e mescolarli con le noci. Riempire le mele con il composto di uvetta.
4. Riempire ciascuna anatra con 2 mele, chiudere il foro per la farcitura con degli stecchini e legarla a croce con dello spago da cucina.
5. Mettere le anatre sulla griglia con il petto rivolto verso il basso e arrostire come indicato.
6. Girare dopo ca. 40 minuti. A 10 minuti dalla fine della cottura, spennellare con il sugherito dell'arrosto e ultimare la cottura come indicato.
7. Togliere le anatre arrosto dal forno, adagiarle su un altro tegame e metterle al caldo.
8. Per la salsa, rimuovere il grasso in eccesso e metterlo da parte. Versare il fondo d'anatra nella leccarda. Rimuovere il fondo di cottura con un pennello da cucina, versarlo in una pentola e scaldarlo sul fornello. Insaporire la salsa con sale marino, pepe e marmellata alle arance. Mescolare l'amido con dell'acqua fredda e utilizzarlo per addensare la salsa.
9. Tagliare le anatre e servirle con la salsa.

Regolazione

Aria calda CircoTherm

170 °C

Tempo di cottura: 70 minuti

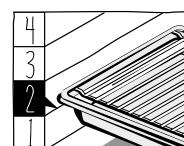
Quindi

Termogrill

170 °C

Emissione di vapore media

Tempo di cottura: 30-40 minuti



Consiglio

Il grasso d'anatra rimosso può essere spalmato freddo ad es. sul pane o utilizzato per preparare il cavolo rosso.



PETTO D'ANATRA ALL'ASIATICA

Per 4 porzioni

Leccarda con griglia

ANTRA:

2 filetti di petto d'anatra da 300 g

Sale

Pepe macinato

VERDURE:

300 g di carote

1 mazzetto di cipollotti

1 cucchiaio di olio

150 ml di brodo di pollo

5 cucchiai di salsa di soia

2 cucchiai di sherry

1 noce di zenzero fresco

100 g di germogli di bambù

150 g di germogli di fagiolo mungo

2 cucchiaini di sciroppo d'acero

Peperoncino in polvere

INOLTRE:

¼ mazzetto di coriandolo fresco

2 cucchiai di anacardi tostati

Per porzione

524 kcal, 14 g carb., 36 g gr., 36 g prot., 1,1 UP

PREPARAZIONE

1. Sciacquare i filetti di petto d'anatra con acqua fredda e asciugarli tamponando con carta da cucina. Incidere dei tagli romboidali nello strato di grasso con un coltello affilato. Strofinare con sale e pepe. Mettere i filetti sulla griglia con la pelle verso l'alto e arrostire come indicato.
2. Pelare le carote e tagliarle a rondelle in obliquo. Lavare i cipollotti, pulirli e tagliarli in quattro.
3. Mettere l'olio in una padella. Rosolarvi le carote e i cipollotti. Aggiungere il brodo di pollo, la salsa di soia e lo sherry. Schiacciare lo zenzero sbucciato con uno spremiaglio e aggiungerlo al composto. Lasciare bollire per circa 5 minuti senza coperchio.
4. Mescolare i germogli. Insaporirli con lo sciroppo d'acero, il sale, il pepe e il peperoncino in polvere.
5. Affettare i filetti di petto d'anatra in fette sottili e disporle sulle verdure. Sciacquare il coriandolo, scuotere via l'acqua e staccare le foglie. Guarnire i filetti con le foglie di coriandolo e gli anacardi.

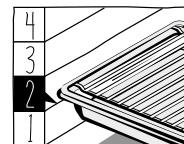
Regolazione

Termogrill

230 °C

Tempo di cottura:

25-30 minuti



Consiglio

Il grasso che cola può bruciarsi e generare fumo.

Per evitare che accada versare 125 ml d'acqua nella leccarda.



RIBEYE

Per 4 porzioni

Leccarda

MARINATA:

60 ml d'acqua
25 ml di salsa di soia scura
1 cucchiaio d'acqua
75 ml di whisky Bourbon
2 cucchiai di salsa Worcester
2 cucchiaini di succo di limone
1 cucchiaio di zucchero di canna

CARNE:

2 bistecche Ribeye (costata), da 500 g
2 cucchiai di burro chiarificato

PER CONDIRE:

Sale
Pepe nero macinato
Noce moscata grattugiata fresca

Per porzione

523 kcal, 6 g carb., 26 g gr., 56 g prot., 0,5 UP

PREPARAZIONE

1. Il giorno precedente mescolare tutti gli ingredienti per la marinata.
2. Sciacquare brevemente le bistecche con acqua fredda e asciugarle tamponando con carta da cucina. Lasciare a bagno nella marinata per almeno 24 ore. Girare ripetutamente.
3. Il giorno seguente, estrarre la carne e mettere da parte la marinata.
4. In una pentola scaldatare il burro chiarificato e rosolare la carne nel burro molto caldo per ca. 3 minuti per lato.
5. Adagiare la carne nella leccarda e cuocere come indicato.
6. Per la salsa, cuocere a fuoco lento la marinata rimasta fino ad ottenere una sorta di sciroppo. Quando la carne è pronta, aggiungere il sugherito, insaporire di nuovo e servire insieme alla carne.

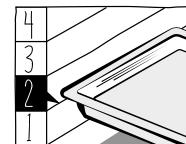
Regolazione

Riscaldamento sup./inf.

140 °C

Tempo di cottura:

30-35 minuti





ROASTBEEF CON SALSA BERNESE

Per 8 porzioni

Piastra per la carne grande

CARNE:

2 kg di roastbeef

Semi di senape

Sale

Pepe macinato

30 g di burro chiarificato

SALSA:

125 ml d'acqua

4 cucchiai di aceto di vino bianco

3 scalogni

1 cucchiaio di foglie di dragoncello

1 fogliolina d'alloro

Pepe macinato grosso

125 ml di vino bianco

4 tuorli

1 cucchiaino di amido

75 g di burro

Sale

Zucchero a piacere

Per porzione

451 kcal, 2 g carb., 23 g gr., 58 g prot., 0,1 UP

PREPARAZIONE

1. Mettere una piastra per carne sulla griglia del forno e preriscalarlo.
2. Sciacquare brevemente la carne con acqua fredda e asciugarla tamponando con carta da cucina. Cospargerla omogeneamente su tutti i lati con semi di senape, sale e pepe. In una padella o casseruola scaldare il burro chiarificato e rosolarvi a fuoco alto la carne su tutti i lati per 8-10 minuti. Disporre sulla piastra preriscaldata e cuocere lentamente come indicato.
3. Per la salsa, mettere in una pentola l'acqua, l'aceto, gli scalogni tritati finemente, le erbe aromatiche e il pepe. Fare stringere sul fuoco per ca. 5 minuti e lasciare raffreddare un po'. Filtrare e versare di nuovo il liquido nella pentola.
4. Mettere il vino, i tuorli, l'amido, il burro e il sale nella pentola e amalgamare al liquido. Sbattere con la frusta a mano sul fuoco a media intensità fino a ottenere un composto denso e spumoso. Attenzione! Non fare bollire la salsa per evitare che si formino grumi.
5. Insaporire e condire abbondantemente il roastbeef con la salsa molto calda.

Regolazione

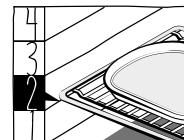
Cottura delicata

90 °C

Preriscaldamento

Tempo di cottura:

4 ore 30 min.





SPALLA DI MANZO CON SALSA DI CIPOLLINE

Per 6 porzioni

Pirofila grande con coperchio

CARNE:

2 kg di spalla di manzo, senza tendini e
senza pelle

Sale

Pepe nero macinato

1 cucchiaia di farina

50 g di burro chiarificato

SALSA:

50 g di zucchero

4 cucchiai di aceto al dragoncello

200 g di scalogni

80 g di burro

340 g di cipolline in vasetto

20 g di amido

Sale

Pepe macinato

Per porzione

787 kcal, 22 g carb., 48 g gr., 67 g prot., 1,8 UP

PREPARAZIONE

1. Sciacquare brevemente la carne con acqua fredda e asciugarla tamponando con carta da cucina. Strofinare con sale e pepe e cospargere di farina. In una pirofila scaldare il burro chiarificato e rosolare la carne su tutti i lati finché non diventa croccante. Togliere dalla pirofila.

2. Lasciar caramellare lo zucchero nel grasso di cottura e, mescolando energicamente, sfumare con l'aceto al dragoncello. Sbucciare gli scalogni. Aggiungere burro, scalogno e cipolline insieme al sugheretto delle cipolle. Adagiare sopra la carne, mettere il coperchio alla pirofila e cuocere come indicato.

3. Dopo ca. 40 minuti estrarre le cipolline e metterle da parte. A partire da questo momento irrorare più volte la carne con il sugherotto e girarla. Se necessario aggiungere un po' d'acqua.

4. A fine cottura, estrarre la carne dalla pirofila e mettere al caldo. Con un pennello da cucina staccare il sugherotto dal bordo, aggiungere ca. 500 ml d'acqua e cuocere a fuoco lento.

5. Sciogliere l'amido con un po' d'acqua, aggiungere alla salsa e continuare la cottura.

6. Filtrare la salsa con un colino a maglia stretta e insaporire con sale, pepe e aceto al dragoncello. Aggiungere le cipolline alla salsa e scaldare di nuovo il tutto. Servire la salsa assieme alla carne.

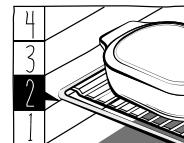
Regolazione

Riscaldamento sup./inf.

190 °C

Tempo di cottura:

3 ore - 3 ore 10 minuti





OSSOBUCO

Per 4 porzioni

Pirofila con coperchio

CARNE:

4 fettine di stinco di vitello spesse ca. 4 cm

Sale marino

Pepe macinato

4 cucchiali di farina

20 g di burro chiarificato

SALSA:

2-3 cipolle piccole

2 carote

2-3 spicchi d'aglio

1 limone bio

1 vasetto di pomodori ciliegini sbucciati

200 ml di fondo di vitello

200 ml di vino rosso secco

1 rametto di timo

1 rametto di rosmarino

2 foglie di alloro

2 cucchiali di prezzemolo tritato

Per porzione

432 kcal, 20 g carb., 16 g gr., 43 g prot., 1,6 UP

PREPARAZIONE

1. Sciacquare le fettine di stinco di vitello con acqua fredda, asciugarle tamponando con carta da cucina, insaporirle e infarinare.
2. Sbucciare le cipolle, le carote e gli spicchi d'aglio. Tagliare le cipolle e le carote in fette spesse ca. 1 cm. Tritare finemente l'aglio. Lavare il limone bio con acqua calda, asciugarlo e grattugiare la scorza.
3. Scaldare il burro chiarificato in una pirofila. Rosolare gli ossibuchi. Toglierli dalla pirofila e metterli da parte.
4. Rosolare le cipolle, le carote e l'aglio nel grasso dell'arrosto. Aggiungere alla verdura i pomodori ciliegini, il fondo di vitello, il vino rosso, le erbe e la scorza grattugiata del limone bio.
5. Adagiare la carne, far penetrare la salsa e stufare come indicato.
6. Prima di servire, insaporire ancora una volta l'ossobuco.

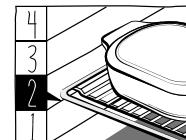
Regolazione

Riscaldamento sup./inf.

210 °C

Tempo di cottura:

1 ora 20 min. - 1 ora 30 min.





PETTO DI VITELLO FARCIITO ALLE ERBE

Per 6 porzioni

Leccarda

CARNE RIPIENA:

1,2 kg di petto di vitello con una tasca incisa
(preparato dal macellaio)
200 g di ossa di vitello tagliate a pezzi piccoli
Sale
Pepe macinato
 $\frac{1}{2}$ mazzetto di erbe miste per la salsa Frankfurter
(cerfoglio, borragine, melissa, pimpinella,
prezzemolo, acetosella e cipollina in parti uguali,
ca. 100 g in tutto)
4 fette di pane in cassetta
125 ml di latte tiepido
 $\frac{1}{2}$ limone bio
3 scalogni
3 tuorli
25 g di burro chiarificato
1 mazzetto di saperi
600 ml di brodo di carne
150 ml di panna

INOLTRE:

Filo da cucina
Ago

Per porzione

286 kcal, 1,4 g carb., 13 g gr., 40 g prot., 0,1 UP

PREPARAZIONE

1. Sciacquare brevemente il petto di vitello con acqua fredda e asciugarlo tamponando. Strofinarlo all'interno e all'esterno con sale e pepe.
2. Sciacquare le erbe miste, scuotere via l'acqua e tritare finemente. Tagliare il pane in cassetta a dadini e metterlo a bagno in un po' di latte. Lavare il mezzo limone bio con acqua calda e grattugiare la scorza.
3. Sbucciare gli scalogni e tagliarli a dadini molto piccoli. Strizzare il pane inzuppato nel latte e mescolarlo con le erbe tritate, gli scalogni a dadini, il tuorlo e la scorza di limone. Insaporire con sale e pepe. Farcire il petto di vitello e chiuderlo. Rosolare la carne e le ossa su tutti i lati nel burro chiarificato bollente.
4. Pulire i saperi e tagliarli a dadini di ca. 2 cm. Mettere la verdura a dadini sulla leccarda, adagiarsi sopra la carne e le ossa e irrorare con il grasso dell'arrosto rimanente. Versarvi la metà del brodo e cucinare come indicato.
5. Estrarre l'arrosto cotto e far riposare coperto per 5 minuti. Nel frattempo filtrare con un colino il sugheretto dell'arrosto con le verdure, versarlo in una pentola, aggiungere il resto del brodo e far cuocere insieme alla panna. Tagliare la carne a fettine e servire con la salsa.

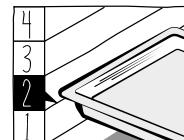
Regolazione

Termogrill

180 °C

Tempo di cottura:

70-80 minuti





FILETTO DI VITELLO IN CROSTA DI MELISSA E LIME

Per 6 porzioni

Teglia

CARNE:

2 lime bio
½ mazzetto di melissa
1 cucchiaio di pepe del Sichuan
ca. 900 g di filetto di vitello
Pepe nero macinato
1 cucchiaio di burro chiarificato

SALSA:

1 scalogno
1 cucchiaio di burro
100 ml di brodo di pollo
50 ml di vino bianco secco
400 ml di panna
1 lime bio
Sale alle erbe
Pepe nero macinato

INOLTRE:

Carta da forno

Per porzione

596 kcal, 5 g carb., 38 g gr., 52 g prot., 0,4 UP

PREPARAZIONE

1. Mettere alcuni fogli di carta da forno sul piano di lavoro. Lavare i lime sotto l'acqua calda, asciugarli e grattugiare la scorza. Sciacquare la melissa citronella, scuotere via l'acqua, staccare circa 15 foglioline e tagliarle finemente. Tenere da parte il resto per la salsa. Pestare al mortaio il pepe del Sichuan. Distribuire le foglioline sminuzzate e il pepe del Sichuan sulla carta da forno.
2. Sciacquare brevemente il filetto di vitello con acqua fredda e asciugarlo tamponando con carta da cucina. Eliminare il grasso, la pelle e i tendini dalla carne e insaporire con sale e pepe. Rosolare nel burro chiarificato caldo per ca. 4 minuti su tutti i lati.
3. Estrarre la carne dalla padella e adagiarla sulla carta da forno precedentemente preparata. Avvolgere bene il filetto ripiegando i bordi e lasciarlo arrotolato nella carta da forno per ca. 25 minuti. Dopodiché aprirlo, adagiare la carne sulla teglia e cuocere come indicato.
4. Per la salsa tritare finemente gli scalogni. Rosolare nel burro caldo e irrorare con il brodo e il vino. Aggiungere due rametti di melissa citronella e far ridurre a ca. 3 cucchiai.
5. Filtrare con un colino e versare in un'altra pentola. Portare a bollore insieme alla panna e far cuocere a fuoco più basso per ca. 15 minuti, finché la salsa non diventa leggermente cremosa. Insaporire con un po' di scorza grattugiata di lime, 1-2 cucchiai di succo di lime, sale alle erbe e un po' di pepe nero. Tritare finemente ca. 10 foglie di melissa citronella e aggiungere alla salsa.
6. Insaporire il filetto con il sale alle erbe e tagliarlo a fette. Guarnire con alcune foglie di melissa citronella e servire con la salsa calda.

Regolazione

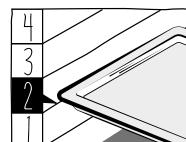
Termogrill

180 °C

Emissione di vapore bassa

Tempo di cottura:

35-40 minuti





ARROSTO DI MAIALE CON CROSTA AL MIELE E TIMO

Per 6 porzioni

Leccarda

CARNE:

2,2 kg di arrosto di spalla di maiale con cotenna,
far incidere la cotenna dal macellaio

Sale marino

Pepe nero macinato

3 spicchi d'aglio

100 ml d'acqua

VERDURE:

250 g di scalogni

200 g di sedano rapo

300 g di carote

200 g di pastinache

200 g di sedano

250 g di porri

50 ml di aceto balsamico

250 ml d'acqua

ca. 30 g di timo fresco

10 grani di pimento

PER SPENNELLARE:

1 limone

3 cucchiai di miele

Rametti di timo fresco

Per porzione

967 kcal, 24 g carb., 68 g gr., 66 g prot., 2,0 UP

PREPARAZIONE

1. Sciacquare brevemente la carne con acqua fredda e asciugarla tamponando con carta da cucina. Insaporire con sale e pepe. Adagiare sulla leccarda con la cotenna rivolta verso il basso. Sbucciare l'aglio. Aggiungere l'acqua e gli spicchi d'aglio alla carne e cuocere come indicato.
2. Sbucciare gli scalogni, il sedano rapo, le carote e la pastinaca, pulirli e tagliarli in pezzi lunghi ca. 3 cm. Lavare e pulire il sedano e il porro, tagliarli in pezzi lunghi ca. 3 cm e metterli da parte.
3. Dopo ca. 40 minuti di cottura staccare la carne dalla leccarda con delicatezza utilizzando una spatola e girarla.
4. Distribuire la verdura (tranne il porro e il sedano) sulla carne, sfumare con aceto balsamico e irrorare con acqua. Sciacquare il timo e scuotere via l'acqua. Aggiungere alla verdura insieme ai grani di pimento e continuare a cuocere per ca. 60 minuti.
5. Aggiungere il porro e il sedano e, se necessario, irrorare nuovamente con acqua e cuocere per altri 40 minuti.
6. Nel frattempo spremere un limone e mischiare il succo con il miele e 1 cucchiaino di foglie di timo.
7. Spalmare sulla carne il composto di miele e limone e ultimare la cottura.

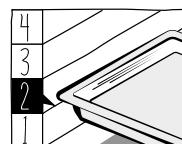
Regolazione

Riscaldamento sup./inf.

200 °C

Tempo di cottura:

ca. 2 ore 40 minuti





SELLA DI MAIALE CON SALSA DI ALBICOCCHE

Per 4 porzioni

Pirofila media

CARNE:

1,2 kg di sella di maiale intera disossata

Sale marino

Pepe macinato

2 cucchiai di burro chiarificato

2 cucchiai di aceto di vino bianco

SALSA DI ALBICOCCHE:

500 g di scalogni

750 g di albicocche fresche

5 rametti di timo

100 ml di vino bianco

100 ml di fondo di vitello

INOLTRE:

2 cipollotti

Per porzione

401 kcal, 13 g carb., 17 g gr., 46 g prot., 1,1 UP

PREPARAZIONE

1. Per la salsa sbucciare gli scalogni e tagliarli a pezzi. Lavare le albicocche, tagliarle a metà e togliere i noccioli.
2. Sciacquare brevemente la sella di maiale con acqua fredda e asciugarla tamponando con carta da cucina. Insaporire con sale marino e pepe.
3. Scaldate il burro chiarificato in un tegame e rosolarvi la carne su tutti i lati. Sfumare con aceto di vino bianco ed estrarre la carne.
4. Far dorare la metà degli scalogni e delle albicocche nel grasso dell'arrosto e aggiungere il rameetto di timo.
5. Irrorare con vino bianco e aggiungere di nuovo la carne. Cuocere in una pirofila senza coperchio come indicato.
6. Dopo ca. 45 minuti di cottura aggiungere gli scalogni e le albicocche rimanenti e il fondo di vitello.
7. Ultimare la cottura della sella di maiale. Rimuovere il rameetto di timo e insaporire la salsa.
8. Lavare i cipollotti, tagliare ad anelli la parte verde e distribuirla sulla carne prima di servire.

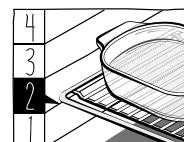
Regolazione

Termogrill

190 °C

Tempo di cottura:

60-65 minuti





MAIALE ARROSTO ALLA CANTONESE

Per 4 porzioni

Pirofila in vetro, media

CARNE:

750 g di coppa di maiale, un pezzo lungo e sottile

MARINATURA

30 g di cipollotti

20 g di zenzero fresco sbucciato

1 cucchiaino di polvere cinque spezie

1 cucchiaino di sale

1 cucchiaio di zucchero

100 ml di salsa cinese Char Siu o salsa Hoi sin

PER SPENNELLARE

2 cucchiali di miele

Per porzione

468 kcal, 20 g carb., 26 g gr., 39 g prot., 1,7 UP

PREPARAZIONE

1. Sciacquare brevemente la carne con acqua fredda, asciugarla tamponando con carta da cucina e tagliarla a metà nel senso della lunghezza.

2. Pulire i cipollotti, lavarli e tagliarli a pezzi lunghi ca. 2 cm. Tagliare lo zenzero a dadini. Amalgamare le spezie e la salsa in una ciotola. Aggiungere i cipollotti e lo zenzero. Lasciar marinare la carne nella salsa in frigorifero, coperta, per almeno 1 ora.

3. Mettere la carne in una pirofila e cuocere senza coperchio come indicato.

4. Dopo 20 minuti di cottura, spennellare la carne con il miele e girare. Nel tempo di cottura rimanente girare di nuovo la carne e spennellarla con il miele.

Regolazione

Pirofila senza coperchio sulla griglia

Aria calda CircoTherm

200 °C

Tempo di cottura: 45-50 minuti

Se si utilizza l'aria calda CircoTherm è possibile posizionare gli accessori nei livelli dall'1 al 3, a scelta.



ARROSTO DI AGNELLO CON MENTA E AGLIO

Per 6 porzioni

Leccarda e griglia

CARNE:

1,2 kg di cosciotto d'agnello disossato

MARINATA:

1 limone bio

10 rametti di menta fresca

½ mazzetto di prezzemolo

4 cucchiai di olio d'oliva

4 spicchi d'aglio tritati finemente

½ cucchiaino di pepe nero in grani,
macinato grossolanamente

INOLTRE:

Pellicola di alluminio

Per porzione

286 kcal, 1 g carb., 13 g gr., 40 g prot., 0,1 UP

PREPARAZIONE

1. Sciacquare brevemente la carne con acqua fredda e asciugarla tamponando con carta da cucina. Aprire la carne tagliandola. Incidere più volte il lato interno del cosciotto d'agnello con tagli profondi ca. 5 mm. In questo modo la marinata può penetrare bene.

2. Lavare il limone con acqua calda, asciugarlo e grattugiare la scorza. Sciacquare le foglie di menta e il prezzemolo, scuotere via l'acqua e tritare. Per la marinata, mescolare olio, aglio, menta, prezzemolo, scorza di limone e pepe.

3. Distribuire sul lato della carne inciso una metà abbondante della marinata. Frizionare l'altra parte della carne con la marinata rimanente. Mettere in una grande ciotola coperta e lasciar marinare per ca. 2 ore in frigorifero.

4. Cuocere il cosciotto di agnello come indicato.

5. Avvolgere l'arrosto in un foglio d'alluminio e lasciar riposare altri 10 minuti.

Regolazione

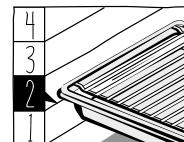
Termogrill

180 °C

Emissione di vapore bassa

Tempo di cottura con grill:

35-45 minuti



Consiglio

Con questa impostazione la carne, all'interno, diventa rosa.

Servire la carne con insalata, verdura arrosto e focaccia.



COSCIOTTI DI AGNELLO CON RIPIENO DI PERE AL PEPPERONCINO

Per 4 porzioni

Pirofila media

RIPENO:

1-2 spicchi d'aglio
½ mazzetto di prezzemolo
2 pere ad es. Williams o Abate, da ca. 180 g
1 peperoncino fresco
2 cucchiai di olio d'oliva
1-2 cucchiai di pinoli
60 g di pecorino grattugiato fresco

CARNE:

4 cosciotti di agnello da ca. 220 g,
preparati dal macellaio
Sale
Pepe macinato
3 cipolle rosse
2 cucchiai di olio d'oliva
20 g di zucchero
100 ml di vino bianco
200 ml di fondo di agnello in vasetto

INOLTRE:

Spiedini di legno

Per porzione

757 kcal, 14 g carb., 57 g gr., 45 g prot., 1,1 UP

PREPARAZIONE

1. Sbucciare l'aglio. Sciacquare il prezzemolo e scuotere via l'acqua. Tritare finemente l'aglio e il prezzemolo.
2. Sbucciare le pere, tagliarle a metà, togliere i semi e tagliarle a dadini. Lavare il peperoncino, tagliarli a metà, togliere i semi e tagliare in pezzi piccoli.
3. Scaldate l'olio in una padella. Far appassire brevemente l'aglio, il prezzemolo, le pere e il peperoncino. Aggiungere i pinoli. Versare in una ciotola e lasciar raffreddare. Amalgamarvi il pecorino.
4. Sciacquare brevemente la carne con acqua fredda, asciugarla tamponando con carta da cucina ed eventualmente tagliare via un po' dello spesso strato di grasso. Ricavare una piccola tasca e insaporire con sale e pepe. Inserire 1-2 cucchiai di ripieno di pere e chiudere le tasche con uno spiedino di legno.
5. Sbucciare le cipolle e tagliarle a fette. Far scaldata l'olio d'oliva in una padella, rosolare brevemente la carne su tutti i lati e metterla in una pirofila. Rosolare brevemente le cipolle in una padella e farle caramellare insieme allo zucchero. Sfumare con vino e fondo di agnello.
6. Versare il sughereto sulla carne e cuocere i cosciotti di agnello come indicato.
7. Una volta pronti, servire i cosciotti di agnello insieme al sughereto dell'arrosto.

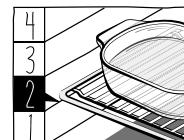
Regolazione

Termogrill

180 °C

Tempo di cottura:

25-30 minuti





SPIEDINI CARNE DI AGNELLO TRITATA

Per 4 porzioni

Griglia e leccarda

SPIEDINI DI CARNE:

1 kg di carne di agnello tritata

1 cipolla grande

3 spicchi d'aglio

2 cucchiai di olio

Sale

Pepe nero macinato

1 cucchiaino raso di cumino tritato

1 cucchiaino raso di coriandolo tritato

½ cucchiaino di cannella

1 cucchiaino di salsa harissa o

pasta di peperoncino

1 uovo

3 cucchiai di pangrattato

INOLTRE:

Olio da spennellare e per la griglia

Spiedi di metallo

Per porzione

495 kcal, 13 g carb., 26 g gr., 54 g prot., 1 UP

PREPARAZIONE

1. Farsi tritare due volte la carne dal macellaio.
2. Sbucciare la cipolla e l'aglio e tagliarli a dadini sottili. Far appassire brevemente nell'olio.
3. Aggiungere alla carne le spezie, l'uovo, il pangrattato e il composto di aglio e cipolla e amalgamare bene.
4. Ungere la griglia. Formare delle polpettine oblunghe e distribuirle su 8 spiedini di metallo.
5. Spennellare con l'olio e cuocere come indicato.

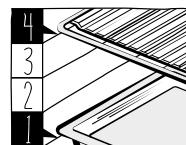
Regolazione

Grill, superficie grande

250 °C

Tempo di cottura con grill:

25-30 minuti



Consiglio

Se non si hanno a disposizione gli spiedi, si possono grigliare delle piccole polpettine come indicato.



BISTECCHE DI LOMBATA DI CERVO GRATINATE

Per 4 porzioni

Pirofila grande senza coperchio

CARNE:

1 carota piccola
40 g di sedano rapa
1 scalogno
4 bistecche di lombata di cervo da ca. 180 g,
senza pelle e senza tendini
2 cucchiai di olio di semi di girasole
Sale
Pepe macinato
200 ml di fondo di selvaggina o
fondo di vitello in vasetto

TOPPING:

1 fetta di pane per tast
1 mela acidula, ad es. Braeburn o Topaz
1 pera, ad es. Williams o Forelle
2 cucchiai di crème fraîche
Sale
Pepe macinato
1 cucchiaio di pangrattato
1 cucchiaio di nocciole tritate

Per porzione
397 kcal, 22 g carb., 16 g gr., 41 g prot., 1,9 UP

PREPARAZIONE

1. Per il topping, rimuovere i bordi del pane in cassetta e tagliarlo a dadini. Far abbrustolare in una padella antiaderente e mettere da parte.
2. Pulire i tuberi e tagliarli a fettine sottili utilizzando un pelapatate. Pelare le carote e tagliarle a striscioline.
3. Sciacquare brevemente le bistecche con acqua fredda e asciugarle tamponando con carta da cucina. Scalpare l'olio in una padella e far rosolare le bistecche su entrambi i lati. Aggiungere i tuberi e continuare a cuocere. Insaporire le bistecche con sale e pepe, aggiungerle ai tuberi rosolati nella pirofila e cuocere come indicato.
4. Togliere le bistecche dalla pirofila e tenerle al caldo.
5. Aggiungere il fondo di selvaggina al sugo di cottura, condire e, dopo averlo filtrato con un colino a maglia stretta, versarlo in una pentola. Addensare a piacere e insaporire di nuovo.
6. Per il topping, lavare mele e pere e grattugiarle finemente con la buccia. Amalgamare la crème fraîche, aggiungere i dadini di pane tostato, salare e pepare.
7. Rimettere le bistecche nella pirofila e distribuirvi sopra il topping. Mescolare le noci con il pangrattato, distribuirli sopra le bistecche e gratinare a livello 3 come indicato.
8. Servire le bistecche di lombata di cervo insieme alla salsa.

Regolazione

Riscaldamento sup./inf.

160 °C

Tempo di cottura: 25 minuti

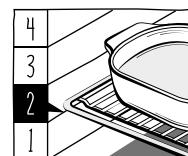
Gratinare:

Pirofila senza coperchio sulla
griglia, livello 3

Grill, superficie grande

290 °C (intenso)

Tempo di cottura con grill: 10-12 minuti





ARROSTO DI CERVO IN SALSA AL VINO ROSSO E GINEPRO

Per 8 porzioni

Pirofila grande con coperchio

CARNE:

1,5-2 kg di arrosto di coscia di cervo disossato

Sale

Pepe macinato

30 g di burro chiarificato

30 g di burro

SALSA:

1 cipolla media

2 carote piccole

1 piccolo pezzo di sedano rapa

½ gambo di porro

2 spicchi d'aglio piccoli

Alcune bacche di ginepro

30 g di burro

20 g di zucchero

5 rametti di timo

1 cucchiaino di concentrato di pomodoro

250 ml di vino rosso asprigno

2-3 chiodi di garofano

1 foglia di alloro

1 stecca di cannella

250 ml di fondo di selvaggina in vasetto

1 punta di coltello di senape piccante

Zucchero

2 cucchiai di mirtilli rossi in vasetto

Per porzione

494 kcal, 12 g carb., 23 g gr., 54 g prot., 1,0 UP

PREPARAZIONE

1. Sciacquare brevemente la carne con acqua fredda e asciugarla tamponando con carta da cucina. Insaporire con sale e pepe.
2. Pulire e sbucciare i tuberi. Tagliare il porro nel senso della lunghezza e lavare accuratamente. Tagliare la verdura in pezzi da 1-2 cm.
3. Scaldate il burro chiarificato in una pirofila e rosolarvi bene la carne su tutti i lati.
4. Togliere la carne dalla pirofila e metterla da parte.
5. Far cuocere brevemente la verdura, l'aglio e le bacche di ginepro nel sugherotto dell'arrosto.
6. Mettere 30 g di burro nella pirofila, aggiungere lo zucchero e lasciar caramellare. Aggiungere il timo per aromatizzare il sugherotto. Aggiungere il concentrato di pomodoro, rosolare e sfumare con ca. 100 ml di vino rosso. Aggiungere i chiodi di garofano, le foglie di alloro e la stecca di cannella e far addensare la salsa. Irrorare con il fondo di selvaggina.
7. Adagiare nuovamente la carne sulla pirofila e spennellarla con 30 g di burro. Mettere il coperchio e cuocere la carne come indicato. Dopo 1 ora e 20 minuti girare e da questo momento irrorare più volte con il sugherotto dell'arrosto.
8. A fine cottura togliere la carne dalla pirofila e tenerla al caldo. Filtrare la salsa con un colino a maglia stretta e passare la verdura. Versare il resto del vino rosso e insaporire con sale e pepe. Far addensare la salsa a piacere e condire con senape, zucchero e mirtilli rossi.

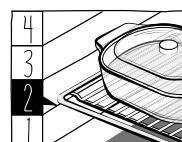
Regolazione

Riscaldamento sup./inf.

170 °C

Tempo di cottura:

3 ore - 3 ore 10 minuti



Consiglio

Per addensare la salsa, mischiare 1 cucchiaino di amido con un po' d'acqua fredda, mescolare velocemente con una frusta, aggiungere alla salsa mescolando e riportare a bollore.



ARROSTO DI CINGHIALE CON SALSA DI SAMBUCO E MELE CARAMELLATE

Per 6 porzioni

Pirofila grande con coperchio

CARNE:

1,5 kg di arrosto di coscia di cinghiale disossato

Sale

Pepe macinato

30 g di burro chiarificato

SALSA:

1 cipolla media

2 carote piccole

1 piccolo pezzo di sedano rapa

½ gambo di porro

2 spicchi d'aglio piccoli

1 mela acidula, ad es. Braeburn o Topaz

5 rametti di timo

½ arancia bio

1 cucchiaio di concentrato di pomodoro

60 g di burro

20 g di zucchero

250 ml di vino rosso amaro

Alcune bacche di ginepro

250 ml di fondo di selvaggina

60 g di confettura di sambuco

MELE:

2 mele acidule, ad es. Braeburn o Topaz

40 g di burro

20 g di zucchero

Per porzione

728 kcal, 28 g carb., 43 g gr., 52 g prot., 2,3 UP

PREPARAZIONE

1. Sciacquare brevemente la carne con acqua fredda e asciugarla tamponando con carta da cucina. Insaporire con sale e pepe.
2. Pulire e sbucciare i tuberi. Tagliare il porro nel senso della lunghezza e lavare accuratamente. Sbucciare gli spicchi d'aglio. Tagliare la verdura in pezzi da ca. 1-2 cm. Lavare la mela, dividerla in quattro, togliere i semi e tagliarla a fette.
3. Scaldare il burro chiarificato in una pirofila e rosolarvi bene la carne su tutti i lati.
4. Togliere la carne dalla pirofila e metterla da parte.
5. Far rosolare brevemente la verdura e gli spicchi d'aglio nel grasso dell'arrosto. Aggiungere il rametto di timo, la scorza di metà arancia e le fette di mela. Aggiungere il concentrato di pomodoro e far rosolare brevemente.
6. Mettere 30 g di burro nella pirofila, aggiungere lo zucchero e lasciar caramellare. Sfumare con ca. 100 ml di vino rosso. Schiacciare le bacche di ginepro e aggiungerle. Lasciar ridurre il sugherello e aggiungervi il fondo di selvaggina.
7. Adagiare nuovamente la carne sulla pirofila e spennellarla con 30 g di burro. Chiudere il coperchio e cuocere la carne come indicato. Dopo 1 ora e 20 minuti girare e da questo momento irrorare più volte con il sugherello dell'arrosto.
8. A fine cottura togliere la carne dalla pirofila e tenerla al caldo. Filtrare la salsa con un colino a maglia stretta e passare la verdura. Versare il vino rimanente, lasciar cuocere a fuoco basso e insaporire con sale e pepe. Addensare la salsa a piacere. Amalgamarvi la confettura di sambuco e insaporire di nuovo la salsa.
9. Lavare le mele da caramellare, dividerle in quattro, togliere i semi e tagliarle a fette. Fondere il burro nella padella e rosolarvi brevemente le mele. Distribuirvi sopra lo zucchero e lasciar caramellare.

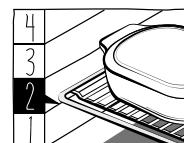
Regolazione

Riscaldamento sup./inf.

190 °C

Tempo di cottura:

2 ore 40 min. - 2 ore 50 min.



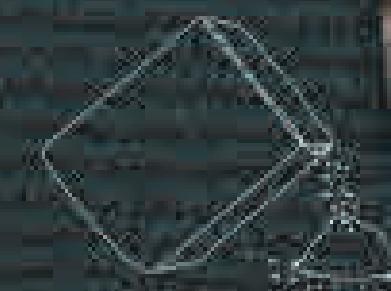
Consiglio

Per addensare la salsa, mischiare 1 cucchiaio di amido con un po' d'acqua fredda, mescolare velocemente con una frusta, aggiungere alla salsa mescolando e riportare a bollore.





DOLCI E PASTICCINI,
DESSERT E TORTE



TORTA AL BURRO – RICETTA BASE PER PASTA LIEVITATA

Per ca. 16 pezzi

Teglia

PASTA LIEVITATA:

375 g di farina
1 bustina di lievito secco
75 g di zucchero
1 pizzico di sale
150 ml di latte tiepido
75 g di burro ammorbidito
1 uovo

COPERTURA:

100 g di burro
4 cucchiaini di sciroppo di sambuco o
sciroppo di lime
100 g di zucchero
100 g di mandorle tritate o mandorle a scaglie

INOLTRE:

Burro per la teglia
Per pezzo
271 kcal, 30 g carb., 14 g gr., 5 g prot., 2,5 UP

PREPARAZIONE

1. Per la pasta lievitata, mescolare la farina e il lievito in una ciotola. Unire tutti gli altri ingredienti e lavorare bene l'impasto per ca. 10 minuti con la frusta elettrica o con un robot da cucina. Lasciar lievitare in un luogo caldo finché il volume dell'impasto non sarà raddoppiato.
2. Imburcare la teglia e stendervi sopra l'impasto. Bucherellarlo più volte con una forchetta e lasciarlo lievitare coperto.
3. Per la copertura, mescolare il burro con lo sciroppo. Con un cucchiaino, distribuire poco alla volta il composto di burro sull'impasto steso. Cospargere con la metà dello zucchero e poi con le mandorle e il resto dello zucchero.
4. Cuocere la torta al burro come indicato.

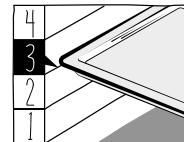
Regolazione

Riscaldamento sup./inf.

170 °C

Tempo di cottura:

20-25 minuti



Consiglio

È possibile far lievitare l'impasto anche in forno.

Impostare il livello di lievitazione 1.



TORTA ALLE PRUGNE

Per ca. 20 pezzi

Leccarda

PASTA LIEVITATA:

500 g di farina
1 bustina di lievito secco
1 limone bio
100 g di zucchero
ca. 125 ml di latte tiepido
1 bustina di zucchero vanigliato
1 pizzico di sale
100 g di burro
1 uovo

FARCITURA DI FRUTTA:

ca. 2,5 kg di prugne
25 g di pangrattato

INOLTRE:

Burro per la teglia
Per pezzo
216 kcal, 36 g carb., 6 g gr., 4 g prot., 3,0 UP

PREPARAZIONE

1. Per la pasta lievitata, mescolare la farina e il lievito in una ciotola. Lavare il limone con acqua calda, asciugarlo e grattugiare la scorza. Aggiungere a tutti gli altri ingredienti e lavorare bene l'impasto.
2. Lasciare riposare in un luogo caldo per 30 minuti. Il volume della pasta deve più o meno raddoppiare.
3. Lavare le prugne, togliere i noccioli e tagliarle a metà.
4. Imburcare la leccarda. Stendervi l'impasto lievitato e punzecchiarlo più volte con una forchetta. Lasciare lievitare nuovamente.
5. Cospargere di pangrattato il fondo della pasta. Distribuire uniformemente le prugne sulla sfoglia e cuocere in forno come indicato.

Regolazione

Leccarda

Aria calda CircoTherm

170 °C

Tempo di cottura: 40-50 minuti

Se si utilizza l'aria calda CircoTherm è possibile posizionare gli accessori nei livelli dall'1 al 3, a scelta.

Consiglio

Al posto del pangrattato, si può cospargere la pasta anche con mandorle o nocciole tritate. Cospargendo il fondo si evita che si inumidisca troppo.



GUGELHUPF CON NOCI E MARZAPANE

Per ca. 12 porzioni

Stampo per Gugelhupf

IMPASTO:

100 g di burro
100 g di zucchero
2 tuorli
1 uovo
500 g di farina
2 bustine di lievito secco
1 pizzico di sale
250 ml di latte
Alcune gocce di olio di mandorle amare
2 cucchiai di rum
50 g di uvetta o 100 g di cranberry secchi
25 g di scorza di limone candita, tritata molto finemente
25 g di arancia candita, tritata molto finemente
100 g di noci tritate grossolanamente
100 g di marzapane tagliato fine

INOLTRE:

Burro per lo stampo
Pangrattato per cospargere lo stampo
Zucchero a velo per la guarnitura

Per porzione
409 kcal, 50 g carb., 19 g gr., 9 g prot., 4,1 UP

PREPARAZIONE

1. Imburrire bene lo stampo e cospargerlo di pangrattato.
2. Mescolare lo zucchero e il burro fino a ottenere un composto spumoso. Aggiungere i tuorli e l'uovo.
3. Mescolare la farina e il lievito in una ciotola e aggiungere 1 pizzico di sale. Mescolare al composto di uova aggiungendo alternatamente latte e olio di mandorle amare. Aggiungere il rum.
4. Lavorare bene l'impasto finché non assume un aspetto uniforme e lucido. Aggiungere gli ingredienti rimanenti e impastare brevemente.
5. Sul piano di lavoro infarinato formare un rotolo, adagiarlo sullo stampo preparato e farlo riposare per ca. 50 minuti in un luogo caldo.
6. Cuocere la torta come indicato.
7. Estrarre il Gugelhupf dallo stampo e lasciarlo raffreddare. Cospargere con un po' di zucchero a velo.

Regolazione

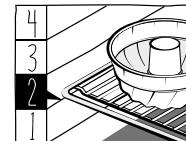
Aria calda CircoTherm

180 °C

Emissione di vapore bassa

Tempo di cottura:

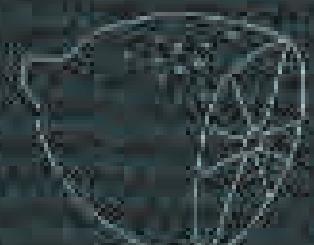
60-70 minuti



Consiglio

È possibile far lievitare l'impasto anche in forno.

Impostare il livello di lievitazione 1.



CHRISTSTOLLEN AROMATIZZATO CON MARZAPANE

Per ca. 16 fette

Teglia

FARCITURA DI FRUTTA:

½ limone bio
20 ml di rum o cognac
20 ml di acqua
40 g di uvetta di Corinto
60 g di uvetta
25 g di scorza d'arancia candita, tritata molto finemente
25 g di scorza di limone candita, tritata molto finemente
¼ cucchiaino di zenzero grattugiato
¼ cucchiaino di cannella
¼ cucchiaino di cardamomo
¼ cucchiaino di noce moscata

PASTA LIEVITATA:

40 g di mandorle a pezzetti
350 g di farina
1 bustina di lievito essiccato
100 ml di latte tiepido
20 g di zucchero
1 bustina di zucchero vanigliato
1 uovo
½ cucchiaino di sale
100 g di burro
125 g di marzapane

INOLTRE:

50 g di farina per il piano di lavoro
Carta da forno
100 g di burro, 20 g di zucchero molto fine

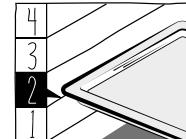
Per fetta

292 kcal, 32 g carb., 15 g gr., 5 g prot., 2,7 UP

PREPARAZIONE

1. Il giorno precedente lavare la metà del limone sotto l'acqua calda, asciugarla e grattugiare la scorza. Mettere in una ciotola insieme agli altri ingredienti per la miscela di frutta e lasciar riposare coperta per tutta la notte.
2. Far tostare leggermente le mandorle a pezzetti in una padella finché non emanano il profumo della tostatura. Poi far raffreddare.
3. Per la pasta lievitata mescolare la farina e il lievito in una ciotola. Aggiungere latte, zucchero, zucchero vanigliato, uovo, sale e burro e creare un impasto omogeneo. Tagliare il marzapane a pezzettini e poi amalgamarlo con le mandorle e la miscela di frutta. Far riposare la pasta lievitata coperta in un luogo caldo finché il volume dell'impasto non sarà raddoppiato.
4. Lavorare di nuovo l'impasto sul piano di lavoro infarinato e formare un quadrato. Piegare i lati in modo da realizzare la classica forma dello stollen.
5. Adagiare lo stollen su una teglia rivestita di carta da forno e far riposare ancora per 30 minuti a temperatura ambiente. Cuocere in forno come indicato.
6. Scaldare il burro e spalmarlo sullo stollen ancora caldo. Cospargere con lo zucchero.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
170 °C
Emissione di vapore bassa
Tempo di cottura:
35-40 minuti



Consiglio
È possibile far lievitare l'impasto anche in forno.
Impostare il livello di lievitazione 1.
Lo stollen è più buono se mangiato fresco.
Per conservarlo, avvolgerlo in un foglio di alluminio.



TRECCIA ALL'UVETTA

Per ca. 20 fette

Teglia

PASTA LIEVITATA:

500 g di farina
1 bustina e ½ di lievito secco
100 g di zucchero
1 bustina di zucchero vanigliato
1 pizzico di sale
100 g di burro
2 uova
ca. 125 ml di latte tiepido
100 g di uvetta

PER SPENNELLARE

1 tuorlo
2 cucchiai di latte

INOLTRE:

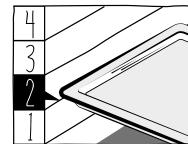
Carta da forno

Per fetta
182 kcal, 28 g carb., 6 g gr., 4 g prot., 2,3 UP

PREPARAZIONE

1. Per la pasta lievitata, mescolare la farina e il lievito in una ciotola. Aggiungere tutti gli altri ingredienti e lavorare bene l'impasto. Lasciare riposare in un luogo caldo per 20-30 minuti.
2. Lavorare ancora una volta l'impasto e ricavarne 3 pezzi di dimensioni uguali. Formare un rotolo con ognuna delle 3 parti e intrecciarle formando una treccia.
3. Rivestire la teglia con carta da forno. Adagiarevi sopra la treccia e far lievitare per altri 20 minuti. La treccia deve lievitare bene e il volume aumentare della metà.
4. Sbattere i tuorli con il latte. Spennellare la treccia e cuocere come indicato.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
150 °C
Emissione di vapore media
Tempo di cottura:
25-35 minuti



Consiglio

È possibile far lievitare l'impasto anche in forno.
Impostare il livello di lievitazione 1.
Se lo si spennella con un composto di tuorlo e latte, l'esterno della treccia diventa bello dorato.
Al posto dell'uvetta è possibile aggiungere all'impasto anche scaglie di cioccolato.



TORTA ALL'UVA SPINA CON TOPPING DI MANDORLE – RICETTA BASE PER L'IMPASTO MORBIDO

Per ca. 12 porzioni

Stampo a cerniera Ø 26 cm

IMPASTO:

200 g di burro ammorbidente

200 g di zucchero

4 uova

200 g di farina

1 cucchiaino di lievito in polvere

TOPPING:

400 g di uva spina

50 g di scaglie di mandorle

30 g di zucchero

INOLTRE:

Burro per lo stampo

Zucchero a velo per la guarnitura

Per porzione

336 kcal, 36 g carb., 19 g gr., 6 g prot., 3,0 UP

PREPARAZIONE

1. Mescolare lo zucchero e il burro fino a ottenere un composto spumoso. Amalgamare le uova un po' alla volta.

2. Mescolare la farina con il lievito e aggiungere al composto spumoso.

3. Versare l'impasto in uno stampo a cerniera imburrato. Sciacquare brevemente l'uva spina, asciugarla tamponando e distribuirla sull'impasto.

4. Cospargere con le mandorle e lo zucchero e cuocere la torta nel forno come indicato.

5. Cospargere la torta pronta e ancora calda con lo zucchero a velo.

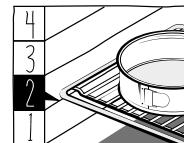
Regolazione

Riscaldamento sup./inf.

170 °C

Tempo di cottura:

50-60 minuti



Consiglio

Al posto dell'uva spina si possono utilizzare anche rabarbaro, ribes, mele o albicocche.



BASE PER TORTA AD IMPASTO MORBIDO

Per 12 porzioni

Stampo per base della torta alla frutta Ø 30 cm

IMPASTO MORBIDO:

1 arancia bio o limone bio
100 g di burro
100 g di zucchero
1 bustina di zucchero vanigliato
2 uova
250 g di farina
3 cucchiaini rasi di lievito in polvere
70 ml di latte
1 pizzico di sale

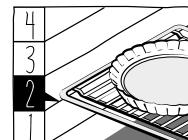
INOLTRE:

Burro per lo stampo
Pangrattato per cospargere lo stampo
Per porzione
119 kcal, 10 g carb., 8 g gr., 1 g prot., 0,9 UP

PREPARAZIONE

1. Imburrire uno stampo scuro per base della torta alla frutta e cospargerlo di pangrattato.
2. Lavare l'arancia o il limone con acqua calda, asciugare e grattugiare 1 cucchiaino di scorza.
3. Lavorare il burro fino a ottenere un composto spumoso. Unirvi lo zucchero, la vanillina e le uova e amalgamare.
4. Mescolare la farina e il lievito. Amalgamare al composto il latte, il sale e 1 cucchiaino di scorza d'arancia o di limone.
5. Distribuire uniformemente l'impasto nello stampo. Cuocere in forno come indicato.
6. Una volta completata la cottura, rovesciare subito la base della torta su una gratella per dolci e lasciare raffreddare.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
160 °C
Emissione di vapore bassa
Tempo di cottura:
20-30 minuti





TORTINE MARMORIZZATE IN VASSETTO

Per 4 porzioni

4 vasetti per conserva da 290 ml

IMPASTO CHIARO:

125 g di farina
40 g di amido
1 cucchiaio di lievito in polvere
50 g di zucchero
1 pizzico di sale
80 g di burro
2 uova
ca. 100 ml di latte
½ limone bio

IMPASTO SCURO:

40 g di zucchero
10 g di cacao
20 g di mandorle tritate
ca. 2 cucchiai di latte
ca. 10 g di cioccolato fondente con
il 70% di cacao

INOLTRE:

Burro per i vasetti
1-2 cucchiai di pangrattato per spolverare
Per vasetto
496 kcal, 58 g carb., 25 g gr., 10 g prot., 4,9 UP

PREPARAZIONE

1. Imburcare i vasetti e spolverarli con il pangrattato.
2. Per l'impasto mescolare farina, amido e lievito e setacciare in una terrina alta.
3. Aggiungere lo zucchero, il sale, il burro ammorbidito, le uova e il latte. Mescolare gli ingredienti con la frusta elettrica o con il robot da cucina, partendo da una velocità bassa e poi aumentando. Non mescolare troppo a lungo.
4. Lavare il limone con acqua calda e grattugiare la scorza. Aromatizzare metà dell'impasto con la scorza di limone e versarlo nei vasetti.
5. Amalgamare al resto dell'impasto lo zucchero, il cacao, le mandorle e il latte e metterlo sopra l'impasto chiaro. Tagliare il cioccolato amaro a pezzettini e inserirli nell'impasto scuro. Con una forchetta, marmorizzare entrambi gli impasti a spirale.
6. Mettere i vasetti sulla griglia e cuocere le torte marmorizzate come indicato.

Regolazione

Vasetti sulla griglia

Aria calda CircoTherm

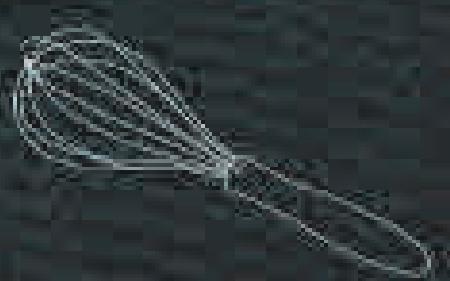
170 °C

Tempo di cottura: 45-50 minuti

Se si utilizza l'aria calda CircoTherm è possibile posizionare gli accessori nei livelli dall'1 al 3, a scelta.

Consiglio

Per una torta marmorizzata nello stampo a cassetta da 30 cm utilizzare il doppio dell'impasto. Mettere lo stampo a cassetta sulla griglia e impostare come segue: aria calda CircoTherm, 170 °C, tempo di cottura 60-65 minuti.



TORTA AL RABARBARO CON MERINGA

Per ca. 20 porzioni

Leccarda

FARCITURA:

1250 g di rabarbaro

100 g di zucchero

IMPASTO MORBIDO:

225 g di burro

200 g di zucchero

2 bustine di zucchero vanigliato

4 uova

500 g di farina

1 bustina di lievito in polvere

1 pizzico di sale

MERINGA:

6 albumi

275 g di zucchero

INOLTRE:

Burro per la teglia

Per porzione

201 kcal, 22 g carb., 11 g gr., 3 g prot., 1,8 UP

PREPARAZIONE

1. Pulire il rabarbaro, lavarlo, tagliarlo a pezzetti lunghi ca. 3 cm e metterlo in una ciotola. Cospargere con lo zucchero.
2. Per l'impasto morbido, lavorare il burro con lo zucchero e lo zucchero vanigliato fino a ottenere un composto spumoso. Amalgamare le uova un po' alla volta.
3. Mescolare la farina, il lievito e il sale e amalgamarli al composto spumoso.
4. Imburrare la leccarda. Versarvi l'impasto e stenderlo uniformemente.
5. Asciugare il rabarbaro tamponando e distribuirlo sull'impasto. Far cuocere il tutto per 20 minuti come indicato.
6. Per la meringa, montare a neve ferma gli albumi e aggiungere poco alla volta lo zucchero.
7. Distribuire il composto di albumi sulla torta di rabarbaro precedentemente cotta e ultimare la cottura nel forno come indicato.

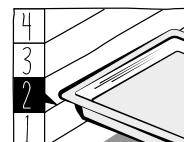
Regolazione

Riscaldamento sup./inf.

180 °C

Tempo di cottura:

45-55 minuti



Consiglio

Per questo dolce, si può impiegare anche altra frutta dal sapore aspro, come ad es. uva spina o ribes.



CROSTATA AROMATIZZATA CON CIOCCOLATO ALL'ESPRESSO

Per 12 porzioni

Stampo a cerniera Ø 26 cm

IMPASTO:

200 g di cioccolato fondente

125 g di burro

1 cucchiaio di latte

75 ml di espresso

40 g di cacao

1 pizzico di sale

1 cucchiaino colmo di spezie in polvere come

cardamomo, cannella, chiodi di garofano,
pimento

2 bustine di zucchero vanigliato

5 uova

150 g di zucchero molto fine

100 g di mandorle tritate

FARCITURA:

400 ml di panna

2 cucchiali di zucchero

spezie in polvere, come cardamomo, cannella,
chiodi di garofano, pimento per cospargere

INOLTRE:

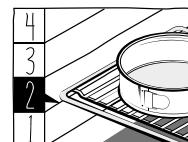
Carta da forno

Per porzione

406 kcal, 23 g carb., 32 g gr., 8 g prot., 1,9 UP

PREPARAZIONE

1. Sminuzzare il cioccolato fondente e metterlo in una ciotola resistente al calore. Aggiungere il burro e il latte e sciogliere a bagnomaria. Versarvi l'espresso e mescolare.
2. Setacciare finemente il cacao. Aggiungere le spezie in polvere e lo zucchero vanigliato.
3. Preriscaldare il forno.
4. Mescolare le uova e lo zucchero fino a ottenere un composto spumoso. Amalgamare con cautela il composto di cioccolato. Aggiungere le mandorle e la miscela di cacao.
5. Rivestire il fondo dello stampo a cerniera con carta da forno. Versarvi l'impasto e cuocere come indicato. Lasciar raffreddare la crostata nello stampo per un po', quindi estrarla e lasciarla raffreddare completamente.
6. Montare la panna e spalmarla sulla crostata. Mescolare lo zucchero e le spezie in polvere e distribuirli sulla panna.



Regolazione

Riscaldamento sup./inf.

210 °C

Preriscaldamento

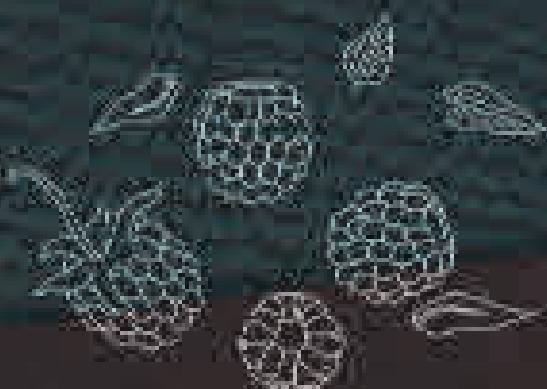
Emissione di vapore forte

Tempo di cottura:

ca. 25 minuti

Consiglio

E' possibile far sciogliere la cioccolata anche nel forno a microonde.



TORTA ALLA FRUTTA – RICETTA BASE PER LA PASTA FROLLA

Per ca. 12 porzioni

Stampo a cerniera Ø 26 cm

PASTA FROLLA:

250 g di farina

1 punta di coltello di lievito in polvere

80-100 g di zucchero

1 pizzico di sale

1 uovo

125 g di burro

FARCITURA:

2-3 cucchiai di mandorle tritate o pangrattato

ca. 750 g di frutta

Gelatina per torte

2 cucchiai di zucchero

INOLTRE:

Burro per lo stampo

Carta da forno

Legumi secchi per cuocere il fondo

Per porzione

259 kcal, 35 g carb., 11 g gr., 4 g prot., 2,9 UP

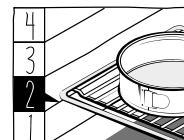
PREPARAZIONE

1. Per la pasta frolla mescolare tutti gli ingredienti secchi in una ciotola. Aggiungere l'uovo, tagliare il burro freddo a pezzetti e distribuirlo sul composto. Con la frusta elettrica o il robot da cucina impastare partendo da una velocità bassa e poi aumentando fino a ottenere un impasto omogeneo.

2. Imburcare lo stampo e rivestirlo con due terzi dell'impasto. Con il resto dell'impasto formare un rotolo e applicarlo sul bordo dello stampo a un'altezza di ca. 2 cm. Riporre l'impasto in frigorifero per 30-60 minuti.

3. Bucherellare più volte con una forchetta l'impasto sul fondo dello stampo. Rivestire il fondo e il bordo dello stampo con carta da forno e versarvi i legumi. Cuocere la torta come indicato.

4. Togliere i legumi e la carta da forno e fare raffreddare la base della torta. Poi cospargere con mandorle e frutta fresca o frutta in barattolo sgocciolata. Preparare la gelatina con 2 cucchiai di zucchero come indicato sulla confezione. Ricoprirvi la frutta.



Regolazione

Riscaldamento sup./inf.

180 °C

Tempo di cottura:

30-40 minuti

Consiglio

Utilizzare zucchero più fine possibile, in modo che si sciolga velocemente nell'impasto.



TORTA DI MELE COPERTA

Per ca. 12 fette

Stampo a cerniera Ø 26 cm

PASTA FROLLA:

300 g di farina
½ cucchiaino di lievito in polvere
70 g di zucchero
1 uovo
40 g di panna acida
160 g di burro

FARCITURA:

1,5 kg di mele
40 g di zucchero
50 g di mandorle tritate
1-2 cucchiai di liquore Arrak
1 cucchiaio di succo di limone

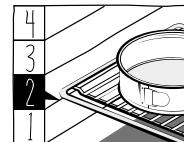
INOLTRE:

1 uovo per spennellare
Burro per lo stampo
Per pezzo
342 kcal, 43 g carb., 16 g gr., 5 g prot., 3,0 UP

PREPARAZIONE

1. Per la pasta frolla mescolare tutti gli ingredienti secchi. Aggiungere l'uovo e la panna acida, tagliare il burro a pezzetti e distribuirli sopra il composto. Impastare velocemente con la frusta elettrica o il robot da cucina partendo da una velocità bassa e poi aumentando. Formare una palla e schiacciarla. Avvolgerla nella pellicola e metterla in frigorifero per almeno 30 minuti.
2. Per il ripieno, sbucciare le mele, togliere il torsolo, tagliarle a fette di circa 3 mm e mescolarle agli altri ingredienti.
3. Imburcare lo stampo. Stendere due terzi della pasta sul fondo formando un bordo spesso ca. 4 cm. Bucherellare più volte con una forchetta l'impasto sul fondo dello stampo.
4. Distribuire uniformemente il ripieno sulla sfoglia. Con la pasta restante fare una sfoglia per la copertura. Ricoprire la farcitura di mele e chiudere bene il bordo.
5. Sbattere l'uovo e spalmarlo sopra la torta. Utilizzando una forchetta, disegnare delle linee e fare più fori con uno stecchino.
6. Cuocere la torta come indicato.

Regolazione
Riscaldamento sup./inf.
190 °C
Tempo di cottura:
60-70 minuti



Consiglio

La torta è ottima anche aggiungendo al ripieno 150 g di uvetta.



TORTA DI QUARK AROMATIZZATA ALLA VANIGLIA

Per ca. 12 porzioni

Stampo a cerniera Ø 26 cm

PASTA FROLLA:

200 g di farina
1 pizzico di sale
75 g di zucchero
1 cucchiaino di lievito in polvere
75 g di burro
1 stecca di vaniglia
1 uovo

COMPOSTO A BASE DI QUARK:

1 limone bio
1 stecca di vaniglia
3 uova
100 g di zucchero
500 g di panna acida
250 g di quark
 $\frac{1}{2}$ bustina di polvere per budino alla vaniglia
100 ml di panna

INOLTRE:

Burro per lo stampo
Per porzione
324 kcal, 31 g carb., 19 g gr., 8 g prot., 2,6 UP

PREPARAZIONE

1. Imburrire solo il fondo dello stampo a cerniera.
2. Per la pasta frolla mescolare tutti gli ingredienti secchi in una ciotola. Tagliare il burro freddo a pezzetti e distribuirlo sul composto. Lavorare con la frusta elettrica o il robot da cucina ad una velocità bassa, fino ad ottenere un composto sabbioso e bricioioso.
3. Aprire la stecca di vaniglia nel senso della lunghezza ed estrarre i semi raschiando. Sbattere l'uovo con una forchetta, aggiungere i semi di vaniglia e amalgamare all'impasto e lavorare rapidamente fino a ottenere un impasto omogeneo.
4. Rivestire il fondo dello stampo con due terzi dell'impasto. Con il resto formare un rotolo e premere la pasta creando un bordo alto 2-3 cm. Bucherellare più volte il fondo con una forchetta e riporre in frigorifero per ca. 40 minuti.
5. Lavare il limone con acqua calda, asciugarlo e grattugiare la scorza. Tagliare la stecca di vaniglia nel senso della lunghezza ed estrarre i semi raschiando. Mescolare insieme la scorza di limone, i semi di vaniglia e tutti gli altri ingredienti per il composto di quark. Versare nello stampo e cuocere la torta come indicato.

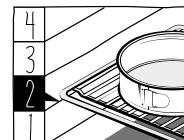
Regolazione

Riscaldamento sup./inf.

180 °C

Tempo di cottura:

60-80 minuti





APPLE PIE INGLESE

Per ca. 12 porzioni

Stampo per crostata Ø 27 cm

PASTA FROLLA:

350 g di farina
½ cucchiaino di sale
150 g di burro
ca. 75 ml d'acqua, freddissima

FARCITURA:

1 limone bio
750 g di mele acidule
4 albicocche secche
1 pezzettino di zenzero candito
1 pizzico di cannella
50 g di zucchero

INOLTRE:

1 uovo per spennellare
Burro per lo stampo

Per porzione
246 kcal, 32 g carb., 11 g gr., 4 g prot., 2,7 UP

PREPARAZIONE

1. Mescolare la farina e il sale in una ciotola. Tagliare il burro a pezzettini e aggiungerlo alla farina. Lavorare ad una velocità bassa con la frusta elettrica o il robot da cucina fino ad ottenere un composto sabbioso e brioloso. Aggiungere l'acqua fredda al composto di farina e lavorare solo brevemente. Formare una palla con l'impasto, schiacciarla, avvolgerla nella pellicola trasparente e riporre in frigorifero per ca. 30 minuti.
2. Lavare il limone sotto l'acqua calda e asciugarlo. Grattugiare la scorza e metterla da parte. Sbucciare le mele ed eliminare il torsolo. Grattugiare grossolanamente le mele e irrorarle con un po' di succo di limone.
3. Tagliare le albicocche e lo zenzero a pezzetti molto piccoli, aggiungerli alle mele e amalgamare con la cannella, lo zucchero e la scorza di limone grattugiata.
4. Imburrare bene lo stampo. Stendere ca. due terzi dell'impasto sul piano di lavoro infarinato, ricoprire lo stampo e sollevarlo sui bordi. Bucherellare più volte l'impasto con una forchetta e distribuirvi in maniera omogenea il composto di mele. Stendere la pasta restante, tagliare delle strisce della stessa larghezza e disporle sulle mele formando una sorta di griglia.
5. Sbattere l'uovo con una forchetta e spennellare le strisce di pasta. Cuocere in forno come indicato.

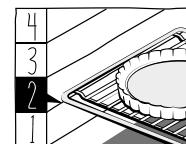
Regolazione

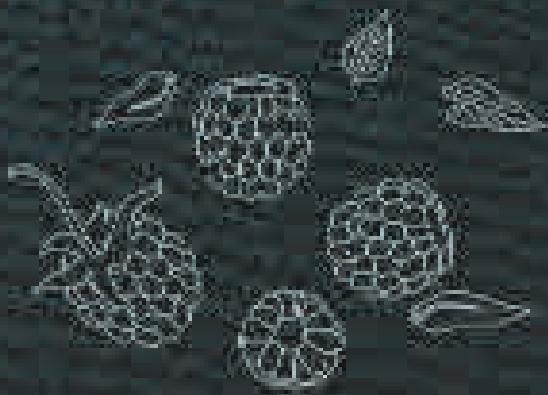
Riscaldamento sup./inf.

200 °C

Tempo di cottura:

60-65 minuti





TORTA ALLA FRUTTA CON LAMPONI – RICETTA BASE PER IL PAN DI SPAGNA

Per 12 porzioni

Stampo a cerniera Ø 28 cm

PAN DI SPAGNA:

3 uova
3 cucchiai d'acqua calda
150 g di zucchero
150 g di farina
1 cucchiaino di lievito in polvere

FARCITURA:

900 g di lamponi congelati
100 g di zucchero
200 ml di panna
4 fogli di gelatina
200 g di yogurt con il 3,5% di grassi
½ stecca di vaniglia
3 bustine di gelatina rossa per torte

INOLTRE:

Carta da forno

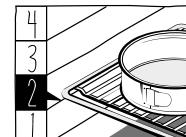
Per porzione

240 kcal, 36 g carb., 8 g gr., 5 g prot., 3,0 UP

PREPARAZIONE

1. Ricoprire il fondo dello stampo a cerniera con carta da forno. Far scongelare un terzo dei lamponi con 50 g di zucchero.
2. Separare gli albumi dai tuorli. Montare a neve ferma gli albumi con 3 cucchiai d'acqua calda. Incorporarvi lo zucchero poco alla volta. Sbattere l'impasto finché non assume un aspetto cremoso e lucido. Sbattere i tuorli con una forchetta e incorporarli agli albumi montati. Mescolare farina e lievito, setacciarli, unirli al composto e mescolare brevemente. Mettere l'impasto nello stampo e fare cuocere come indicato.
3. Una volta pronta, mettere la torta su una grata per torte e rimuovere delicatamente la carta da forno. Lasciar raffreddare completamente la torta.
4. Per la farcitura, passare i lamponi scongelati e zuccherati in un setaccio. Montare la panna. Ammorbidire la gelatina, schiacciarla e farla sciogliere. Mescolare lo yogurt con lo zucchero rimasto e i semi di mezza stecca di vaniglia. Amalgamarvi velocemente la gelatina sciolta. Aggiungere il composto di lamponi e amalgamare la panna.
5. Tagliare la torta orizzontalmente e adagiare il fondo su un piatto per torte. Adagiare sulla torta un anello per torte alto. Ricoprire con la metà della crema di lamponi e poggiarvi sopra la parte superiore della torta. Spalmare la crema di lamponi rimasta.
6. Distribuire uniformemente sulla torta i lamponi rimasti. Preparare la gelatina come indicato sulla confezione, lasciar raffreddare un po' e versarla sui lamponi.
7. Prima di tagliarla, lasciare la torta in frigorifero per almeno 3-4 ore.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
150 °C
Emissione di vapore bassa
Tempo di cottura:
30-35 minuti
I primi 10 minuti con emissione di vapore





ROTOLO DI PAN DI SPAGNA ALLE NOCCIOLE CON RIPIENO DI NOUGAT

Per ca. 8 fette

Teglia

PAN DI SPAGNA:

6 uova
125 g di zucchero
1 pizzico di sale
50 g di farina
 $\frac{1}{2}$ cucchiaino di lievito in polvere
125 g di noci tritate grossolanamente

FARCITURA:

100 g di nougat alle nocciole
500 ml di panna
2 bustine di addensante per panna

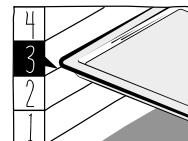
INOLTRE:

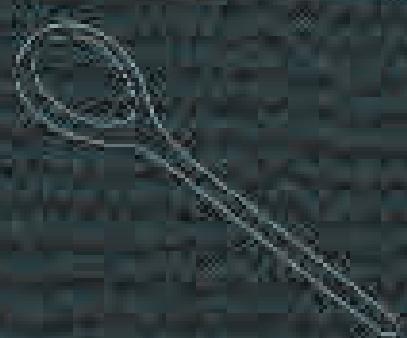
Carta da forno
Zucchero a velo per la guarnitura
Zucchero per il canovaccio
Per fetta
532 kcal, 34 g carb., 39 g gr., 11 g prot., 2,9 UP

PREPARAZIONE

1. Rivestire la teglia con carta da forno.
2. Preriscaldare il forno.
3. Sbattere le uova fino a ottenere un composto spumoso. Incorporarvi lo zucchero e il sale poco alla volta.
4. Mescolare la farina e il lievito e amalgamarli al composto di uova utilizzando una frusta a mano. Unirvi anche le noci.
5. Versare l'impasto sulla teglia, distribuirlo uniformemente e cuocere come indicato.
6. Una volta completata la cottura, capovolgere immediatamente il pan di Spagna su un canovaccio cosparso di zucchero. Bagnare la carta da forno con un po' d'acqua e toglierla con delicatezza, ma velocemente. Con l'aiuto di un canovaccio arrotolare il pan di Spagna e lasciarlo raffreddare.
7. Far sciogliere il nougat alle nocciole a bagnomaria o nel microonde e amalgamarlo con ca. 100 ml di panna.
8. Montare parzialmente il resto della panna. Aggiungere l'addensante per panna e il composto al nougat e montare a neve molto ferma.
9. Togliere il rotolo di pan di Spagna dal canovaccio. Spalmare la panna al nougat e arrotolare di nuovo.
10. Prima di servire, cospargere con zucchero a velo.

Regolazione
Riscaldamento sup./inf.
180 °C
Preriscaldamento
Emissione di vapore bassa
Tempo di cottura:
25-30 minuti





TORTA DELLA FORESTA NERA

Per 16 porzioni

Stampo a cerniera Ø 28 cm

PAN DI SPAGNA:

5 uova
5 cucchiali d'acqua tiepida
240 g di zucchero
200 g di farina
40 g di cacao
1 cucchiaino raso di lievito in polvere

FARCITURA:

2 barattoli di amarene,
peso sgocciolato 370 g a barattolo
3 bustine di gelatina rossa
Acquavite di ciliegie
4 fogli di gelatina bianca
400 ml di panna
2 cucchiali di zucchero

DECORAZIONE:

4 fogli di gelatina bianca
400 ml di panna
2 cucchiali di zucchero
Cioccolato in scaglie

INOLTRE:

Carta da forno

Per porzione
329 kcal, 45 g carb., 12 g gr., 7 g prot., 3,8 UP

PREPARAZIONE

1. Preriscaldare il forno. Rivestire il fondo dello stampo con carta da forno.
2. Montare le uova con l'acqua e lo zucchero fino a ottenere un composto bianco e spumoso. Mescolare la farina con il cacao e il lievito e aggiungerli all'impasto. Mettere l'impasto nello stampo e fare cuocere come indicato.
3. Far sgocciolare le amarene raccogliendo il succo. Mescolare la gelatina con l'acqua delle amarene. Aggiungere ca. due terzi delle amarene alla gelatina e lasciar raffreddare. Mettere da parte le altre per la guarnizione.
4. Tagliare in tre parti il pan di Spagna ormai raffreddatosi. Mettere da parte la parte superiore e irrorare le basi con l'acquavite di ciliegie.
5. Ammorbidire la gelatina in acqua fredda e scioglierla sul fuoco basso. Montare la panna e lo zucchero e amalgamarvi delicatamente la gelatina.
6. Farcire il primo disco con la metà del composto di amarene e distribuirvi sopra metà della panna. Appoggiarvi sopra il secondo disco e farcire allo stesso modo. Mettere la parte superiore di pan di Spagna.
7. Preparare la panna per la decorazione come descritto precedentemente e distribuirla sopra la torta. Distribuire le restanti amarene sulla panna e decorare la torta con le scaglie di cioccolato.

Regolazione

Stampo a cerniera sulla griglia

Aria calda CircoTherm

160 °C

Preriscaldamento

Tempo di cottura: 35-45 minuti

Se si utilizza l'aria calda CircoTherm è possibile posizionare gli accessori nei livelli dall'1 al 3, a scelta.



TORTA DI PASTA CHOUX CON FARCITURA ALLE FRAGOLE – RICETTA BASE PER LA PASTA CHOUX

Per ca. 12 porzioni

Teglie e leccarda

PASTA CHOUX:

150 ml d'acqua
30 g di burro
1 pizzico di sale
100 g di farina
25 g di amido
4 uova
½ cucchiaino raso di lievito in polvere

FARCITURA:

500 g di fragole
8 fogli di gelatina bianca
100 g di quark con il 20% di grassi
300 g di yogurt
100 g di zucchero a velo
50 ml di sciroppo di fiori di sambuco
200 ml di panna

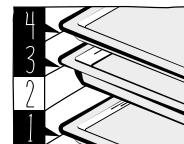
INOLTRE:

Carta da forno
Burro per le teglie
Zucchero a velo per la guarnitura
Per porzione
224 kcal, 24 g carb., 11 g gr., 7 g prot., 2,0 UP

PREPARAZIONE

1. Appoggiare il fondo di uno stampo a cerniera Ø 26 cm sulla carta da forno e ricavare 3 basi di carta. Imburcare il centro delle teglie e della leccarda e rivestire ognuna con una base di carta da forno.
2. In un pentolino, portare a ebollizione l'acqua con il burro e il sale. Versare di colpo la farina setacciata e l'amido nella pentola. Spegnere il fuoco. Mescolare bene con un mestolo o con la frusta. Lasciare sulla zona di cottura ancora calda. Mescolare il composto finché non si forma una palla di impasto che si stacca dalla pentola e si vede uno strato bianco sul fondo.
3. Mettere l'impasto in una terrina profonda. Amalgamare un uovo per volta al livello di velocità massimo. Lasciar raffreddare l'impasto.
4. Mescolare il lievito all'impasto freddo.
5. Con l'impasto si devono fare 3 basi per torta. Stendere un terzo dell'impasto su ciascuna teglia preparata e cuocere come indicato.
6. Lavare le fragole, farle sgocciolare e tagliarle a dadini. Ammorbidente la gelatina in acqua fredda.
7. Mescolare il quark e lo yogurt con lo zucchero a velo setacciato e lo sciroppo di fiori di sambuco. Preparare la gelatina come indicato sulla confezione, mescolarla al composto di quark e metterla in frigorifero finché non inizia ad addensarsi. Montare la panna. Mescolare le fragole e la panna montata al composto di quark.
8. Adagiare una base di pasta choux su un piatto per torte. Distribuirvi sopra metà della farcitura al quark. Appoggiarvi sopra il secondo disco e distribuirvi la farcitura al quark rimanente. Disporvi sopra il disco superiore e premere leggermente. Mettere la torta in frigorifero per almeno 2 ore.
9. Prima di servire, cospargere con zucchero a velo.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
190 °C
Tempo di cottura:
20-30 minuti





REVANI TURCO

Per ca. 32 pezzi

Stampo grande per sformato

SCIROPPO:

600 ml d'acqua

600 g di zucchero

1 limone bio

½ mazzetto di menta fresca a piacere

IMPASTO:

4 uova

170 g di zucchero

50 ml di olio di semi di girasole

100 g di semola di grano duro

200 g di yogurt

250 g di farina

2 bustine di lievito in polvere

INOLTRE:

Burro per lo stampo

Per pezzo

165 kcal, 33 g carb., 3 g gr., 2 g prot., 2,7 UP

PREPARAZIONE

1. Per lo sciroppto, mettere l'acqua e lo zucchero in una pentola e portare a bollore. Lasciar bollire a fuoco medio per ca. 20 minuti fino ad ottenere uno sciroppto.
2. Lavare il limone con acqua calda, asciugarlo, grattugiare la scorza e metterla da parte. Sciacquare la menta e scuotere via l'acqua. Aggiungere allo sciroppto 1 cucchiaino di succo di limone e la menta, mescolare e lasciar raffreddare.
3. Per l'impasto, mescolare le uova e lo zucchero fino a ottenere un composto spumoso. Unire gli ingredienti rimanenti e impastare il tutto fino a ottenere una massa liscia.
4. Imburrare lo stampo per sformato, versarvi l'impasto, spianare bene e cuocere come indicato.
5. Togliere la menta dallo sciroppto. Immergere il revani caldo nello sciroppto e cospargere con la scorza di limone grattugiata.
6. Lasciar raffreddare il revani e tagliarlo a pezzetti.

Regolazione

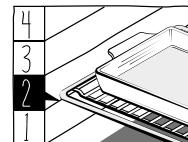
Riscaldamento sup./inf.

180 °C

Emissione di vapore bassa

Tempo di cottura:

30-35 minuti





BAKLAVA

Per 60 pezzi

Leccarda

IMPASTO:

10-12 sfoglie di pasta filo

350 g di burro

COMPOSTO DI FRUTTA SECCA:

150 g di mandorle

150 g di noci

150 g di pistacchi

½ cucchiaino di cannella grattugiata

1 punta di coltello di chiodi di garofano macinati

SCIROPPO:

675 g di zucchero

175 g di miele

500 ml d'acqua

INOLTRE:

Burro per la leccarda

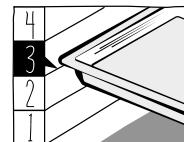
Per pezzo

171 kcal, 19 g carb., 10 g gr., 2 g prot., 1,5 UP

PREPARAZIONE

1. Far scongelare la pasta filo secondo quanto riportato sulla confezione.
2. Scaldate il burro in una pentola, togliendo di volta in volta la schiuma biancastra.
3. Tritare molto finemente le mandorle, le noci e i pistacchi. Mescolare le mandorle, le noci e metà dei pistacchi con le spezie.
4. Tagliare delle sfoglie di pasta della grandezza della leccarda e coprirle con un canovaccio umido. Per lo strato di pasta superiore, mettere da parte quattro sfoglie di pasta. I resti di pasta avanzati verranno utilizzati per gli strati.
5. Preriscaldare il forno.
6. Imburrare la leccarda. Adagiare una sfoglia di pasta sulla leccarda e spennellarla con il burro liquido. Ripetere il procedimento per tre volte. Cospargere il quarto strato con ca. 80 g della miscela di frutta secca.
7. Adagiare una sfoglia di pasta sulla miscela di frutta secca, spennellarla con il burro, appoggiarvi sopra la sfoglia successiva, spennellare anche questa con il burro e cospargerla con la miscela di frutta secca. Ripetere l'operazione circa quattro volte. Utilizzare anche i resti di pasta. Infine spennellare di burro anche le sfoglie di pasta messe da parte e adagiarvele sopra.
8. Tagliare la baklava con un coltello affilato in strisce lunghe ca. 3x5 cm, bagnare con dell'acqua e cuocere come indicato.
9. Per lo sciroppto, mettere in una pentola profonda lo zucchero, il miele e l'acqua e scaldare mescolando. Cuocere lo sciroppto a fuoco lento per ca. 20 minuti. Rimuovere la schiuma biancastra. Distribuire uniformemente lo sciroppto sulla baklava calda e cospargere con i pistacchi rimasti.
10. Lasciar riposare la baklava per almeno un'ora finché non avrà assorbito lo sciroppto. La baklava si conserva fuori dal frigo per diversi giorni.

Regolazione
Riscaldamento sup./inf.
170 °C
Preriscaldamento
Emissione di vapore bassa
Tempo di cottura:
35-40 minuti





PAVLOVA – MERINGA CON PANNA E LAMPONI

Per 6 porzioni

Teglia

MERINGA:

3 albumi

175 g di zucchero molto fine

1 bustina di zucchero vanigliato

2-3 gocce di essenza alla vaniglia

1 cucchiaino di aceto bianco

1 cucchiaino di amido

FARCITURA:

250 ml di panna

300 g di lamponi

INOLTRE:

Carta da forno

Per porzione

285 kcal, 37 g carb., 13 g gr., 4 g prot., 3,0 UP

PREPARAZIONE

1. Montare a neve ferma gli albumi. Aggiungere poco alla volta lo zucchero, lo zucchero vanigliato, l'essenza di vaniglia e l'aceto. Mescolare l'impasto per 10-20 minuti con la frusta elettrica o il robot da cucina. Incorporare l'amido.
2. Preriscaldare il forno come indicato.
3. Coprire una teglia con carta da forno. Disporre la meringa al centro della teglia, con un cucchiaino dargli la forma di una ciotola di 20 cm e cuocere subito come indicato.
4. Fare raffreddare la meringa.
5. Appena prima di servire, montare la panna e farcire la meringa. Guarnire con i lamponi.

Regolazione

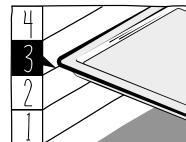
Riscaldamento sup./inf.

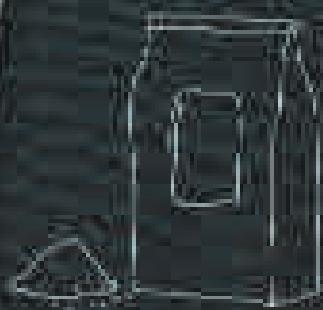
Preriscaldare a 150 °C

Cuocere a 100 °C

Tempo di cottura:

1 ora 40 minuti - 2 ore





BIGNÈ CON FARCITURA DOLCE

Per ca. 12 pezzi

Teglia

PASTA CHOUX:

250 ml d'acqua
1 pizzico di sale
50 g di burro
150 g di farina
4 uova
1 cucchiaino raso di lievito in polvere

FARCITURA DOLCE:

500 ml di panna
2-4 cucchiaini di zucchero
1 bustina di zucchero vanigliato
1 bustina di addensante per panna
1 vasetto di mandarini, peso sgocciolato 190 g

INOLTRE:

Carta da forno

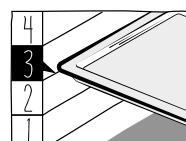
Per pezzo

231 kcal, 17 g carb., 16 g gr., 5 g prot., 1,4 UP

PREPARAZIONE

1. In un pentolino, portare a ebollizione l'acqua con il burro e il sale.
2. Versare di colpo la farina setacciata nella pentola. Spegnere il fuoco. Mescolare bene con un mestolo o una frusta. Far abbrustolare sulla zona di cottura ancora calda. Mescolare il composto finché non si forma una palla di impasto che si stacca dalla pentola e si vede uno strato bianco sul fondo.
3. Mettere l'impasto in una terrina profonda. Amalgamare un uovo per volta al livello di velocità massimo. Lasciar raffreddare l'impasto.
4. Mescolare il lievito all'impasto freddo.
5. Coprire la teglia con carta da forno. Aiutandosi con due cucchiaini, fare dei mucchietti di pasta della stessa grandezza e metterli nella teglia. Disporli lasciando un po' di spazio tra di loro perché lievitando la pasta raddoppia di volume. Cuocere in forno come indicato.
6. Appena la cottura è terminata, inciderli con delle forbici da cucina e farli raffreddare.
7. Per la farcitura dolce, montare bene la panna con lo zucchero, lo zucchero vanigliato e l'addensante per panna. Far sgocciolare bene i mandarini, inserirli nei bignè insieme alla panna e servire.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
210 °C
Preriscaldamento
Emissione di vapore bassa
Tempo di cottura:
25-35 minuti



Consiglio

La pasta è molto sensibile. Aprire la porta del forno solo quando i bignè sono pronti.



TORTINE DI CIOCCOLATO DAL CUORE FONDENTE

Per 4 porzioni

Stampini per soufflé

IMPASTO:

130 g di cioccolato fondente

50 g di burro

10 g di zenzero candito

30 g di farina

100 g di zucchero molto fine

3 uova

INOLTRE:

Burro per gli stampi

Zucchero da cospargere

Per porzione

477 kcal, 60 g carb., 24 g gr., 5 g prot., 5,0 UP

PREPARAZIONE

1. Mettere da parte 4 pezzetti di cioccolato fondente. Sminuzzare il resto, metterlo in una ciotola insieme al burro e scioglierlo a bagnomaria.
2. Tagliare lo zenzero candito a dadini molto piccoli.
3. Preriscaldare il forno.
4. Mescolare la farina con lo zucchero e versarli in una ciotola setacciandoli.
5. Sbattere le uova fino a ottenere un composto spumoso e incorporare lentamente la miscela di farina e zucchero. Mescolare il composto al cioccolato con una frusta a mano e aggiungere lo zenzero.
6. Imburrare gli stampini e spolverarli delicatamente con un po' di zucchero.
7. Versare l'impasto negli stampini e affogare in ciascuno un pezzo di cioccolato. Cuocere in forno come indicato.

Regolazione

Riscaldamento sup./inf.

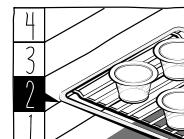
170 °C

Preriscaldamento

Tempo di cottura:

ca. 20 minuti

e 5 minuti di riposo





MINI GUGELHUPF CON LEMON CURD E FRUTTI DI BOSCO FRESCI

Per 12 pezzi

Stampo per 12 mini Gugelhupf

PASTA LIEVITATA:

100 ml di latte
80 g di burro
250 g di farina
1 bustina di lievito in polvere
35 g di zucchero
2 pizzichi di sale
1 uovo
2 cucchiai di liquore all'arancia o
acqua di fiori d'arancio

LEMON CURD:

1 limone bio grande, da ca. 200 g
180 g di zucchero
2 uova
100 g di burro
1 pizzico di sale

FRUTTI DI BOSCO:

125 g di frutti di bosco misti

INOLTRE:

Burro per lo stampo
Pangrattato per cospargere lo stampo
Zucchero a velo per la guarnitura

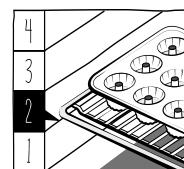
Per pezzo

358 kcal, 37 g carb., 20 g gr., 5 g prot., 3,1 UP

PREPARAZIONE

1. Per la pasta lievitata scaldare il latte, aggiungere il burro e farlo fondere. Far raffreddare finché non diventa tiepido. Mescolare la farina e il lievito in una ciotola. Aggiungere tutti gli altri ingredienti e lavorare bene l'impasto con la frusta elettrica o il robot da cucina. Lasciar lievitare in un luogo caldo finché il volume dell'impasto non sarà raddoppiato.
2. Per il lemon curd, lavare il limone con acqua calda, asciugarlo e grattugiare la scorza. Fare attenzione a non asportare anche la buccia bianca. Spremere il succo del limone. Mettere la scorza e il succo di limone in una pentola insieme a tutti gli altri ingredienti e scaldare. Sbattere con la frusta a mano per ca. 20 minuti fino ad ottenere un composto cremoso.
3. Dividere la pasta lievitata in 12 parti, formare dei rotolini e inserirli nello stampo per mini Gugelhupf imburrato e ricoperto di pangrattato. Lasciare lievitare nuovamente.
4. Livellare con le dita la superficie dell'impasto in modo che le tortine non risultino storte. Far riposare ancora 10 minuti e poi cuocere come indicato.
5. Far raffreddare un po' lo stampo, estrarre con cautela i Gugelhupf dallo stampo e farli raffreddare su una griglia per torte.
6. Cospargere con zucchero a velo e servire con il lemon curd e i frutti di bosco freschi.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
170 °C
Emissione di vapore bassa
Tempo di cottura:
20-30 minuti



Consiglio

È possibile far lievitare l'impasto anche in forno. Impostare il livello di lievitazione 1. Al posto del liquore all'arancia e dell'acqua di fiori d'arancio è possibile utilizzare anche la scorza grattugiata di un'arancia bio. Versare il lemon curd in un vasetto pulito. La crema si conserva ben chiusa in frigorifero per 10 giorni.



MUFFIN AL LIME CON CIOCCOLATO BIANCO

Per 12 pezzi

Stampo per muffin

MUFFIN:

2 lime bio
125 g di burro
75 g di cioccolato bianco
3 uova
175 g di zucchero
150 g di farina
1 pizzico di sale
1 cucchiaino di lievito in polvere

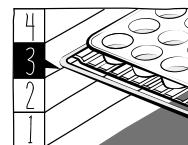
INOLTRE:

Burro per lo stampo o stampini di carta
Per pezzo
273 kcal, 28 g carb., 16 g gr., 4 g prot., 2,4 UP

PREPARAZIONE

1. Lavare i lime, asciugarli, grattugiare la scorza e spremere uno.
2. Imburrare lo stampo per i muffin o inserirvi gli stampini di carta.
3. Sciogliere il cioccolato e il burro a bagnomaria. Sbattere le uova e lo zucchero fino a ottenere un composto spumoso. Amalgamare lentamente il composto di burro e cioccolato al composto spumoso.
4. Mescolare la farina, il sale e il lievito e amalgamarli al composto spumoso. Aggiungere la scorza grattugiata dei lime e il succo e mescolare. Mettere l'impasto negli stampini e fare cuocere come indicato.

Regolazione
Riscaldamento sup./inf.
180 °C
Tempo di cottura:
15-20 minuti





BRIOCHE ALL'ARANCIA E CORIANDOLO

Per 12 pezzi

Stampo per muffin

IMPASTO:

1 arancia bio
1 cucchiaino di semi di coriandolo
500 g di farina
1 bustina di lievito secco
1 pizzico di sale
125 ml di latte tiepido
90 g di zucchero
2 uova sbattute
90 g di burro

INOLTRE:

Burro per lo stampo
Burro fuso per spennellare

Per pezzo
315 kcal, 4 g carb., 15 g gr., 38 g prot., 0,3 UP

PREPARAZIONE

1. Lavare l'arancia con acqua calda, asciugarla e grattugiare la scorza. Pestare grossolanamente i semi di coriandolo in un mortaio.
2. Mescolare la farina, il lievito e il sale in una ciotola. Aggiungere tutti gli altri ingredienti e lavorare fino a ottenere un impasto omogeneo. Lasciar lievitare in un luogo caldo finché il volume dell'impasto non sarà all'incirca raddoppiato.
3. Imburrare lo stampo per muffin. Togliere un quarto di impasto. Dal pezzo di pasta più grande formare 12 palline di dimensioni uguali. Con il resto della pasta fare 12 palline più piccole a forma di goccia. Disporre le palline più grosse nello stampo per muffin. In ogni pallina scavare una piccola cavità e inserirvi la pallina di pasta piccola. Spennellare con burro fuso e far riposare ancora una volta in un luogo caldo.
4. Successivamente fare cuocere come indicato finché le brioche non risultano ben dorate.

Regolazione

Stampo per muffin sulla griglia

Aria calda CircoTherm

170 °C

Tempo di cottura: 25-30 minuti

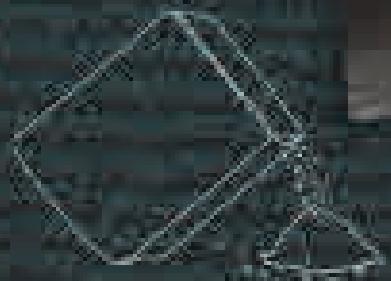
Se si utilizza l'aria calda CircoTherm è possibile posizionare gli accessori nei livelli dall'1 al 3, a scelta.

Consiglio

Dosare precedentemente tutti gli ingredienti in modo che siano a temperatura ambiente al momento dell'utilizzo.

È possibile far lievitare l'impasto anche in forno.

Impostare il livello di lievitazione 1.



CROSTATINE AI FRUTTI DI BOSCO CON GLASSA DI PANNA ACIDA

Per 8 pezzi

Stampini per crostatine

PASTA FROLLA:

300 g di farina
1 pizzico di sale
100 g di zucchero a velo
200 g di burro

FARCITURA:

125 g di mirtilli freschi
125 g di ribes freschi

GLASSA:

½ stecca di vaniglia
200 g di panna acida
1 uovo
100 g di zucchero

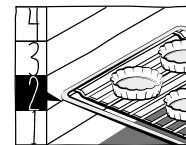
INOLTRE:

Burro per gli stampi
Per pezzo
483 kcal, 55 g carb., 27 g gr., 5 g prot., 4,6 UP

PREPARAZIONE

1. Imburrire bene gli stampini.
2. Per la pasta frolla, versare la farina, il sale e lo zucchero a velo sul piano di lavoro. Tagliare il burro freddo a pezzetti e distribuirli sul bordo. Con le mani fredde, lavorare velocemente fino a ottenere un impasto omogeneo.
3. Dividere l'impasto in 8 parti uguali, stenderle singolarmente su un po' di farina e usarle per ricoprire gli stampini. Bucherellare più volte il fondo con una forchetta e mettere in frigorifero per ca. 45 minuti.
4. Selezionare i frutti di bosco, sciacquarli brevemente e lasciarli sgocciolare su carta da cucina. Staccare i ribes dal rametto.
5. Aprire la mezza stecca di vaniglia nel senso della lunghezza ed estrarre i semi raschiando. Mescolare con una frusta gli altri ingredienti per la gelatina.
6. Distribuire i frutti di bosco negli stampini, versarvi sopra la gelatina e cuocere le tartellette come indicato.

Regolazione
Riscaldamento sup./inf.
210 °C
Tempo di cottura:
ca. 25 minuti





BARCHETTE DI ALBICOCCHE

Per 16 pezzi

Teglia e leccarda

IMPASTO:

16 fogli di pasta sfoglia surgelata, ca. 1,2 kg

Un po' di farina

FARCITURA:

2 vasetti di albicocche, peso sgocciolato ca. 1 kg

100 g di mandorle tritate

200 g di pasta morbida di marzapane

1 uovo

Un po' di latte

INOLTRE:

Carta da forno

Per pezzo

444 kcal, 35 g carb., 31 g gr., 7 g prot., 2,9 UP

PREPARAZIONE

1. Scongelare la pasta sfoglia secondo le indicazioni riportate sulla confezione.
2. Sgocciolare bene le albicocche.
3. Coprire le teglie con carta da forno. Srotolare i fogli di pasta sfoglia sul piano di lavoro infarinato e formare dei pezzi di pasta da ca. 12x10 cm.
4. Preriscaldare il forno. Distribuire le mandorle diagonalmente su ogni foglio di pasta sfoglia. Tagliare la pasta di marzapane a fette sottilissime. Mettere 2 fettine sulle mandorle. Disporre le 2 metà dell'albicocca in diagonale sulle fettine di marzapane.
5. Separare il tuorlo dall'albumine. Spennellare con l'albumine i due triangoli di pasta vuoti, ripiegarli uno sopra l'altro e premere bene.
6. Sbattere il tuorlo con il latte, spennellare le barchette e cuocere subito come indicato.

Regolazione

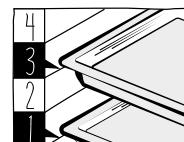
Aria calda CircoTherm

180 °C

Preriscaldamento

Tempo di cottura:

35-40 minuti



Consiglio

Utilizzare altra frutta o confettura. Un'ottima farcitura salata è ad esempio quella a base di formaggio e prosciutto cotto.



CORNETTI ALLA VANIGLIA

Per ca. 150 pezzi

Teglia e leccarda

PASTA FROLLA:

280 g di farina

70 g di mandorle tritate

70 g di zucchero

1 bustina di zucchero vanigliato bourbon

210 g di burro

MISCELA DI ZUCCHERO:

2 bacelli di vaniglia

2-3 cucchiai di zucchero a velo

100 g di zucchero molto fine

INOLTRE:

Carta da forno

Per pezzo

22 kcal, 2 g carb., 1 g gr., 0 g prot., 0,2 UP

PREPARAZIONE

1. Per la pasta frolla mescolare tutti gli ingredienti secchi in una terrina profonda. Tagliare il burro freddo a pezzetti e distribuirlo sopra il composto. Impastare con la frusta elettrica o il robot da cucina partendo da una velocità bassa e poi aumentando. Formare un rotolo, avvolgerlo nella pellicola trasparente e mettere in frigorifero per almeno 1 ora.

2. Coprire le teglie con carta da forno. Formare un rotolo con la pasta e tagliarla in dischetti uguali. Arrotolare i dischetti e dare la forma a ferro di cavallo tipica dei cornetti. Disporre i cornetti sulla teglia e cuocere come indicato.

3. Tagliare la stecca di vaniglia in lunghezza ed estrarre i semi raschiando. Mescolare bene lo zucchero a velo con lo zucchero e i semi di vaniglia. Far rotolare i cornetti ancora caldi nel composto di zucchero.

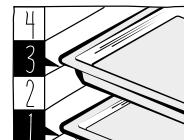
Regolazione

Aria calda CircoTherm

140 °C

Tempo di cottura:

15-20 minuti



Consiglio

Tagliare un pezzo di carta da forno grande quanto la teglia. Se la carta copre la teglia compromette la doratura.



BISCOTTI AL PISTACCHIO CON MARMELLATA DI FIGHI

Per 35 pezzi

Teglia e leccarda

PASTA FROLLA:

150 g di pistacchi verdi

½ limone bio

200 g di farina

1 cucchiaino raso di lievito in polvere

150 g di zucchero

1 uovo

100 g di burro

FARCITURA:

250 g di marmellata di fichi

TOPPING:

75 g di pistacchi tritati finemente

50 g di glassa di cioccolato fondente

35 pistacchi interi

INOLTRE:

Carta da forno

Per pezzo

130 kcal, 15 g carb., 7 g gr., 3 g prot., 1,3 UP

PREPARAZIONE

1. Per la pasta frolla, tritare molto finemente i pistacchi. Lavare il limone sotto l'acqua calda e asciugarlo. Grattugiare la scorza di metà limone.
2. Mescolare in una ciotola tutti gli ingredienti secchi. Aggiungere l'uovo, tagliare il burro freddo a pezzetti e distribuirli sopra il composto. Impastare con la frusta elettrica o il robot da cucina partendo da una velocità bassa e poi aumentando. Formare una palla e schiacciarla. Avvolgere nella pellicola e mettere in frigorifero per ca. 45 minuti.
3. Coprire le teglie con carta da forno.
4. Stendere una sfoglia di pasta spessa ca. 0,5 cm e ricavarne biscottini rotondi di ca. 3 cm di diametro. Distribuirli sulle teglie e cuocerli come indicato.
5. Distribuire su ogni biscotto un po' di marmellata e sovrapporvi un secondo biscotto. Ricoprire anche i bordi con la marmellata e passare i biscotti nei pistacchi tritati.
6. Sciogliere il cioccolato fondente. Versare un po' di cioccolato sopra ogni biscotto e guarnire con un pistacchio intero.

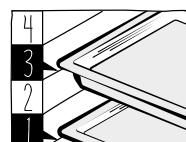
Regolazione

Aria calda CircoTherm

140 °C

Tempo di cottura:

ca. 25 minuti



Consiglio

Tagliare un pezzo di carta da forno grande quanto la teglia. La carta sporgente compromette la doratura.



MACARONS

Per ca. 20 pezzi

Teglia e leccarda

MERINGA ALLE MANDORLE:

70 g di albumi
80 g di farina di mandorle naturale
80 g di zucchero a velo
40 g di zucchero molto fine
1 bustina e ½ di colorante alimentare in polvere

FARCITURA:

250 g di mascarpone
2 cucchiai di sciroppo di lamponi
1 cucchiaino di succo di limone

INOLTRE:

Carta da forno

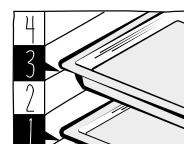
Per pezzo

108 kcal, 9 g carb., 7 g gr., 2 g prot., 0,7 UP

PREPARAZIONE

1. Il giorno precedente separare i tuorli dagli albumi e conservare gli albumi in frigorifero.
2. Il giorno della cottura, rivestire le teglie con carta da forno.
3. Mescolare la farina di mandorle con lo zucchero a velo e setacciarli utilizzando un colino a maglia stretta.
4. Montare a neve ferma gli albumi, aggiungere poco alla volta lo zucchero fino a ottenere un composto compatto. Aggiungere il colorante alimentare e mescolare bene.
5. Utilizzando una spatola, amalgamare il composto di zucchero a velo e mandorle agli albumi montati a neve. Il composto deve essere liscio e denso.
6. Versare il composto in una sac à poche con beccuccio e formare sulla teglia 40 dischetti da ca. 2 cm. Lasciar riposare almeno 30 minuti. Preriscaldare il forno.
7. Cuocere i macaron come indicato.
8. Far raffreddare sulle teglie.
9. Amalgamare gli ingredienti per la farcitura. Poco prima di servire, attaccare i macaron a due a due mettendo un po' di farcitura nella parte inferiore.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
130 °C
Preriscaldamento
Tempo di cottura:
ca. 15 minuti



Consiglio
Tagliare un pezzo di carta da forno grande
quanto la teglia. La carta sporgente
compromette la doratura.



DESSERT MORESCO AL FIGHINI CON SCIROPPO AL PORTO

Per 6 porzioni

6 stampini resistenti al calore

SCIROPPO AL PORTO:

1 arancia bio
1 limone bio
6 cucchiai di Porto rosso
1 bustina di zucchero vanigliato Bourbon

COMPOSTO DI UOVA E FORMAGGIO FRESCO:

8 bacche di cardamomo verde
2 uova
60 g di zucchero
200 g di formaggio fresco a doppia panna
50 g di pistacchi
3 savoiardi

FRUTTA:

6 fichi freschi

INOLTRE:

Zucchero a velo per la guarnitura

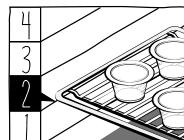
Per porzione

421 kcal, 33 g carb., 26 g gr., 11 g prot., 2,7 UP

PREPARAZIONE

1. Per lo sciroppo lavare sotto l'acqua calda il limone e l'arancia, asciugarli, grattugiare la scorza e spremere il succo. Mettere da parte 2-3 cucchiai di succo d'arancia e la scorza grattugiata dell'arancia per il composto di formaggio fresco e uova. Far cuocere il resto del succo d'arancia in un pentolino insieme a succo di limone, vino e zucchero vanigliato fino a ottenere uno sciroppo. Condire con un po' di scorza di limone grattugiata. Lasciare raffreddare lo sciroppo.
2. Aprire le bacche di cardamomo e pestare finemente i semi in un mortaio.
3. Creare un composto spumoso sbattendo le uova in una ciotola insieme allo zucchero, alla scorza d'arancia grattugiata e al cardamomo.
4. Amalgamare il formaggio fresco al succo d'arancia messo da parte e mescolare al composto di uova un cucchiaio per volta.
5. Preriscaldare il forno.
6. Tritare finemente i pistacchi in un mixer e metterne da parte 1 cucchiaio per decorare. Tritare di nuovo i pistacchi rimanenti con i savoiardi e aggiungerli al composto di uova.
7. Distribuire il composto in 6 stampini resistenti al calore.
8. Lavare i fichi, asciugarli e incidere una croce sulla parte superiore. Inserire al centro degli stampini e cospargere con i pistacchi rimasti.
9. Cuocere in forno come indicato.
10. Irrorare il dessert pronto con lo sciroppo, cospargere a piacere con zucchero a velo e servire subito.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
160 °C
Preriscaldamento
Emissione di vapore forte
Tempo di cottura:
15-20 minuti





TORTA AL CIOCCOLATO CON ALBICOCHE AL MIELE E LAVANDA

Per ca. 10 pezzi

Stampo a cerniera Ø 24 cm

IMPASTO:

160 g di cioccolato fondente con il 70% di cacao
125 g di burro
140 g di zucchero
3 uova
50 g di farina
70 g di pinoli tritati
1 cucchiaino raso di pimento tritato

ALBICOCHE:

200 g di albicocche fresche
20 g di miele millefiori
75 ml di succo d'albicocca
1 cucchiaino di succo di limone

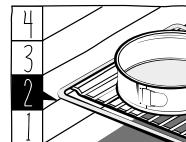
INOLTRE:

Carta da forno
1 cucchiaio di fiori di lavanda
Per pezzo
272 kcal, 26 g carb., 17 g gr., 4 g prot., 2,1 UP

PREPARAZIONE

1. Sminuzzare il cioccolato, metterlo in una ciotola insieme al burro e scioglierlo a bagnomaria.
2. Ricoprire il fondo e le pareti dello stampo con carta da forno.
3. Sbattere lo zucchero e le uova fino a ottenere un composto spumoso. Versare lentamente il cioccolato raffreddato e mescolare.
4. Preriscaldare il forno.
5. Setacciare la farina, mescolare con i pinoli e il pimento. Mescolare con cautela con il composto spumoso utilizzando una frusta a mano. Versare l'impasto nello stampo a cerniera e cuocere come indicato.
6. Lavare le albicocche, dividerle a metà e tagliarle a fette spesse ca. 1 cm. Scaldare il miele in una padella. Aggiungere le fette di albicocca, il succo di albicocca e di limone e far riposare per ca. 5 minuti.
7. Prima di servire tagliare a pezzetti la torta al cioccolato e guarnire con le fette di albicocca e i fiori di lavanda.

Regolazione
Riscaldamento sup./inf.
250 °C
Preriscaldamento
Emissione di vapore bassa
Tempo di
cottura: ca. 10 minuti





MERINGA CON CREMA DI CIOCCOLATO E MASCARPONE E FRUTTI ESOTICI

Per 6 porzioni

Teglia

MERINGA:

1 albumi
1 pizzico di sale
50 g di zucchero molto fine

CREMA:

20 g di cioccolato fondente con il 70% di cacao
2 cucchiai di latte
40 g di mascarpone

GUARNITURA:

1 mango maturo
50 g di kumquat
50 g di frutti di bosco freschi
Zucchero a velo per la guarnitura

INOLTRE:

Carta da forno
Per porzione
106 kcal, 15 g carb., 4 g gr., 2 g prot., 1,3 UP

PREPARAZIONE

1. Montare a neve ferma gli albumi con un pizzico di sale. Versarvi poco alla volta la metà dello zucchero. Quando gli albumi sono lucidi, aggiungere il resto dello zucchero.
2. Rivestire la teglia con carta da forno. Versare il composto per la meringa in una sac à poche e formare 6 dischi uguali. Alzare un po' i bordi in modo che le meringhe sembrino delle corone. Cuocere in forno come indicato.
3. Per la crema sminuzzare il cioccolato. Farlo sciogliere in un pentolino insieme al latte. Con una frusta a mano, creare un composto spumoso con il mascarpone e amalgamare la crema al cioccolato.
4. Lavare il mango, tagliarlo a metà e togliere il nocciolo. Con uno scavino ricavare delle piccole palline di mango. Lavare i kumquat e tagliarli a fette. Se necessario, sciacquare i frutti di bosco e asciugarli tamponando con carta da cucina.
5. Riempire le meringhe raffreddate con la crema di mascarpone, decorare con la frutta e cospargere di zucchero a velo.

Regolazione

Teglia

Aria calda CircoTherm

90 °C

Tempo di cottura: 1 ora 30 min.-1 ora 35 min.

Se si utilizza l'aria calda CircoTherm è possibile posizionare gli accessori nei livelli dall'1 al 3, a scelta.





PANE E PAGNOTTE,
PIZZA E TORTE SALATE



PANE AROMATICO DI PASTA ACIDA DI SEGALE

Per 1 pagnotta da ca. 30 fette

Leccarda

RINFRESCARE LA PASTA ACIDA:

50 g di pasta acida (lievito madre) comprata dal panettiere o pronta

375 g di farina di segale tipo 1150

375 ml d'acqua tiepida

PASTA PER IL PANE:

350 g di farina di segale tipo 1150

300 g di farina di frumento tipo 405 o tipo 550

2 cucchiani di spezie per pane

20 g di lievito secco

1 cucchiaio di miele

250 ml d'acqua tiepida

20 g di sale

Per fetta

122 kcal, 26 g carb., 1 g gr., 3 g prot., 2,2 UP

PREPARAZIONE

1. Per rinfrescare la pasta acida, il giorno precedente mettere la pasta acida, la farina di segale e l'acqua tiepida in una ciotola e mescolare. Lasciar riposare per 24 ore coperto in un luogo caldo.
2. Il giorno seguente, prendere 50 g del composto di pasta acida e metterli da parte per un'altra volta. Mettere il resto del composto di pasta acida in una terrina. Aggiungere farina di segale, farina di frumento, spezie per pane, lievito, miele e acqua. Lavorare fino ad ottenere un impasto omogeneo. Lasciar lievitare l'impasto in un luogo caldo per 40 minuti.
3. Aggiungere il sale all'impasto lievitato, formare una pagnotta e adagiarla nella leccarda leggermente infarinata. Lasciare lievitare per altri 30 minuti circa.
4. Far cuocere il pane come indicato.
5. Lasciar raffreddare il pane su una gratella per torte.

Regolazione

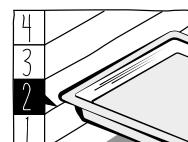
Funzione cottura pane

200 °C

Emissione di vapore forte

55-65 minuti

i primi 15 minuti con
emissione di vapore



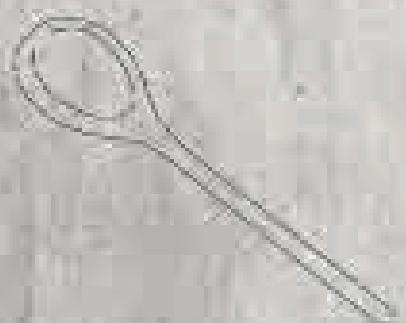
Consiglio

È possibile far lievitare l'impasto anche in forno.

Impostare il livello di lievitazione 1.

La pasta acida può essere conservata fino a
2 settimane in frigorifero dentro a un vasetto
chiuso.

Variante pane alle noci: dopo la prima
lievitazione lavorare l'impasto con il sale e
250 g di noci tagliate a metà o di nocciole intere.



PANE INTEGRALE AI QUATTRO CEREALI

Per 1 pagnotta, ca. 25 fette

Leccarda

PASTA LIEVITATA:

200 g di farina di segale integrale
500 g di farina di frumento integrale
2 bustine di lievito secco
1 cucchiaino di miele
ca. 250 ml d'acqua, tiepida
ca. 250 ml di latticello tiepido
2-3 cucchiaini di semi di lino
2-3 cucchiaini di semi di sesamo
2-3 cucchiaini di semi di girasole sgusciati
1-2 cucchiaini di semi di zucca sgusciati
 $\frac{1}{2}$ -1 cucchiaino di sale
1-2 cucchiaini di spezie per pane

INOLTRE:

Olio per la leccarda
Farina per spolverare la leccarda
Per fetta
113 kcal, 19 g carb., 2 g gr., 5 g prot., 1,6 UP

PREPARAZIONE

1. Mescolare i due tipi di farina con il lievito in una grossa ciotola. Aggiungere tutti gli altri ingredienti e lavorare bene l'impasto. Lasciar riposare in un luogo caldo finché il volume dell'impasto non sarà raddoppiato.
2. Oliare e infarinare la leccarda in base alle dimensioni della pagnotta. Adagiare la pagnotta sulla leccarda e lasciarla riposare coperta per altri 15-20 minuti.
3. Servendosi di un coltello, tracciare un disegno a quadri sulla pasta e bucherellarla con uno stecchino. Spennellare con acqua far cuocere come indicato.

Regolazione

Funzione cottura pane

220 °C

Emissione di vapore forte

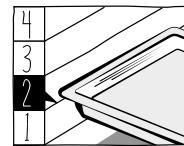
Tempo di cottura: 8 minuti

Quindi

180 °C

Senza emissione di vapore

Tempo di cottura: 35-45 minuti



Consiglio

Se si impiega farina integrale, aumentare sempre la quantità di liquido e fare lievitare più a lungo la pasta.

È possibile far lievitare l'impasto anche in forno.

Impostare il livello di lievitazione 1.

Tostare prima i semi in una padella, senza grassi.



PAGNOTTA ALLA POLENTA CON BURRO ALL'ESPRESSO

Per 1 pagnotta da ca. 20 fette

Leccarda

IMPASTO:

310 g di farina di frumento tipo 550
70 g di farina di segale tipo 1150
70 g farina da polenta
2 cucchiaini e $\frac{1}{2}$ di lievito madre secco, ca. 10 g
1 cucchiaino di lievito secco
1 cucchiaino di zucchero
ca. 270 ml d'acqua
1 cucchiaio di olio d'oliva
1 cucchiaino di succo di limone
ca. 1 cucchiaino e $\frac{1}{2}$ di sale

BURRO ALL'ESPRESSO:

100 g di burro ammorbidente
3 cucchiali di espresso forte freddo
Alcune gocce di salsa Worcester
Alcune gocce di Tabasco
1 pizzico di cardamomo macinato
1 pizzico di noce moscata grattugiata fresca
1 pizzico di cannella
Pepe macinato
Sale alle erbe

INOLTRE:

Carta da forno

Per fetta

115 kcal, 15 g carb., 15 g gr., 2 g prot., 1,3 UP

PREPARAZIONE

1. Per l'impasto, versare tutti gli ingredienti in una terrina e lavorare fino a ottenere un impasto omogeneo. Formare un rettangolo da 20x30 cm, adagiarlo su uno stampo unto d'olio e ricoprire con pellicola trasparente. Lasciare riposare l'impasto in frigorifero per 12 ore. Dopodiché, lasciar lievitare in un luogo caldo finché il volume dell'impasto non sarà raddoppiato.
2. Mettere l'impasto su un piano di lavoro cosparso di farina di segale, spolverare la superficie con la farina e ripiegare per tre volte l'impasto su se stesso. Adagiare su una teglia rivestita di carta da forno e cuocere come indicato. Una volta cotto, lasciar raffreddare il pane.
3. Per il burro all'espresso lavorare il burro fino a ottenere un composto spumoso. Aggiungere tutti gli altri ingredienti e insaporire con pepe e sale alle erbe.

Regolazione

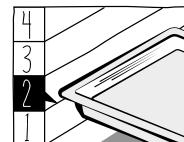
Funzione cottura pane

220 °C

Emissione di vapore forte

Tempo di cottura:

20-25 minuti



Consiglio

È possibile far lievitare l'impasto anche in forno.

Impostare il livello di lievitazione 1.

Arrotolando leggermente l'impasto si forma una fantastica crosta.



BAGUETTE ALLE OLIVE

Per 2 baguette, da 10 fette

Teglia

IMPASTO:

500 g di farina
1 bustina di lievito secco
1 pizzico di zucchero
2 cucchiaini di sale marino
6 cucchiai di olio d'oliva
ca. 250 ml d'acqua calda
70 g di olive nere denocciolate

INOLTRE:

Carta da forno

Per fetta

125 kcal, 18 g carb., 5 g gr., 3 g prot., 1,5 UP

PREPARAZIONE

1. Mescolare la farina e il lievito in una ciotola. Aggiungere tutti gli altri ingredienti, tranne le olive, e lavorare bene l'impasto. Lasciar riposare in un luogo caldo finché il volume dell'impasto non sarà raddoppiato.
2. Tagliare in quattro le olive.
3. Lavorare di nuovo l'impasto e incorporare le olive tagliate a pezzetti.
4. Suddividere la pasta in 2 pezzi e formare due baguette lunghe. Incidere diagonalmente con un coltello e spolverare con un po' di farina.
5. Rivestire la teglia con carta da forno. Adagiarsi sopra le baguette e far lievitare per altri 20 minuti.
6. Cuocere in forno come indicato.

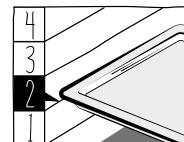
Regolazione

Riscaldamento sup./inf.

250 °C

Tempo di cottura:

20-25 minuti



Consiglio

È possibile far lievitare l'impasto anche in forno.

Impostare il livello di lievitazione 1.



PANFOCACCIA

Per 1 focaccia, ca. 8 porzioni

Leccarda

PASTA LIEVITATA:

500 g di farina
2 bustine di lievito secco
1 cucchiaio di sale
350 ml d'acqua tiepida

GUARNIZIONE:

3 cucchiai di olio d'oliva
1 cucchiaio di aghi di rosmarino freschi
2 cucchiai di pinoli
Sale marino

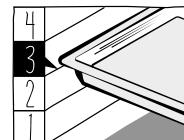
INOLTRE:

Olio per la teglia
Per porzione
281 kcal, 46 g carb., 7 g gr., 8 g prot., 3,8 UP

PREPARAZIONE

1. Mescolare la farina e il lievito in una ciotola. Aggiungere tutti gli altri ingredienti fino a ottenere un impasto morbido. Lasciare riposare in un luogo caldo per 15-20 minuti.
2. Stendere la pasta su una teglia oliata formando una focaccia spessa ca. 1,5 cm, bucherellarla con una forchetta e fare lievitare per altri 15 minuti.
3. Schiacciare un po' l'impasto con le nocche delle dita e versarvi sopra l'olio d'oliva. Cospargere a piacere con aghi di rosmarino, pinoli e sale marino. Cuocere in forno come indicato.

Regolazione
Riscaldamento sup./inf.
230 °C
Emissione di vapore forte
Tempo di cottura:
20-30 minuti



Consiglio
Varianti sfiziose: incorporare alla pasta
3 cucchiai di parmigiano o di pomodori secchi tagliati a pezzettini.
È possibile far lievitare l'impasto anche in forno.
Impostare il livello di lievitazione 1.



PANINI ALLA CIPOLLA

Per 30 panini piccoli

Stampo a cerniera Ø 28 cm

IMPASTO:

1 cipolla
1 cucchiaino di burro
250-300 g di farina
1 cucchiaino di zucchero
2 cucchiaini di lievito in polvere
1 cucchiaino di sale
 $\frac{1}{2}$ cucchiaino di maggiorana secca o levistico
ca. 200 g di pasta acida, vedere il suggerimento
2 cucchiali di burro chiarificato

INOLTRE:

Burro per lo stampo

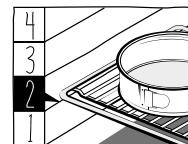
Per pezzo

54 kcal, 9 g carb., 2 g gr., 1 g prot., 0,7 UP

PREPARAZIONE

1. Sbucciare la cipolla e tagliarla a dadini sottili. Scaldare il burro in un pentolino e rosolarvi la cipolla a dadini.
2. Mischiare in una ciotola 250 g di farina, zucchero, lievito in polvere, sale e maggiorana e amalgamare il lievito madre.
3. Aggiungervi il burro chiarificato e la cipolla a dadini. Impastare energicamente finché l'impasto non si stacca bene dal bordo della ciotola. Se necessario, aggiungere ancora un po' di farina.
4. Imburrare lo stampo a cerniera. Suddividere la pasta in 30 pezzetti grandi come noci, infarinarli e formare delle palline uniformi. Disporle in cerchio nello stampo a cerniera distanziate le une dalle altre. Lasciare riposare in un luogo caldo.
5. Infine far cuocere i panini come indicato.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
180 °C
Emissione di vapore media
Tempo di cottura:
20-25 minuti



Consiglio

Pasta acida: far sciogliere 10 g di lievito fresco in 250 ml di acqua tiepida. Aggiungere 1 cucchiaino di zucchero e amalgamarvi 125 g di farina poco alla volta. Coprire e lasciare riposare in un luogo caldo per 24 ore. Si ottiene una pasta acida umida ed elastica che si può conservare coperta in frigorifero per 8-10 giorni. La quantità indicata (ca. 390 g) è sufficiente per 60 panini alla cipolla. Per i panini dolci, invece di cipolla e maggiorana, aggiungere 50 g di albicocche secche tagliate a pezzettini.

È possibile far lievitare l'impasto anche in forno. Impostare il livello di lievitazione 1.



PANINI CON FARINE MISTE

Per 12 panini

Teglia

IMPASTO:

Lievito madre per 500 g di farina
500 ml d'acqua
50 g di farina di segale tipo 997
40 g di cruschello di segale
450 g di farina di frumento tipo 550
1 cucchiaino e ½ di sale
1 bustina e ½ di lievito secco
1 cucchiaio di miele

PER COSPARGERE:

40 g di fiocchi d'avena
25 g di semi di lino
25 g di semi di zucca
50 g di semi di girasole

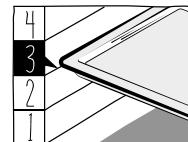
INOLTRE:

Burro per la teglia
Per pezzo
216 kcal, 36 g carb., 4 g gr., 8 g prot., 3,0 UP

PREPARAZIONE

1. Per il pre-impasto, mescolare il lievito madre, 350 ml d'acqua, la farina di segale e il cruschello di segale e lasciare lievitare in un luogo caldo per 60 minuti.
2. Aggiungere gradualmente all'impasto gli ingredienti rimanenti e lavorare con il robot da cucina per circa 7 minuti fino a ottenere un impasto omogeneo.
3. Lavorare ancora una volta l'impasto e formare sul piano di lavoro infarinato dei panini di peso uniforme di 70-100 g.
4. Mescolare i fiocchi d'avena, i semi di lino e gli altri semi. Inumidire i panini e passarli con delicatezza nella miscela di semi.
5. Imburrare la teglia e distribuirvi sopra i panini. Lasciare lievitare per altri 60 minuti. 10 minuti prima della fine della lievitazione intagliare i panini a piacere.
6. Cuocere i panini al forno come indicato e lasciarli raffreddare su una griglia.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
180 °C
Emissione di vapore forte
Tempo di cottura:
15-25 minuti



Consiglio

È possibile far lievitare l'impasto anche in forno.
Impostare il livello di lievitazione 1.



MUFFIN SALATI AL FORMAGGIO ERBORINATO

Per 12 porzioni

Stampo per muffin

IMPASTO:

130 g di burro
1 cipolla rossa da ca. 40 g
1 cucchiaio di olio
400 g di farina
2 cucchianini di lievito in polvere
3 uova
ca 225 ml di latte
150 g di formaggio erborinato, ad es. Stilton
Sale
Pepe nero macinato

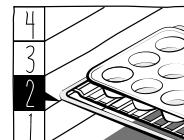
INOLTRE:

Stampini di carta
Per porzione
284 kcal, 26 g carb., 16 g gr., 9 g prot., 2,2 UP

PREPARAZIONE

1. Far sciogliere il burro in un pentolino e lasciar raffreddare. Sbucciare la cipolla e tagliarla a dadini sottili. Scaldare l'olio in una padella e rosolare la cipolla a dadini finché non si ammorbidisce. Quindi, fare raffreddare.
2. Mescolare la farina con il lievito in polvere e versarli in una ciotola setacciandoli. Aggiungere il burro fuso, le uova e il latte e lavorare brevemente con la frusta elettrica fino a ottenere un impasto omogeneo.
3. Tagliare il formaggio a dadini. Con una spatola, amalgamare all'impasto il formaggio e le cipolle. Insaporire con sale e pepe.
4. Inserire gli stampini di carta nello stampo per muffin e riempirli con l'impasto. Cuocere i muffin come indicato.
5. Una volta pronti, lasciar raffreddare i muffin per 10 minuti su una gratella da cucina, dopodiché estrarli dagli stampini.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
180 °C
Emissione di vapore media
Tempo di cottura:
20-25 minuti



Consiglio
I muffin possono essere consumati sia caldi che freddi. Accompannateli con un'insalata di stagione.



SUS KERING – BIGNÈ SALATI INDONESIANI

Per ca. 160 pezzi

Teglie e leccarda

PASTA CHOUX:

300 ml d'acqua
½ cucchiaino di sale
180 g di margarina
180 g di farina
4 uova
75 g di formaggio grattugiato,
ad es. emmental, edamer o gouda

INOLTRE:

Carta da forno

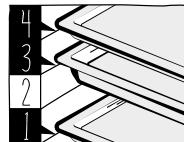
Per pezzo

16 kcal, 1 g carb., 1 g gr., 0 g prot., 0,1 UP

PREPARAZIONE

1. In un pentolino, portare a ebollizione l'acqua con il sale e la margarina.
2. Versare di colpo la farina setacciata nella pentola. Spegnere il fuoco. Mescolare bene con un mestolo o una frusta. Lasciare sulla zona di cottura ancora calda. Mescolare il composto finché non si forma una palla di impasto che si stacca dalla pentola e si vede uno strato bianco sul fondo.
3. Mettere l'impasto in una terrina profonda. Amalgamare un uovo per volta al livello di velocità massimo. Lasciar raffreddare l'impasto per ca. 10 minuti. Poi amalgamare il formaggio e lasciar raffreddare completamente.
4. Coprire le teglie con carta da forno. Preriscaldare il forno.
5. Versare la pasta choux in una sac à poche con beccuccio di 1 cm di diametro e formare sulle teglie dei piccoli mucchietti. Cuocere il Sus Kering come indicato.

Regolazione
Aria calda CircoTherm
170 °C
Preriscaldamento
Cottura al forno:
170 °C, 15 minuti
Quindi
150 °C, 35-40 minuti



Consiglio

L'Indonesia era in passato una colonia olandese.
Perciò qui si trovano molte ricette che
prediligono l'utilizzo di gouda o di altri tipi di
formaggio olandese.
Servite il Sus Kering come party snack, insieme a
vino o birra.



PIZZA MARGHERITA

Per 2 porzioni

Teglia per pizza Ø 30 cm

PASTA LIEVITATA:

150 g di farina
½ bustina di lievito secco
1 pizzico di sale marino
ca. 100 ml di acqua tiepida

FARCITURA:

150 g di pomodori ciliegini
125 g di mozzarella
150 g di passata di pomodoro
Sale marino
Pepe macinato
½ cucchiaino di zucchero
3 cucchiali di basilico tritato
½ cucchiaino di sale
2 cucchiali di olio

INOLTRE:

1 cucchiaio di olio per la teglia

Per porzione

466 kcal, 62 g carb., 16 g gr., 17 g prot., 5,2 UP

PREPARAZIONE

1. Per la pasta lievitata, mescolare la farina e il lievito in una ciotola. Aggiungere tutti gli altri ingredienti e lavorare bene l'impasto. Lasciare riposare in un luogo caldo per 30 minuti.
2. Nel frattempo lavare i pomodori ciliegini e tagliarli a metà. Tagliare la mozzarella a dadini.
3. Ungere la teglia per pizza. Stenderci l'impasto e bucherellarlo più volte con una forchetta.
4. Insaporire la passata di pomodoro con sale marino, pepe e zucchero. Aggiungere la metà del basilico.
5. Distribuire il composto di pomodoro sulla pizza. Guarnire la pizza con i pomodori ciliegini. Distribuire uniformemente la mozzarella sui pomodori ciliegini. Cospargere con il basilico rimasto, salare e versare un filo d'olio d'oliva.
6. Cuocere la pizza come indicato.

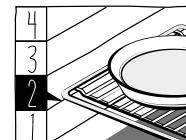
Regolazione

Riscaldamento sup./inf.

270 °C

Tempo di cottura:

20-25 minuti



Consiglio

È possibile far lievitare l'impasto anche in forno.

Impostare il livello di lievitazione 1.

Pizza romana: al posto del basilico, guarnire la pizza con 4 acciughe salate, lavate, deliscate e tritate. Condire con sale e 2 cucchiaini di origano e versare un filo d'olio.

Pizza al prosciutto: al posto del basilico, usare 100 g di prosciutto cotto non troppo magro.



QUICHE DI PEPPERONI

Per 6 porzioni

Teglia per pizza Ø 30 cm

PASTA FROLLA:

200 g di farina
2 pizzichi di sale
1 uovo
100 g di burro freddo

FARCITURA:

150 g di peperoni verdi
150 g di peperoni gialli
150 g di peperoni rossi
1 cipolla rossa da ca. 100 g
200 g di zucchine
30 g di burro
Sale
Pepe nero macinato

COPERTURA:

200 ml di panna
4 uova
150 g di formaggio gruyere grattugiato fresco
Sale
Pepe nero macinato
Noce moscata grattugiata fresca

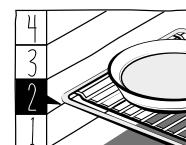
INOLTRE:

Olio per la teglia
Per porzione
577 kcal, 30 g carb., 43 g gr., 19 g prot., 2,5 UP

PREPARAZIONE

1. Per la pasta frolla, versare la farina e il sale sul piano di lavoro e ricavare al centro una fontana. Sbattere l'uovo con una forchetta e versarlo al centro. Tagliare il burro freddo a pezzetti e distribuirli ai bordi della farina. Con le mani fredde, lavorare velocemente fino a ottenere un impasto omogeneo. Formare una palla, schiacciarla, avvolgerla nella pellicola trasparente e riporre in frigorifero per ca. 30 minuti.
2. Nel frattempo, lavare i peperoni, tagliarli a metà, togliere i semi e rimuovere le parti bianche. Sbucciare la cipolla. Tagliare i peperoni e le cipolle a cubetti di ca. 1 cm. Lavare le zucchine e tagliare trasversalmente delle fette sottili.
3. Scaldate il burro in una padella e rosolare il peperone e la cipolla a dadini. Insaporire la verdura con sale e pepe, togliere dalla pentola e mettere da parte. Rosolare brevemente le fette di zucchini e insaporirle con sale e pepe.
4. Ungere la teglia per pizza. Formare un cerchio con l'impasto e metterlo sulla teglia. Formare un bordo alto ca. 3 cm e schiacciarlo bene. Pungere più volte con una forchetta l'impasto sul fondo dello stampo.
5. Distribuire le fette di zucchini sulla base e versarvi il resto della verdura.
6. Mescolare la panna, l'uovo e il formaggio, insaporire abbondantemente con sale, pepe e noce moscata. Distribuire uniformemente il liquido sulla verdura e cuocere la quiche come indicato.

Regolazione
Riscaldamento sup./inf.
180 °C
Tempo di cottura:
60-70 minuti





BÖREK TURCO

Per 20 pezzi

Leccarda

FORMAGGIO:

1 mazzetto di prezzemolo fresco o surgelato,
ca. 30 g
500 g di formaggio di pecora in salamoia o feta

FARCITURA:

2 uova
200 ml di latte
250 g di yogurt con il 3,8% di grassi
100 g di olio di semi di girasole
 $\frac{1}{2}$ bustina di lievito in polvere
Sale marino
Pepe nero macinato

IMPASTO:

900 g di pasta fillo fresca o surgelata o
pasta yufka, ca. 20 sfoglie

INOLTRE:

Olio per la leccarda
Per pezzo
287 kcal, 29 g carb., 15 g gr., 9 g prot., 2,4 UP

PREPARAZIONE

1. Sciacquare il prezzemolo fresco e scuotere via l'acqua. Rimuovere i gambi e tritare finemente le foglie. Sbriciolare il formaggio di pecora e mescolarlo con il prezzemolo.
2. Mescolare tutti gli ingredienti per la farcitura fino a ottenere un composto omogeneo. Insaporire abbondantemente con sale e pepe.
3. Oliare la leccarda. Adagiare una sfoglia di pasta sulla leccarda, ripiegare i bordi sporgenti e spennellare con un velo sottile di farcitura. Adagiare sopra un'altra sfoglia di pasta, ripiegare i bordi sporgenti, spennellare con la farcitura e cospargervi sopra un po' di formaggio di pecora.
4. Ripetere il procedimento finché non rimangono solo 2 sfoglie di pasta. Spennellare le sfoglie di pasta con la farcitura, distribuirvi sopra il resto e cuocere il Börek come indicato.

Regolazione

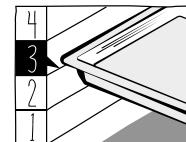
Aria calda CircoTherm

180 °C

Emissione di vapore media

Tempo di cottura:

35-45 minuti



Consiglio

Aggiungere $\frac{1}{2}$ mazzetto di menta tritata fresca al
composto di formaggio. In questo modo si
ottiene un aroma particolare.

INDICE DELLE RICETTE

A

Anatra croccante con farcitura di mele al forno, 99

Apple pie inglese, 161

Arrosto di agnello con menta e aglio, 121

Arrosto di cervo in salsa al vino rosso e ginipro, 129

Arrosto di cinghiale con salsa di sambuco e mele caramellate, 131

Arrosto di maiale con crosta al miele e timo, 115

Asparagi al forno con salsa, 29

B

Baguette alle olive, 211

Baklava, 173

Barchette di albicocche, 189

Base per torta ad impasto morbido, 147

Bignè con farcitura dolce, 177

Biscotti al pistacchio con marmellata di fichi, 193

Bistecche di lombata di cervo gratinate, 127

Börek turco, 227

bouillabaisse, pollo, 93

Brioche all'arancia e coriandolo, 185

C

Christstollen aromatizzato con marzapane, 141

Cornetti alla vaniglia, 191

Cosciotti di agnello con ripieno di pere al peperoncino, 123

Crostata aromatizzata con cioccolato all'espresso, 153

Crostatine ai frutti di bosco con glassa di panna acida, 187

Curry di red snapper, 73

D

Dessert moresco al fichi con sciroppo al Porto, 197

Drumstick di pollo alla marocchina con bastoncini di patate, 89

F

Filetti di petto di pollo grigliati avvolti nelle zucchine, 85

Filetto di petto di pollo con ripieno di verdure, 83

Filetto di salmone ripieno, 69

Filetto di vitello in crosta di melissa e lime, 113

G

Gratin di patate, Gratin dauphinois, 57

Gratin di zucchine con olive nere, 45

Gugelhupf con noci e marzapane, 139

I

Involtini di tacchino alla frutta, 79

L

Lasagne al salmone, 47

Luccioperca con speck, patate e lenticchie, 63

M

- Macarons, 195
- Maiale arrosto alla cantonese, 119
- Meringa con crema di cioccolato e mascarpone e frutti esotici, 201
- Meringa con panna e lamponi, Pavlova, 175
- Mlni Gugelhupf con lemon curd e frutti di bosco freschi, 181
- Muffin al lime con cioccolato bianco, 183
- Muffin di pane e verdure, 37
- Muffin salati al formaggio erborinato, 219

O

- Oca grigliata con ripieno di pane, 95
- Orata in crosta di sale ed erbe, 61
- Ossobuco, 109

P

- Pagnotta alla polenta con burro all'espresso, 209
- Pane aromatico di pasta acida di segale, 205
- Pane integrale ai quattro cereali, 207
- Panfocaccia, 213
- Panini alla cipolla, 215
- Panini con farine miste, 217
- Pasticcio di pollo con pistacchi, 91
- Patate all'orientale, 21
- Patate al limone con erbe e peperone corno di toro, 25
- Patate ripiene, 23
- Pavlova, Meringa con panna e lamponi, 175
- Pesce al cartoccio con foglie di bietola e salsa di vino, 67
- Pesce al forno con verdure asiatiche agrodolci, 75
- Petto d'anatra all'asiatica, 101
- Petto di tacchino con salsa rossa alle cipolle, 81
- Petto di vitello farcito alle erbe, 111
- Pizza Margherita, 223

P

Polenta alle erbe, 35

Pollastra nutrita con mais con burro alle erbe, 97

Pollo alla griglia ripieno alle erbe, 87

Pollo bouillabaisse, 93

Pomodori ripieni di lenticchie, bulgur e formaggio fresco di capra, 31

Q

- Quiche di peperoni, 225

R

Revani turco, 171

Ribeye, 103

Ricetta base per il pan di Spagna - Torta alla frutta con lamponi, 163

Ricetta base per l'impasto morbido, torta all'uva spina con topping di mandorle, 145

Ricetta base per la pasta choux - Torta di pasta choux con farcitura alle fragole, 169

Ricetta base per pasta lievitata, Torta al burro, 135

Ricetta di base per la pasta frolla - Torta alla frutta, 155

Rigatoni al sugo di pomodoro, 49

Roastbeef con salsa bernese, 105

Rotolo di pan di Spagna alle nocciole con ripieno di nougat, 165

S

Sella di maiale con salsa di albicocche, 117

Sformato di cavolfiore, 53

Sformato di pesce estivo, 71

Spaghetti a nido con funghi, 43

Spalla di manzo con salsa di cipolline, 107

Spiedini carne di agnello tritata, 125

Spirali di pasta, 41

Sus Kering - Bignè salati indonesiani, 221



T

- Torta al burro - Ricetta base per pasta lievitata, 135
Torta al cioccolato con albicocche al miele e lavanda, 199
Torta all'uva spina con topping di mandorle - Ricetta base per l'impasto morbido, 145
Torta alla frutta con lamponi - Ricetta base per il pan di Spagna, 163
Torta alla frutta - Ricetta base per la pasta frolla, 155
Torta alle prugne, 137
Torta alle verdure e patate, 51
Torta al rabarbaro con meringa, 151
Torta della Foresta Nera, 167
Torta di mele coperta, 157
Torta di pasta choux con farcitura alle fragole - Ricetta base per la pasta choux, 169
Torta di quark aromatizzata alla vaniglia, 159
Tortilla agli asparagi, 55
Tortine di cioccolato dal cuore fondente, 179
Tortine marmorizzate in vasetto, 149
Treccia alluvetta, 143
Trote alle erbe in teglia, 65

V

- Verdura al forno con salsa all'aceto balsamico, 27

Y

- Yorkshire pudding, 39

Z

- Zucca con verdure al peperoncino e mele, 33



NOTE



APPASSIONATI DI CUCINA DAL 1877



9001048200



www.neff-international.com

Copyright © 2014, Neff, München.
All rights reserved.