



APPASSIONATI DI CUCINA DAL 1877



RICETTE PER TUTTI I GUSTI

Il ricettario per il scaldavande NEFF



IL RICETTARIO PER LO SCALDAVIVANDE NEFF



TUTTA LA NOSTRA ESPERIENZA AL TUO SERVIZIO

Per noi il posto migliore al mondo in cui lavorare è la cucina. Per questo motivo mettiamo tutta la nostra passione per renderla ancora più intelligente. Così come ogni cuoco dilettante si impegna per migliorare i suoi piatti, anche noi perfezioniamo continuamente i nostri prodotti, cercando ogni giorno nuove idee per fare in modo in modo che cucinare sia sempre un piacere.

Oggi con il nuovo scaldavivande Neff puoi non soltanto tenere in caldo cibi e portate, ma anche scongelare alimenti surgelati, far lievitare impasti o cuocere delicatamente carni pregiate.

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

Buon divertimento!



INDICE



Abbreviazioni e indicazioni di quantità	8
Antipasti e insalate	11
Contorni e verdure, piatti vegetariani e sformati	21
Pesce e frutti di mare	27
Pollame e carne	31
Dessert e dolci	53
Indice delle ricette	60

ABBREVIAZIONI E INDICAZIONI DI QUANTITÀ



ABBREVIAZIONI**PESI, CAPACITÀ**

ml	Millilitri	1 kg	1000 g	100 dg	2,22 lb
l	Litri	1 l	1000 ml	100 cl	10 dl
g	Grammi				
kg	Chilogrammi				
cm	Centimetri				
mm	Millimetri				
ad es.	Ad esempio				
min.	Minuti				
h	Ore				
min.	Minimo				
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





ANTIPASTI
E INSALATE



INSALATA MEDITERRANEA CON FETTE DI PETTO DI POLLO

Per 4 porzioni

Pentola per arrosti di vetro con coperchio, Tempo di cottura: 2 ore - 2 ore e 10 min.

CARNE:

2 filetti di petto di pollo senza pelle, ca. 180 g ciascuno
Sale marino
Pepe macinato
1 cucchiaio di mandorle in scaglie
1 cucchiaio di pangrattato
1 cucchiaiino di peperoncino dolce in polvere
1 cucchiaio di olio d'oliva

INSALATA:

300 g di lattuga
4 peperoncini rotondi in conserva
4 olive nere denocciolate
Sale marino
Pepe macinato
½ cucchiaiino di zucchero
50-60 ml di aceto balsamico bianco
4 cucchiali di olio d'oliva
Per porzione
293 kcal, 8 g carb., 19 g gr., 23 g prot.

PREPARAZIONE

1. Mettere la pentola per arrosti di vetro con il coperchio nello scaldavande e preriscalarla per 30 minuti al livello 4.
2. Sciacquare brevemente i filetti di petto di pollo con acqua fredda e asciugarli. Insaporire con sale marino e pepe.
3. Sbriciolare le mandorle e mescolarle con il pangrattato e il peperoncino in polvere. Impanare i filetti di petto di pollo.
4. Sul piano cottura, scaldare l'olio d'oliva in una padella e rosolare i filetti da ogni lato per ca. 3-4 minuti.
5. Mettere i filetti nella pentola per arrosti di vetro preriscaldata, coprire e cuocere nello scaldavande al livello 3 per 2 ore-2 ore e 10 minuti.
6. Pulire la lattuga togliendo le parti dure. Tagliare le foglie di lattuga a bocconcini e sciacquarle brevemente sotto l'acqua fredda.
7. Dividere in quattro i peperoncini rotondi e le olive.
8. Preparare un condimento con il sale marino, il pepe, lo zucchero, l'aceto balsamico e l'olio d'oliva. Mescolare la lattuga, i peperoncini rotondi e le olive in una ciotola.
9. Tagliare i filetti di petto di pollo a fette. Aggiungere il condimento, mescolare, aggiustare di sale e pepe e lasciar riposare per ca. 10 minuti.
10. Dopodiché aggiungere la lattuga, i peperoncini e le olive. Mescolare il tutto e suddividere nei piatti.



INSALATA DI CAVOLIORE E QUINOA CON BROCCOLI E CAVOLO BROCCOLO ROMANESCO

Per 4 porzioni

Pentola con coperchio, Tempo di cottura: 25-30 min.

QUINOA:

200 g di quinoa
20 g di burro
500 ml d'acqua
Sale marino
Pepe macinato

VERDURE:

250 g di cavolfiore
250 g di broccoli
250 g di cavolo broccolo romanesco
Sale marino
½ cucchiaino di zucchero
Pepe macinato
100 ml di aceto di vino rosso
50 ml di olio di noci
1 peperone corno di toro rosso piccolo

Per porzione
387 kcal, 38 g carb., 19 g gr., 12 g prot.

PREPARAZIONE

1. Preriscaldare lo scaldavivande per 30 minuti al livello 4.
2. Mettere la quinoa in un colino, lavarla sotto l'acqua corrente e farla sgocciolare.
3. Sul piano cottura, scaldare il burro in una pentola. Aggiungere la quinoa, tostarla brevemente, aggiungere acqua e portare a ebollizione.
4. Mettere il coperchio e cuocere la quinoa nello scaldavivande al livello 3 per 25-30 minuti.
5. Dividere il cavolfiore, i broccoli e il cavolo broccolo romanesco in bocconcini e sciacquarli brevemente. Cuocerli uno per volta al dente in acqua salata bollente, quindi metterli da parte.
6. Preparare un condimento con il sale marino, lo zucchero, il pepe, l'aceto di vino rosso e l'olio di noci. Mettere il cavolfiore nel condimento e lasciare riposare.
7. Condire la quinoa con il sale marino e il pepe e mescolare brevemente con una forchetta. Aggiungere il tutto al cavolfiore e lasciar riposare ancora.
8. Lavare il peperone corno di toro, tagliarlo in due e togliere i semi. Tagliarlo a dadini piccolissimi. Aggiungerlo all'insalata di quinoa e cavolfiore insieme ai broccoli e al cavolo broccolo romanesco e mescolare il tutto.
9. Aggiustare di sale e pepe e servire.



SPIEDINI SATAY CON RISO BASMATI ALLA CITRONELLA

Per 4 porzioni

Pentola per arrosti di vetro con coperchio, Pentola con coperchio, Tempo di cottura: 60-65 min.

CARNE:

2 filetti di petto di pollo senza pelle, 150 g ciascuno
1 noce di zenzero fresco
1 spicchio d'aglio
3 cucchiai di salsa di soia scura
3 cucchiai di olio di arachidi
2 scalogni piccoli, 30 g ciascuno
200 ml di fondo di vitello
Pepe di Cayenna
40 g di arachidi salate tritate

RISO:

25 g di burro
200 g di riso basmati
1 ramoscello di citronella
Sale

INOLTRE:

Spiedini di legno
Per porzione
465 kcal, 41 g carb., 21 g gr.,
27 g prot.

PREPARAZIONE

1. Mettere la pentola per arrosti di vetro con il coperchio nello scaldavivande e preriscalarla per 30 minuti al livello 4.
2. Sciacquare brevemente i filetti di petto di pollo sotto l'acqua fredda, asciugarli e tagliarli a dadini di 2-3 cm.
3. Sbucciare lo zenzero e l'aglio e tagliarli a dadini piccolissimi. Mescolare la salsa di soia con 1 cucchiaio di olio di arachidi e aggiungere metà dello zenzero e dell'aglio. Mescolare il pollo a dadini con la marinata e lasciar riposare per ca. 30 minuti.
4. Quindi infilare i dadini di pollo su 8 spiedini.
5. Scaldatare 2 cucchiai di olio di arachidi in una padella e rosolare gli spiedini su ogni lato per 3-4 minuti.
6. Mettere gli spiedini nella pentola per arrosti di vetro preriscaldata, coprire e far cuocere nello scaldavivande al livello 3 per 60-65 minuti.
7. Per la salsa, mettere lo zenzero e l'aglio restanti in una padella. Sbucciare gli scalogni e tagliarli a dadini molto piccoli. Metterli nella padella e far soffriggere il tutto. Sfumare con il fondo di vitello e condire con la salsa di soia.
8. Per il riso, scaldatare il burro in una pentola, aggiungere il riso e cuocere brevemente.
9. Lavare la citronella, schiacciarla con il dorso di un coltello e aggiungerla al riso. Aggiungere 400 ml d'acqua e far cuocere a fuoco basso per 5-6 minuti sul piano cottura. 30-35 minuti prima della fine della cottura, mettere gli spiedini nello scaldavivande e cuocerli come indicato. Mescolare di tanto in tanto il riso con una forchetta.
10. Scaldatare nuovamente la salsa, aggiustarla di sale e aggiungere le arachidi tritate.
11. Al termine della cottura rimuovere la citronella e salare il riso. Disporre il riso in piatti preriscaldati, posare sopra gli spiedini, versare la salsa calda e servire subito.



SEPIE RIPIENE SU LETTO DI SPINACI

Per 4 porzioni

Pentola per arrosti di vetro con coperchio, Tempo di cottura: 60-70 minuti

COMPOSTO DI SALMONE:

100 g di filetto di salmone fresco
1 limone
Sale marino
ca. 50 ml di panna
Pepe bianco macinato

SEPPIE:

4 seppie fresche (con la testa), ca. 160 g ciascuna
Sale marino
1 cucchiaino di pangrattato
1 cucchiaino di farina
1 cucchiaino di peperoncino in polvere
2 cucchiai di olio d'oliva
20 g di burro

SPINACI BABY:

200 g di spinaci baby
1 scalogno piccolo
1 spicchio d'aglio piccolo
20 g di burro
Sale marino
Noce moscata grattugiata fresca

Per porzione
657 kcal, 10 g carb., 64 g gr., 11 g prot.

PREPARAZIONE

1. Mettere la pentola per arrosti di vetro con il coperchio nello scaldavivande e preriscalarla per 30 minuti al livello 4.
2. Sciacquare brevemente il filetto di salmone sotto l'acqua fredda e asciugarlo. Tagliarlo a dadini di 2 cm e farlo gelare per ca. 30 minuti nel congelatore.
3. Spremere il limone. Tenerne da parte 1 cucchiaino per il composto di salmone.
4. Sciacquare brevemente le seppie con acqua fredda, asciugarle, salarle e irrorarle con il succo di limone.
5. Frullare il filetto di salmone con il sale marino e aggiungere lentamente la panna. Insaporire il composto di salmone con il sale marino, il pepe e il succo di limone.
6. Riempire le seppie con il composto di salmone e se necessario legarle con filo da cucina.
7. Mescolare il pangrattato, la farina e il peperoncino in polvere e impanare le seppie.
8. Scaldatare l'olio di oliva con il burro in una pirofila in ghisa e far dorare le seppie ripiene su tutti i lati per 5-6 minuti.
9. Metterle nella pentola per arrosti di vetro preriscaldata, coprire e far cuocere nello scaldavivande al livello 3 per 60-70 minuti.
10. Sciacquare brevemente gli spinaci baby con acqua fredda. Sbucciare e tagliare a piccoli dadini lo scalogno e l'aglio. Scaldatare il burro in una padella e far soffriggere scalogno e aglio. Aggiungere gli spinaci baby e cuocerli brevemente. Insaporire con sale e noce moscata.
11. Disporre gli spinaci baby su piatti preriscaldati. Dividere a metà le seppie, disporle sugli spinaci baby e servire subito.





CONTORNI
E VERDURE,
PIATTI VEGETARIANI
E SFORMATI



BULGUR CON FETA E MENTA

Per 4 porzioni

Pentola per arrosti di vetro con coperchio, Tempo di cottura: 60-70 min.

BULGUR:

2 scalogni piccoli
30 g di burro
375 g di bulgur
500 ml di brodo vegetale
3 peperoni rossi dolci
1 cucchiaio di olio d'oliva
Sale marino
1 mazzetto piccolo di menta fresca
100 g di feta
100 g di formaggio fresco di capra dolce, al naturale,, 60-87% di materia grassa
Pepe macinato

INSALATA:

200 g di valerianella
1 cucchianino di senape al miele
1 cucchianino di sale marino
1 cucchianino di zucchero
6-8 cucchiai di aceto balsamico
4 cucchiai di olio d'oliva

Per porzione
713 kcal, 75 g carb., 37 g gr., 19 g prot.

PREPARAZIONE

1. Mettere la pentola per arrosti di vetro con il coperchio nello scaldavande e preriscalarla per 30 minuti al livello 4.
2. Sbucciare gli scalogni e tagliarli a dadini. Sul piano cottura, scaldare il burro in una pentola e far soffriggere brevemente gli scalogni.
3. Aggiungere il bulgur e farlo tostare brevemente. Irrorare con il brodo vegetale e far cuocere per 3-4 minuti dopo aver portato a ebollizione.
4. Versare il bulgur nella pentola per arrosti di vetro preriscaldata, mettere il coperchio e far cuocere nello scaldavande al livello 3 per 60-70 minuti.
5. Lavare i peperoni, tagliarli a metà e togliere i semi. Far scaldare l'olio d'oliva in una padella, rosolare brevemente i peperoni e salare.
6. Sciacquare la menta, asciugarla e tritarla finemente.
7. Lavare la valerianella, farla sgocciolare oppure centrifugarla.
8. Preparare il condimento con la senape al miele, il sale marino, lo zucchero, l'aceto balsamico e l'olio d'oliva. Mescolare la valerianella con il condimento.
9. Sbriciolare la feta e mescolarla al bulgur caldo con il formaggio fresco di capra. Aggiustare di sale e pepe e incorporare la menta. Disporre il bulgur con i peperoni sui piatti preriscaldati e servire subito con l'insalata.



RISOTTO AI PORCINI

Per 2 porzioni

Pentola con coperchio, Tempo di cottura: 25-30 min.

RISOTTO:

4 cucchiai di olio ai funghi
porcini

150 g di porcini, freschi o
surgelati

200 g di riso per risotti

Sale marino

Pepe macinato

½ mazzetto di prezzemolo

PER GUARNIRE:

2 cucchianini di pepe rosa in
grani o bacche di pepe rosa

Erbe aromatiche fresche, per es.
prezzemolo

Per porzione

296 kcal, 40 g carb., 13 g gr.,
6 g prot.

PREPARAZIONE

1. Preriscaldare lo scaldavivande per 30 minuti al livello 4.

2. Sul piano cottura, scaldare 2 cucchiai di olio ai funghi porcini nello stampo di vetro. Pulire i funghi porcini, tagliarli a dadini e cuocerli brevemente.

3. Aggiungere il riso per risotti, farlo dorare, salare e pepare. Aggiungere 500 ml di acqua e portare a ebollizione. Mettere il coperchio e far cuocere per 4-5 minuti a fuoco basso, mescolando di tanto in tanto.

4. Cuocere il risotto con il coperchio nello scaldavivande al livello 3 per 25-30 minuti.

5. Sciacquare il prezzemolo, asciugarlo e tritarlo finemente.

6. Al termine della cottura aggiustare il risotto di sale e pepe. Aggiungere il prezzemolo e mescolare. Come ultimo tocco aggiungere 2 cucchiai di olio ai funghi porcini.

7. Mettere il risotto nei piatti preriscaldati, decorare con pepe rosa ed erbe e servire subito.

Consiglio:

Come contorno, il risotto è sufficiente per 4 persone.

Servirlo con una piccola bistecca di manzo.





PESCE E
FRUTTI DI MARE



FAGOTTINI DI PESCE SU LETTO DI INSALATA DI FAGIOLINI E FETA

Per 4 porzioni

Pentola per arrosti di vetro con coperchio, Tempo di cottura: 30-35 min.

INSALATA:

400 g di fagioli surgelati

Sale marino

Pepe macinato

½ cucchiaino di zucchero

50-60 ml di vinaigre de vin,

aceto bianco francese

4 cucchiai di olio d'oliva

2-3 ramoscelli di aneto

2-3 ramoscelli di menta

150 g di feta

PESCE:

4 medaglioni di pesce da 130 g,
per es. di merluzzo

Sale marino

Pepe al limone

2 cucchiai di succo di limone

2 fette di salmone affumicato,

60 g

20 g di farina

20 g di pangrattato

1 cucchiaino di peperoncino

dolce in polvere

4 cucchiai di olio d'oliva

Per porzione

596 kcal, 16 g carb., 43 g gr.,

37 g prot.

PREPARAZIONE

1. Mettere la pentola per arrosti di vetro con il coperchio nello scaldavande e preriscalarla per 30 minuti al livello 4.

2. Far bollire acqua salata sul piano cottura, aggiungere i fagioli e cuocerli al dente. Poi scolarli.

3. Preparare un condimento con il sale marino, il pepe, lo zucchero, il vinaigre de vin e l'olio d'oliva.

4. Sciacquare brevemente l'aneto e la menta, asciugarli, tritarli finemente e aggiungerli ai fagioli. Versare il condimento sopra i fagioli e mescolare. Sbriciolare sopra la feta e far riposare l'insalata.

5. Sciacquare brevemente i medaglioni di pesce con acqua fredda, asciugarli e, incidendo con cautela, ricavare una tasca. Insaporirli all'interno e all'esterno con sale marino, pepe al limone e succo di limone.

6. Tagliare a metà le fette di salmone affumicato e utilizzarle per riempire i filetti di pesce.

7. Mescolare la farina, il pangrattato e il peperoncino in polvere in un piatto.

8. Scaldatare l'olio d'oliva in una padella sul piano cottura. Impanare i medaglioni di pesce nel pangrattato e farli cuocere nella padella per 2-3 minuti su ciascun lato.

9. Metterli nella pentola per arrosti di vetro preriscaldata, coprire e far cuocere nello scaldavande al livello 3 per 30-35 minuti.

10. Disporre l'insalata di fagioli sui piatti preriscaldati, mettere sopra i medaglioni di pesce e servire subito.



POLLAME E CARNE





PETTO DI FARAOНА CON SUGO AI PEPERONI E GNOCCHI

Per 4 porzioni

Pentola per arrosti di vetro con coperchio, Tempo di cottura: 2 ore - 2 ore e 10 min.

FARAONA:

4 petti di faraona con la pelle,
ca. 150 g ciascuno

Sale marino

Pepe macinato

4-6 foglie di salvia

3 cucchiai di olio d'oliva

SUGO:

1 peperone rosso

1 peperone giallo

1 cipolla bianca

200 g di pomodori ciliegini

3 cucchiai di olio d'oliva

2 spicchi d'aglio piccoli

Sale marino

Pepe macinato

½ cucchiaiino di zucchero

1 rametto di rosmarino

1 rametto di timo

3 ramoscelli di origano

4 cucchiai di pomodori in pezzi
in scatola

GNOCHI:

250 g di gnocchi freschi

INOLTRE:

50 g di parmigiano grattugiato
fresco

Per porzione

524 kcal, 19 g carb., 33 g gr.,
39 g prot.

PREPARAZIONE

1. Mettere la pentola per arrosti di vetro con il coperchio
nello scaldavivande e preriscalarla per 30 minuti al livello
4.

2. Sciacquare brevemente i petti di faraona sotto l'acqua
fredda, asciugarli e insaporirli con sale e pepe.

3. Sciacquare brevemente le foglie di salvia e asciugarle.

4. Mettere l'olio d'oliva in una pirofila e scaldarlo sul piano
cottura. Rosolare i petti di faraona su tutti i lati per
5-6 minuti. Aggiungere le foglie di salvia.

5. Mettere i petti di faraona con la pelle rivolta verso
l'alto nella pentola per arrosti di vetro preriscaldata e
aggiungere le foglie di salvia. Coprire e cuocere nello
scaldavivande al livello 3 per 2 ore - 2 ore e 10 minuti.

6. Per il sugo, lavare i peperoni, tagliarli a metà e togliere
i semi. Sbucciare la cipolla e tagliarla a dadini sottili.
Lavare i pomodori ciliegini e dividerli in quattro.

7. Scaldatare l'olio d'oliva in una pentola. Far soffriggere
brevemente le cipolle e gli spicchi d'aglio non sbucciati,
salare e pepare. Aggiungere i peperoni e farli cuocere.
Cospargere di zucchero e far caramellare. Sciacquare
brevemente le erbe aromatiche, asciugarle e aggiungerle
ai peperoni. Infine aggiungere i pomodori in pezzi e far
cuocere il tutto a fuoco lento. Prima di servire togliere gli
spicchi d'aglio e i rametti delle erbe aromatiche e
aggiustare il sugo di sale.

8. Far bollire acqua salata sul piano cottura e cuocere gli
gnocchi.

9. Disporre il sugo ai peperoni sui piatti preriscaldati,
dividere a metà i petti di faraona e metterli sopra.
Distribuire sopra gli gnocchi.

10. Cospargere di parmigiano grattugiato fresco e
servire subito.



PETTO D'ANATRA SU LETTO DI CAVOLO ROSSO ARROSTO

Per 4 porzioni

Pentola per arrosti di vetro con coperchio, Tempo di cottura: 1 ora e 10 min. - 1 ora e 20 min.

ANATRA:

2 petti d'anatra con la pelle,
400 g ciascuno
Sale marino
Pepe macinato
2 cucchiai di olio d'oliva

CAVOLO ROSSO:

200 g di cavolo rosso, senza
coste e già pulito
2 mele acidule
1 cipolla rossa media
40 g di burro
Sale
Pepe macinato
1 cucchiaiino di zucchero
2 cucchiai di aceto di vino rosso
1 cucchiaio di gelatina di more

INOLTRE:

Erbe aromatiche fresche, per es.
foglioline di maggiorana per
decorare il bordo del piatto

Per porzione
659 kcal, 18 g carb., 49 g gr.,
38 g prot.

PREPARAZIONE

1. Mettere la pentola per arrosti di vetro con il coperchio nello scaldavande e preriscalarla per 30 minuti al livello 4.
2. Sciacquare brevemente i petti d'anatra con acqua fredda e asciugarli. Incidere dei tagli romboidali nella pelle con un coltello affilato. Insaporire con sale e pepe.
3. Mettere l'olio di oliva in una padella e scaldare la zona di cottura. Rosolare i petti d'anatra su tutti i lati per 5-6 minuti.
4. Mettere i petti d'anatra con la pelle rivolta verso l'alto nella pentola per arrosti di vetro, coprire e cuocere nello scaldavande al livello 3 per 1 ora e 10 minuti - 1 ora e 20 minuti.
5. Tagliare finissimo il cavolo rosso. Sbucciare le mele e la cipolla. Tagliare le mele a fettine e la cipolla a rondelle sottili.
6. Scaldare il burro in una padella, rosolare la cipolla a rondelle, salare e pepare. Cospargere di zucchero e far caramellare. Aggiungere il cavolo rosso e arrostirlo insieme. Sfumare con l'aceto e stufare. Prima di servire aggiustare di sale e pepe e aggiungere la gelatina di more.
7. Disporre il cavolo rosso sui piatti preriscaldati. Incidere i petti d'oca, disporli sopra il cavolo rosso e servire subito.

Consiglio:

Per rendere la pelle bella croccante, alla fine far ancora cuocere i petti d'anatra per alcuni minuti sul grill superficie grande del forno.



ROLATE DI VITELLO CON PATATE SCHIACCiate

Per 4 porzioni

Pentola per arrosti di vetro con coperchio,

Tempo di cottura: 1 ora e 30 min. - 1 ora e 40 min.

CARNE:

6 fettine di vitello (di coscia),
100 g
Sale marino
Pepe nero macinato
2 cucchiaini di senape di
Digione
6 peperoni rossi rotondi piccoli
in conserva, ripieni di formaggio
fresco
6 peperoni dolci in conserva
3 cucchiai di olio d'oliva

SALSA:

2 scalogni medi
300 ml di fondo di manzo

PATATE SCHIACCiate:

600 g di patate rosse
30 g di burro
Sale
Un po' di noce moscata
grattugiata fresca

INOLTRE:

Spiedini di legno

Per porzione
427 kcal, 25 g carb., 19 g gr.,
37 g prot.

PREPARAZIONE

1. Mettere la pentola per arrosti di vetro con il coperchio nello scaldavande e preriscalarla per 30 minuti al livello 4.
2. Sciacquare brevemente le fettine di vitello con acqua fredda, asciugarle e batterle delicatamente. Insaporire la carne con sale marino e pepe e spalmare sopra uno strato sottile di senape di Digione. Mettere su ogni fettina un peperone ripieno (tagliato in quattro) e un peperone.
3. Arrotolare le fettine di vitello e fissarle con uno spiedino di legno o un apposito spiedo per rolate.
4. Mettere l'olio di oliva in una pirofila in ghisa, scaldarlo sul piano cottura e rosolare le rolate su tutti i lati per 5-6 minuti.
5. Mettere le rolate nella pentola per arrosti di vetro preriscaldata, coprire e far cuocere nello scaldavande al livello 3 per 1 ora e 30 minuti-1 ora e 40 minuti.
6. Per la salsa, sbucciare gli scalogni e tagliarli a dadini. Per il fondo d'arrosto, metterli nella pirofila in ghisa sul piano cottura e far soffriggere. Sfumare con il fondo di manzo e far cuocere a fuoco lento.
7. Lavare le patate e pelarle; cuocerle in acqua salata, scolarle e schiacciarle. Aggiungere il burro e insaporire con sale e noce moscata.
8. Togliere le rolate di vitello dalla pentola per arrosti di vetro e tenerle al caldo. Sul piano cottura, aggiungere il fondo d'arrosto alla salsa, far sobbollire ancora e aggiustare di sale.
9. Mettere le patate schiacciate su piatti preriscaldati. Dividere a metà le rolate di vitello, mettere tre metà sulle patate schiacciate, versare sopra la salsa calda e servire subito.



LOMBATA DI VITELLO CON FUNGHI CARDONCELLI E TAGLIATELLE

Per 4 porzioni

Pentola per arrosti di vetro con coperchio, Tempo di cottura: 4 ore e 30 min.

CARNE:

900 g di lombata di vitello
constrato di grasso sottile
Sale marino
Pepe nero macinato
40 g di burro chiarificato

SALSA:

2 scalogni
1 cucchiaio di zucchero
300 ml di fondo di vitello
½ cucchiaino di succo di limone

FUNGHI CARDONCELLI:

200 g di funghi cardoncelli
oppure porcini
20 g di burro
½ mazzetto di prezzemolo
Sale marino

PASTA:

400 g di tagliatelle fresche

Per porzione
752 kcal, 74 g carb., 22 g gr.,
64 g prot.

PREPARAZIONE

1. Mettere la pentola per arrosti di vetro con il coperchio nello scaldavande e preriscalarla per 30 minuti al livello 4.
2. Sciacquare brevemente la lombata di vitello sotto l'acqua fredda, asciugarla e insaporirla con sale marino e pepe.
3. Scaldare il burro chiarificato in una pirofila in ghisa sul piano cottura e rosolare la lombata di vitello su tutti i lati per 5-6 minuti.
4. Mettere la lombata di vitello nella pentola per arrosti di vetro preriscaldata. Coprire e cuocere nello scaldavande al livello 3 per 4 ore e 30 minuti.
5. Per la salsa, sbucciare gli scalogni e tagliarli a dadini sottili. Scaldare di nuovo la pentola per arrosti di vetro sul piano cottura, far soffriggere brevemente gli scalogni, caramellare con lo zucchero e sfumare con il fondo di vitello. Completare con il succo di limone e insaporire nuovamente.
6. Pulire i funghi cardoncelli e tagliarli a fette nel senso della lunghezza. Scaldare il burro in una padella e far rosolare i funghi. Sciacquare il prezzemolo, asciugarlo e tritarlo finemente. Aggiungerlo ai funghi e continuare a rosolare per qualche istante. Insaporire con sale marino.
7. Cuocere le tagliatelle al dente in acqua salata bollente.
8. Scaldare nuovamente la salsa e aggiustarla di sale e pepe. Distribuire le tagliatelle sui piatti preriscaldati. Tagliare la carne e disporla sulle tagliatelle insieme ai funghi. Versare sopra la salsa calda e servire subito.



ROASTBEEF CON CIPOLLE ALL'ACETO BALSAMICO E PATATE A SPICCHI

Per 4 porzioni

Pentola per arrosti di vetro con coperchio, Tempo di cottura: 3 ore -3 ore e 10 min.

CARNE:

3 rami di timo fresco
3 rami di rosmarino fresco
3 Salbeiblätter
30 g di burro
2 cucchiai di olio d'oliva
900 g di roastbeef ben frollato
Pepe nero macinato
Pepe colorato macinato
Sale marino

PATATE:

400 g di patate rosse medie
Sale marino
20 g di burro

CIPOLLE ALL'ACETO BALSAMICO:

400 g di cipolle rosse
20 g di burro
Sale marino
1 cucchiaino di zucchero
50-60 ml di aceto balsamico
6 EL di sciropo d'acero

Per porzione
661 kcal, 41 g carb., 31 g gr.,
54 g prot.

PREPARAZIONE

1. Mettere la pentola per arrosti di vetro con il coperchio nello scaldavande e preriscalarla per 30 minuti al livello 4.
2. Sciacquare le erbe, asciugarle e tritarle grossolanamente.
3. Scaldare il burro e l'olio d'oliva in una pirofila in ghisa sul piano cottura. Aggiungere le erbe e cuocerle per ca. 5 minuti.
4. Sciacquare brevemente il roastbeef sotto l'acqua fredda, asciugarlo e insaporirlo con sale e pepe. Rosolarlo nella pirofila in ghisa su tutti i lati per 10-12 minuti.
5. Metterlo insieme alle erbe nella pentola per arrosti di vetro preriscaldato, coprire e far cuocere nello scaldavande al livello 3 per 3 ore - 3 ore e 10 min.
6. Lavare le patate e spazzolare la buccia con decisione. Cuocere le patate in acqua salata sul piano cottura, scolarle e tagliarle a metà.
7. Far sciogliere il burro nella pirofila in ghisa in cui è stato rosolato il roast beef e arrostire le patate.
8. Sbucciare le cipolle e tagliarle a fette. Scaldare il burro in una padella, rosolare le cipolle e insaporire con sale marino. Cospargere di zucchero e far caramellare. Sfumare con l'aceto balsamico. Aggiungere lo sciropo d'acero, mescolare e aggiustare di nuovo di sale e pepe.
9. Tagliare il roastbeef e disporlo nei piatti preriscaldati con le patate. Disporre sopra le cipolle all'aceto balsamico e servire subito.



FILETTO DI MANZO SU LETTO DI FAGIOLINI CON PATATE ALLA SENAPE

Per 4 porzioni

Pentola per arrosti di vetro con coperchio, Tempo di cottura: 2 ore - 2 ore e 10 min.

CARNE:

3 ramoscelli di timo fresco
3 rametti di rosmarino fresco
800 g di cuore di filetto di manzo
Pepe nero macinato
Pepe colorato macinato
3 cucchiai di olio d'oliva
Sale marino

PATATE:

400 g di patate piccole
Sale marino
2 scalogni
20 g di burro
Pepe macinato
2 cucchiaini di senape di Dijione
1 cucchiaio di pangrattato

FAGIOLINI:

400 g di fagioli surgelati
1 scalogno
20 g di burro
Sale marino
Pepe nero macinato
2 ramoscelli di santoreggia fresca
Per porzione
492 kcal, 26 g carb., 22 g gr., 47 g prot.

PREPARAZIONE

1. Mettere la pentola per arrosti di vetro con il coperchio nello scaldavande e preriscalarla per 30 minuti al livello 4.
2. Sciacquare le erbe, asciugarle e tritarle grossolanamente.
3. Sciacquare brevemente il filetto sotto l'acqua fredda, asciugarlo e insaporirlo con sale e pepe. Scaldare l'olio di oliva in una pirofila in ghisa sul piano cottura e rosolare il filetto su tutti i lati per 10-12 minuti. Aggiungere le erbe e rosolarle brevemente.
4. Mettere il filetto nella pentola per arrosti di vetro preriscaldata, mettere sopra le erbe, coprire e cuocere nello scaldavande al livello 3 per 2 ore-2 ore e 10 minuti.
5. Lavare le patate e spazzolare la buccia con decisione. Mettere le patate in una pentola con acqua salata e cuocerle sul piano cottura. Quindi scolare le patate e tagliarle a metà.
6. Lessare al dente i fagioli in acqua salata e scolarli.
7. Sbucciare gli scalogni e tagliarli a dadini. Far sciogliere il burro in una padella e far soffriggere brevemente gli scalogni. Aggiungere le patate e rosolarle. Insaporire con sale marino e pepe, aggiungere la senape di Dijione e mescolare il tutto. Infine cospargere di pangrattato e rosolare brevemente.
8. Per i fagioli, far soffriggere brevemente lo scalogno con il burro in una pentola. Aggiungere i fagioli lessati e cuocere brevemente. Insaporire con sale marino e pepe. Sciacquare brevemente la santoreggia, asciugarla, tritarla finemente e aggiungerla ai fagioli.
9. Disporre i fagioli e le patate su piatti preriscaldati. Porzionare il filetto, disporlo sui fagioli e servire subito.



FLANK STEAK CON INSALATA ROSOLATA

Per 4 porzioni

Pentola per arrosti di vetro con coperchio, Tempo di cottura: 1 ora e 10 min. - 1 ora e 20 min.

CARNE:

1 flank steak di manzo,

ca. 800 g

Sale marino

Pepe macinato

1 rametto di rosmarino

1 peperoncino rosso

2 spicchi d'aglio piccoli

3 cucchiai di olio d'oliva

CONDIMENTO:

2 cucchianini di senape al miele

1 cucchianino di sale

½ cucchianino di zucchero

6 cucchiai di aceto balsamico

3 cucchiai di olio d'oliva

INSALATA:

2 cuori di insalata, 400 g

2 cucchiai di olio d'oliva

20 g di pinoli

Per porzione

544 kcal, 8 g carb., 36 g gr.,

48 g prot.

PREPARAZIONE

1. Mettere la pentola per arrosti di vetro con il coperchio nello scaldavivande e preriscalarla per 30 minuti al livello 4.

2. Sciacquare brevemente le flank steak sotto l'acqua fredda, asciugarle e insaporirle con sale e pepe. Sciacquare il rosmarino e asciugarlo. Lavare il peperoncino, asciugarlo, tagliarlo a metà e togliere i semi. Sbucciare l'aglio.

3. Scaldare l'olio d'oliva in una pirofila in ghisa sul piano cottura. Rosolare la carne su tutti i lati per 10-12 minuti. Aggiungere il rosmarino, il peperoncino e l'aglio e far rosolare insieme.

4. Mettere il tutto nella pentola per arrosti di vetro preriscaldata, coprire e far cuocere nello scaldavivande al livello 3 per 1 ora e 10 minuti-1 ora e 20 minuti.

5. Mescolare gli ingredienti per il condimento.

6. Lavare i cuori d'insalata, tagliarli in quattro, centrifugarli o farli sgocciolare molto bene.

7. Scaldare l'olio d'oliva in una padella e far rosolare l'insalata. Aggiungere i pinoli e continuare a rosolare.

8. Disporre l'insalata rosolata su piatti preriscaldati e versare sopra il condimento. Tagliare la flank steak e servirla subito con l'insalata.



PICCATA DI VITELLO CON FETTE DI POLENTA

Per 4 porzioni

Pentola per arrosti di vetro con coperchio, Tempo di cottura: 60-70 min.

CARNE:

8 medaglioni di maiale, 70 g ciascuno
Sale
Pepe macinato
30 g di farina
1 tuorlo
1 uovo
100 g di parmigiano grattugiato
3 cucchiai di latte
40 g di burro
2 cucchiai di olio d'oliva

POLENTA:

600 ml di brodo vegetale
150 g di farina da polenta
40 g di burro
Sale marino

CIPOLLOTTI:

400 g di cipollotti
20 g di burro
Sale
Pepe macinato
1 cucchiaino di zucchero
Per porzione
716 kcal, 45 g carb., 39 g gr.,
46 g prot.

PREPARAZIONE

1. Mettere la pentola per arrosti di vetro con il coperchio nello scaldavande e preriscalarla per 30 minuti al livello 4.
2. Sciacquare brevemente i medaglioni sotto l'acqua fredda e asciugarli. Insaporirli con sale e pepe e impanarli nella farina.
3. Mescolare il tuorlo, l'uovo, il parmigiano e il latte. Passare dentro i medaglioni.
4. Scaldare il burro e l'olio d'oliva in una padella, impanare di nuovo i medaglioni in poca farina e metterli nella padella. Cuocere per 5-6 minuti per lato.
5. Mettere i medaglioni nella pentola per arrosti di vetro preriscaldata, coprire e far cuocere nello scaldavande al livello 3 per 60-70 minuti.
6. Per la polenta scaldare il brodo vegetale sul piano cottura, versare lentamente la polenta e far gonfiare, coperto, a fiamma bassa. Mescolare di tanto in tanto. Quindi aggiungere 20 g di burro e salare. Spalmare la polenta su una teglia imburrata e farla raffreddare.
7. Pulire i cipollotti, lavarli e tagliarli in obliquo a pezzi lunghi ca. 4 cm. Far sciogliere il burro in una padella, far soffriggere i cipollotti e insaporire con sale, pepe e zucchero.
8. Tagliare la polenta nella forma desiderata. Mettere 20 g di burro in una pentola e far dorare la polenta.
9. Disporre i medaglioni con la polenta e i cipollotti sui piatti preriscaldati e servire subito.



FILETTO D'AGNELLO ROSATO CON PATALE E OLIVE

Per 4 porzioni

Pentola per arrosti di vetro con coperchio, Tempo di cottura: 50-60 min.

CARNE:

750 g di filetto d'agnello oppure lombata di agnello
Sale marino
Pepe macinato
3 spicchi d'aglio
6 rametti di timo al limone
3 cucchiai di olio d'oliva

PATATE:

700 g di patate a pasta gialla
1 cipolla
2 peperoni rossi
3 rametti di timo al limone
3 cucchiai di olio d'oliva
Sale marino
Pepe macinato
50 g di olive nere denocciolate

Per porzione
568 kcal, 34 g carb., 28 g gr.,
43 g prot.

PREPARAZIONE

1. Mettere la pentola per arrosti di vetro con il coperchio nello scaldavande e preriscalarla per 30 minuti al livello 4.
2. Sciacquare brevemente il filetto d'agnello con acqua fredda e asciugarlo. Insaporire con sale e pepe.
3. Sbucciare l'aglio, sciacquare il timo al limone e asciugarlo.
4. Scaldare l'olio di oliva in una pirofila in ghisa sul piano cottura e rosolare la carne su tutti i lati per 3-4 minuti. Aggiungere l'aglio e il timo al limone e rosolare.
5. Mettere la carne nella pentola per arrosti di vetro preriscaldata. Aggiungere il timo al limone e l'olio, togliere l'aglio. Coprire e cuocere nello scaldavande al livello 3 per 50-60 minuti.
6. Lavare le patate. Pelare le patate e la cipolla e tagliarle a dadi di ca. 2 cm.
7. Lavare i peperoni, dividerli a metà e togliere i semi. Tagliarli a dadini di ca. 2 cm. Sciacquare il timo al limone e asciugarlo.
8. Scaldare l'olio d'oliva in una padella. Far soffriggere leggermente i dadini di cipolla, salare e pepare. Aggiungere le patate e il timo al limone, salare e pepare di nuovo e cuocere per ca. 15 minuti. Infine aggiungere i peperoni e cuocere per altri 10 minuti.
9. Tagliare a metà le olive e aggiungerle alle patate poco prima della fine della cottura. Aggiustare di sale e pepe.
10. Disporre le patate su piatti preriscaldati, porzionare il filetto d'agnello, disporlo sulle patate e servire subito.



LOMBATA DI CAPRIOLO IN CROSTA DI NOCCIOLE CON ZUCCA E PATATE DOLCI

Per 4 porzioni

Pentola per arrosti di vetro con coperchio, Tempo di cottura: 50-60 min.

CARNE:

4 pezzi di lombata di capriolo,
150 g ciascuno
2 cucchiai di olio d'oliva
40 g di burro
2 scalogni
Sale marino, pepe macinato
½ cucchiaino di zucchero
200 ml di fondo di selvaggina in
vasetto

VERDURE:

500 g di zucca Hokkaido
500 g di patate dolci
3 scalogni
20 g di burro
½ cucchiaino di zucchero
Sale marino, pepe macinato
2 chiodi di garofano interi
½ stecca di cannella
2 cucchiai di vinaigre de vin
blanc, (aceto bianco francese)
250 ml di brodo vegetale
400 g di cavolo broccolo
romanesco

CROSTA DI NOCCIOLE:

1 cucchiaino di burro
30 g di nocciole tritate
1 cucchiaino di zucchero

Per porzione
592 kcal, 43 g carb., 29 g gr.,
40 g prot.

PREPARAZIONE

1. Mettere la pentola per
arrosti di vetro con il coperchio
nello scaldavande e
preriscalarla per 30 minuti al
livello 4.

- 2.** Sciacquare brevemente i pezzi di lombata di capriolo con acqua fredda e asciugarli. Scaldare l'olio d'oliva e il burro in una pirofila in ghisa. Rosolare la carne su tutti i lati per 3-4 minuti.
- 3.** Metterla nella pentola per arrosti di vetro preriscaldata, coprire e far cuocere nello scaldavande al livello 3 per 50-60 minuti.
- 4.** Sbucciare gli scalogni, tagliarli a dadini e soffriggerli nel fondo di capriolo. Salare, pepare, cospargere di zucchero e far caramellare. Versare sopra il fondo di selvaggina e far ridurre un po'.
- 5.** Lavare la zucca e le patate dolci. Dividere a metà la zucca e con un cucchiaio rimuovere i semi e le fibre. Pelare le patate dolci. Tagliare la zucca e le patate dolci a dadi di ca. 2 cm.
- 6.** Sbucciare gli scalogni e tagliarli a dadini. Scaldare il burro in una pentola. Soffriggere gli scalogni e farli caramellare con lo zucchero. Insaporire con sale e pepe. Aggiungere la zucca, le patate, i chiodi di garofano e la stecca di cannella e far cuocere. Sfumare con l'aceto e versare sopra il brodo vegetale. Cuocere sul piano cottura nella pentola con il coperchio, mescolando di tanto in tanto.
- 7.** Per la crosta mettere il burro in una padella e arrostire le nocciole. Cospargere di zucchero e far caramellare leggermente.
- 8.** Pulire il cavolo broccolo romanesco, tagliarlo a roselline, sciacquarlo brevemente e cuocerlo al dente in acqua salata. Poi scolaro.
- 9.** Scaldare nuovamente la salsa e aggiustarla di sale e pepe. Porzionare la carne e impanarla nelle nocciole.
- 10.** Condire la zucca e le patate dolci e disporle sui piatti preriscaldati. Mettere sopra i pezzi di lombata di capriolo e irrorare con la salsa. Servire subito insieme alle rosette di cavolo broccolo romanesco.





DESSERT
E DOLCI



MINI PAVLOVA CON PANNA E LAMPONI

Per 4 porzioni

Teglia, Tempo di cottura: 3 ore - 3 ore e 10 min.

MERINGHE:

1 albume
1 pizzico di sale
50 g di zucchero finissimo

PANNA E LAMPONI:

75 g di panna
1 cucchiaino di zucchero
150 g di lamponi freschi
4 cucchiaini di sciroppo di
lamponi

INOLTRE:

Zucchero a velo per la
guarnitura
Carta da forno

Per porzione
161 kcal, 21 g carb., 8 g gr.,
2 g prot.

PREPARAZIONE

1. Tagliare un pezzo di carta da forno della misura della teglia.
2. Preriscaldare la teglia nello scaldavivande, senza la carta da forno, per 30 minuti al livello 4.
3. Montare l'albumine a neve ferma con un pizzico di sale. Versarvi poco alla volta la metà dello zucchero. Quando l'albumine è lucido, aggiungere il resto dello zucchero.
4. Mettere la carta da forno su un'altra teglia. Mettere la meringa in una tasca da pasticciere e formare sulla teglia quattro mucchietti grandi ca. 4 cm. Formare 4 mucchietti più piccoli per i coperchi. Nei mucchietti grandi ricavare una piccola tasca.
5. Con cautela, mettere le meringhe con la carta da forno sulla teglia preriscaldata nello scaldavivande e lasciarle asciugare per 3 ore-3 ore e 10 min. al livello 4.
6. Mescolare la panna con lo zucchero e versarla nelle tasche delle meringhe. Mettere sopra i lamponi, versare su ciascuna un cucchiaino di sciroppo di lamponi e mettere il coperchio.
7. Disporre le meringhe su piattini da dessert, cospargerle di zucchero a velo e distribuire nei piattini i lamponi restanti.



TORRETTE DI RISO AL LATTE CON CILIEGIE AL PORTO

Per 4 porzioni

Pentola con coperchio, Tempo di cottura: 2 ore - 2 ore e 5 min.

RISO:

500 ml di latte intero, 3,8% di materia grassa

1 pizzico di sale

1 stecca di vaniglia

100 g di riso al latte

2 fogli di gelatina

CILIEGIE:

400 g di ciliegie dolci

20 g di burro

20 g di zucchero

4 cucchiai di Porto

INOLTRE:

4 ramoscelli di melissa per decorare

Per porzione

313 kcal, 45 g carb., 9 g gr.,
8 g prot.

PREPARAZIONE

1. Preriscaldare lo scaldavivande per 30 minuti al livello 4.
2. Sul piano cottura, scaldare il latte in una pentola e aggiungere il sale.
3. Aprire la stecca di vaniglia nel senso della lunghezza. Raschiare i semi con un coltello. Mettere i semi e la stecca nel latte e far cuocere.
4. Aggiungere lentamente il riso al latte e far bollire. Mettere il coperchio e far cuocere per ca. 5 minuti a fuoco molto basso.
5. Mettere la pentola nello scaldavivande, mettere il coperchio e cuocere per 2 ore-2 ore e 5 min. al livello 3. Mescolare ogni 30 minuti. Al termine della cottura togliere la stecca di vaniglia.
6. Ammollare i fogli di gelatina in acqua fredda, strizzarli e mescolarli al riso al latte caldo.
7. Sciacquare gli stampini o le tazze con acqua fredda, riempirli con il riso al latte e riporli in frigorifero per almeno 3 ore.
8. Lavare le ciliegie e denocciolarle. Sul piano cottura, scaldare il burro in una pentola, aggiungere le ciliegie, farle cuocere brevemente e zuccherare. Aggiungere il Porto e far cuocere a fuoco basso per 3-4 minuti.

9. Sciacquare la melissa e asciugarla. Rovesciare le torrette di riso al latte nei piatti, scaldare ancora brevemente le ciliegie al Porto, distribuirle nei piatti e decorare con la melissa.

Consiglio:

Per un'alternativa analcolica, utilizzare una salsa di frutti rossi.



FLAN DI ALBICOCHE E QUARK CON SEMI DI PAPAVERO

Per 6 porzioni

Stampini, Ø ca. 7 cm, piattini, Tempo di cottura: 60-70 min.

FLAN:

150 g di baguette oppure pane bianco del giorno precedente
1 pizzico di sale
75 ml di latte tiepido
40 g di albicocche secche morbide
60 g di burro
30 g di zucchero
1 uovo
75 g di formaggio quark, 50% di materia grassa
50 g di semi di papavero, miscela pronta

COMPOSTA DI ALBICOCHE:

8 albicocche fresche, in alternativa albicocche secche
40 g di zucchero
150 ml di succo d'albicocca

INOLTRE:

Carta da forno
Burro per gli stampini

Per porzione
309 kcal, 34 g carb., 15 g gr.,
8 g prot.

PREPARAZIONE

1. Ricavare 6 cerchi (diametro ca. 6 cm) con la carta da forno.
2. Preriscaldare gli stampini e i piattini nello scaldavivande per 30 minuti al livello 4.
3. Tagliare la baguette a dadini di ca. 1 cm, salare, versare sopra il latte tiepido e lasciar riposare per ca. 5 minuti.
4. Tagliare le albicocche secche a dadini e aggiungerle al composto di pane.
5. Mescolare il burro, lo zucchero e l'uovo fino a ottenere un composto spumoso. Infine aggiungere il formaggio quark e i semi di papavero e incorporarli al composto di pane.
6. Imburrare gli stampini preriscaldati e rivestire il fondo con carta da forno.
7. Distribuire il composto negli stampini, coprirli con i piattini e far cuocere nello scaldavivande al livello 3 per 60-70 minuti.
8. Lavare le albicocche fresche, togliere i noccioli e tagliarle in quattro. Cospargere di zucchero e lasciar riposare per ca. 20 minuti. Far bollire brevemente le albicocche con il succo sul piano cottura e distribuirle in 6 piatti.
9. Sformare il flan di albicocche e quark e togliere la carta da forno. Disporre il flan sulla composta di albicocche e servire.

INDICE DELLE RICETTE

B

- Bistecca con insalata rosolata, flank steak, 44
Bulgur con feta e menta, 22

F

- Fagottini di pesce su letto di insalata di fagiolini e feta, 28
Filetto d'agnello rosato con patate e olive, 48
Filetto di manzo su letto di fagiolini con patate alla senape, 42
Flan di albicocche e quark con semi di papavero, 58
Flank steak con insalata rosolata, 44

I

- Insalata di cavolfiore e quinoa con broccoli e cavolo broccolo romanesco, 14
Insalata mediterranea con fette di petto di pollo, 12

L

- Lombata di capriolo in crosta di nocciole con zucca e patate dolci, 50
Lombata di vitello con funghi cardoncelli e tagliatelle, 38

M

- Mini Pavlova con panna e lamponi, 54

P

- Pavlova con panna e lamponi, mini, 54
Petto d'anatra su letto di cavolo rosso arrosto, 34
Petto di faraona con sugo ai peperoni e gnocchi, 32
Piccata di vitello con fette di polenta, 46

R

- Risotto ai porcini, 24
Roastbeef con cipolle all'aceto balsamico e patate a spicchi, 40
Rolate di vitello con patate schiacciate, 36

S

- Seppie ripiene su letto di spinaci, 18
Spiedini satay con riso basmati alla citronella, 16

T

- Torrette di riso al latte con ciliegie al Porto, 56



9001210932
NF29WS
960901 it



APPASSIONATI DI CUCINA DAL 1877



9001210932



www.neff-international.com

Copyright © 2015, NEFF, München.
All rights reserved.