

2014

FREE
EBOOK



il Goloso
Mangiar Sano

#02 LA PASTA FRESCA

Pasta ROSSA

Le ricette base



Procedimento

- 1) Nel bicchiere del fullatore ad immersione frullate 20 g di barbabietola e 15 ml di acqua, unite anche l'olio e il sale, frullate bene fino ad ottenere un composto omogeneo.
- 2) Trasferite il composto frullato nella ciotola e aggiungete tutta la farina, inizialmente usando un forchetta, poi impastando a mano.
- 3) Impastate fino a formare un panetto omogeneo, deve risultare abbastanza duro, se fosse morbido aggiungete altra farina!
- 4) Prima di iniziare a stendere fai riposare la pasta 5-10 minuti.

Ingredienti

- » **160g** farina di semola
- » **30g** di acqua
- » **1** cucchiaio di olio evo
- » **20g** di barbabietola
- » **1** cucchiaino di sale

#TAG

#senzalatticini #barbabietola
#ROSSO #PastaColorata
#RisanaLaPastaFresca



Pasta VERDE

Le ricette base



Procedimento

- 1) Nel bicchiere del fullatore ad immersione frullate 50 g di rucola con 20 ml di acqua, unite anche l'olio e il sale, frullate bene fino ad ottenere un composto omogeneo.
- 2) Trasferite il composto frullato nella ciotola e aggiungete tutta la farina, inizialmente usando un forchetta, poi impastando a mano.
- 3) Impastate fino a formare un panetto omogeneo, deve risultare abbastanza duro, se fosse morbido aggiungete altra farina!
- 4) Prima di iniziare a stendere fai riposare la pasta 5-10 minuti.

Ingredienti

- » **160g** farina di semola
- » **30g** di acqua
- » **1** cucchiaio di olio evo
- » **40g** di rucola
- » **1** cucchiaino di sale

#TAG

#rucola #VERDE
#PastaColorata
#RisanaLaPastaFresca



Pasta GIALLA

Le ricette base



Procedimento

- 1) In una ciotola create un'emulsione con acqua sale, olio e curcuma.
- 2) Aggiungete nella ciotola tutta la farina, inizialmente usando un forchetta, poi impastando a mano.
- 3) Impastate fino a formare un panetto omogeneo, deve risultare abbastanza duro, se fosse morbido aggiungete altra farina!
- 4) Prima di iniziare a stendere fai riposare la pasta 5-10 minuti.

Ingredienti

- » **160g** farina di semola
- » **80g** di acqua
- » **1** cucchiaio di olio evo
- » **2** cucchiaini di curcuma
- » **1** cucchiaino di sale

#TAG

#curcuma #GIALLO
#PastaColorata
#RisanaLaPastaFresca



Pasta fresca VEGAN

Le ricette base



Procedimento

In una ciotola capiente mescolate insieme l'olio, l'acqua e il sale e con l'aiuto di una frusta sbattete i liquidi energicamente per formare un'emulsione.

A questo punto versate poco alla volta la farina a pioggia e continuate a mescolare con la frusta.

Quando il composto inizierà a diventare troppo duro impastate con le mani, dapprima nella ciotola, poi sul piano da lavoro spolverizzando, se necessario, poca farina.

Impastate bene, per almeno 10 minuti e lasciate riposare il panetto coperto da un panno per circa 20 minuti (non utilizzate la pellicola).

Trascorso questo tempo stendete la vostra pasta e utilizzatela nella maniera preferita

Ingredienti

- » **480g** di farina di semola
- » **240g** di acqua
- » **3** cucchiaini di olio evo
- » **mezzo** cucchiaino di sale

#TAG

#fattoamano #senzauova
#RisanaLaPastaFresca
#curcuma



Pasta di grano duro

Le ricette base



Procedimento

- 1) Su una spianatoia di legno disponete le due farine e mescolatele un pochino insieme, quindi formate la classica fontanella al centro e aggiungete il sale e l'uovo.
- 2) Sbattete leggermente l'uovo con una forchetta iniziando a raccogliere un po' di farina dai bordi della "fontanella", quindi iniziate ad aggiungere l'acqua poco alla volta sempre sbattendo all'interno.
- 3) Quando avrete formato una pallina di impasto abbastanza densa procedete impastando a mano per almeno 10 minuti affinché la pasta risulti perfettamente liscia e omogenea.
- 4) Lasciate riposare il panetto circa 30' e procedete con la vostra ricetta!

Ingredienti

- » **1 kg** di semola rimacinata
- » **150g** di semola
- » **550 ml** acqua tiepida
- » **2** cucchiaini rasi sale
- » **1** uovo

#TAG

#orecchiette #vegan
#granoduro #senza uova
#RisanaLaPastaFresca



Tagliolini con crema

alla frutta secca



Procedimento

1) Rimuovete quanto più possibile le pellicine dalla vostra frutta secca, quindi disponetela in una teglia e fatela tostare in forno a 180° per circa 10 minuti, avendo cura di girarla con un cucchiaio di tanto in tanto.

2) Quando la frutta sarà tostata versatela nel bicchiere del frullatore ad immersione, aggiungete un filo d'olio il sale e un po' di panna vegetale, quindi frullate bene fino ad ottenere una salsa cremosa e omogenea.

3) Intanto cuocete la pasta in abbondante acqua salata, scolatela al dente e saltatela in padella con la restante panna e le erbe aromatiche, aggiustando di sale se necessario. In questo passaggio non fate cuocere la pasta per troppo tempo altrimenti la panna di soia si asciugherà del tutto.

4) Spegnete il fuoco e mantecate con la crema di frutta secca tenendone da parte qualche cucchiaio, impiattate e decorate con la restante crema e una spolverata di erbe aromatiche.

Ingredienti

- » **100g** di mandorle spellate
- » **100g** di pistacchi (già sgu-sciati)
- » **80g** di noci (già sgu-sciate)
- » **2** cucchiaini di pinoli
- » **170g** di panna di soia bio
- » olio evo
- » sale
- » erbe aromatiche

#TAG

#anacardi #fruttasecca
#RisanaLaPastaFresca



Gnocchi di patate e datteri



Procedimento

1) Per preparare gli gnocchi preparate la pasta secondo il classico procedimento: lessate le patate e una volta che saranno cotte sbucciatele e schiacciatele con uno schiaccia patate su un piano da lavoro ben infarinato. Aggiungete quindi un pizzico di sale e il resto della farina, impastate delicatamente, il composto dovrà essere soffice e non gommoso. A questo punto aggiungete l'uovo e finite di impastare.

2) Snocciolate i datteri e tritateli (ricordate di tenerne da parte circa 50 g), quindi aiutandovi con la farina stendete dei filoni e divideteli in tanti gnocchi, prendete un pezzetto di dattero, posizionatelo al centro e inglobatelo all'interno dello gnocco chiudendolo bene all'interno.

3) Quando tutti gli gnocchi saranno "farciti" cuoceteli in abbondante acqua salata e scolateli appena saliranno a galla.

4) Saltateli infine in una padella con i restanti datteri e la panna, aggiungete un filo d'olio, sale, timo e una grattata di pepe.

Ingredienti

- » **1 kg** di patate
- » **300g** di farina
- » **1** uovo
- » **250g** di datteri tagliati a pezzetti
- » panna di soia o formaggio cremoso qb
- » sale
- » pepe
- » olio evo
- » timo

#TAG

#gnocchi #datteri #timo
#RisanaLaPastaFresca



Carbonara vegan

con seitan e panna



Procedimento

- 1) Per prima cosa mettere sul fuoco l'acqua per cuocere la pasta.
- 2) Striolate o tagliate in piccolissime striscioline il seitan, versatelo in una padella con qualche giro d'olio e il sale, fatelo rosolare bene girandolo spesso, dovrà diventare brunito e croccante.
- 3) A quel punto buttate la pasta, scolatela e versate nella padella con il seitan (tenetene da parte un pochino), aggiustate di sale e con il fuoco messo al minimo versate la panna di soia e la curcuma, fate amalgamare bene senza far cuocere troppo la pasta, altrimenti la panna si asciugherà.
- 4) Impiattate e finite il piatto con un pochino di seitan che avete tenuto da parte e una spolverata di pepe.

Ingredienti

- » **350g** di pasta fresca
- » **250g** di seitan
- » **170g** di panna di soia bio
- » **1** cucchiaino di curcuma
- » sale
- » olio evo
- » pepe

#TAG

#carbonara #vegan #seitan
#RisanaLaPastaFresca



Gnocchi di patate viola

con la farina di farro



Procedimento

- 1) Sbucciate le patate, tagliatele e fatele cuocere a vapore
- 2) Una volta pronte schiacciatele, formate una fontana e inserite le uova, un filo d'olio, sale e farine.
- 3) Impastate velocemente fino a formare un impasto elastico, rotolate tra le mani formando un cordoncino e ricavatene gli gnocchetti.
- 4) Fate bollire gli gnocchi in acqua leggermente salata e scolateli appena salgono.
- 5) Per il condimento abbiamo scelto un pesto ai pistacchi ed erbe aromatiche: In una ciotola unite i pistacchi tritati grossolanamente, l'olio e le erbe aromatiche

Ingredienti

- » **350g** di ricotta
- » **650g** di patate viola
- » **120g** di farina di farro
- » **90g** di farina 00
- » **2** uova

Per il condimento

- » pistacchi
- » olio evo
- » erbe aromatiche
- » sale & pepe

#TAG

#gnocchi #PatateViola
#RisanaLaPastaFresca



Tagliatelle fresche al ragù di seitan



Procedimento

1) Pulite le carote e la cipolla (se vi piace anche il sedano) e frullatele insieme finemente, quindi versate il tutto in una padella con olio, sale e un po' di acqua, coprite e lasciate stufare circa 10 minuti.

2) Intanto frullate anche il seitan (non troppo fino) e quando le verdure saranno cotte, aggiungetelo alla cipolla e alle carote.

3) Lasciate rosolare bene e unite la passata di pomodoro. A questo punto il ragù dovrà solo cuocere pochi minuti per assorbire tutti i sapori, aggiustate di sale e aggiungete le erbe aromatiche, il basilico e qualche giro d'olio.

4) Buttate le tagliatelle nell'acqua bollente, fatele cuocere pochi minuti, scolate e condite con il vostro bel ragù!!

- Se vi piace una volta rosolato bene il seitan, prima di aggiungere la salsa, potete sfumare con un bicchiere di vino bianco.

Ingredienti

- » **250g** di seitan
- » **500g** di passata di pomodoro
- » **3** carote
- » cipolla
- » erbe aromatiche
- » basilico
- » sale
- » olio evo

#TAG

#ragù #vegan #seitan
#RisanaLaPastaFresca



Ravioli di seitan

con rucola e ricotta



Procedimento

1) Dopo aver preparato la sfoglia per la pasta, procedete con il ripieno, che sarà velocissimo e semplice: frullate insieme il seitan, la ricotta, le erbe aromatiche, un filo d'olio e un pizzico di sale, fino ad ottenere un composto cremoso ed omogeneo.

2) Quando la pasta sarà pronta per essere stesa procedete alla farcitura dei ravioli come nel foto-tutorial e fateli cuocere in acqua bollente pochi minuti, senza lasciarli seccare troppo all'aria.

3) Una volta cotti scolateli e saltateli in padella con una grattugiata di ricotta salata e la rucola fresca.

Ingredienti

- » **180g** di ricotta
- » **150g** di seitan
- » **2** cucchiaini di olio
- » erbe aromatiche
- » sale

- » **Per il condimento**
- » **30g** ricotta salata
- » Rucola qb

#TAG

[#light](#) [#ravioli](#) [#vegetariano](#)
[#seitan](#) [#RisanaLaPastaFresca](#)



Tagliolini alla boscaiola

con piselli, funghi e seitan



Procedimento

Per prima cosa fate bollire i pisellini in acqua salata per circa 15-20 minuti. Intanto ammollate i funghi secchi. Pulite gli champignon e tagliateli a fettine sottili, versate in una padella antiaderente, aggiungete olio e sale e fateli appassire coprendo con un coperchio, quando saranno morbidi e avranno buttato fuori l'acqua scoprite la padella e saltateli pochi minuti.

In un'altra padella tagliate a piccoli pezzetti il seitan aggiungete olio e sale e fate rosolare bene. Quando i piselli saranno cotti scolateli e uniteli al seitan, aggiungete anche i funghi saltati in padella e quelli secchi.

A questo punto cuocete la pasta fresca in abbondante acqua salata, scolatela bene e unitela al condimento, infine aggiungete le erbe aromatiche e irrorate la pasta con la panna di soia (non fate cuocere troppo la pasta una volta aggiunta la panna perché tenderà ad asciugarsi), mescolate bene e impiattate!

Ingredienti

- » 400g di tagliatelle fresche
- » 250g di seitan
- » 300g di funghi champignon
- » 180g di panna di soia
- » 200g di pisellini
- » funghi secchi qb
- » olio evo
- » sale
- » erbe aromatiche

#TAG

#tagliolini #vegan #seitan
#RisanaLaPastaFresca



Maltagliati

ai legumi e carote



Procedimento

- 1) Per questa ricetta abbiamo usato la pasta gialla alla curcuma.
 - 2) Con la macchina per la pasta Atlas 150, abbiamo tirato la sfoglia, prima partendo con il massimo dello spessore (0) poi mano a mano stringendo lo spazio dei rulli fino a 3, quindi la pasta è abbastanza spessa, prima di tagliarla l'abbiamo fatta asciugare un po' sul Tacapasta.
 - 3) Intanto che la pasta si asciuga abbiamo frullato in un frullatore ad immersione o frullatore le carote e la cipolla con 1 bicchiere di acqua e messo sul fuoco con un giro d'olio e sale a sobbollire, insieme ai legumi precedentemente cotti (vanno bene anche quelli in scatola)
 - 4) Lasciate sobbollire a fuoco lento per 15 minuti controllando che l'acqua non si asciughi troppo, in caso aggiungete mezzo bicchiere alla volta.
 - 5) Una volta tagliati grossolanamente a quadrotti i maltagliati, sbollentateli velocemente in una pentola di acqua leggermente salata, quindi unite la pasta ai legumi.
 - 6) Aggiustate di sale e lasciate sobbollire altri 5 minuti in modo da amalgamare il tutto e aggiungete la polvere di erbe aromatiche.
 - 7) Servire con un giro di olio evo a crudo, erba cipollina e peperoncino!
- Ingredienti per 4 persone

Ingredienti

- » **250g** di maltagliati freschi
- » **150g** di fagioli cannellini cotti
- » **150g** di ceci cotti
- » **3-4** carote
- » **1** cipolla piccola
- » olio evo
- » sale
- » erbe aromatiche
- » erba cipollina
- » peperoncino

#TAG

#maltagliati #vegan #legumi
#RisanaLaPastaFresca



Tagliatelle alle 4 stagioni

asparagi, pomodori, funghi e carciofi



Procedimento

1) Lavate i carciofi, privateli del gambo, delle foglie esterne e tagliateli a fettine sottilissime, versateli in una padella antiaderente con un po' di acqua olio e sale e lasciateli ammorbidire.

Intanto cuocete anche i funghi in una padella a parte, sempre tagliati a fettine e irrorati da un filo d'olio.

Quando i funghi saranno appassiti uniteli ai carciofi e aggiungete alle verdure i pomodori tagliati a pezzi facendo rosolare bene.

Ingredienti

- » **400g** di tagliatelle fresche
- » **1** mazzetto di asparagi
- » **150g** di funghi
- » **200g** di pomodori
- » **4** carciofi
- » olio evo
- » sale
- » spezie - erbe aromatiche
- » fiori di borraggine freschi

#TAG

#tagliatelle #vegan #seitan
#RisanaLaPastaFresca



Mezzelune verdi

alle carote e timo



Procedimento

1) Pulite le carote e lessatele in acqua salata o cuocetele al vapore, quando saranno morbide tagliatele a piccoli pezzetti e unitele al formaggio cremoso aggiungendo il timo, un pizzico di sale e un filo d'olio.

2) Procedete quindi con la formazione delle mezzelune: stendete, aiutandovi con la farina, la pasta in una sfoglia sottile e con un coppapasta tondo ricavate dei dischi. Farcite ogni dischetto con un po' di ripieno al formaggio, chiudete a metà e sigillate bene con i rebbi di una forchetta.

3) Cuocete le mezzelune in abbondante acqua salata, intanto in una padella antiaderente lasciate sciogliere il formaggio cremoso con poca acqua di cottura della pasta, un filo d'olio e un po' di sale e quando la pasta sarà pronta saltatela con il condimento.

Impiattate e servite con qualche fogliolina di timo fresco.

Ingredienti per 3 persone

Ingredienti

- » pasta fresca (base verde)
- » 200g di formaggio cremoso + 50 g per la salsina
- » 100 g di carote
- » timo qb
- » sale qb
- » olio evo qb

#TAG

[#light](#) [#tagliatelle](#) [#vegan](#)
[#seitan](#) [#RisanaLaPastaFresca](#)



CONTEST



RisanaLa PASTA FRESCA

I QUINDICI
VINCITORI

Picitelli di grano saraceno con pesto alla lattuga

CONTEST

Bella e sana! Questa ricetta è piaciuta a tutta la giuria per la sua particolarità: le farine non raffinate (farro e grano saraceno), le chips di carota, il pesto alla lattuga! Insomma un tripudio di colore e sapore!



Procedimento

Per le chips di carote. Accendete il forno a circa 140 gradi. Lavate e sbucciate le carote, poi con un pelapatate tagliate le carote a strisce lunghe e sottili. Rivestite una placca da forno di carta forno e ungetela leggermente con mezzo cucchiaio di olio. Stendete le strisce di carote in modo da non sovrapporle e fatele cuocere per circa 40 minuti, fino a quando inizieranno ad arricciarsi. A quel punto saranno pronte e croccanti al punto giusto. Preparate la pasta: disponete in una terrina la farina di farro e la farina di grano saraceno. Versate al centro il cucchiaio di olio e un po' di acqua. Iniziate ad impastare incorporando l'acqua alla farina e, man mano che impastate, aggiungete poca acqua per volta, in modo da ottenere un composto morbido ma non appiccicoso e facilmente lavorabile. Spostatevi ora su un piano da lavoro e impastate energicamente. Lasciate quindi riposare l'impasto in un luogo fresco. Nel frattempo preparate il pesto frullando insieme con un mixer la lattuga ben lavata e tagliata a pezzetti, gli anacardi, uno spicchio d'aglio, sale e l'olio extra vergine d'oliva necessario a creare una crema abbastanza densa. Riponetevi in frigo fino al momento di condire la pasta. Dividete la pasta in piccole porzioni, stendetela con le mani fino a creare dei lunghi bastoncini e poi tagliateli in modo da ottenere i vostri picitelli. Cuocete in acqua bollente salata per circa 15 minuti, scolate e condite la pasta con il pesto di lattuga e anacardi. Cospargete ciascun piatto con croccanti chips di carote.

I VINCITORI: 1° premio



Antonella

Fotogrammi di zucchero è un blog di cucina, di ricette inventate, prese in prestito e variate, sperimentazioni ai fornelli e parole. Ampio spazio viene lasciato al mondo del cinema: una sezione del blog...

<http://fotogrammidizucchero.blogspot.it>

Ingredienti

- » **300g** di farina di farro integrale
- » **200g** di farina di grano saraceno
- » **1/2 cucchiaio** di olio evo
- » *acqua q.b*
- Per il pesto:**
- » **1 cespo** di lattuga fresca
- » **60g** di anacardi
- » **1 spicchio** d'aglio
- » *olio evo q.b* sale
- Chips di carote:**
- » **2 carote**
- » **1 cucchiaio** di olio evo e sale

#TAG

#vegan #senzalatticini
#lattuga #carotechips
#RisanaLaPastaFresca



Ravioli vegan alla zucca con farina di ceci

CONTEST

Un piatto goloso, semplice negli ingredienti ma di grande effetto! Questa ricetta ci è piaciuta proprio per la sua genuinità! Ottima idea quella di sostituire l'uovo con la lecitina, complimenti quindi anche a Valentina!!



Procedimento

- 1) Versare in una bacinella la farina, la curcuma, il sale, (l'uovo vegan se lo mettete) e infine l'acqua e iniziate ad impastare per bene formando una bella palla soda.
- 2) Lasciate risposare 30 minuti a temperatura ambiente e poi potete iniziare a tirarla in base alla ricetta che volete preparare.
- 3) Per preparare il ripieno basta semplicemente frullare la zucca con un fullatore ad immersione o frullatore, aggiungere il rosmarino e il sale e infine aggiustare con la farina di ceci o 00 cercando di addensare un po' il ripieno così da non farlo risultare troppo molle.
- 4) Con una sac a poche (o un cucchiaino ma risulta più lungo il lavoro) farcire la vostra striscia di pasta e con l'apposito "taglia ravioli" tagliare la vostra forma per il raviolo.
- 5) Io ho preferito farli tondi, ma si possono fare anche a mezzaluna o quadrati. Si possono tranquillamente congelare da crudi e cuocerli ancora congelati.
- 6) La cottura è molto veloce, appena salgono in superficie dall'acqua bollente salata scolarli subito. Li ho conditi con dell'olio evo e della salvia, buonissimi!! :)

*uovo vegan: 2 cucchiaini di lecitina di soia+6 cucchiaini di acqua tiepida+2 cucchiaini di olio evo

I VINCITORI



Valentina

Ciao! Sono Valentina, una giovane ragazza bresciana di 24 anni, ho creato un blog perchè sono un'appassionata di cucina. Nel settembre 2012 mi sono dovuta curare a causa di una forte intossicazione alimentare...

<http://www.incucinaconvale.it/>

Ingredienti

Ingredienti per la pasta:

- » **400g** di farina di semola di grano duro
- » **200g** di acqua
- » **10g** di sale
- » **1 uovo** vegan*

Ripieno alla zucca

- » zucca cotta qb
- » rosmarino in polvere q.b.
- » farina di ceci qb
- » sale q.b.

#TAG

#vegan #senzalatticini
#senza uova #zucca
#RisanaLaPastaFresca



Ravioli alla ricotta e piselli

con salsa di pomodoro

CONTEST

Fuori un condimento semplice e sfizioso, all'interno la sorpresa di un ripieno cremoso e delicato! Astrid ci ha conquistati con questi ravioloni golosissimi e facili da fare, nonchè davvero molto belli!



Procedimento

In una ciotola, setacciate la farina, aggiungete l'uovo e il vino bianco: impastate aggiungendo poca acqua alla volta, fino a ottenere una pasta liscia e consistente.

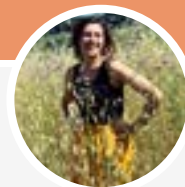
Formate una palla, avvolgetela nella pellicola e lasciatela riposare al fresco per almeno un'ora.

Nel frattempo, preparate il ripieno lavorando con la forchetta la ricotta, precedentemente scolata, fino a renderla cremosa; poi aggiungete 200 g di piselli (precedentemente sbollentati), le foglie di basilico intere (lavate e asciugate), il pecorino e mescolate fino a quando gli ingredienti sono ben amalgamati.

Preparate una sfoglia sottile con la pasta. Con una rondella dentellata, ritagliate dei quadrati di circa 10x10 cm, ponete al centro di ciascuno una noce di ripieno, e richiudete le estremità a caramella. Scottate i pomodori in acqua bollente, poi tagliateli a dadini. In una padella, scaldate 4 cucchiaini di olio, fatevi appassire l'aglio, aggiungete i dadini di pomodoro e i 100 g di piselli restanti.

Dopo pochi minuti spegnete la fiamma. Ora cuocete i ravioli in abbondante acqua bollente salata, scolateli con una schiumarola e aggiungeteli al condimento. Amalgamate, insaporite con qualche foglia di basilico fresco e una manciata di pecorino grattugiato.

I VINCITORI



Astrid Oriani

Dalla mia passione per le cose semplici, per la natura e le gite al mercato, per gli ingredienti genuini e freschi è nato questo mio spazio 2.o! che ha avuto origine dal cibo "avvelenato" e dagli ingredienti non salutari...

<http://dolceamaradeliziosa.wordpress.com/>

Ingredienti

Ingredienti per la pasta:

- » 400g farina di grano duro
- » 1 uovo
- » 2 cucchiaini di vino bianco

Per il ripieno:

- » 400g di ricotta di capra
- » 300g di pisellini freschi
- » 30 foglie circa di basilico
- » 50g di pecorino grattugiato

Per il condimento:

- » 2 grossi pomodori ramati
- » 1 spicchio di aglio
- » basilico, olio evo e sale qb
- » 4 cucchiaini di pecorino

#TAG

#ravioli #piselli #pomodoro
#RisanaLaPastaFresca



Tagliolini ai carciofi ed erbe aromatiche

CONTEST

L'idea di questa pasta è da segnare subito, i tagliolini sono stati fatti con un impasto ai carciofi e insaporiti dal profumo delle erbe aromatiche, semplice, ma anche particolare ed originale!



Procedimento

Mettete l'olio in una piccola bacinella ed aggiungete le erbe. Lavate e pulite i carciofi eliminando le foglie esterne più dure, le spine e la peluria interna. Fate cuocere i carciofi a vapore per almeno 20 minuti. Assicuratevi che, inserendo una forchetta, risultano morbidi. (potete anche lessarli in abbondante acqua salata). Passateli nel passa verdure in modo da ottenere solo la polpa, scartando eventuali filamenti.

Disponete la farina a fontana sul piano di lavoro. Aggiungete al centro le uova, la polpa dei carciofi, il sale e l'olio evo. Iniziate a mischiare tutti gli ingredienti e poi ad impastare per amalgamare bene tutto. Se la pasta dovesse risultare molto bagnata e molle, aggiungete altra farina. Al contrario, se dovesse risultare molto dura ed asciutta, aggiungete qualche cucchiaio di acqua o di albume di uovo.

Formate una palla ed avvolgetela nella pellicola trasparente. Fate riposare l'impasto per un ora in frigo.

Togliete la pasta dal frigo ed eliminate la pellicola. Dividetela in pezzi ed iniziate a stenderla utilizzando la macchina per stendere la pasta. Quando avrete raggiunto uno spessore di qualche millimetro, realizzate i tagliolini con l'apposito accessorio per la pasta lunga.

Disponeteli su un vassoio infarinato.

I VINCITORI



Elisabetta

Ho scoperto i fornelli all'età di 16 anni quando, rovistando nella cucina della mia Sciura, ho scovato l'"aggeggio" delle crepes. Dolci, salate, ripiene di gelato e ricoperte di cioccolato e granella di nocciole....

<http://brantoloinpentola.wordpress.com/>

Ingredienti

Ingredienti per la pasta:

- » 400g di farina 0 di grano duro
- » 2 uova intere e 2 tuorli
- » 5 carciofi di medii
- » sale
- » olio evo

Per il condimento:

- » 6/7 cucchiai di olio evo
- » erbe aromatiche fresche: origano, basilico, erba cipollina

#TAG

#erbearomatiche #tagliolini
#RisanaLaPastaFresca

Pici toscani con pesto alla trapanese

CONTEST

Un trionfo di colore e profumi che nasce dall'incontro delle tradizioni di due regioni straordinarie, Toscana e Sicilia! Il pesto alla trapanese è ricco e goloso e si sposa perfettamente alla semplicità dei picci toscani!

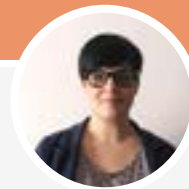


Procedimento

Al centro della fontana di farina metteremo l'olio e 200 gr circa dell'acqua a disposizione per l'impasto lasciando il resto da parte in modo da poterlo aggiungere al bisogno. Lavoriamo l'impasto per 10 minuti. Quando l'impasto avrà una superficie liscia ed omogenea sarà pronto. Una volta finito di impastare lasciamo riposare almeno 10 minuti prima di tirare la pasta. Su un piano ben infarinato lavoriamo un po' dell'impasto dopo averlo prelevato con un coltello. Lo infariniamo bene e lo tiriamo col mattarello fino ad avere uno spessore di 3mm circa. A questo punto, si passa il mattarello rigato per tagliare la pasta. Con le mani si sfilano i picci. Infarinare bene il piano sul quale adageremo i picci. Nel frattempo che l'acqua bolle prepariamo il pesto. In una padella mettiamo 2 cucchiaini d'olio con lo spicchio d'aglio e lasciamo imbiondire. Togliamo l'aglio ed aggiungiamo i pomodorini tagliati a metà. Saliamo e lasciamo cuocere col coperchio per 15 minuti circa. Mettere nel mixer il basilico, le mandorle, il mezzo spicchio d'aglio, il sale, l'olio e frullare. L'olio si aggiunge in quantità variabile. Io per non esagerare lascio il pesto piuttosto compatto e aggiungo un po' d'acqua di cottura della pasta per fluidificarlo. Dopo aver privato dell'eccesso di farina si cuociono i picci in acqua bollente salata per circa due minuti. Quando affioreranno in superficie saranno pronti. Ripassare velocemente i picci con il pesto ed i pomodorini. Servire al volo.

* Farina: 350g di farina 0 e 150g di farina di grano duro

I VINCITORI



Chiara Piccinetti

Il termine Giulebbe è una bevanda fatta con acqua, succo di erbe, frutti, zucchero. Ha il medesimo senso di "pozione medicinale". Per il mio blog ho scelto questo nome perché il cibo è sia piacere che medicina...

<http://ricettedicasa.blogspot.it/>

Ingredienti

Ingredienti per i picci:

- » 500g di farina*
- » 250g di acqua
- » 1 cucchiaio d'olio evo

Per il pesto alla trapanese:

- » 100g di mandorle
- » 60g di basilico
- » 1 cucchiaino di sale grosso
- » 1 spicchio d'aglio
- » olio evo q.b.
- » una decina di pomodorini pachino

#TAG

#vegan #picci #pesto
#RisanaLaPastaFresca



Orecchiette

con pesto agli spinaci

CONTEST

Ancora sud Italia con queste meravigliose orecchiette integrali accompagnate da un pesto agli spinaci. Una pasta rustica, ma al tempo stesso delicata grazie alla cremosità di questo pesto agli spinaci.



Procedimento

Inizio a preparare l'impasto per le orecchiette mettendo la farina a fontana sulla tavola, aggiungo acqua ed impasto fino ad ottenere un bel panetto consistente.

Faccio riposare il panetto una mezz'oretta sotto un canovaccio, dopodiché lo riprendo, formo dei filoncini e, con l'aiuto di un coltello, inizio a formare le orecchiette.

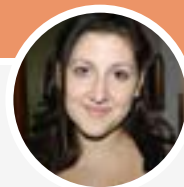
Finito l'impasto le lascio sulla tavola di legno fino al momento della cottura.

Ora preparo il pesto, ci vuole davvero poco! Basta frullare tutto nel frullatore con le lame.

E non mi resta che cuocere la pasta, condirla con questo pesto meraviglioso ed impiattarla!

Ingredienti per 2 persone

I VINCITORI



Jsaura Frisco

Ho 30 anni e ho deciso di creare un blog tutto mio per condividere le ricette che faccio in casa..In particolare i dolci..e soprattutto le torte decorate in pasta di zucchero, che da 2 anni a questa parte son diventate...

<http://cinnamongirl82.blogspot.it/>

Ingredienti

Ingredienti per la pasta:

- » 200g di farina integrale (io quella di Molino Chiavazza)
- » acqua q.b. (150ml ca)

Per il pesto:

- » 100g di spinaci freschi
- » 40g di noci
- » 8 pomodori secchi
- » 50g di formaggio caprino fresco
- » 1 spicchio d'aglio
- » olio e.v.o. qb

#TAG

#spianci #orecchiette #pesto
#RisanaLaPastaFresca



Orecchiette integrali con le cime di rapa

CONTEST

Uno dei pilastri della nostra tradizione, una ricetta quella di Tiziana, 100% vegan, sana, bella e golosissima. Nelle giornate invernali è davvero difficile resistere a un piatto di orecchiette con cime di rapa!

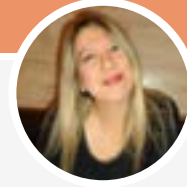


Procedimento

Pulite le cime di rapa, tenendo da parte le parti più tenere. Lavate bene con acqua fredda. Fate bollire in acqua salata prima le foglie e i gambi più duri per 10 minuti. Aggiungete quindi i broccoletti per altri 5 minuti. Spegnete e scolate.

Trasferite su una spianatoia la farina integrale formando al centro la classica fontana. Aggiungete l'acqua poco alla volta e impastate fino ad ottenere un impasto molto liscio, morbido ed elastico. Cospargete di farina. Prendete un pezzo di pasta alla volta e formate una strisciolina non troppo sottile. Dividetela in pezzetti larghi poco meno di 1 cm e con un coltello dalla punta arrotondata trascinate ogni pezzetto di pasta sulla spianatoia in modo che la pasta si curvi assumendo la forma di una conchiglia. Appoggiate l'orecchietta sul pollice della mano e rovesciatela dando una forma ancora più incavata. Mettete tutte le orecchiette una accanto all'altra sull'asse di legno ben infarinata per far sì che si asciughino e lasciatele seccare per qualche ora. Una volta asciutte fatele cuocere in abbondante acqua salata. Nel frattempo preparate in una padella abbastanza capiente l'olio, il peperoncino, e l'aglio e fate soffriggere. Quando l'aglio comincerà ad assumere un colore scuro toglietelo e aggiungete le cime di rapa. Fatele saltare per qualche minuto. Scolate le orecchiette e fatele mantecare nel condimento. Servite le orecchiette ben calde con dell'ottimo olio extravergine d'oliva pugliese

I VINCITORI



Tiziana Annicchiarico

Essere vegan vuol dire che nessun animale è stato ucciso, sfruttato per il mio pasto. Il veganismo costituisce quindi la naturale evoluzione del vegetarianismo, quando esso è praticato per ragioni etiche... animaliste...

RICETTE VEGAN

Ingredienti

- » **250g** farina integrale
- » acqua q.b.
- » sale q.b.
- » olio **1** cucchiaio
- » peperoncino
- » **1** spicchio d'aglio
- » **1 kg** di cime di rapa

#TAG

#vegan #orecchiette #rape
#RisanaLaPastaFresca



Le più votate da voi

CONTEST



GNOCCHI DI PATATE CON BIETOLE

di Naturalentemente

Alzi la mano chi ama gli gnocchi! A casa nostra alziamo anche le mani degli altri, tanto andiamo pazzi per gli gnocchi in tutte le forme, salse, varianti. Quelli che vi propongo in questa ricetta vanno fatti e cotti nel giro di brevissimo tempo, perché per la bassa percentuale di farina presente nell'impasto...

[Vai alla ricetta >](#)



INGANNAPRETI AL FINTO SALMONE

di E' ora di dire pasta

Fate rosolare la cipolla poi aggiungete il peperone a listarelle e fatelo cuocere finché non è morbido. Frullatelo e rimettetelo in padella e aggiungete la panna di soia. Riscaldete il tutto per qualche minuto. Scolate la pasta e mettetela nel condimento mescolando bene.

[Vai alla ricetta >](#)



PASTA DI FARRO AL POMODORO

di "Da belgy col amore"

Pensate che fare la pasta fresca sia un lavoro troppo lungo, che implichi per forza l'uso dell'uovo e quindi sia troppo calorica e ripiegate sul solito pacchetto comprato al supermercato? Con questa ricetta vi voglio smentire! Si tratta di pasta di farro al pomodoro, buona, sana gustosa e ultra leggera perché?

[Vai alla ricetta >](#)



GNOCCHI IN SALSA MARGHERITA

di Gustosissimo

Ben trovati amici di gustosissimo! Dopo un periodo di black out rieccomi con le mie semplici ricette da proporvi. La primavera è arrivata, anche se oggi la giornata ricorda molto una di quelle autunnali in cui tutto sembra grigio e la pioggia incalza. Ma io voglio farvi tornare il sorriso con un primo piatto davvero speciale

[Vai alla ricetta >](#)

Ci sono piaciute anche...



GNOCCHI DI RICOTTA E FRAGOLE

di L'ombellico di Venere

Quando arrivano le fragole, e si sa che non durano tanto a deliziarci con il loro sapore, è come una corsa per preparare confetture, mousse, torte, crumble, e tutto quello che si può con questo frutto delizioso. Io non sono certo da meno e oltre ai vari dolci avevo voglia di sperimentare un primo. Ho già preparato il classico...

[Vai alla ricetta >](#)

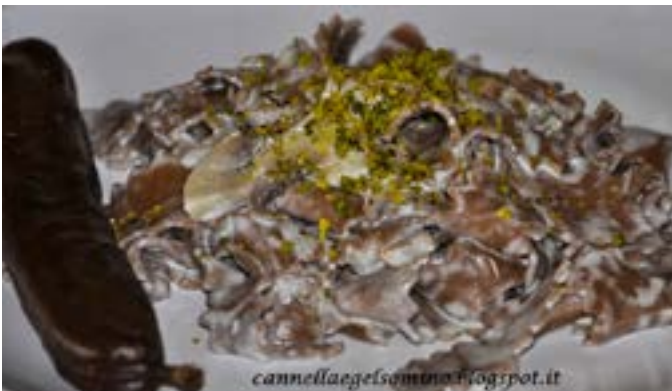


SPATZLE PRIMAVERILI

di Mangio sano, Mangio vegano

Ecco un altro piatto ricco di fibre, proteine vegetali e... gusto! cosa che non guasta mai... In realtà ho usato la ricetta per fare gli gnocchi di patate senza uovo ovviamente, ma invece che perdere tempo a rigirare i singoli gnocchi ho usato la macchinetta per fare gli spatzle :D Di necessità si fa virtù...

[Vai alla ricetta >](#)



PAPPADELLE DI FARINA CARRUBE

di Cannella e Gelsomino

La mia provincia è caratterizzata da un paesaggio in cui i carrubi sono protagonisti: dalle sue bacche si ricava una farina speciale che oggi andrò ad utilizzare per questa pasta fresca! L'aroma inconfondibile della carruba rende questo piatto particolarmente delicato e soprattutto ... insolito!

[Vai alla ricetta >](#)



PICI CON PESTO ALLE CAROTE

di Giulia Maria - Una vera bontà

Ho deciso di preparare i picci una mattina in cui mia figlia (3 anni) voleva "impastare"...ci siamo così cimentate nella preparazione di questa nuova ricetta, I picci sono un "laccio" di acqua, farina ed olio extra vergine. Questi antenati degli spaghetti erano simbolo di povertà estrema, essenzialità.

[Vai alla ricetta >](#)

Elenco di tutti gli altri partecipanti

Ravioli veg di borragine | Ricetta di Paola Dotti

Ravioli di borragine mentuccia e pinoli | Ricetta di La greg

Lasagne bianche ai carciofi | Ricetta di Mela Mela Banana Caffè

Lasagne bianche con verdure varie | Ricetta di Cucina amore mio

Orecchiette integrali con pesto agli spinaci | Ricetta di Jsaura Frisco

Gnocchi alla ricotta con fragole e cipolla di tropea | Ricetta di L'ombelico di Vendere

Agnolotti all'arancia | Ricetta Family Food

Ravioli alla curcuma e porri | Ricetta di Brontolo in pentola

Tagliolini ai carciofi ed erbe aromatiche | Ricetta di Brontolo in pentola

Gnocchetti di riso con olive nere | Ricetta di Paola Dotti

Tagliatelle caserecce con pesto alle nocciole | Ricetta di Paola Dotti

Mezze lune di segale e ricotta alla lavanda | Ricetta di A spasso per ingredienti

Ravioli ricotta e spinaci | Ricetta di L'incapace in cucina

Ravioli di ricotta e limone | Ricetta di Brodo di coccole

Orecchiette integrali con le cime di rapa | Ricetta di Tiziana Veg Annicchiarico

Cavatelli di basilico in salsa margherita | Ricetta di Gustosissimo cucinare meglio

Ravioli bianchi di patate e mele | Ricetta di La petit casserole

Cannelloni vegani ripieni con crema di tofu e piselli | Ricetta di Raffaella Duransanti

Ravioli di zucca e semi di papavero | Ricetta di Nomnom qb

Gnocchi di latte | Ricetta di Sabrina in Cucina

Tagliatelle al Cacao con Pere, Robiola e Pistacchi | Ricetta di idee in pasta

Ravioli alla ricotta e piselli | Ricetta di Dolce Amara Deliziosa

Tagliatelle alla carruba | Ricetta di Cannella & Gelsomino

Spaghetti al nero di seppia | Ricetta di Le ricette di Lara

Quadrotti di pasta con carciofi e pancetta | Ricetta di Trenette, pennette e un qb di fantasia

Tagliatelle gialle con sparacogni | Ricetta di In cucina con Flo

Pici con pesto di foglie fresche di carote | Ricetta di GIULIA MARIA – UNA VERA BONTÀ

Pasticcio di lasagne | Ricetta di "In cucina con Violetta"

Lasagne vegan | Ricetta di In cucina con Vale

Pasta fresca vegan senza uova – ravioli vegan alla zucca | Ricetta di In cucina con Vale

Panzerotti sfogliavelo di boraggine e seiras profumati al timo ed alla menta | Ricetta di Batuffolando

Gnocchi di patate fatti in casa con salsa alle noci | Ricetta di Batuffolando

Fettuccine al cacao con gamberi e zenzero | Ricetta di "La cuoca per gioco"

MALTAGLIATI FUNGHI E ZUCCHINE, CON POMODORI E SCAGLIE DI PARMIGIANO | Ricetta di "La cuoca per gioco"

Lasagna al forno in verde | Ricetta di Cannella e Gelsomino

Elenco di tutti gli altri partecipanti

Ravioli di... risotto | Ricetta di Semi di vaniglia

Ravioli alla romana senza glutine vagan | Ricetta di In cucina con Vale

Tortelli di patate, pomodoro e basilico | Ricetta di Dolce Amara Deliziosa

Pasta bagigia | Ricetta di Samuele Rossini

Passatelli asciutti allo zafferano con Prosciutto di Parma e verdure fresche dell'orto | Ricetta di LaGreg

Cappelletti | Ricetta di Golose delizie

Fettuccine home made di soia al pesto di Bronte! | Ricetta di Mangio sano.....mangio Vegano! (e mi diverto)

Tagliatelle di pasta fresca senza uova con zucchine e vongole | Ricetta di Dolce salato con Lucia

Pici con pesto alla trapanese (ricetta vegan) | Ricetta di Ricette di casa

Ingannapreti al finto salmone | Ricetta di E' ora di dire Pasta - It's time to say Past

CAMPANE ALLO ZAFFERANO FARCITE CON CREMA DI ASPARAGI | Ricetta di La pasticceria matta

Lasagnette di patate viola al sedano rapa | Ricetta di CUCINO IO

Ravioli di semola alle zucchine con pesto di erbe aromatiche e concassé di pomodoro (ricetta vegana) | Ricetta di Fotogrammi di zucchero

Spatzle con piselli freschi, scarola e fave | Ricetta di Mangio sano.....mangio Vegano! (e mi diverto)

Ravioli porcini e patate – Ravioli silani | Ricetta di lo cucino così

Pansoti al sugo di noci... In rotolo! | Ricetta di Trita biscotti

Gnocchi di ricotta ed erbe | Ricetta di Carla Soul Kitchen

Tortelli di spinaci in salsa rosa | Ricetta di a tutta cucina

Sigari ripieni di melanzane e ricotta | Ricetta di La Pasticciera Matta

TAGLIATELLE IN CREMA DI PISELLI E PHILADEPHIA | Ricetta di La cucina di Molly

PASTA FRESCA DI FARRO AL POMODORO | Ricetta di Da Belgy Con Amore

Pasta madre con le spine | Ricetta di Cucino io

Gnocchi di patate con bietoline | Ricetta di Naturalmente

Tagliatelle con zucchine, pizzutelli e cacioricotta | Ricetta di Pepe ai fornelli

TAGLIATELLE ALLA CURCUMA CON SUGO DI FUNGHI | Ricetta di Angela Zampini

Gnocchetti di ceci con polpo e fagiolini | Ricetta di Pane libri e nuvole

Picitelli di grano saraceno e farro integrale con pesto di lattuga e chips di carote (ricetta vegana) | Ricetta di fotogrammi di zucchero

Marcato

Macchine per la pasta dal 1930



L'azienda

La filosofia delle cose fatte bene ha contraddistinto Marcato fin dal 1930, quando il lavoro, la passione e l'ingegno di Otello Marcato diedero vita ai prodotti apprezzati oggi in tutto il mondo.

Marcato SpA è la prima azienda italiana, leader mondiale nella produzione di macchine e accessori per pasta fresca, biscotti, pane e pizza. Forte di un'esperienza maturata in più di 80 anni di attività, ha saputo conquistare i mercati nazionali ed esteri, promuovendo ovunque l'autentico "Made in Italy".

Marcato produce da sempre in Italia, avvalendosi di processi produttivi sostenibili, nel rispetto dell'ambiente e della salute.

La ricerca in costante evoluzione, l'utilizzo di una tecnologia all'avanguardia, i materiali innovativi e l'attenzione per i dettagli, hanno dato vita ad una gamma di prodotti versatili, funzionali e di altissima qualità. Tutti i prodotti sono realizzati con materiali che non rilasciano residui sulla pasta, sono garantiti fino a dieci anni e si avvalgono di 5 brevetti internazionali, a tutela della salute del consumatore. Marcato propone per la cucina contemporanea una linea Design, con macchine e accessori pensati per arredare con stile, grazie a 9 diverse colorazioni e un design che stupisce.

La cultura del mangiare sano è il primo passo verso il benessere: a partire dalla pasta, fatta con ingredienti semplici e genuini, simbolo della dieta mediterranea. I prodotti Marcato sono per tutti coloro che hanno riscoperto il piacere di mangiare bene, in tutta sicurezza.



Contatti

Marcato SpA

Via Rossignolo, 12
35011 Campodarsego (PD)
Tel. +39.049.92 00 988

Web

<http://www.marcato.it/>

Facebook

<https://www.facebook.com/Marca...>

Twitter

<https://twitter.com/marcatopasta>

Instagram

<http://instagram.com/marcatopasta>

Pinterest

<http://instagram.com/marcatopasta>

Google+

<https://plus.google.com/u/0/b/112...>





A tutti un sano e goloso
Grazie!