

facciamo il nostro lavoro con passione

RICETTE DAL CORSO DI CUCINA ALPEGGIATORI



Montagne di

Valle Camonica *Valle Trompia*

2 bavarese al caffè



ingredienti

- 250 ml di latte
- 250 ml di caffè
- 500 ml di panna montata
- 120 g di zucchero
- 8 gr di colla di pesce
- 125 g di tuorli d'uovo (ovvero 6 uova)

PREPARAZIONE

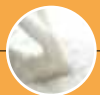
Fare bollire il latte insieme al caffè. Mettere a bagno la colla di pesce con un po' di acqua fredda. Montare i tuorli con lo zucchero ed aggiungervi adagio il caffèlatte, tenendo mischiato con la frusta per non fare formare stracciate le uova.

Mettere sul fuoco, tenendo mescolato, fino a che non si raggiungono gli 80-90° circa (appena prima che inizi a bollire), quindi togliere dal fuoco e aggiungere la colla di pesce ammorbidita, sgocciolata dall'acqua. Fare raffreddare il composto ed aggiungervi la panna montata. Mischiare e mettere in stampini piccoli. Raffreddare in frigorifero. Preparare almeno mezza giornata prima dell'utilizzo.

Si consiglia di servirlo con biscotti tradizionali secchi e di medio piccolo formato.



4 | Fiurìt ai pro- fumi di mir- tillo, fragola o arancia...



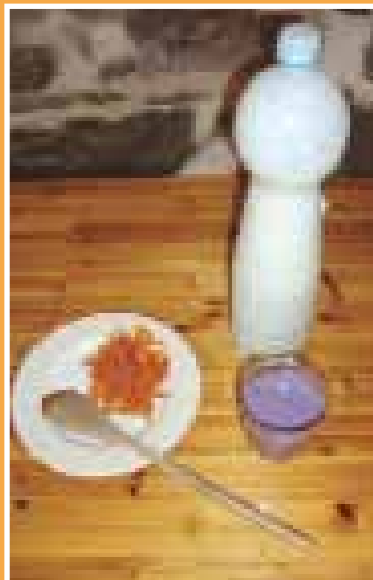
ingredienti

- **fiurìt** (fiore di ricotta)
- **fragole, piccoli frutti freschi o arance**
- **zucchero**
- **acqua**

PREPARAZIONE

Per il **fiurìt all'arancia** bisogna prima togliere le bucce con il pelapatate, tagliarle a listarelle sottili (tecnicamente si dice "a julienne"), coprirle con un velo di zucchero, coprirle d'acqua e caramellare le bucce d'arancia. Una volta pronte, versarvi il succo delle arance, fargli prendere il bollore, metterle nel fiurìt e frullarle con il frullatore a immersione. Mettere in frigorifero e servire ben fresco.

Per il **fiurìt al mirtillo** o alle fragole bisogna invece far sciogliere un po' di zucchero in acqua, e farlo caramellare. Non appena diventa nocciolino aggiungere i mirtilli o le fragole farli appassire sul fuoco, quindi versarli nel fiurìt e con il frullatore a immersione frullarli. Assaggiare il sapore e correggere se troppo dolce o al contrario se necessita di un'aggiunta di altro caramello o solo frutta saltata in padella (non metterla cruda al fine di avere un prodotto che duri in frigorifero). Infine, mettere il tutto in frigorifero e servire quando ben fresco.



6 Focaccia (con lievito madre)



ingredienti

- **600 g** di farina forte o di manitoba
- **400 g** di lievito madre (**20 g** di lievito di birra o **15 g** di lievito liofilizzato)
- **400 g** di latte
- **200 g** di acqua circa
- **50 g** di olio
- **30 g** di sale
- **rosmarino tritato** (due rametti)

PREPARAZIONE

Spezzare il lievito madre all'interno del latte tiepido con metà acqua, unire il lievito di birra e l'olio ed infine il resto degli ingredienti, avendo cura di non mettere il resto dell'acqua a meno che l'impasto non risulti troppo resistente (l'acqua varia a seconda della forza della farina, con esso intendo il suo contenuto di glutine).

Dopo aver impastato per diversi minuti si controllerà la maglia glutinica (come si è fatto vedere durante la lezione). Quindi, se pronta, lasciare lievitare mezz'ora circa, quindi stenderla su di una teglia e farla lievitare fino a che non si è raddoppiata (il tempo varia a seconda della temperatura dell'ambiente). Infine, infornare con olio e due rametti rosmarino tritato finemente.



P.S.: il sale non deve mai andare in contatto diretto con il lievito di birra. Quando si fa lievitare l'impasto appoggiarvi sempre della pellicola trasparente.



Focaccia al rosmarino (senza lievito madre)



ingredienti

- **500 g** di farina di manitoba
- **25 g** di lievito di birra
- **15 g** di sale
- **25 g** di olio
- **200 ml** di latte
- **100 ml** di acqua
- **rosmarino tritato** finemente (due rametti)

PREPARAZIONE

Intiepidire il latte e sciogliervi il lievito di birra. Aggiungere sale, olio, farina, latte ed impastare. Aggiungere infine l'acqua, poca alla volta, impastando continuamente fino a che la pasta raggiunge una consistenza elastica. Impastare molto bene.

Mettere il panetto di pasta in una ciotola coperta da pellicola trasparente e fare lievitare mezz'ora al caldo. Spianare la pasta in una teglia da forno coperta da carta da forno, lasciando uno spessore un po' alto. Cospargervi sopra il rosmarino tritato molto finemente ed un filo di olio. Lasciare lievitare fino a che raddoppi, sempre coprendo la teglia con la pellicola trasparente. Fare cuocere in forno preriscaldato

a 180-200° per circa 40/60 minuti. È cotta quando comincia a diventare dorata.



10 Pane morbido con perùc e formaggio di malga



ingredienti

- **500 g** di farina
- **500 g** di lievito madre
- **13 g** di lievito liofilizzato
- o **2 gr** di lievito di birra
- **20 g** di sale
- **100 g** di burro
- **300 g** di latte
- **2 cucchiaini** di miele
- **formaggio** stagionato a pezzettini (tipo Grana)
- **perùc** (spinacio selvatico)

PREPARAZIONE

Spezzare il lievito madre nel latte tiepido. Quindi sciogliere il lievito, il miele e mettere la farina con il sale. Impastare fino ad ottenere un impasto elastico e resistente. Aggiungere il burro morbido, impastare e infine amalgamare il perùc saltato con burro, aglio (tagliuzzato) e formaggio. Al termine fare delle pagnotte di circa 35 grammi e farle lievitare a temperatura ambiente fino a che non raddoppiano. Cuocere a 180-200° circa.

P.S.: Qual'ora non si disponesse di lievito madre, è possibile realizzarlo usando 30 g di lievito di birra o 20 g di lievito liofilizzato con un kg di farina. Durante la procedura non bisogna mai avvicinare direttamente il sale al lievito.



RICETTE DAL CORSO DI CUCINA ALPEGGIATORI



12 pasta all'uovo (gialla)



ingredienti

1 kg di farina (semola rimacinata per una pasta più dura oppure tipo "00" per pasta più tenera)

- 8 uova intere
- 20 g di sale
- 100 g di latte o panna

PREPARAZIONE

Versare la farina in una bacinella, mettermi il sale, le uova ed il latte. Impastare fino ad avere un impasto morbido.



14 pasta all'uovo (colorata)



ingredienti

- **500 g** di farina
- **50 g** di olio
- **4 uova** intere
- **10 g** di sale
- **perùc** (spinacio selvatico) oppure basilico o prezzemolo per pasta verde
- **concentrato di pomodoro** e **100 gr** di latte per pasta rossa
- **barbabietola cotta** e frullata molto bene per pasta lilla
- **nero di seppia** e 100 g di latte per pasta nera

PREPARAZIONE

Prima di impastare è necessario bollire il perùc (oppure il prezzemolo o il basilico) per almeno 5 secondi e poi frullarlo bene con poca della sua acqua di cottura per farlo diventare molto omogeneo.

Versare la farina in una bacinella, farvi un foro al centro e mettervi il sale, le uova, il componente colore (ma non più il latte, altrimenti risulta troppo morbida) ed impastare fino ad avere un impasto morbido.

