

CUINES AL MÓN

LA CUINA ITALIANA

Els deu ingredients principals de la cuina italiana.

LES OLIVES, delicioses amb pa blanc, a les amanides o en pizza.

Consell: Les olives negres envasades, a vegades son tintades, motiu que s'ha de prestar atenció a les indicacions sobre colorants o gluconat fèrric.

L'OLI D'OLIVA és imprès indispensable, sobre tot a les amanides i verdures, tot i que també es per fregir.

Consell: Conservar-lo en un lloc fosc i a una temperatura mai inferior a 10°C.

L'ALL és molt propi del càlid clima d'Itàlia i s'utilitza en quasi tot els plats del país.

Consell: Per aprofitar el seu suau aroma, a vegades serà suficient amb fregar l'enciamera amb un grill d'all. S'ha de procurar tenir sempre els alls frescos, el seu sabor supera a l'all sec en pols.

EL FORMATGE PARMESÀ, originari de Parma, és ideal per donar l'últim toc a sopes, pastes i risottos.

Consell: Es pot, triar parmigiano-reggiano original, amb segell de qualitat. El que es ven rallat en paquets té menys aroma.

LA MOZZARELLA, La recepta tradicional és com la llet de búfal, encara què també es comercialitza de llet de vaca. És un dels ingredients de l'amanida Caprese, entremès elaborat amb tomaques, mozzarella, alfàbrega, vinagre i oli d'oliva amb sal i pebre.

Consell: És deliciosa enforxada en suflés, gratinats i torrades.

ELS TOMAQUES son un ingredient indispensable a la cuina italiana. Secs i macerats amb oli i espècies son deliciosos.

Consell: Els tomaques ha de madurar al sol, això fa que tinguin un sabor aromàtic, una característica que no es troba en els tomaques d'hivernacle.

L'ARRÒS DE GRA RODÓ és la base del risotto. Existeixen diferents varietats: *arborio*, *avorio*, *originario*, *carnaroli* o *vialone*.

Consell: Aquest arròs ha d'anar cuinant-se a poc a poc, així l'interior del gra queda *al dente* i no es desfà.

EL PESTO, aromàtica salsa feta amb espècies, és un adob perfecte per pastes i pot substituir qualsevol salsa. Pot comprar-se preparada.

Consell: Unes culleretes de pesto donen un aroma especial a sopes com la Minestrone.

L'ORENGA creix a Itàlia per tot arreu. Fresc és el condiment ideal per potenciar el sabor de nombrosos plats.

Consell: El calor de l'estiu és ideal per cultivar orenga, ja que en aquesta estació creix fàcilment, inclús en un test que es pot tenir a la finestra de la cuina. També es pot trobar orenga sec i esmicolat.

ELS SPAGHETTI, amb les diferents llargades i grossors, és la pasta favorita dels italians.

Consell: No s'han de coure massa temps: han d'estar *al dente*.

CROSTINI

Amb melsa, formatge de cabra o paté d'olives, sempre deliciosos.

Per cada recepta es necessiten 8 llesques de pa blanc sense sal o pa de xapata torrat o daurat al forn preescalfat a 250°C durant 4 minuts.

Crostini amb crema de melsa

- 300g de melsa de vedella
- 90g de cebes blanques
- 70g de pastanagues, 1 grill d'all
- 60g d'api
- 5 cullerades d'oli d'oliva, sal
- pebre acabada de moldre
- 1/8 l. de vi blanc
- 20g d'alcaparres
- 3 filets d'anxova
- 3 cullerades d'herbes picades (julivert, romaní, sàlvia)

A més:

- 8 filets d'anxova, 8 torrades de pa blanc

- Preparar la melsa, amb un tall al costat més estret, sense tallar la pell inferior. Empaitar amb cura la massa de la melsa amb el costat rom del ganivet, fins treure-la de l'interior de la pell. Pelar les cebes, les pastanagues i l'all.

- Netejar l'api i retirar els fils. Tallar tota la verdura en daus.

- Escalfar l'oli en una paella i ofegar la verdura. Afegir la melsa, salpebrar i deixar fer a foc lent durant 10 minuts mentrestant es va removent.

- Afegir el vi blanc i deixar coure 10-15 minuts més.

- Seguidament, rentar les alcaparres i les anxoves a sota un rajolí d'aigua freda i deixar-les escórrer bé.

- Afegir la melsa i deixar coure 2-3 minuts, fins que les anxoves s'hagin desfet. Afegir les herbes i salpebrar.

- Repartir la massa de la melsa a sobre del pa torrat i col·locar a sobre una anxova.

Crostini amb formatge de cabra i cogombre

- 200g de cogombre
- 1 culleradeta de vinagre de vi blanc
- pebre acabada de moldre, sal
- 2 cullerades d'oli de gira-sol
- 250g de formatge de cabra fresc italià
- 2 cullerades d'oli d'oliva
- 1 cullerada de cebollí a trossets

A més:

- 8 torrades de pa blanc, puntes de cebollí

- Pelar el cogombre, tallar-lo en dos pel llarg, treura-li les llavors i trinxar-lo molt prim. Barrejar vinagre, pebre, sal i oli de gira-sol per fer una vinagreta.

- Afegir-li el cogombre i deixar marinar 15 minuts. Abocar-lo sobre un colador i deixar escórrer.



- Mentrestant, barrejar el formatge de cabra amb l'oli d'oliva i els cebollins en un recipient, i afegir sal i pebre. Repartir el formatge a sobre les torrades de pa, i col·locar per sobre trosset de cogombre marinat, adornar amb les puntes de cebollí i servir.

Crostini amb paté d'olives negres



- 2 filets d'anxova en sal
- 1 peperoncino vermell
- 1/2 culleradeta de fulles d'orenga picades grosses
- pebre negra acabada de moldre
- 60ml d'oli d'oliva
- sal

A més:

- 8 torrades de pa blanc

- Escórrer les olives i treura-li l'os. Netejar les alcaparres i les anxoves sota l'aigua freda i escórrer-les bé. Tallar per la meitat pel llarg el peperoncino i treura-li el naixement de la tija, les llavors i les parts blanques.

- Passar per la batedora les olives, les alcaparres, les anxoves, el peperoncino i també l'orenga.

- Afegir un rajolí d'oli d'oliva verge i continuar batent fins aconseguir una pasta que sigui fàcil per untar.

Cruixents i deliciosos

Els crostini son sempre exquisits, com pisco labis, entremès o com un acompanyament a un got de vi.

Secció patrocinada per:



LA XURRERIA
restaurant

. TAPES SELECTES

. CUINA DE MERCAT

. PLATS PER ENCÀRREC

Som diferents!

Amb Menú de 6 plats Vine i comprova-ho!

. Horari: de 13 a 14h. i de 20 a 23h.

Diumenge vespre i dilluns tancat

. Reserves: 93 747 38 38

Av. Sant Esteve esq. Mestre Miro. Tel. 93 747 38 38 - 0821Castellar del Vallès