

Lunedì: La ricetta di MariaRosaria. GLI ITALIANI

## **Penne alla vesuviana**

Penne 400 gr.

Olive verdi 60 gr.

Olive nere 60 gr.

Olio extravergine d'oliva

Spicchi d'aglio

Capperi sotto sale 20 gr.

Peperoncino rosso piccante

Origano essicato (un pizzico)

Pomodori (8 di media grandezza)

Parmigiano grattugiato

Tarallo grattugiato

Basilico



Fate soffriggere l'aglio tritato ed il peperoncino in una padella con dell'olio. Unite le olive nere e le verdi tagliate a pezzetti con i capperi. Aggiungete i pomodori spellati e mescolate. Lasciate cuocere a fuoco medio per circa 15 minuti. Aggiungete l'origano secco e mescolate. Lessate la pasta in acqua salata e cuocete al dente.

Scolate la pasta e trasferitela nella padella con il sugo, aggiungete un po' di acqua di cottura della pasta e mescolate ancora in padella. Ultimate la preparazione con del parmigiano grattugiato, qualche foglia di basilico e un po' di tarallo grattugiato.

Martedì. La ricetta di Alessia. I PIÙ BARVI

## **Penne rigate saltate alla ricotta con pomodorini e pistacchi**

### **INGREDIENTI:**

- 400 gr mezze penne rigate
- 250 gr ricotta
- 200 gr pomodorini datterino
- 100 gr pomodori secchi
- 100 gr pistacchi



### **PREPARAZIONE:**

Cuocere in abbondante acqua salata le mezze penne rigate.

Nel frattempo tagliate a rondelle i pomodorini freschi e secchi. Tritare grossolanamente il pistacchio. Una volta che la pasta ha quasi ultimato la cottura, scolarla, ricordandosi di salvare mezza tazza di acqua di cottura. In una padella con bordi alti versare la ricotta e l'acqua di cottura poco per volta continuando a mescolare con un mestolo in legno, di modo da stemperarla e rendere il formaggio più "liquido".

Aggiungere la pasta ed ultimare la cottura. A fuoco spento aggiungere le rondelle di pomodori freschi e secchi ed amalgamarli con gli altri ingredienti. Lasciate riposare con coperchio a fuoco spento per 2 minuti.

Al momento di servire distribuite una generosa spruzzata di pistacchio tritato sulla pasta ed un filo d'olio a piacere.

Mercoledì. La ricetta di Sylvia. I BRAVISSIMI

## Carbonara monferrina

### Ingredienti per 4 persone:

400 g di pasta lunga  
1 mazzetto di asparagi  
50 g di ricotta  
2 tuorli  
100 g di pancetta di maiale  
50 cl panna fresca  
50 g parmigiano  
20 g burro  
olio extra vergine di oliva qb  
2 spicchi d'aglio  
sale qb  
pepe qb



### Preparazione:

Lavare gli asparagi, eliminare le parti più dure e tagliarli a tocchetti.

Prendere un' ampia padella e versarci la pancetta tagliata a listarelle, il burro, 3 cucchiari di olio e l'aglio schiacciato.

Soffriggere il tutto, quindi eliminare l'aglio.

Dopo aver fatto rosolare la pancetta aggiungere gli asparagi, aggiustare di sale e pepe e bagnare il condimento con poca acqua. Proseguire la cottura coprendo la padella con un coperchio, finché gli asparagi non risulteranno teneri.

Preparare la salsa per condire la carbonara mescolando in una ciotola la ricotta con la panna. Aggiungere i tuorli, il parmigiano grattugiato e pepe qb. Mescolare bene.

Lessare la pasta in abbondante acqua salata e scolarla versandola poi nella padella che contiene il condimento di asparagi.

Fuori dal fuoco, unire alla carbonara la salsa di uova e formaggio .

Mescolare rapidamente la carbonara monferrina per far amalgamare bene gli ingredienti.

Servire subito.

Giovedì. La ricetta di Fabio. I BRAVI

Guardate [questo video](#)

-e in particolare la bella fine\*!

Ingredienti:

- Riso 300 g (Oggi sono già cotti e pronti)
- Tonno sott'olio 200 g
- Pomodori 150 g
- Formaggio: Caciocavallo/Emmentaler 150 g
- Prosciutto cotto a cubetti 100 g
- Pisellini 80 g
- Peperoni rossi 75 g
- Peperoni gialli 75 g
- Olive nere denocciate 80 g
- Cetriolini sottaceto 80 g
- Erba cipollina q.b.
- Sale fino q.b.
- \* e un ingrediente segreto, ma indispensabile



Mettete sul fuoco una pentola colma di acqua salata e una volta che avrà raggiunto il bollore versate i piselli e sbollentateli per circa 3 minuti. Scolate i piselli (e nella stessa acqua versate il riso. Cuocete il riso 2-3 minuti in meno rispetto ai tempi di cottura indicati sulla confezione).

Nel frattempo occupatevi del condimento. Lavate i peperoni, eliminate il picciolo, i semi e tagliateli prima a listarelle e poi a cubetti e metteteli in una ciotola dove raccoglierete tutti gli altri ingredienti. Lavate e tagliate a metà anche i pomodori, rimuovete la polpa e tagliateli a cubetti. Tagliate a cubetti il prosciutto cotto e il caciocavallo. Tagliate a rondelle i cetriolini sottaceto e le olive denocciate. Quando mancano circa 2-3 minuti dalla cottura, scolate il riso e lasciatelo raffreddare (potete mettere il riso anche in frigo per farlo raffreddare più velocemente). Aggiungete tutti gli ingredienti, compreso il tonno, aggiungete l'erba cipollina e il sale e mescolate con un cucchiaio.

\*ATTENZIONE :)

Per rendere ancora più gustosa l'insalata di riso classica potete condirla con un cucchiaio di maionese!