

La ricetta di Luisa. Lunedì. I PIÙ BRAVI

300 g di rigatoni
250 g di melanzane
150 g di parmigiano grattugiato
350 g di polpa di pomodoro
50 g di cipolla
15 ml d'Olio Extra Vergine
5 foglie di basilico
uno spicchio d'aglio
sale e pepe q.b.

Preparazione:

Tagliare la melanzana a cubetti, salare leggermente e lasciare riposare per 20 minuti circa, affinché l'acqua che vi si trova all'interno possa fuoriuscire.

Riscaldare in una grande padella l'olio di semi e friggere le melanzane fino a che non saranno diventate colorite, poi metterle da parte su carta assorbente per sgocciolare l'olio in eccesso

Fare quindi rosolare la cipolla tritata e l'aglio in una padella nella quale avrete precedentemente fritto le melanzane.

Aggiungere le melanzane, la polpa di pomodoro, sale, pepe e cuocere per 15-20 minuti circa.

Nel frattempo cuocere le penne in abbondante acqua salata, scolare e condire con il sugo preparato aggiungendo il basilico e il parmigiano grattugiato
Servire ben caldo.

A questo punto.....Buon Appetito!!

La pasta alla Norma è un piatto originario della città di Catania, a base di pasta (solitamente maccheroni) condita con melanzane fritte, pomodoro, ricotta salata e basilico. Sembra che a dare il nome "Norma" alla ricetta sia stato Nino Martoglio, un noto commediografo catanese. Davanti ad un piatto di pasta così condito esclamò: "È una Norma!" ad indicarne la suprema bontà, paragonandola all'opera di Vincenzo Bellini presentata al Teatro della Scala il 26 dicembre 1831



La ricetta di Silva, martedì, I BRAVISSIMI RISOTTO PRIMAVERA

Ingredienti per 4 persone:

- Riso Carnaroli 320 gr.
- Carote 100 gr.
- Peperoni gialli e rossi già puliti 50 gr.
- Melanzane 100 gr.
- Zucchine 100 gr.
- Piselli 50 gr.
- Pomodori 150 gr.
- Sedano 1 costa
- Cipolla 1
- Burro 20 gr.
- Mortadella (fetta da 100 gr.)
- Olio extravergine d'oliva 6 cucchiari
- Brodo vegetale 1 lt.
- Prezzemolo tritato 2 cucchiari
- Parmigiano Reggiano
- Vino bianco
- Sale fino e pepe nero q.b.



PREPARAZIONE

Lavate e tagliate le verdure a cubetti molto piccoli, in modo che siano tutti della stessa dimensione, per avere una cottura uniforme.

Tagliate a spicchi i pomodorini.

Tagliate a cubetti piccoli la fetta di mortadella.

Tritate la cipolla e il prezzemolo.

Soffriggete in una padella metà della cipolla con tre cucchiari d'olio; quando la cipolla sarà trasparente, unite tutta la verdura tagliata a cubetti, i piselli e solo la metà della carota.

Lasciate cuocere per circa 15 minuti (le verdure devono essere morbide ma non cotte).

Salate e pepate.

In un'altra padella soffriggete in olio un trito di sedano, con le restanti metà di cipolla e carota.

Unite poi il riso a tostare con il soffritto e sfumate con vino bianco. Quando quest'ultimo sarà evaporato, aggiungete un mestolo di brodo di tanto in tanto e mescolate con un cucchiario di legno. A metà cottura salate e aggiungete le verdure che continueranno a cuocere con il riso. Terminato il tempo di cottura del riso, aggiungete i pomodorini, i cubetti di mortadella, amalgamate e spegnete il fuoco. A questo punto mantecate il risotto unendo il burro, il parmigiano ed il prezzemolo tritato.

La ricetta di Dida. Mercoledì. GLI ITALIANI

PASTA E FAGIOLI

Ingredienti per 4 persone

1 carota non troppo grossa

1 gambo piccolo di sedano

½ cipolla

1 spicchio d'aglio

1 patata piuttosto grossa o 2 piccole.

1 rametto di rosmarino

1 pomodoro pelati

2 scatole di fagioli borlotti (di cui mezza da lasciare con fagioli interi)

½ dado, brodo vegetale

Olio d'oliva

Sale e pepe q.b

Svolgimento:

Preparare la carota, il sedano e la cipolla a pezzi e lo spicchio d'aglio per fare il soffritto nell'olio d'oliva.

Aggiungere la patata tagliata a fettine.

Mettere i fagioli interi (una parte lasciarla da parte) e farli insaporire, aggiungere un po' di polpa (poca) di pomodoro pelato o il pomodoro fresco. Lasciare cuocere per alcuni minuti e poi passare i fagioli aggiungendo acqua per ottenere la densità desiderata.

Aggiungere il rametto di rosmarino per insaporire.

Passare tutto finemente con il passatutto o il mixer.

Alla fine mettere i fagioli interi, precedentemente lasciati da parte.

Fare bollire un altro po' e insaporire con un po' di pepe.

Nel frattempo sbollentare i maltagliati, scolarli e aggiungerli alla minestra. Lasciare finire la cottura della pasta. Lasciarla al dente.

Servire con un filo d'olio.



La ricetta della pasta e fagioli è un classico della cucina italiana, un piatto povero ed economico, quindi, ma sempre estremamente gustoso e genuino.

La fantastica ricetta di Fabio, giovedì. I BRAVI

Guardate [questo video](#)
-e in particolare la bella fine!

Ingredienti:

Riso Arborio 300 g
Tonno sott'olio 200 g
Pomodori 150 g
Caciocavallo/Emmentaler 150 g
Prosciutto cotto a cubetti 100 g
Pisellini 80 g
Peperoni rossi 75 g
Peperoni gialli 75 g
Olive nere denocciolate 80 g
Cetriolini sottaceto 80 g
Erba cipollina q.b.
Sale fino q.b.

