

Cucina all'italiana

Introduzione e curiosità



ITALIANI E CIBO RUSSO

<https://youtu.be/PONHCOYi8Tg>



QUAL È L'INGREDIENTE SEGRETO DELLA VERA CUCINA ITALIANA?

<https://youtu.be/vlCJvcHK70Y>



DADO



BRODO VEGETALE



OLIO EXTRAVERGINE DI
OLIVA



QUANDO SENTITE O LEGGETE "CUCINA ITALIANA", A CHE COSA
PENSATE?



Sfatiamo un po' di luoghi comuni (dicerie)...



NO --> Spaghetti alla Bolognese



Sì --> tagliatelle/pappardelle
alla Bolognese



Sì --> lasagne alla Bolognese



NON usiamo tanto aglio



Bruschette



Spaghetti aglio, olio e peperoncino



Funghi



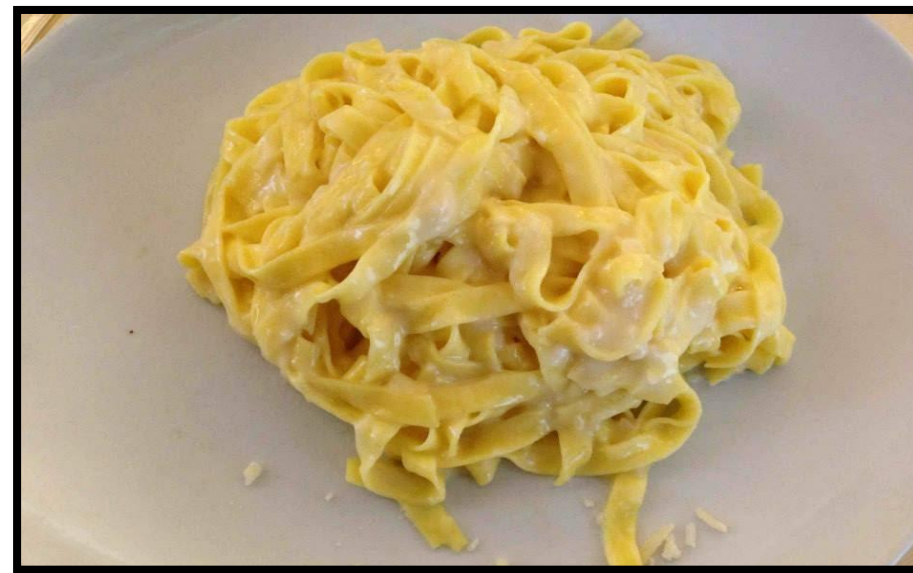
Usiamo molto il soffritto, fatto con carota, cipolla e sedano

NON SONO PIATTI TIPICI



Spaghetti con le polpette

Maccheroni al formaggio



Pasta alla Alfredo

NON SONO PIATTI TIPICI



Pasta con il pollo



Caesar Salad



Pasta o risotto serviti come
contorno

ASSOLUTAMENTE NO A...

Pasta in lattina
(Da brividi!!!)



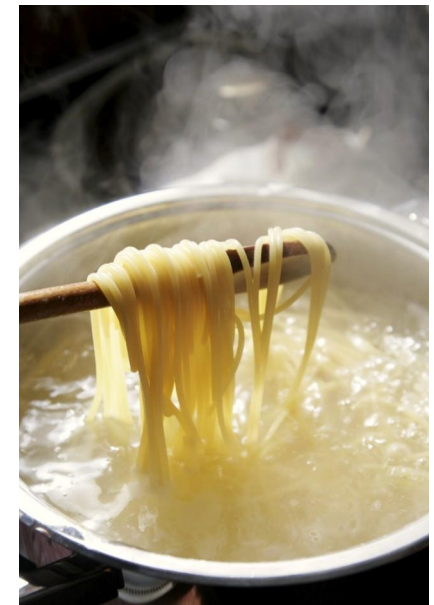
Formaggio sul pesce



Pasta con il Ketchup
(Vi prego NO!!!)



Olio nell'acqua della pasta



TRADIZIONI E CURIOSITÀ



Pepperone NON è il nome del salame



Non è vero che la cucina italiana fa ingrassare --> Dieta Mediterranea

Non solo pizza e pasta!!



La Festa dei 7 pesci NON è una tradizione della vigilia di Natale.

È stata inventata in America.

TRADIZIONI E CURIOSITÀ



Croissant francesi: no uova, gusto neutro e molto burro



Cornetto italiano: uova, più dolce e aromatizzato



Non è vero che sulla pizza ci puoi mettere di tutto



La tovaglia a quadretti bianchi e rossi non è tipica



Il cappuccino si beve la mattina o al massimo a metà pomeriggio

Componi la ricetta...



Paccheri fritti ripieni di ricotta e mortadella

- ✓ 8 paccheri di Gragnano
- ✓ 250 g. ricotta vaccina
- ✓ 100 g. mortadella
- ✓ 50 g. parmigiano
- ✓ 400 g. farina
- ✓ 4 uova
- ✓ 400 g. pane grattugiato
- ✓ 1 litro di olio di semi di girasole



Risotto al pomodoro

- ✓ 320 g. riso
- ✓ brodo vegetale
- ✓ 200 g. passata di pomodoro
- ✓ 1 cipolla
- ✓ 80/100 g. mozzarella
- ✓ basilico fresco
- ✓ Olio
- ✓ Pepe



Lattughe ripiene di carne



- ✓ 8 cespi di lattuga
- ✓ 200 g. carne macinata
- ✓ 1 salsiccia di maiale
- ✓ 2 uova intere
- ✓ 1 mazzetto di borragine
- ✓ 1 cipolla
- ✓ 1 costa di sedano
- ✓ 1 carota
- ✓ 1 spicchio di aglio

Rose del deserto

- ✓ 100 g. farina
- ✓ 100 g. burro
- ✓ 50 g. fecola
- ✓ 75 g. zucchero
- ✓ 100 g. mandorle
- ✓ vanillina
- ✓ 1/2 bustina di lievito
- ✓ 1 uovo
- ✓ zucchero a velo
- ✓ cornflakes q.b.
- ✓ 1 uovo per impanare le palline



La Prova del Cuoco --> Paccheri fritti ripieni di ricotta e mortadella



FOOD-QUIZ ALL'ITALIANA

1. Cosa mangiano gli italiani a colazione?

<https://youtu.be/oAfwxc75mAA>

2. Qual è il pasto principale in Italia?



FOOD-QUIZ ALL'ITALIANA

3. Quanti e quali tipi di caffè puoi ordinare al bar?

https://youtu.be/wy7o5ggM_4U (Mangia Prega Ama - film)

<https://youtu.be/yG50sDj8mSI>



Freddo



Corretto



Espresso



Ristretto



Lungo



Doppio



Macchiato
Caldo o freddo

FOOD-QUIZ ALL'ITALIANA

4. Qual è, durante la giornata, l'appuntamento più atteso dagli italiani?



APERITIVO!!!!

Aperitivo classico



Spritz Aperol



Analcolico



Prosecco



Gingerino

Apericena



7 Ricette di pasta che un italiano d.o.c. deve saper fare



Penne all'arrabiata. Ingredienti per 4 persone:

400 grammi penne, 2 peperoncini secchi o freschi, 2 spicchi aglio, 400 g pomodori freschi maturi o in conserva, 100 g pecorino romano, sale, pepe, prezzemolo fresco, olio extra vergine di oliva

Schiacciate l'aglio e fatelo saltare in padella con olio e peperoncini tagliati. Spellate i pomodori freschi dopo averli scottati 1 minuto in acqua bollente, togliete i semi e fateli a pezzi o usate pomodori in conserva e aggiungeteli nella padella, fateli cuocere bene finché il liquido non si riduce. Cuocete la pasta, scolatela al dente e rovesciatela nella padella, aggiungete prezzemolo fresco e formaggio. Servite subito



Pasta col tonno. Chi non l'ha mangiata, specialmente durante gli anni universitari? Ecco la versione "evoluta"

Ingredienti 4 persone: 350 g pasta, 1 confezione di tonno sott'olio da 160 g, 1 spicchio d'aglio, 1 peperoncino, 300 g pomodori ciliegino, olio extra vergine di oliva, basilico fresco, sale e pepe
Togliete bene l'olio dal tonno, schiacciate l'aglio, tagliate a metà i pomodori. Fate cuocere la pasta e intanto saltate in padella l'aglio (che potete togliere quando sarà dorato), peperoncino, pomodori e metà del basilico. Quando la pasta è quasi pronta aggiungete in padella il tonno. Scolate la pasta, rovesciatela in padella mescolando bene, impiattate e aggiungete foglie fresche di basilico



Pasta alla gricia. Ingredienti per 4 persone: 400 g di spaghetti o pasta corta, 200 g guanciale, olio extra vergine di oliva, 100 g pecorino romano grattugiato, pepe
Tagliate a pezzetti regolari il guanciale e fatelo rosolare in poco olio. Cuocete al dente la pasta e scolandoli metteteli nella padella con il guanciale ben rosolato, mantecando con acqua di cottura e il formaggio.
Condite con pepe



Pasta all'amatriciana. Ingredienti per 4 persone:

400 g spaghetti, 100 g di guanciale di Amatrice, 100 g di pecorino di Amatrice, olio di oliva extravergine, poco vino bianco, 400 g di pomodori pelati o San Marzano freschi, peperoncino, sale

Tagliate il guanciale a pezzetti regolari e fatelo dorare in padella con olio, peperoncino intero, aggiungendo poco vino alla fine. Togliete il guanciale dalla padella e mettetelo da parte in caldo. Cuocete intanto la pasta e poi scolatela al dente. Sfilettate e spellate i pomodori freschi o fate a pezzetti i pelati e metteteli in padella, salate e fate asciugare il liquido. Togliete il peperoncino e rimettete in padella il guanciale. Mettete la pasta scolata in una terrina e condite con il formaggio. aggiungete sopra la salsa al pomodoro e guanciale. Servite subito



Pasta alla carbonara. Ingredienti per 4 persone: 400 g spaghetti, linguine o altra pasta, 4 uova, 100 g guanciale, 100 g pecorino grattugiato, pepe, olio extravergine di oliva.
Fate cuocere la pasta in acqua salata. Tagliate a pezzetti uguali fra loro il guanciale e fatelo rosolare lentamente in padella con olio extra vergine di oliva. Prendete le uova (che devono essere a temperatura ambiente) e sbattetele in una terrina con il pepe e il formaggio. Scolate la pasta al dente tenendo da parte 1 bicchiere di acqua di cottura. Versate gli spaghetti in padella, saltate bene e versate poi tutto nella terrina, mescolando bene e aggiungendo acqua di cottura se necessario. Servite subito aggiungendo altro pepe e formaggio grattugiato

Pasta al pesto con patate e fagiolini. Ingredienti per 4 persone: 350 g bavette o altra pasta, 200 g patate tagliate a cubetti, 200 g fagiolini tagliati a losanghe, olio extra evrgine di oliva. Per il pesto: 60 g foglie Basilico Genovese, 30 g pinoli, 60 g Parmigiano Reggiano Stravecchio grattugiato, 20 g Pecorino Fiore Sardo grattugiato, 80 ml olio extra vergine ligure, 5 g sale marino grosso, 2 spicchi aglio

Preparate il pesto: pulite le foglie di basilico con un panno oppure mettendole velocemente in una ciotola di acqua fredda e poi asciugandole. Mettete prima aglio e sale e poi le foglie in un mortaio (potete usare anche il mixer) pestando con movimento circolare e delicatamente fino a ottenere una crema, aggiungete i pinoli e continuate a lavorare fino a ottenere di nuovo una crema. Incorporate poco per volta i formaggi e alla fine l'olio a filo mescolando bene con il pestello.

Intanto lessate in acqua bollente salata patate e fagiolini, scolandoli appena sono cotti ma ancora sodi. Mettete da parte, conservando l'acqua di cottura in cui bollirete la pasta. Scolate la pasta al dente tenendo mezzo bicchiere dell'acqua di cottura. Versate in una terrina il pesto aggiungendo poca acqua di cottura per renderlo più cremoso, versate la pasta e le verdure, mescolando con delicatezza. Condite con altro olio e formaggio se



Lasagne al forno con ragù di carne. Ingredienti per 4 persone: 350 g lasagne, 1/2 carota, 1/2 sedano, 1 cipolla, 200 g carne vitello macinata, 150 g carne manzo macinata, 100 g salsiccia di maiale, 500 g passata di pomodoro, olio extra vergine di oliva, sale, pepe, vino bianco 1/2 bicchiere, parmigiano reggiano grattugiato. Per la besciamella: 40 g farina, 40 g burro, 400 ml latte, noce moscata, sale e pepe. Fate appassire in padella con poco olio carota, cipolla, sedano. Aggiungete le carni togliendo la pelle della salsiccia e fate rosolare a fuoco dolce. Bagnate con vino bianco e fate evaporare. Aggiungete la passata di pomodori, poca acqua e fate cuocere almeno 30 minuti a fuoco basso e con coperchio.

Cuocete le lasagne in acqua bollente salata e stendetele poi su un panno. Ungete una pirofila con poco burro e stendete il primo strato di lasagne. Preparate la besciamella facendo ammorbidire il burro su fuoco basso, senza bruciarlo, aggiungete la farina setacciata e mescolate bene, incorporando poi il latte fino a che non ottenete una crema. Fate cuocere, mescolando sempre, per 10 minuti. Condite con sale, pepe e una grattugiata di noce moscata. Stendete besciamella e ragù sulle lasagne, disponete uno strato di lasagne e continuate così fino a esaurire le lasagne. terminate con uno strato di ragù e parmigiano

