

1946 - 2 giugno - 2016



**CUCINA
ITALIANA
II**

LE NOSTRE SELEZIONI

Cari Italiani, Queridos amigos y amigas de Italia

Este año celebramos el 70mo aniversario de la República Italiana, como consecuencia del referendum realizado en el año 1946 para optar por la forma de gobierno que tomaría el país. Este es un hecho significativo tanto para Italia y sus residentes, como para aquellos italianos y descendientes de italianos, que estando en el extranjero, tenemos a esta fecha íntimamente arraigada a los afectos y al sentir de una patria aun añorada. Sin embargo, no podemos olvidar que Italia, y los pueblos que la formaron históricamente, tienen mucha mas historia que estos 70 años, dando lugar en todos esos años a innumerables hechos significativos para la humanidad, hechos que aun hoy son empleados en nuestras vidas cotidianas, o de los que disfrutamos y gozamos con admiración.

En otras palabras, Italia es mucho mas que 70 años, es un legado milenario de ciencia, cultura, formas de organización estatal, legislación, desarrollo, religión, y tantos otros, que aun hoy sigue vigente.

Este año, los argentinos celebramos también 200 años de nuestra independencia. Y lo quiero traer a colación, no solo por lo significativo de ambas fechas, que es mas una coincidencia de la historia, sino porque el 9 de julio se concreta la votación que declara la independencia nacional.

Posteriormente, el 21 de julio fue jurada la Independencia en la sala de sesiones por los miembros del Congreso, ante la presencia del gobernador, el general Manuel Belgrano, descendiente de Italianos, y causante de nuestra celebración del día del Inmigrante Italiano. Esto nos conduce a reconocer que las corrientes migratorias no empezaron en 1860, sino que tantos años de historia de Italia, a los argentinos nos legó a su vez una rica inmigración, culta en aquella época, comprometida, que trajeron prosperidad a esta tierra. Y no solo Belgrano era parte del movimiento de descendientes de italianos que desencadenó en la independencia de nuestro país, sino otros como Juan José Castelli, hijo de venecianos, Manuel Alberti, hijo de piemonteses, y otros descendientes de italianos, que desde los mismos orígenes de nuestra nación, encontramos en la historia estampando el sello de la italianidad en nuestro ser nacional, que con tanto orgullo Belgrano llevaba siempre en lo alto y valorizaba cada vez que tenia la oportunidad.

Y seguimos siendo nosotros, los descendientes de italianos, y los nacidos en Italia que con tanto placer le dan vida a los paisajes y las historias de nuestras familias, quienes continuamos contribuyendo a hacer de esta patria una nación fuerte, quienes como era antaño, continuamos apostando al trabajo en pos del crecimiento de esta ciudad.

Quiero abrazar en este momento a quienes llevan como Belgrano ese orgullo de pertenencia y de trabajo por la italianidad, porque nosotros seguimos dando vida a ese calor de la Italia dejada atrás por nuestros ancestros, que como aquellos que participaban de los movimientos independentistas del 1800, nuestras asociaciones continúan estampando el sello de la italianidad en la sociedad, claro desde otro lugar y con otros actos, pero con la misma fuerza de ellos, hoy formamos parte activa y viva de nuestras comunidades, revalorizando los valores de la cultura, de la historia, del idioma, de la gastronomía, del trabajo, de los muchos años de historia de Italia y eso es también conmemorar a la República de Italia, es decir todos los días, SI QUIERO a Italia, es dale vida y presencia a la República que no olvidamos, y a quien respondemos cada vez que lo necesita.

Gaston Martin – Secretario General

Tiramisu - Friuli Venezia Giulia

INGREDIENTES: 8 personas

6 huevos
120gr. de azúcar
500 gr. de mascarpone
1 pizca de sal
400 gr. de vainillas
3 tacitas de café
1 ó 2 cucharaditas de Rhum
Cacao amargo en polvo

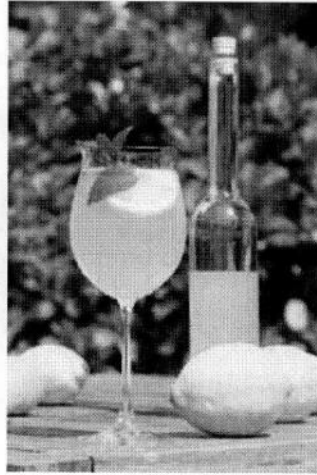


PREPARACIÓN:

En un bowl se batir las yemas con la mitad del azúcar hasta lograr una crema.

Agregar el mascarpone, uniéndolo a la preparación con una espátula. Batir las claras a punto nieve agregando primero una pizca de sal para que suban. Una vez logrado el punto nieve, se agrega el azúcar restante y la crema preparada al comienzo hasta lograr homogeneizarlos. Cubrir una fuente rectangular con las vainillas mojadas en el café y el rum mezclados previamente. Con una espátula tapar las vainillas con parte de la preparación e ir alternando capas de vainillas con capas de crema hasta que ésta sea la última capa. Espolvorear con cacao amargo usando un colador para lograr una cubierta fina y uniforme. Llevar a la heladera, no freezer, por lo menos 2 ó 3 hs. Servir frío.

Limoncello



INGREDIENTES:

10 limones
1 litro de Alcohol medicinal
1 litro de agua
1 Kg de azúcar

PREPARACIÓN:

Utilizando un pelapapas o un cuchillo, se debe retirar la corteza de los limones, teniendo cuidado de no cortarse y tratando que la parte blanca interna que recubre los mismos no quede en la corteza.

Colocar estas cáscaras en un frasco o tupperware y cubrirlas con 1 litro de alcohol medicinal.

Tapar a presión para evitar que entre aire y se evapore.

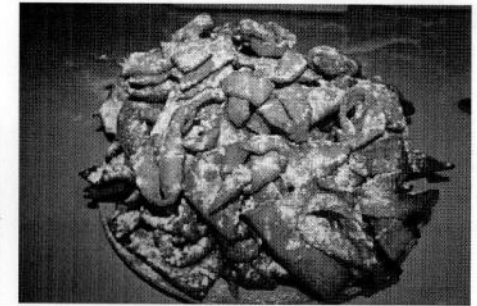
Guardar por 15 días para macerar.

Luego de quince días, en una cacerola se debe poner a hervir 1 litro de agua con 1 Kg de azúcar, al comenzar a hervir se debe apagar el fuego.

Colar la preparación con el alcohol y agregar el agua con azúcar.

Enfriar para después embotellar.

Los crostui - Friuli Venezia Giulia



INGREDIENTES:

Harina OO: 500 gr.
Azúcar: 4 cucharadas
Grappa: ½ vaso
Vino Blanco: ½ vaso
Ralladura de 2 limones
Manteca blanda: 60 gr.
Aceite para freír
Sal

PREPARACIÓN:

Separar la harina haciendo "fuente", agregar 1 pizca de sal, los huevos enteros, la cáscara de limón, el azúcar, la grappa, el vino, la manteca derretida (y si se necesita, un poco de agua tibia) hasta obtener una masa que se pueda trabajar.

Manipularla un rato y dejarla descansar fuera de la heladera y tapada para que no se seque. Amasar y estirar lo más fina posible, cortándola luego en tiras de 3 cm. de ancho aproximadamente.

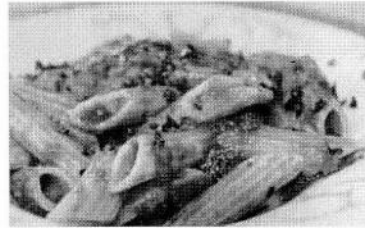
Cortarlas en trozos. Freír y escurrir.

Espolvorear con azúcar impalpable o la común.

Penne all' arrabbiata - Romano "Bronca de Mostacholes"

INGREDIENTES:

320 gramos de fideos mostacholes
500 gramos de tomates pelados
2 o 3 dientes de ajo
ají "peperoncino" a gusto
Aceite extravirgen de oliva
perejil
sal



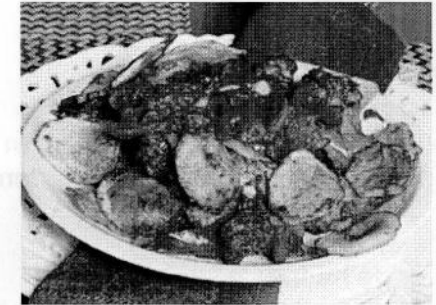
PREPARACIÓN:

En un sartén calentar unas cucharaditas de aceite extravirgen de oliva, agregar los dientes de ajo y el ají "peperoncino" a gusto. Una vez que los dientes de ajo se doran, se retiran y se incorporan los tomates pelados y cortados en el aceite caliente y se cocinan a fuego medio entre 15 y 20 minutos. Paralelamente, hervir los mostacholes en abundante agua salada y colarlos "al dente" para incorporarlos en la sartén que contiene los tomates y saltearlos para que amalgamen bien con la salsa. Agregar el perejil fresco picado y servir los "penne all'arrabbiata". Esta receta original, fue evolucionando y en muchos casos incorporó daditos de panceta, hongos y quesos varios. No esta definida la cantidad de "peperoncino" a incorporar, depende del gusto y la tolerancia de cada uno, pero si esta claro que cuanto mas "peperoncino" agreguemos mayor será "l'arrabiata"!

Pollo a la calabresa

INGREDIENTES:

Pollo, cortado en octavos, 1
Cebollas, 2
Ajo, 1 ó 2 dientes
Morrones, 2
Lata de tomates, 1
Sal, pimienta negra molida y peperoncino, a gusto
Aceitunas negras descarozadas, 100 gramos (opcional)
Aceite de oliva, 2 cdas soperas
Laurel, 1 hoja
Ají molido, a gusto



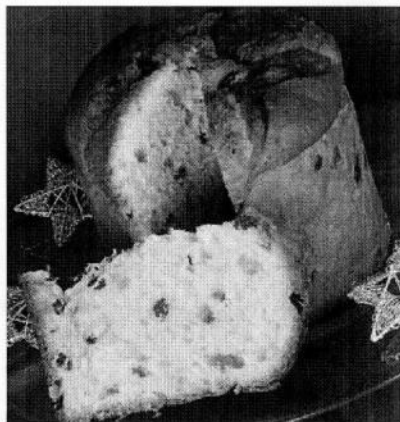
PREPARACIÓN:

Lavar las presas del pollo, secarlas bien, y saltearlas en la sartén con aceite de oliva. Reservar. Picar las cebollas y los dientes de ajo. Lavar los morrones y cortarlos gruesamente. En la misma sartén en la que se doraron las presas, saltear el ajo y la cebolla; agregar luego los morrones y, cuando comenzaron a cocinarse, agregar la lata de tomates. Añadir la sal, la pimienta molida y el peperoncino picadísimo. Sumar el pollo y cocinar a fuego mínimo por unos 20 ó 30 minutos. 15 minutos antes de terminar la cocción agregar unas arvejas y al final, las aceitunas. Se puede acompañar con fusilli hervidos, papas al horno o fritas, o también un rico puré.

Panettone - Lombardia

INGREDIENTES:

125 gr de azúcar
125 ml de leche
40 gr de levadura fresca de panadero
100 gr de pasas
4 yemas de huevo
500 gr de harina
1 cucharada de azúcar avainillado
ralladura de un limón
50 gr de almendras picadas
125 gr de mantequilla blanda
100 gr limón y 100 gr de naranja confitados y troceados
sal



PREPARACIÓN:

Poner en una cazuela la leche, una cucharada de azúcar y la levadura desmenuzada. Tapanlo y dejar reposar 5 minutos hasta que suba.

Amasar la harina con la mezcla anterior, las yemas, el resto de azúcar, el azúcar avainillado, la ralladura de limón y una pizca de sal.

Agregar la mantequilla y continuar amasando unos minutos más.

Dejar reposar alrededor de media hora, hasta que suba la masa.

Lavar y secar las pasas. Añadir las pasas, las almendras y las frutas confitadas a la masa y amasarlo bien. Tapanlo y dejar reposar media hora más.

Untar un molde con un poco de mantequilla, introducir la masa y dejar reposar unos 15 minutos.

Calentar la mantequilla a punto de pomada y pinta toda la superficie del pastel. Con un cuchillo haz dos cortes perpendiculares en la parte superior, de manera que quede una cruz.

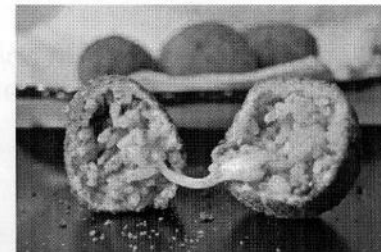
Introducir en el horno precalentado a 200°C y dejarlo hornear una hora y media aproximadamente.

Sacarlo del horno, dejarlo enfriar, desmoldar y servir el panettone.

Suppli al telefono - Romana "Albóndigas por teléfono"

INGREDIENTES:

300 gramos de arroz
400 gramos de pulpa de tomate
150 gramos de carne picada
150 gramos de mozzarella
50 gramos de queso parmesano regiano
40 gramos de manteca
pan rallado
3 huevos
aceite
400 mililitros de caldo vegetal o de carne
1/2 vaso de vino blanco
1 cebolla pequeña
3 cucharaditas de aceite extravirgen de oliva
sal



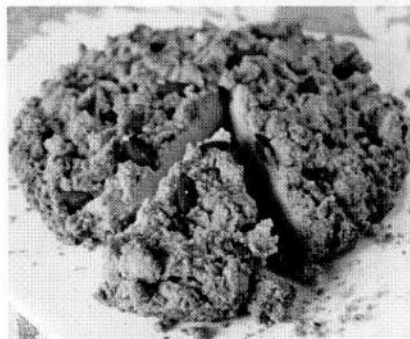
PREPARACIÓN:

Dorar la cebolla en un sartén con aceite extravirgen de oliva. Agregar la carne picada, cocinar un minuto y agregar el vino blanco, aumentar el fuego de la hornalla y dejar evaporar todo el alcohol. Disminuir la llama y agregar la pulpa de tomate, salar, tapar y dejar cocinar alrededor de 20 minutos. Luego agregar el arroz y amalgamarlo con el tomate, agregando de a poco el caldo hirviendo, tal como se hace habitualmente en un "risotto". Cuando el arroz esté "al dente" apagar el fuego. Condimentarlo con la manteca y el queso rallado y agregar un huevo mezclando con cuidado y distribuir el "risotto" sobre una placa para que se enfríe. Cortar la mozzarella en cuadraditos y con la preparación de arroz formar las albondiguitas poniendo los daditos de mozzarella en el centro. Cada albondigueta deberá rebozarse primero en pan rallado, luego se bañan en los huevos batidos y nuevamente se rebozan en pan rallado. Freir en abundante aceite, retirar con la espumadera y dejar reposar en papel absorbente para quitar el excedente de aceite. Así se obtienen los supplí que se aconseja comer bien calientes para que la mozzarella se haga hilos. Esta es una receta base, que puede usarse para reciclar el arroz sobrante de otras comidas y admite variantes agregando hongos, espárragos, etc.

Torta Sbrisolona - Lombardia

INGREDIENTES:

200 gramos de harina sin polvo de hornear
100 gramos de harina de maíz
100 gramos de almendras
200 gramos de mantequilla
2 yemas de huevo
1 limón (solo precisa la cáscara)



PREPARACIÓN:

Precalentar el horno a 180 grados.

Picar groseramente las almendras y ponerlas en un bol con la mantequilla a temperatura ambiente o precalentada en microondas, las harinas de maíz y de trigo, las yemas de huevo y la cáscara rallada del limón.

La masa no debe ser compacta, es importante que conserve un aspecto a migas.

Poner la masa en un molde bajo y ancho y hornear por una hora.

Esperar a que la torta enfríe y... a degustar!

Un consejo: tradicionalmente, la torta sbrisolona no se debe cortar con cuchillos: mucho mejor quebrarla con las manos. Si quieren ahorrar algo, en vez de las almendras pueden utilizar avellanas, como en la versión campesina de la torta sbrisolona, cuya interpretación actual con almendras se debe a los gustos refinados de los adinerados mercantes de la ciudad de Mantova, pero que antiguamente se preparaba justamente con avellanas.

La Panada - Piamonte

INGREDIENTES: (para 6 raciones)

1 litro y medio de caldo o agua
2 cucharaditas de aceite de oliva
2 dientes de ajo
300 grs. de pan duro
1 huevo
40 grs. de parmigiano rallado
perejil a gusto
sal a gusto



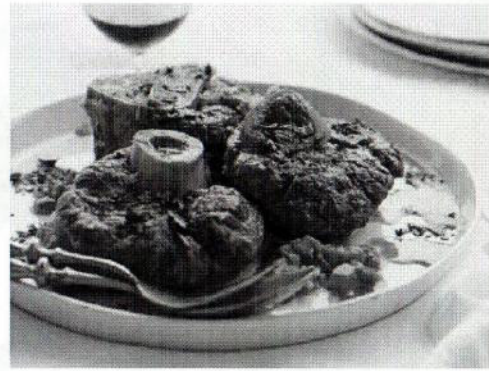
PREPARACIÓN:

Poner en la olla el litro y medio de agua (o caldo), sal, dos cucharaditas de aceite y un par de dientes de ajo. Después de haber hecho hervir el agua hasta que el ajo se ablande, retirarlo y agregar 300 grs. de pan duro en trozos. Hacer hervir unos 10 minutos. En un bol batir un huevo entero, agregar el queso rallado (algunos refuerzan esta sopa con ajo y perejil picado). Verter el contenido del bol en la olla mezclando vigorosamente. Se obtiene así un compuesto bastante unido pero no cremoso o aterciopelado; se notarán en cambio pequeños trozos de la costra del pan y escamas de huevo cuajado.

Ossibuchi alla Milanese "Ossobuco a la milanese"

INGREDIENTES: (2 porciones)

2 ossobuco /Jarrete de res
40 gr Mantequilla
2 cdas de pasta/puré de tomate
1/2 cebolla
1 cda. De Harina
75 ml Vino blanco
1 zanahoria
1 Penca de Apio
Sal
Pimienta
PARA LA GREMOLATA:
perejil
1/2 diente de ajo picado
la ralladura de 1 limón



PREPARACIÓN:

Preparar el caldo con el apio picado y la zanahoria con 500 ml de agua a fuego bajo y reservar. En una cacerola calentar la mantequilla y luego dejar ablandar la cebolla. Pasar por la harina en ambos lados al ossobuco y dejar que se doren un poco, añadir sal y pimienta al gusto. Después de unos minutos verter el vino y cuando se haya evaporado, agregar la mitad de caldo que se ha preparado desde un inicio. Cocine a fuego lento y tápalo durante 30 ó 45 minutos e ir añadiendo caldo si es necesario. Antes que evapore el caldo verter la pasta de tomate y mezclar bien. Cuando la carne se desprenda del hueso y se pueda cortar fácilmente con el tenedor es señal que está lista. Preparar la gremolata que es rallar finamente la cáscara (sólo parte amarilla) de limón, unas ramitas de perejil y la mitad del ajo. Añadir la gremolata al ossobuco, girar con cuidado. Dejar actuar durante 5 minutos y servir.

Arroz negro con sepia y gambas

INGREDIENTES:

Fumet de pescado
5 raciones de arroz bomba
1 sepia
1 docena de gambas
Sal
Aceite
Agua

Pimienta

1/2 vaso de vino blanco
2 cebolletas
1 pimiento verde (alargado)
3 dientes de ajo
2-3 tomates maduros
6 bolsas de tinta de calamar



PREPARACIÓN:

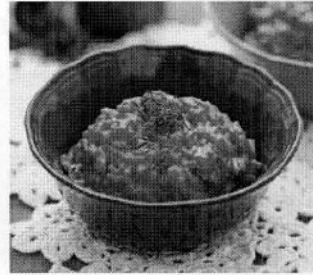
Hacemos un fumet de pescado usando algunos huesos de rape (u otra morralla) y aprovechando las peladuras y las cabezas de una docena de gambas y los bordes de una sepia. Con unas verduras, sal y una hoja laurel además de agua, lo tendremos cocinando 20 min. Mientras tanto freímos las colas de las gambas con 3 dientes de ajo enteros y aplastados en una paella. Sacamos y reservamos. En el mismo aceite ponemos a pochar dos o tres cebolletas tiernas muy picadas. Cuando hayan tomado color añadimos un pimiento verde de los italianos y, tras unas vueltas, una sepia cortada en trocitos muy pequeños. Subimos el fuego, unas vueltas y añadimos dos o tres tomates maduros bien picados. Dejamos que se evapore la humedad y mientras diluimos seis bolsitas de tinta de calamar en un poco de vino blanco. Añadimos dos cucharadas soperas de esta mezcla al guiso para que vaya tomando color negro y cuando se quede seco, añadimos un poco de fumet, tapamos, bajamos el fuego y lo dejamos 20 min. Pasado ese tiempo, añadimos el arroz y el resto de la tinta. Añadimos tres veces el volumen de arroz en fumet. 10 min a fuego lento, 5 min al horno a 190°C., otros 5 min reposando tapado con un paño limpio y listo. Serviremos en cada plato un montoncito de arroz y encima tres colas de gambas.

Risotto allo Zafferano - Lombardia

"Risotto al azafrán"

INGREDIENTES:

320 gr. de arroz Arborio o Carnaroli
10-12 medidas de caldo de ave (aprox. 1 litro)
1 cebolla grande
100 gr. de mantequilla
1 vaso (200 ml.) de vino blanco
100 gr. de queso parmigiano reggiano rallado
50 ml. de aceite de oliva virgen extra
2 gr. (2 sobres) de azafrán molido
Sal (a gusto)



PREPARACIÓN:

El caldo debe ser de buena calidad, ya que es parte importante del resultado exitoso del risotto. En un cazo, ponemos a calentar el caldo. Pelamos la cebolla y la picamos en "brunoise". En una cazuela ancha, echamos 70 gr. de mantequilla y la derretimos a fuego medio. Una vez convertida en líquido, añadimos la cebolla, que cocinamos 3-4 minutos, removiendo en todo momento. Añadimos ahora el arroz, subimos el fuego, y lo tostamos durante 2 minutos. Esto hará que luego quede más tierno y cremoso. Echamos el vino, removemos y seguimos a fuego fuerte 2-3 minutos para que se evapore el alcohol. Vamos a ir incorporando el caldo poco a poco para cocinar el arroz. Echamos un cazo de caldo caliente, y vamos removiendo continuamente, mientras comprobamos que se va consumiendo el líquido. Cuando casi no quede caldo (pero sin dejar que se termine) añadimos otro cazo y repetimos el proceso. (En los últimos 5 minutos de cocción vamos a añadir el azafrán. Vertemos el contenido de los sobres en un vaso con caldo y mezclamos bien. Echamos el contenido en la cazuela, removemos bien y seguimos cocinando. Tras 14-15 minutos el risotto estará en su punto. Retiramos del fuego y procedemos a "mantecare" el arroz. 10. Añadimos el queso rallado y la mantequilla restante (30 gr.), y vamos mezclando con movimientos envolventes. Poco a poco comprobaremos como va adquiriendo ese punto de cremosidad tan característico. Servimos inmediatamente en la mesa, bien caliente y decorado con unas láminas de queso parmigiano reggiano, que se irán derritiendo con el calor que desprende el arroz.

Agnolotti - Piemonte

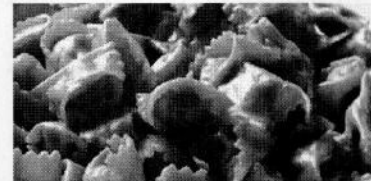
INGREDIENTES: (para 6 raciones) Relleno

Masa

500 grs. de harina
4 huevos
1 cucharada de aceite de oliva

Condimento

50 gr de manteca
8 hojas de salvia fresca
4 hojas de albahaca
1 puerro
aceite de oliva virgen extra



200 grs. de carne picada de ternera
50 grs. de carne picada de cerdo
2 endivias cocidas
1 huevo
1 rama de romero
2 hojas de laurel
1 diente de ajo
4 cucharadas de parmesano rallado
medio vaso de vino blanco
1 rama de apio picado
½ zanahoria rallada
½ cebolla picada
caldo cantidad necesaria
nuez moscada a gusto
pimienta a gusto
sal a gusto

PREPARACIÓN:

Preparar la masa de pasta fresca según la receta. Envolver en papel film y dejar reposar por una hora. Dorar la carne picada con un poco de aceite de oliva. Incorporar el romero, el laurel y el ajo picados. Mezclamos bien y dejamos cocinar un rato para que se mezclen los sabores. Posteriormente añadiremos las endivias cocidas, bien escurridas y picadas finamente. Removemos bien y apagamos el fuego. Añadimos ahora 4 cucharadas soperas de parmesano rallado, el huevo y mezclamos bien el conjunto hasta obtener una masa homogénea. Debe quedar relativamente seca. Estiramos la pasta fresca con la ayuda de la máquina de pasta, formamos los agnolotti y los reservamos. Mientras preparamos el condimento que les acompañará. Derretimos la mantequilla con un poco de aceite de oliva y sofreímos el puerro picado fino sin que llegue a dorarse pero de manera que quede blando. Incorporamos las hierbas cortadas en juliana y las hacemos unos minutos. Colar la salsa para quedarnos solo con la mantequilla aromatizada. Cocer los agnolotti unos 4 o 5 minutos y servir en platos individuales con el condimento y parmesano rallado.

Torta Calabresa con almendras

INGREDIENTES:

600 gramos de calabaza
200 gramos de azúcar
4 cucharas de miel
3 huevos
cascara de naranja
levadura
100 gramos de harina
50 gramos de manteca



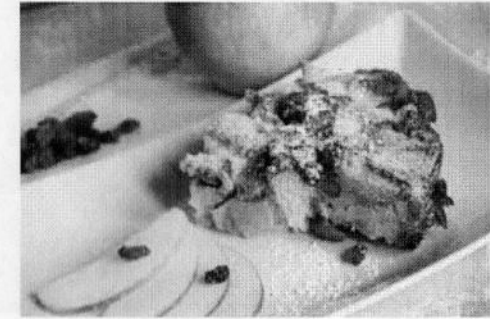
PREPARACIÓN:

Cocine 300 g de calabaza cortada en fetas de 1 cm en una vaporera. Los otros 300 g córtelos en cubitos y cocínelos en una cacerola con 120 g de azúcar y un poco de agua. Es aconsejable que el fuego esté bajo así el azúcar empieza a caramelar. Tamice la calabaza al vapor con 4 cucharadas de miel, agregue 3 huevos, 1 cucharada de cáscara de naranja, 80 g de azúcar, levadura, 100 g de harina y 50 g de manteca derretida y fría. Forre con papel manteca una bandeja de horno de 20 cm de lado, vierta la masa de calabaza y cocine a 170°C por 35`. Apague el horno, deje descansar en el horno otros 5 minutos. Retire y enfríe. Procese 30 g de pistachos con la pulpa de la calabaza cocida y guarde el jarabe de cocción. Decore la torta con la pulpa procesada, 1/2 taza de láminas de almendras y pistachos, y pincélelo con el jarabe.

Macañame - Veneto

INGREDIENTES:

500 ml de leche
2 manzanas
2 huevos
300 gr de pan duro
30 gr de pasas
higos
run
2 cucharadas de azúcar morena
1 cucharada de miel
2 cucharadas de harina de maíz



PREPARACIÓN:

Remojar las pasas en run. Cortar el pan en trozos pequeños y colocar en un bol. Calentar la leche y verter sobre el pan, una vez absorbida, apretar el pan para sacar el excedente y colocar en un recipiente. Agregar los huevos batidos, el azúcar, las pasas y la miel. A continuación las manzanas en cubitos y los higos en trozos. Integrar todo muy bien. Forrar un molde para horno con papel manteca y verter la mezcla aplastándola con la mano. Espolvorear con harina de maíz y hornear a 160° durante 40-50 minutos hasta alcanzar un dorado homogéneo. Servir con helado de vainilla o rodajas muy finitas de manzana

Torta Calabresa con almendras

INGREDIENTES:

600 gramos de calabaza
200 gramos de azúcar
4 cucharas de miel
3 huevos
cascara de naranja
levadura
100 gramos de harina
50 gramos de manteca



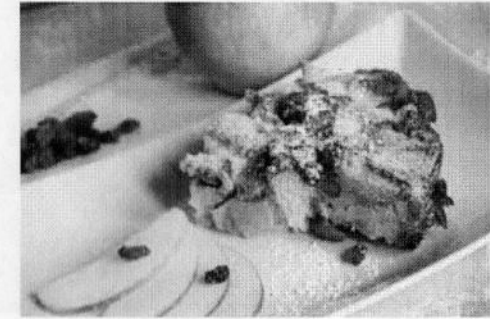
PREPARACIÓN:

Cocine 300 g de calabaza cortada en fetas de 1 cm en una vaporera. Los otros 300 g córtelos en cubitos y cocínelos en una cacerola con 120 g de azúcar y un poco de agua. Es aconsejable que el fuego esté bajo así el azúcar empieza a caramelar. Tamice la calabaza al vapor con 4 cucharadas de miel, agregue 3 huevos, 1 cucharada de cáscara de naranja, 80 g de azúcar, levadura, 100 g de harina y 50 g de manteca derretida y fría. Forre con papel manteca una bandeja de horno de 20 cm de lado, vierta la masa de calabaza y cocine a 170°C por 35`. Apague el horno, deje descansar en el horno otros 5 minutos. Retire y enfríe. Procese 30 g de pistachos con la pulpa de la calabaza cocida y guarde el jarabe de cocción. Decore la torta con la pulpa procesada, 1/2 taza de láminas de almendras y pistachos, y pincélelo con el jarabe.

Macañame - Veneto

INGREDIENTES:

500 ml de leche
2 manzanas
2 huevos
300 gr de pan duro
30 gr de pasas
higos
run
2 cucharadas de azúcar morena
1 cucharada de miel
2 cucharadas de harina de maíz



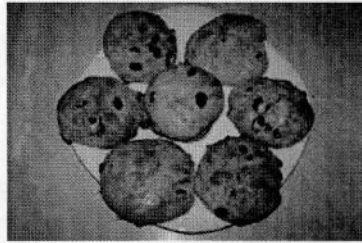
PREPARACIÓN:

Remojar las pasas en run. Cortar el pan en trozos pequeños y colocar en un bol. Calentar la leche y verter sobre el pan, una vez absorbida, apretar el pan para sacar el excedente y colocar en un recipiente. Agregar los huevos batidos, el azúcar, las pasas y la miel. A continuación las manzanas en cubitos y los higos en trozos. Integrar todo muy bien. Forrar un molde para horno con papel manteca y verter la mezcla aplastándola con la mano. Espolvorear con harina de maíz y hornear a 160° durante 40-50 minutos hasta alcanzar un dorado homogéneo. Servir con helado de vainilla o rodajas muy finitas de manzana

Maritozzi Quaresimali "Matrimoniales de Cuaresma"

INGREDIENTES:

100 gramos de masa de pan leudada
300 gramos de harina 00
2 huevos
65 gramos de manteca a temperatura ambiente
60 gramos de azucar
90 gramos de pasas de uva
40 gramos de piñones
40 gramos de cortezas de naranja o frutas
abrillantadas en daditos
sal



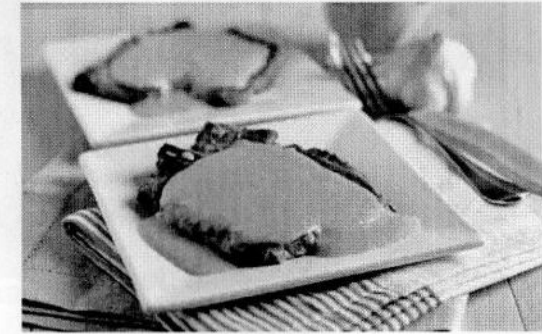
PREPARACIÓN:

Amasar la masa de pan con la harina, 20 gramos de manteca, una pizca de sal y un huevo. Formar un bollo unico de masa, cubrirlo con un paño húmedo y dejarlo levar en un ambiente claliente alrededor de 6 horas. Poner las pasas de huva en remojo un tiempo antes de que se cumpla el tiempo de leudado. Retomar la masa y agregarle los 45 gramos de manteca restantes, el azucar y le huevo restante. Amasar hasta lograr una masa homogénea. Luego agregar los piñones, las cortezas de naranja o frutas abrillantadas en daditos y las pasas de uva hidratadas absoviendoles previamente el excedente de agua y seguir amasando hasta lograr amalgamar todo. Formar tantos panesillo como se pueda de 5-6 cm de diametro, ligeramente alargados en los extremos y colocarlos en una placa revestida en papel para hornear. Cubrir con un paño húmedo y dejar levar nuevamente durante 8 horas mas, toda una noche. Pincelar los pancitos con leche y hornear a 200 grados alrededor de 15 minutos. Retirar del horno los "maritozzi quaresimali" dejar que se oreen sobre una rejilla metálica antes de consumirlos.

Maiale al latte - Veneto "Cerdo a la leche"

INGREDIENTES:

1 kg de muslo de cerdo
100 cl de leche
50 g de manteca
1 vâso de vino blanco
Romero a gusto
1 Ramita de salvia
Sal y pimienta



PREPARACIÓN:

Cubrir la carne con el vino y dejarla marinar por 2 dias en la heladera. Retirar de la marinada, secar y dorarla en manteca, salpimentar. Agregar la salvia y el romero, cubrir con la leche y cocinar a fuego lento en recipiente tapado. Cuando este casi listo, destapar y cocinar a fuego algo fuerte por unos minutos. Filetear y salsear. Acompañar con pure de papa y calabaza.

Filetes de Bacalao - Calabria



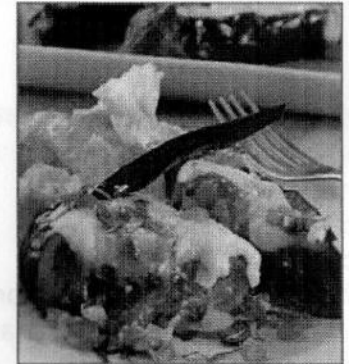
INGREDIENTES:

2 o 3 cucharadas de aceite de oliva
1 cebolla pequeña, cortada en rodajas
4 filetes frescos de bacalao
1 pizca de ají molido
180g de tomates cherry, cortados por la mitad
2 o 3 ramitas de tomillo, picado grueso
2 o 3 cucharadas de jugo de naranja, recién exprimido

PREPARACIÓN:

En una sartén, calentar el aceite de oliva y saltear la cebolla hasta que esté transparente. Correr la cebolla para un costado de la sartén y agregar los filetes de bacalao. Cocinar hasta que estén dorados de un lado. Agregar los tomates cherry, el tomillo y el jugo de naranja. Bajar la temperatura y cocinar de 4 a 5 minutos, hasta que el pescado esté cocido y se deshaga con un tenedor. Servir cubierto con su salsa.

Berenjenas a la Calabresa



INGREDIENTES:

1 kilo de berenjenas
3 dientes de ajo
1 cda. de pimienta en grano
3 hojas de laurel
aceite y vinagre, cantidad necesaria
peperoncinos a gusto
sal gruesa, orégano, pimienta, laurel y ají molido, a gusto

PREPARACIÓN:

Limpiar las berenjenas con un pañito apenas húmedo (no lavar con agua), cortarlas en bastoncitos del tamaño de un bocado. Colocarlas en capas en un colador, salar con sal gruesa, dejar reposar por lo menos durante 1 hora esto les quita el sabor amargo propio de ellas. Sacudir bien las rodajas para retirar el exceso de sal y colocarlas en una olla o sartén profunda con abundante vinagre bien hasta notar que están tiernas no blandas.

Dejar enfriar y condimentar con abundante ajo picado, ají molido, orégano, granos de pimienta y hojas de laurel. Agregar los peperoncinos cortados en rodajas finas. Mezclar, envasar en frascos de vidrio y agregar aceite hasta cubrir las totalmente.

Esperar unos días antes de consumirlas para que tomen el sabor de los condimentos.

No es necesario conservar en heladera.

Coordinadora de entidades Italianas

Secretario General: Gaston Martin

Contacto: ceisantafe@gmail.com

Teléfono: 0342 15 698 1414