

Aperitive

Respect pentru oameni și cărți

ACADEMIA
BARILLA

și gustări



Libris .RO

Respect pentru oameni și cărți

Aperitive și gustări

ACADEMIA
BARILLA

METEOR
PUBLISHING





ACADEMIA BARILLA

APERITIVE și GUSTĂRI

Arancini (Chiftele de orez)

Sos (dip) de usturoi și anșoa

Jeleu de roșii cu brânză Burrata și pesto

Pâine cu roșii uscate și capere

Salată Caprese

Croasanți cu măslini

Plăcintă cu spanac

Flan de broccoli

Friciule (aluat prăjit)

Clătită în stil blini

Pește în aluat

Tort de cartofi

Chifle cu parmezan

Salată de biftec tartar

Salată caldă cu grâu spelta și creveți

Caprese cu mozzarella pane

Fundițe cu roșii uscate și capere

Măslini în stil Ascoli

Panzanella

Tartă de cartofi

Cartofi cu brânză Castelmagno și ouă

Ardei umpluți cu monkfish

Pizza prăjitură à la Messina

Mini pizze

Chiftele de vinete

Pătăgele verzi pane

Pateuri cu Gorgonzola

Sufleu de parmezan

2	Sufleu de brânză Castelmagno	68
8	Arancini cu carne de vită (Chiftele de orez)	70
12	Tarte cu bacon	72
14	Pâine de Paște cu brânză	74
16	Tartă cu brânză de capră	76
18	Tarte cu Gorgonzola	78
20	Plăcintă de cartofi și anșoa	80
22	Ouă marinată în sos carpine	82
24	Ouă marinată în oțet balsamic	84
26	Ouă marmorate	86
28	Vitello tonnato	88
30	Vol-au-vent cu radicchio și fondue	90
32		
34		
36		
38		
40		
42		
44		
46		
48		
50		
52		
54		
56		
58		
60		
62		
64		
66		
	Index ingrediente	92

Editată de
ACADEMIA BARILLA

Texte
MARIAGRAZIA VILLA

Fotografii
ALBERTO ROSSI

Coordonare editorială
Academia Barilla

Rețete
CHEF MARIO GRAZIA
CHEF LUCA ZANGA

ILARIA ROSSI
REBECCA PICKRELL
Grafică
PAOLA PIACCO

ȘI GUSTĂRI



Aperitivul, sau *antipasto*, începe, oficial, balul, stimulând apetitul fără însă a-l sătura. Oferind un indiciu al felurilor de mâncare ce vor urma, el reprezintă practic cartea de vizită a întregului meniu. Aperitivul (un termen derivat din latinescul *aperire*, care înseamnă „a deschide”) are rolul de a „pregăti” organismul pentru masă.

Obiceiul de a lua o gustare și o băutură ca aperitiv înainte de masă datează din Roma antică – *mulsum*, preparat din vin și miere, era servit împreună cu antreul care precedea felul principal. În Evul Mediu, gustările constau din fructe ușor digerabile (cum ar fi merele) și bomboane umplute cu condimente, precum ghimbir sau semințe de anason, fenicul ori chimion, și glasate cu zahăr sau cu miere. Toate erau însorite de un vin dulce cu lapte. și totuși, conceptul de aperitiv aşa cum îl ştim noi s-a născut abia după mijlocul secolului al XIX-lea, în organizarea mesei în stil italian. Aşa-numitul *service à la française* amintea de banchetele pantagruelice din timpul Renașterii și barocului, când toate felurile de mâncare erau disponibile simultan comesenilor pentru a le degusta. Mai târziu a venit „serviciul de tip bufet” (sau mâncare rece) care alterna cu „serviciul de bucătărie” (mâncare caldă). Acest stil a fost urmat de mult mai elegantul și logicul „serviciu în stil rusesc” (în esență, același stil care este folosit astăzi),

în care diversele feluri de mâncare sunt servite la masă unul după altul, într-o ordine specifică. și, pentru a oferi mesenilor o idee despre ce feluri de mâncare îi așteaptă și pentru a-și stabili singuri mărimea diverselor porții, a fost introdus meniul.

Ceea ce este definit ca aperitiv „în stil italian” se compune în mod tradițional dintr-un platou cu mezeluri (fiecare regiune din Italia are propriile ei sortimente excelente), însorite de legume marinate în ulei sau oțet, și servite uneori cu unt și fructe proaspete (cum ar fi contrastul dintre dulce și sărat al șuncii de Parma cu pepene galben). În acest prim capitol al mesei î se dă frâu liber geniului gastronomic al Italiei. Antreurile pot fi reci (cum ar fi biftec tartar, tipic pentru bucătăria piemonteză) sau calde (cum ar fi *torta fritta* cu spătă de porc la cuptor, o rețetă clasică în regiunea Parmei, un târâm încărcat de pâclă și arome antice). Ele pot fi simple, realizate dintr-un singur ingredient principal – câteva fâșii de parmezan, de exemplu, străpitate cu o picătură de oțet balsamic din Modena – sau pot fi alcătuite dintr-o combinație de preparate, ca aromatele ouă prăjite și marinat în sos *carpione*, servite cu o salată de cartofi.

Chiar și savuroasele plăcinte și focaccia, prezentate în porții mici – de la *erbazzone* (plăcintă cu spanac), două foi subțiri de aluat umplute cu



mangold (sfeclă elvețiană) și spanac, aşa cum se prepară în Reggio Emilia, până la consistența *torta pasqualina* (plăcintă de Paște cu spanac, ricotta și ouă), tradițională în bucătăria din Liguria – pot fi excelente pentru stimularea apetitului, mai ales atunci când masa de prânz sau cina au o notă neoficială, fără multe feluri de mâncare.

În zilele noastre, ca răspuns la nevoile nutritive în schimbare și la noul ritm al vieții, masa italiană este mai simplificată. Antreul este oferit din ce în ce mai puțin, cu excepția marilor banchete sau a receptiilor. Cu toate acestea, rămâne felul de mâncare servit odată cu băutura de aperitiv, o modă bine încetăjenită în Italia de mulți ani (de fapt, un obicei răspândit încă din secolul al XIX-lea în barurile din Torino, Genova, Milano, Florența, Veneția, Roma și Napoli). Nu este de mirare faptul că aperitivul – sub forma unor mici gustări delicioase, numeroase și variate, acompaniate de un pahar de vin alb de calitate sau vermut ori de o băutură Nealcoolică, un suc de fructe, de exemplu – s-a dovedit a fi adeverata vedetă a acestor adunări. Chiar și atunci când miciile delicate nu sunt preludiul unei cine, ele pot fi perfecte ca acompaniment la acea plăcere atât de tipic italiană, de a petrece timpul cu prietenii.

Academia Barilla, un centru internațional dedicat conservării și promovării gastronomiei italienești, a selectat 40 dintre cele mai bune rețete de aperitive din *Bel Paese* („frumoasa țară”, cum își numesc italienii patria). Unele sunt tipice, cum ar fi pizza prăjită à la Messina, salata Caprese, sau *gattò di patate* (tort de cartofi). Altele sunt variații creative la teme clasice, cum ar fi *arancini di riso con scamorza e crosta di nocciole* (chiftele de orez cu brânză afumată și o crustă de alune de pădure), iar altele te cuceresc prin noutate și savoare, cum ar fi fundițele de pâine cu roșii uscate la soare și oregano. Unele sunt ideale pentru cei ce preferă mâncarea ușoară, ca salata din grâu spelta cu creveti, în timp ce altele sunt mai consistente, cum ar fi sufleul de brânză Castelmagno. Cu toate acestea, fiecare dintre ele constituie un preludiu extraordinar la o masă excelentă.

Libris .R ARANCINI

Respec pentru oameni și cărți
(CHIFTELE DE OREZ)

Timp de preparare: 30 de minute Timp de gătire: 20 de minute
Dificultate: redusă

4 PORȚII

1 1/3 căni (250 g) orez
100 g brânză afumată Scamorza sau mozzarella afumată
100 g făină
200 g pesmet
100 g alune turcești fărâmijate sau cca 1 cană
3 ouă mari
2 linguri (30 g) unt nesărat
40 g parmezan (Parmigiano-Reggiano), ras
3 căni (3/4 l) supă de vită
ulei de măslini pentru prăjit, cât este necesar

Într-o cratiță mare, fierbeți zeama de carne, adăugați orezul și lăsați pe foc mic cca 15 minute, până când orezul este fier *al dente*.

Puneiți-l într-o sită și lăsați-l să se scurgă, apoi transferați-l într-un vas mare. Adăugați 1 ou, untul și parmezanul ras, amestecând, și lăsați compozitia de orez să se răcească.

Tăiați brânza Scamorza în cubulete. Modelați din compozitia de orez chiftele (de dimensiunea unei mingi de ping-pong), punând în mijlocul fiecăreia câte o bucătică de brânză.

Puneiți făina într-un vas. În alt vas amestecați pesmetul cu alunele fărâmijate. Bateți ușor ouăle rămase. Dați chiftelele de orez prin făină, apoi prin ouăle bătute și, la sfârșit, prin amestecul de pesmet și alune.

Încingeți uleiul într-un ceau la foc moderat (la 185°C), apoi prăjiți chiftelele în serii, întorcându-le de câteva ori, până se rumenesc (cca 3 minute pentru fiecare serie). Scoateți-le cu o spumieră și lăsați-le să se scurgă de grăsimile pe prosoape de bucătărie înainte de a le servi.



SOS (DIP) DE USTUROI ȘI ANȘOA

Timp de preparare: 30 de minute

Timp de gătire: 20 de minute

Dificultate: medie

4 PORȚII

200 g **usturoi**, curățat

350 g **fileuri de anșoa conservate în sare**

275 ml **ulei de măslini extra-virgin**

400 g **cartofi**

400 g **ardei grași**, curățați de seminte și tăiați în fâșii

250 g **cardon**, curățat și tăiat în fâșii (optional)

250 g **morcovii**, curățați și tăiați în betigașe

250 g **tulpini de țelină**, tăiate în două pe diagonală

250 g **praz**, tăiat în două pe lungime

Puneți fileurile de anșoa într-un vas de sticlă, acoperiți-le cu apă și lăsați-le să se înmoie cca 30 de minute. Îndepărtați pielea exterioară și despicați fileurile pentru a scoate osul.

Călăți căteiile de usturoi la foc foarte mic, până se înmoie. Adăugați fileurile de anșoa și, după ce au început să se sfărâme, pasați-le împreună cu usturoiul într-o presă de cartofii sau într-un mixer, apoi turnați amestecul (numit *bagna cauda*) într-un vas mic termorezistent (preferabil de ceramică) așezat deasupra unui arzător pentru a păstra sosul la cald. (Puteți folosi și un vas de *fondue*).

Spălați cartofii, tăiați-i în bucăți de 2,5 cm și fierbeți-i până se frăgezesc.

Celelalte legume pot fi servite crude sau fierite, după preferință.

Este important să vă asigurați că sosul este păstrat cald cât timp îl serviți alături de legume.



JELEU DE ROSII

CU BRÂNZĂ BURRATA ȘI PESTO

Timp de preparare: 30 de minute Timp de odihnă: 2 ore

Dificultate: medie

4 PORȚII

1 kg **roșii coapte** sau cca 5 1/2 roșii mari
100 g **brânză Burrata** (poate fi înlocuită cu mozzarella)

4-5 foi de **gelatină**

sos pesto după gust

sare și piper după gust

PENTRU PESTO

1 cană (15 g) **frunze de busuioc** sau cca 30 de frunze
30 g **parmezan** (Parmigiano-Reggiano), ras

3 linguri (20 g) **brânză Pecorino** (o brânză de oaie), rasă
1 lingură (8 g) **semințe de pin**

100 ml **ulei de măslini extra-virgin**, preferabil de Liguria
1/2 cățel de **usturoi**

Spălați și zvântați busuiocul pentru pesto. Puneți busuiocul, usturoiul, parmezanul, brânza Pecorino și semințele de într-un mojar și zdrobiti-le. Transferați-le apoi într-un vas mai mare și adăugați treptat uleiul, bătând bine cu telul, până obțineți un sos cremos.

Curățați roșile de coajă și de semințe și pasați-le pentru a obține un piure pe care îl condimentați cu sare și piper după gust.

Încălziti o parte din piure într-o cratiță. Înmuiuați gelatină în apă rece, adăugați-o peste roșii și lăsați-o să se dizolve. Adăugați restul de piure și turnați-l în pahare. Înețeți la frigider timp de cel puțin 2 ore.

Odată ce jeleul s-a întărit, puneți deasupra o bucată de brânză Burrata și sos pesto. Serviți rece, de la frigider.

