



► 01 Luglio 2015 - 50013

PER INIZIARE

IDEE & SAPORI

PRODOTTI STAGIONALI, IDEE PER I VOSTRI PRANZI ALL'ARIA APERTA, E MOLTO ALTRO...

COVER
STAR

L'inizio dell'estate è un momento da celebrare con alcuni dei prodotti stagionali più gustosi dell'anno.

In questo numero vi proponiamo dei classici dessert con i frutti di bosco (pag. 78), qualche ricetta per utilizzare i piselli in modo originale (pag. 53) e delle magnifiche quiche per i vostri picnic (pag. 37). Abbiamo preparato anche una sorpresa per il grande capo a pag. 26...



QUESTIONI SPINOSE

È il momento del grande ritorno dell'uva spina, ne siamo certi. È un frutto della stessa famiglia dei ribes, a basso contenuto calorico e molto adatto per chi soffre di diabete, oltre ad essere un'eccellente fonte di ferro, potassio e bioflavonoidi. Un bicchiere di succo di uva spina a fine pasto, favorisce la digestione e la funzionalità epatica, mentre assumerlo la mattina presto a digiuno ha un effetto lassativo. Il suo alto contenuto di pectina la rende perfetta per preparare la marmellata, che è fantastica come ripieno dei nostri doughnut a pag. 84.

TÈ DI BELLEZZA

Il tè è un piacere ma può anche trasformarsi in un rituale di bellezza. Kusmi Tè ha ideato BB Detox, una bevanda di bellezza al tè verde e mate. I suoi pregi? Un'azione detossinante e drenante per tutto il corpo, oltre ad un effetto protettivo grazie all'azione degli antiossidanti di tarassaco e rooibos, il tutto avvolto in un delicato aroma di pompelmo, da gustare caldo o ghiacciato. Sarete le prime della classe nella prova costume!



**CEVICHE**

Il ceviche è un piatto a base di pesce crudo marinato in agrumi, tipico dei Paesi del Sud America. Fiona Tafieb, chef de La Cevicheria, ha scoperto le delizie di questa ricetta durante uno dei suoi viaggi ed è rimasta affascinata dal potenziale del suo mix di sapori e aromi. Tornata a Parigi, ha aperto un bar dove coniuga la tradizione peruviana con i prodotti stagionali francesi. Questo libro è indispensabile per provare questi piatti a casa vostra, basta seguire le indicazioni della chef e lasciarvi trasportare da gusto e fantasia. Il ceviche di salmone con mango è già il nostro piatto preferito dell'estate. (Guido Tommasi Editore, € 12,50)

Chiedilo a Jamie

Jamie risponde ai vostri dilemmi culinari con l'hashtag #AskJamieO.

Amo le ortiche, ma mia sorella invece non riesce proprio a mangiarle. Hai qualche ricetta che potrebbe aiutarmi a convincerla?
@annathre

Io amo le persone che amano le ortiche! Le foglie nuove

crescono due volte all'anno, e queste soffici foglie sono deliziose con scalogni, aglio, maggiorana, una grattugiata di noce moscata e una noce di burro. Io cerco sempre di cuocerle per 4 o 5 minuti. Puoi servirle come contorno, o mescolarle con la ricotta per creare un delizioso ripieno per i ravioli da servire con burro e salvia, o metterle sulla pizza con del parmigiano.

Vorremmo unire due dei nostri ingredienti preferiti

- asparagi e peperoncino - per creare un nuovo piatto

@grownwithlove

Ecco un modo veloce per farlo: aprite dei gamberi in libro e scottateli in un wok con peperoncino tritato e aglio. Unite gli asparagi affettati. Quando il profumo sarà irresistibile, aggiungete dei cipollotti, poco miele, limone e salsa di soia e amalgamate bene il tutto. Servite con del riso soffice e saporo per una cena fantastica.

PESCA MELBA

Abbiamo aggiunto la granita di yogurt a questo dolce super classico, rendendolo rinfrescante, e leggero.

Per 6 persone (Y)

- 100g di zucchero di canna
- 100ml di vino bianco
- la scorza e il succo di 1 limone
- i semi di 1 bacca di vaniglia
- 6 pesche mature, divise a metà e denocciolate

Granita allo yogurt

- 25g di miele
- 25g di zucchero di canna
- ½ cucchiaino di estratto di vaniglia
- 250g di yogurt magro

Coulis di lamponi

- 250g di lamponi, più lamponi extra
- 20g di zucchero a velo
- il succo di 1 limone

Crema di pesche

- 200g di panna
- 50g di yogurt
- 25g di zucchero a velo
- 20ml di liquore alla pesca

1 Mettete lo zucchero, il vino, la scorza e il succo di limone, la bacca di vaniglia e semi in una casseruola, insieme con 500ml di acqua. Portate ad ebollizione. Aggiungete le pesche tagliate a metà ed abbassate la fiamma al minimo.

2 Tagliate un cerchio di carta da forno della misura della vostra pentola, poi appoggiatelo sulla superficie del composto. Cuocete per circa 10 minuti, o fino a quando la frutta non diventerà tenera. Lasciate raffreddare le pesche, poi sbucciatele.

3 Intanto preparate la granita. In una casseruola cuocete a fuoco medio 50ml di acqua, il miele, lo zucchero e la vaniglia. Lasciate sciogliere lo zucchero. Aggiungete lo yogurt, amalgamatelo al composto e congelatelo in un contenitore adatto per 24 ore.

4 Preparate il coulis frullando tutti gli ingredienti e poi setacciateli. Mettete da parte. Versate tutti gli ingredienti della crema di pesche in una ciotola e amalgamateli con una frusta elettrica fino ad ottenere un composto spumoso.

5 Per servire il dolce mettete una cucchiata di crema di pesca in ogni bicchiere, poi mezza pesca, altra crema e ancora mezza pesca. Versateci sopra il coulis, decorate con i lamponi e un cucchiaino abbondante di granita.

Per porzione 325 calorie, 12,5g grassi (di cui 8,4g saturi), 5,4g proteine, 48g carboidrati, 47,9g zuccheri



a piedi nudi nel parco

Un picnic con gli amici? Ecco cosa non deve mancare...

1. Cesto porta bottiglie, € 35,99, www.zarahome.com
2. Bottiglia di vetro, € 5,70, www.excelisa.it
3. Coperta picnic, € 19,99, www.hm.com
4. San Benedetto Prima Spremitura, € 0,59, www.sanbenedetto.it
5. Snack Box confezione da 4, € 15,39, www.amazon.it
6. Borsa termica BQLEF, € 6,80, www.amazon.it
7. Bicchieri collezione Swirl da € 5,90, www.zak-design.eu
8. Tovaglioli di carta, confezione da 20, € 2,99, www.maisonsdumonde.com
9. Corvo Glicine collezione estate, € 25,00, www.duca.it
10. Birra Moretti Radler Gazzosa, € 2,85, www.birramoretti.com
11. Patatine Lay's ricetta campagnola, 133g, € 1,99, www.lays.it
12. Piatti di carta confezione da 10, € 2,99, www.hm.com



PADELLATE DI COLORE PER CHEF CREATIVI

L'occhio vuole la sua parte anche ai fornelli, e ad accontentarlo ci pensa Moneta, che lancia la prima serie di pentole su licenza Pantone Universe™. Una nuova linea che unisce la tecnologia Made in Italy al design contemporaneo. La collezione è composta da 4 pentole - 2 casseruole, wok e una padella multifunzione - disponibili in 8 colori.



#STAIVEGANO

Áine Carlin dal 2009 è autrice del famoso blog peasoupeats.com, dove spazia da ricette vegane ai post di outfit vintage. Originaria dell'Irlanda del nord, ha vissuto a Londra e Chicago e ora si è stabilita in Cornovaglia insieme al marito. Fino al 2010 era una consumatrice abituale di carne e grande fan dei derivati del latte. Poi ha intrapreso un percorso che l'ha portata a scegliere una dieta vegana. Non vi allarmate però, nessun estremismo in queste pagine, solo la voglia di condividere delle ricette sane e gustose. Cominciate dalla colazione con i French Toast ripieni di Pere e Rosmarino e continuate con la Zuppa di Kiwi e Patate dolci, non potrete far altro che innamorarvi di Áine e dei suoi piatti. #staivegano, (Corbaccio, € 19,90)

Le nuove generazioni di prodotti, attraverso tecnologie sempre più all'avanguardia, promettono veri e propri miracoli. Samsung ha ideato un nuovo forno a microonde che consente di preparare piatti gustosissimi risparmiando il 50% del tempo rispetto al forno tradizionale, lo Smart Oven MW8000J HotBlast™. Con la sua esclusiva tecnologia, riscalda il cibo dall'alto verso il basso con un flusso di aria calda distribuito equamente, introducendo così un nuovo e migliorato modo di cucinare. È dotato di Power Grill Duo 2250W, che permette di irradiare calore allo stesso livello in ogni angolo consentendo una cottura grill più rapida. Inoltre, con la funzione Crusty Plate, si possono cuocere in modo uniforme anche gli alimenti surgelati assicurando una croccantezza perfetta.

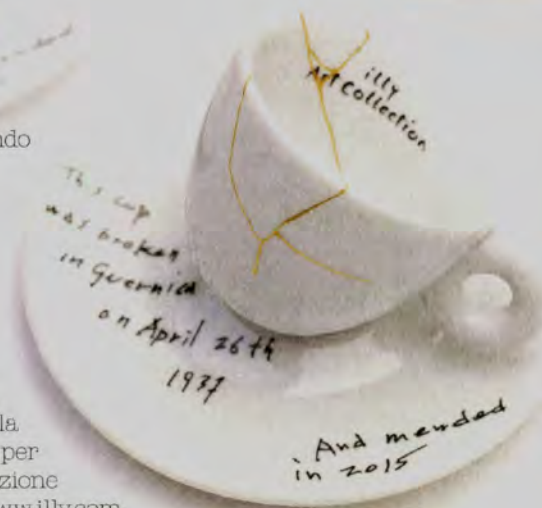
Cotture veloci

Il forno a microonde è diventato un elettrodomestico fondamentale per chi ama cucinare e ha poco tempo per farlo.



Arte in tazza

Il caffè è un'arte, e del connubio arte/café Illy è indubbiamente il porta bandiera. Nel 1992, infatti, Francesco Illy ha creato Illy Art Collection, chiedendo a grandi artisti di trasformare un oggetto di uso quotidiano in un pezzo da collezione. La nuova Illy Art Collection, Mended Cups, è firmata da Yoko Ono ed è composta da 6 tazzine che mostrano delle crepe aggiustate con l'oro, come nell'antica arte giapponese del Kintsugi, una tecnica di riparazione delle ceramiche rotte che rende rotture e riparazioni parti integranti della storia dell'oggetto. I piattini che le accompagnano, raccontano 6 eventi catastrofici che hanno colpito la Terra. La settima tazzina, Unbroken Cup, è intatta per esprimere un concetto di pace e speranza. La collezione sarà in vendita da settembre nei negozi Illy e su www.illy.com.



CIOCCOLATO SEMPREVERDE

Il cioccolato non ha stagioni, è il comfort food per eccellenza nelle serate d'inverno ma può essere la compagna ideale anche nei pomeriggi estivi, specialmente se accompagnato da ingredienti particolari che rinfrescano il palato e ne arricchiscono il gusto. Bodrato presenta due novità della gamma Frutti&Spezie, che promettono di diventare un elemento irrinunciabile nella nostra dispensa: Cioccolato bianco con nocciole e alchechengi e Cioccolato fondente con pepe rosa e fave di cacao. Due abbinamenti curiosi da gustare anche in scaglie su dessert e gelati.



UNA BIRRA UNIVERSALE

Un viaggio intorno al mondo in un bicchiere, ecco l'intento dei Mastri Birrai del Birrificio Angelo Poretti nel creare la nuova birra "10 Luppoli", ideata per festeggiare Expo 2015 e l'incontro tra culture simboleggiato dai 10 luppoli contenuti, provenienti da tutto il mondo. Per non far mancare il tocco italiano, questa birra viene realizzata con una ricetta a bassa fermentazione, rifermentandola poi con il metodo Champagne. Potete acquistare la nuova birra nei supermercati e ipermercati, o gustarla, insieme alle altre specialità della gamma nella nuova casa milanese di Birrificio Angelo Poretti, il ristorante 7 Luppoli - Birra e Cucina che ha aperto i battenti a Milano in Viale Ortles 31/A.





GNAM...BURGER Arriva l'estate e con lei la stagione di grigliate e feste con gli amici. A darvi una mano per accontentare tutti c'è la nuova bistecchiera De'Longhi, con due modalità di cottura: "a contatto" per grigliare hamburger, panini, toast e verdure, e "barbecue" con una doppia griglia per preparare carne e pesce. Le piastre sono rivestite in ceramica, più resistenti a graffi e abrasioni, e facilissime da pulire (possono essere lavate anche in lavastoviglie). Provatela subito con il nostro burger di agnello, feta e zucchine a pag. 104!

FRUTTA DA BERE Nelle stagioni più calde si è sempre alla ricerca di qualcosa di rinfrescante, meglio ancora se fatto in casa. Centrifughe, smoothie, acque aromatizzate, i migliori prodotti di stagione sono a nostro servizio per creare delle bevande piacevoli e gustose. Per un picnic al parco, preparate la nostra limonata di fragole e menta di pag. 101 oppure lo smoothie con yogurt, miele e fragole di pag. 102 per una merenda leggera e saporita. A tenerli in fresco a lungo ci pensa la brocca con portaghiaccio centrale di Excelsa.



BAMBINI IN CUCINA

Il modo migliore per fare educazione alimentare, è portare i bambini in cucina e lasciare che si appassionino e imparino a stare dietro ai fornelli.

Guardini ha lanciato la linea Kids, dedicata proprio ai piccoli chef con stampi in acciaio e silicone.

La valigetta MiniChef è completa di tutti gli accessori per cominciare questa avventura, provando magari le nostre ricette di verdure per baby gourmet da pag. 72.

