



PANE CARASAU, MELANZANE E POMODORO CON CREMA DI PARMIGIANO REGGIANO

Ingredienti per 4 persone: • 80 g di pane carasau • 200 g di pomodori maturi • 300 g di melanzane • sale q.b. • olio extravergine di oliva q.b. • 110 g di parmigiano reggiano • 100 ml di latte • origano fresco q.b.
Preparazione: 1/ Tagliare a cubetti i pomodori maturi, quindi condirli con il sale, l'olio extravergine di oliva e qualche fogliolina di origano fresco. 2/ Privare la melanzana della buccia, tagliarla, salarla e farla sgocciolare per almeno mezz'ora. 3/ Cucinare le melanzane in padella con pochissimo olio. In un pentolino sciogliere il parmigiano con il latte per la crema. 4/ In un piatto intervallare il pane carasau con un po' di pomodoro condito e una fetta di melanzana fino a comporre 3 o 4 strati. Condire con la crema di parmigiano e un po' di origano.



POLPO E CIPOLLE ARROSTITE SU CREMA DI ZUCCA

Ingredienti per 4 persone: • 600 g di polpo • 1 cipolla bianca • 400 g di zucca • 200 g di patate • 40 g di olive taggiasche • sale q.b. • olio extravergine di oliva q.b.
Preparazione: 1/ Lessare il polpo in acqua per 50/60 minuti. 2/ Sbucciare la cipolla e tagliarla in 4 parti formando degli spicchi, quindi sfogliarla e conservare 12 falde più piccole. Far rosolare la restante cipolla in casseruola con l'olio, la zucca e le patate tagliate a pezzetti, aggiungere circa mezzo litro di acqua, sale e far cuocere per circa 20 minuti. 3/ Frullare il composto della casseruola per ottenere una crema di zucca liscia e omogenea. 4/ A fine cottura del polpo, immergere le falde di cipolle per 1 minuto, quindi scolare. 5/ Tagliare il polpo a pezzi grossolani e arrostarlo in una padella antiaderente con la cipolla. 6/ Tritare in piccoli pezzi le olive. Servire in un piatto la crema di zucca, adagiarvi il polpo e le cipolle, guarnire con le olive taggiasche tritate.

CINQUE BUCHI DI GRANO DURO AL BRANZINO, FAVE E FINOCCHIETTO SELVATICO

Ingredienti per 4 persone: • 280 g di pasta cinque buchi • 220 g di filetto di branzino • 120 g di fave sbucciate • sale q.b. • olio extravergine di oliva q.b. • finocchietto selvatico q.b.

Preparazione: 1/ Mettere a bollire circa 3 lt. d'acqua salata in una casseruola. 2/ Tagliare a piccoli dadini il branzino privo di pelle, rosolarli in una padella capiente "anche per la pasta" con un filo d'olio extravergine di oliva insieme alle fave, condire con un pizzico di sale. 3/ Cuocere la pasta, scolarla e condirla in padella fuori dal fuoco aggiungendo dell'olio a crudo e il finocchietto selvatico.



Scendi in campo con la Nazionale Italiana Cuochi, il team della Federcuochi che in febbraio sfiderà a colpi di eccellenze tricolori il resto del mondo nelle Olimpiadi di Cucina a Stoccarda.

Ecco quattro tra le creazioni firmate dagli chef azzurri, guidati da Gaetano Ragunì. Mettiti in gioco con loro!

**SFIDA
A TAVOLA**

PIATTI VINCENTI DA CAMPIONI



MILLEFOGLIE DI CHIACCHIERE E CREMA DI MASCARPONE CON FRUTTA FRESCA

Ingredienti per 4 persone: • 80 g di chiacchiere rettangolari • 200 g di mascarpone • 4 uova • 150 g di zucchero • 4 lamponi • 8 mirtille • 12 ribes • 8 foglioline piccole di menta

Preparazione: **1/** Separare i tuorli dall'albume. **2/** Montare gli albumi a neve in un recipiente, e conservarli in frigo in un altro recipiente, montare i tuorli con lo zucchero fino a rendere il composto omogeneo. **3/** Unire il mascarpone e mescolare, a questo punto incorporare gli albumi facendo attenzione a mischiare molto delicatamente. **4/** In un piatto mettere la chiacchiera, porre sopra una parte di crema di mascarpone, sovrapporre un'altra chiacchiera, e ancora della crema di mascarpone. Guarnire con la frutta fresca e la menta.