



# Associazione Cuochi Baresi

*i professionisti del gusto*



Presidenza: 70056 Molfetta - Bari - Va S. Allende, 51- tel. 349.5331248 – e-mail:giacomogiancaspro@libero.it  
Sede Sociale: 70056 Molfetta - Via Pansini Legnami – Zona ASI Maglia B, Lotto B/3  
C.F. 93236390725 – P.IVA 0684790727 - www.assocuochibaresi.it

## Menu per l'8 marzo 2010

### Auguri a tutte le donne



## **Variazione di tonno: Tagliata, Bocconcino e Prosciutto con patate scottate, rucola campestre, mandorle e pomodorino ripieno alle verdure appassito in forno**

Junior Chef: Lorusso Giovanni

Ingredienti x 5 persone:

### Per il tonno:

Filetto di tonno fresco kg 1  
Olio extra vergine d'oliva q.b.  
Sale e pepe q.b.  
Semi di sesamo  
Succo di limone q.b.

### Per le patate e decorazione:

Patate pasta gialla gr. 500  
Rosmarino fresco  
Rucola selvatica gr. 50  
Mandorle a filetto gr. 25  
Spaghetti n. 5

### Per il pomodoro ripieno:

Pomodori ramato n. 5  
Cime di rape gr. 50  
Cardoncelli gr. 50  
Olio extra vergine d'oliva q.b.  
Spicchio d'aglio in camicia n.1  
Sale e pepe q.b.

### Per il tonno:

Asciugare e pulire il filetto di tonno e dividerlo per le tre preparazioni.  
Tagliare 5 fette da 50 gr. cadauna, condire con sale e pepe, avvolgerle su se stesse, passare nel sesamo. Al momento del servizio scottarle in padella con poco olio. Tagliare 5 fette da 50 gr. l'una, condire con olio. Al momento del servizio grigliarle e condire. Dal restante filetto, tagliare delle fettine sottilissime ed al momento del servizio condire con olio e limone.

### Per le patate e decorazione:

Lavare, pulire e tagliare a spicchi le patate, rosolarle in poco olio e degustare con sale e rosmarino.

Olio extra vergine d'oliva q.b.

Lavare, tagliare e privare dei semi i pomodori, condirli sale e pepe. Pulire e lavare le rape e cuocere a vapore. Pulire i funghi e tagliare a julienne saltare in padella con olio ed aglio. Farcire i pomodorini con le rape e i funghi. Infornare per 7-8 minuti a 120°C.

Per il servizio:





# Associazione Cuochi Baresi

*i professionisti del gusto*



Presidenza: 70056 Molfetta - Bari - Va S. Allende, 51- tel. 349.5331248 – e-mail:giacomogiancaspro@libero.it  
Sede Sociale: 70056 Molfetta - Via Pansini Legnami – Zona ASI Maglia B, Lotto B/3  
C.F. 93236390725 – P.IVA 0684790727 - www.assocuochibaresi.it

Friggere gli spaghetti che useremo come decorazione

Pulire e lavare la rucola

Tostare in forno le mandorle a 200°C per pochi minuti

Comporre il piatto secondo la propria fantasia o come da foto corredata e profumare il tutto con olio extra vergine d'oliva "Affiorato"

Per l'abbinamento cibo vino:

Alla delicatezza del tonno e delle patate è possibile abbinare un bianco di medio corpo con discreta acidità e profumi oppure un buon rosato Castel del Monte pertanto propongo i seguenti abbinamenti:

- 1) Verdeca Salentina
- 2) Greco di Tufo
- 3) Castel del Monte Rosato



Sommelier Professionista: Betty Mezzina

Associazione Cuochi Baresi

## Paccheri farciti di cicale di mare e melanzane, guazzetto di calamaretti ed emulsione di riccio

Senior Chef: Furio Nicola

Ingredienti x 5 persone:

### Per i paccheri:

Paccheri di Gragnano n. 40  
Calamaretti puliti g.500  
Prezzemolo, basilico, timo tritati  
Olio extra vergine d'oliva q.b.

### Per la farcia:

Melanzane viola n. 5  
Cicale di mare n. 30  
Mozzarella di bufala gr. 500  
Pane integrale g.500  
Timo, salvia, rosmarino, aglio, basilico  
Olio extra vergine d'oliva q.b.  
Sale e pepe q.b.  
Ricci di mare n. 50

### Per la farcia:

Essiccare il pane in forno a 100° e grattugiarlo. Saltatelo in padella con un cucchiaino di olio, le foglie di rosmarino, timo e salvia tritati. Pelate la melanzana e tagliatela a fette di 3 cm. di spessore. Stendete le fette su una placca da forno, condite con olio, sale, timo e qualche fettina di aglio, quindi copritele con un foglio di alluminio. Cuocete in forno a 180° per 30 min. Tagliate la melanzana a cubetti e lasciatela in un colino, affinché perda tutta l'acqua di vegetazione. Pulire le cicale e i gamberi e tagliateli a piccoli pezzi. Scaldare con poco olio, mezzo spicchio di aglio, timo e cuocete per 1 min. i crostacei. Salate poco e toglieteli dal fuoco. Amalgamate il pane, la mozzarella a cubetti, i crostacei, la melanzana e il basilico tagliato a striscioline. Aggiustate di sale e pepe.

### Per i paccheri:

Mettere la farcia in un sac a poche. Cuocete i paccheri in abbondante acqua salata. Scolateli molto al dente e appoggiateli su una placca, il cui fondo sia stato bagnato con acqua fredda. Farciteli. Estrarre la polpa di riccio ed emulsionarla con olio extra vergine d'oliva. Disporre i paccheri in un tegame, unite il fumetto di pesce e poco olio. Incoperchiate e completare la cottura per 3 min. Unite al fondo di cottura i calamaretti e cuoceteli a fuoco vivo per 1 min. aggiungendo erbe tritate, sale e pepe.

### Per il servizio:

Disponete i paccheri in piatti caldi. Nappate con il guazzetto di calamaretti e decorate con un cucchiaino di emulsione di ricci di mare.





# Associazione Cuochi Baresi

## *i professionisti del gusto*



Presidenza: 70056 Molfetta - Bari - Va S. Allende, 51- tel. 349.5331248 – e-mail:giacomogiancaspro@libero.it  
Sede Sociale: 70056 Molfetta - Via Pansini Legnami – Zona ASI Maglia B, Lotto B/3  
C.F. 93236390725 – P.IVA 0684790727 - www.assocuochibaresi.it

### Per l'abbinamento cibo vino:

Il piatto è caratterizzato da una buona tendenza dolce data dai paccheri e dai crostacei, discreta grassezza della mozzarella di bufala e buoni profumi dei ricci di mare.

Come abbinamento consiglio un vino con buona freschezza o effervescenza per contrastare la tendenza dolce e la grassezza e che abbia profumi abbastanza intensi.

Consiglierei:

- 1) Metodo classico brut (contrasta bene la tendenza dolce e la grassezza)
- 2) Verdeca Salentina con buona acidità, struttura e profumi
- 3) Bombino Bianco
- 4) Verdicchio di Matelica)



Sommelier Professionista: Betty Mezzina

Associazione Cuochi Baresi

## **Le darnette di sgombro, olive nere, filigrana di peperoni su passatina all'aglio maturato e foglioline di maggiorana**



### Ingredienti x 5 persone :

#### Per lo sgombro:

Sgombro gr 750  
olio extra vergine d'oliva q.b.  
sale e pepe q.b.

#### Per le olive nere:

Olive nere gr 150  
sale e pepe q.b.

#### Per la salsa all'aglio:

Latte scremato l. 1L 2 latte scremato  
Spicchi d'aglio n. 15  
Burro gr 25  
Farina gr 25  
Sale e pepe q.b.

#### Per i peperoni:

Peperoni misti (gialli e verdi) gr 250  
Peperoni rossi gr 50  
olio extra vergine d'oliva q.b.  
sale e pepe q.b.



#### Per lo sgombro:

Pulire e sfilettare lo sgombro, ricavare le darnette. Scottarle in padella con olio extra vergine d'oliva.

#### Per le olive nere:

Lavare le olive e saltarle in padella con olio sale e pepe. Lasciare le olive intere per la decorazione il resto, denocciolarle. Rendere a purea e spalmarle sulle darnette.

#### Per la salsa all'aglio:

Pulire e sbollentare l'aglio nel latte per 4 volte usando 750 cl. di latte. Bollire per la quinta volta; Legare con un roux (burro e farina) e filtrare la salsa. Aggiustare di sale e pepe

#### Per i peperoni:

Mondare i peperoni rossi e privarli dei semi. Con i peperoni misti formiamo una julienne sottile che poi andremo a spadellare con olio. Con i peperoni rossi formiamo delle piccole losanghe che andremo a sbollentare.

#### Per il servizio:



# Associazione Cuochi Baresi

## *i professionisti del gusto*



Presidenza: 70056 Molfetta - Bari - Va S. Allende, 51- tel. 349.5331248 – e-mail:giacomogiancaspro@libero.it  
Sede Sociale: 70056 Molfetta - Via Pansini Legnami – Zona ASI Maglia B, Lotto B/3  
C.F. 93236390725 – P.IVA 0684790727 - www.assocuochibaresi.it

Comporre il piatto e condirlo con l'olio extra vergine d'oliva Castel del Monte fruttato intenso.

### Per l'abbinamento cibo vino:

La preparazione prevalentemente composta da pesce azzurro tendenzialmente grasso con profumi abbastanza intensi dati dalla salsa all'aglio, le olive e i peperoni consiglieri di abbinare un vino bianco piuttosto corposo e con profumi decisi o in alternativa un rosato pugliese.

Suggerisco:

- 1) Fiano d'Avellino
- 2) Chardonnay con affinamento in barrique
- 3) Salice Salentino rosato

Sommelier Professionista: Betty Mezzina



Associazione Cuochi Baresi

## Crema leggera al mascarpone con ananas e gelee di lamponi

### Ingredienti per 5 bicchieri

Ananas fresco gr. 250

### Per la crema leggera al mascarpone:

Latte fresco gr 100

Zucchero gr 25

Tuorlo gr 20

Mascarpone gr 125

Panna gr 250

### Per il gelee di lamponi:

Purea di lamponi gr 250

Zucchero gr 150

Colla di pesce gr 7.5

### Per la crema leggera al mascarpone:

In una casseruola amalgamate lo zucchero con i tuorli, unite il latte bollente, portate il tutto quasi a bollore (85°C), lasciate raffreddare, dopo unite il mascarpone stemperato e la panna montata (con 25 gr di zucchero), mescolate bene il tutto.

### Per il gelee di lamponi:

Unite lo zucchero alla polpa di lamponi riscaldate il tutto (preferibilmente in forno a microonde), incorporate la colla di pesce strizzata in precedenza messa a bagno in acqua fredda, mescolate bene.

Disponete sul fondo di un bicchiere dei cubetti di ananas, formate sopra uno strato di crema al mascarpone, lasciate raffreddare, coprite la crema con uno strato di gelee ai lamponi.

Lasciate rapprendere il tutto e decorate con cubetti di ananas e frammenti di lamponi.

### Per l'abbinamento cibo vino:

Il dessert è caratterizzato dalla delicata leggerezza della crema al mascarpone accompagnata dalla gelee di lamponi.

La presenza dei pezzetti di frutta fresca renderebbe quasi impossibile l'abbinamento con il vino, tuttavia considerando che essi si trovano sul fondo consiglieri:

Moscato di Trani dolce

Vendemmia tardiva

Moscato Rosa trentino

