

MENU' DI FINE ESTATE

Come ogni anno siamo arrivati alla fine della nostra amata estate, e quale occasione migliore se non una cena per salutarla? Vi proponiamo la nostra ricetta con il nostro **menù di fine estate!** Se siete fra i fortunati possessori di giardino, terrazza o aria condizionata allora questo è il momento ideale per pensare di organizzare un pranzo o una cena con un menu di fine estate.

Ma cosa cucinare? Certamente largo al pesce e alle verdure di stagione come le melanzane e i pomodori, ma anche a piatti light come dei colorati cous cous. Potreste iniziare da un aperitivo fresco e veloce a base di involtini di salmone ripieni di Philadelphia erba cipollina e mango, un contrasto di sapori meraviglioso, gli ho scoperti quest'estate al **Ristorante Bambusa di Porto Rotondo** in Costa Smeralda, un meraviglioso ristorante affacciato sul caratteristico porto. Qui potrete passare una serata indimenticabile assaggiando piatti dal sapore esotico e piatti della tradizione. Rimarrete stregati dai sapori e dai colori dei tramonti della terra sarda..



Per il nostro menù di fine estate come primo piatto vi consiglio un risotto con piselli, menta e calamari, tanti colori e sapori racchiusi in un unico piatto: la menta fresca e aromatica e il limone con la sua caratteristica nota agrumata insaporiscono i morbidi anelli di calamari saltati in padelle che fanno da condimento ad un risotto cremoso ai piselli. Come seconda portata spiedini di gamberoni, papaya e galbanino.

E infine per un pranzo o cena che si rispetti non può mancare il dessert! Stupiteli con la semplicità, preparate una lasagna di fragole e panna il tutto accompagnato da una granita alcolica al lime che potrete decidere di servire sia prima

dopo e durante la cena. Buon appetito!!



Preparazione:

Involtini di salmone Philadelphia, mango ed erba cipollina



Ingredienti:

- 320 gr di philadelphia
- 350 g di salmone affumicato affettato
- 1 mango
- erba cipollina

Preparate il composto per la farcitura con philadelphia fresco, tritate l 'erba cipollina e il mango e amalgamate il tutto. Stendere della pellicola da cucina sul piano di lavoro, disporvi le fette di salmone leggermente sovrapposte in una fila e stendervi sopra il composto preparato. Ripiegare il salmone e, con l'aiuto della pellicola, avvolgetelo su se stesso in modo da formare un rotolo. Adagiate sopra una fettina di mango sopra ogni rotolino per dare un tocco di colore.

Riso piselli calamari e menta



Ingredienti:

- 140 gr di portti
- 250gr di piselli
- 250 gr di riso
- 300 gr di calamri

- 1 limone
- sale
- brodo vegetale
- 4-5 foglie di menta
- pepe tritato

Per realizzare il risotto menta, piselli e calamari iniziate dai calamari, se avete acquistato dei calamari interi puliteli. Tagliate ad anelli i calamari, poi affettate sottilmente il porro e ponetene metà in un tegame, aggiungete l'olio di oliva e fate rosolare a fuoco dolce, poi versate un mestolo di brodo e proseguite la cottura per far appassire il porro, ci vorranno almeno 5 minuti. Unite a questo punto il riso, fatelo tostare qualche minuto e poi sfumate con il vino bianco , proseguite la cottura del risotto aggiungendo di tanto in tanto un mestolo di brodo. In un'altra padella fate rosolare la restante metà del porro con un filo di olio di oliva poi aggiungete i piselli, cuoceteli per 10-15 minuti e poi prelevate 3-4 cucchiaini di piselli , trasferiteli in un contenitore alto e stretto e frullateli con il mixer ad immersione. Intanto che il riso prosegue la cottura preparate i calamari: tagliate a listarelle la scorza del limone e spremetene il succo .A parte fate saltare in padella gli anelli di calamari con un filo di olio di oliva salate insaporite con il succo di limone e la scorza, poi incorporate i piselli e aromatizzate con la menta tritata. Intanto il risotto sarà cotto, conditelo con la crema di piselli e mescolate per insaporirlo. Unite i calamari saltati in padella. Mescolate tutto mantenendo il fuoco basso e servite il risotto menta, piselli e calamari ben caldo.

Spiedini di gamberoni papaya e galbanino



Ingredienti:

- 1 papaya
- 12 gamberoni freschi interi
- 1 confezione di Galbanino da 270g
- 150g di rucola fresca
- il succo di 1 arancia rossa
- il succo di mezzo limone
- 1 tazzina di cognac
- 2 ciuffi di prezzemolo tritato fino
- 1 spicchio d'aglio
- olio extravergine d'oliva

Tagliate la papaya e pulitela dai semi, quindi con un cucchiaino asportatene delicatamente la polpa e tagliatela in cubetti regolari. Marinare quindi la polpa per 20 minuti con il succo d'arancia e di limone, sale e pepe nero. Intanto pulite i gamberoni asportandone il carapace, facendo attenzione a non staccare testa e coda. In una padella abbastanza capiente da versate olio extravergine d'oliva per soffriggere lo spicchio d'aglio e una manciata di prezzemolo tritato. Aggiungete i gamberi e saltateli a fuoco vivo, sfumandoli con il cognac. Versateli poi nella marinatura di papaya e mescolateli bene. Nel frattempo affettate il Galbanino a forma di cubo. Per preparare i vostri spiedini: infilate in un bastoncino di legno un gamberone, un pezzo di papaya ed infine il Galbanino; ripetete l'operazione una seconda volta concludendo con un gamberone. Servitelo freddo su un tappeto di rucola.

Lasagne di fragole e panna



Ingredienti:

Per il pan di spagna:

- 3 tuorli d'uovo
- 3 albumi
- 1/2 buccia d'arancia grattugiata

- 80 gr di farina di tipo 00
- 60 gr di zucchero
- sale

Per farcire:

- Fragole 400 g, fresche
- 2 cucchiaini di succo di limone
- 2 cucchiaini di zucchero a velo
- 150 g di panna da montare
- 250 g, Philadelphia
- 2 cucchiaini zucchero
- 1 cucchiaino di zucchero vanigliato
- fogliette di menta

Preriscaldate il forno a ventilazione a 200° C. Montate a neve gli albumi aggiungendo un pizzico di sale. Mescolate i gialli d'uovo con lo zucchero, la buccia d'arancia ed un pizzico di sale. Sbattete per circa 5 minuti con le fruste elettriche, fino a che l'impasto non sia ben soffice e cremoso. Incorporate la farina e gli albumi montati a neve con una frusta. Deponete un foglio di carta da forno su una teglia e distribuitevi sopra l'impasto, lisciando la superficie con un cucchiaino. Passate la teglia nel forno caldo e fate cuocere per circa 10 minuti. Rovesciate la teglia, tirate via con attenzione la carta da forno dal Pan di Spagna e fatelo raffreddare. Quando è ben freddo tagliatelo in quattro rettangoli uguali.

Farcitura:

Lavate le fragole ed asciugatele con carta da cucina. Tagliatele in quattro parti per la lunghezza. Riducete in purea 1/4 delle fragole, aggiungendovi il succo di limone e lo zucchero a velo. Montate la panna con le fruste elettriche. Mescolate il formaggio fresco con lo zucchero e lo zucchero vanigliato, aggiungete la panna montata ed incorporatela ben bene con una frusta. Distribuite e spalmate

la crema su 3 rettangoli di Pan di Spagna. Pillottateli con la purea di fragole e ricopriteli di fragole. Dopodichè posate con cautela un rettangolo sull'altro formando così degli strati. Ricopritelo di purea di fragole ed il resto delle fragole fresche. Mettete le lasagne alla fragola per circa 1 ora in frigorifero, poi portatele ben fredde in tavola.