

PANE CON SESAMO RIPIENO DI POMODORI SECCHI *con cuoci pane*

Ingredienti

- 600 gr farina di semola
- 400 gr di acqua
- 200 gr di farina 0 260w
- 2 gr di lievito di birra
- 1 cucchiaino di miele
- 20 gr di sale
- semi di sesamo q.b.
- pomodori secchi a cubetti

Procedimento

Sciogliere il miele e il lievito in acqua, mescolare le farine ed iniziare ad impastare in una ciotola capiente. Farlo per alcuni minuti (in planetaria almeno 10 minuti, a mano 15 minuti), aggiungere il sale, i pomodori secchi e lavorare fino a che sarà ben assorbito. Formare una sfera e lasciarla riposare 1 ora. Dare delle pieghe di forza nella prima ora ogni 15 minuti, poi far maturare l'impasto per 24 ore in frigorifero. Riclimatizzare l'impasto. Infarinare la base dello stampo, fare pieghe di forza dando la forma del filone, inserire nello stampo e far riposare 40 minuti. Incidere la superficie con tre tagli, inumidire la superficie con l'aiuto di un pennello, distribuire semi di sesamo, chiudere e infornare a 240° per circa 50 minuti (i primi 45 min. con cupola e gli ultimi 5 min. senza).

Per una perfetta cottura il pane dovrà raggiungere al cuore la temperatura tra i 96°/98°. Appena il pane sarà cotto toglierlo dal cuoci pane e farlo raffreddare su una gratella.



FOCACCIA *con cuoci pizza*

Ingredienti per la focaccia

- 250 gr di farina Manitoba
- 250 gr di farina 0
- 10 gr di sale
- 5 gr di lievito di birra
- 2 cucchiaini di olio extravergine
- 300 gr di acqua a temperatura ambiente
- pomodori piccadilly
- rosmarino

Ingredienti per la salamoia

- 65 gr di acqua
- 65 gr olio extravergine
- 10 gr di sale grosso

Procedimento

Sbriciolare il lievito nella farina, aggiungere l'acqua, tenendone da parte un po' per sciogliere il sale, ed iniziare ad impastare.

A metà impasto aggiungere il sale e dopo un po' l'olio a filo. Incordare bene la massa fino a che non risulterà liscia, morbida ed elastica.

Trasferire in un contenitore unto d'olio, ungere bene l'impasto e lasciar riposare 30 minuti.

Trascorso il tempo, chiudere con il coperchio o la pellicola e lasciare in frigo tutta la notte. Il

giorno successivo togliere dal frigo e lasciare a stabilizzare a temperatura ambiente per qualche ora. Stendere l'impasto con delicatezza e lasciarlo riposare coperto per 30 minuti. Accendere il forno a 250° e posizionare il cuoci pizza vuoto per scaldarlo. Trascorso il tempo, con le punte delle dita picchiare delicatamente la superficie per distribuire bene i gas. Versare la salamoia, preventivamente preparata emulsionando gli ingredienti, e versarla sulla superficie della focaccia, quindi aggiungere pomodori, rosmarino e far riposare un'ora. Mettere in forno preriscaldato a 225° per 20/25 minuti. La focaccia si può personalizzare aggiungendo in superficie, prima di andare in forno sale grosso, cipolle, olive, rosmarino ecc.



RONDELLE DI VERDURE *in casseruola*

Ingredienti

- pomodori roma
- melanzane
- cipolla di tropea
- zucchine
- peperone giallo e rosso
- timo
- olio extravergine
- sale e pepe q.b.

Procedimento

Con una mandolina tagliare tutte le verdure a dischetti. Posizionarle una accanto all'altra formando dei cerchi concentrici all'interno della casseruola. Aggiungere timo, olio, sale, pepe e 1/2 bicchiere di acqua. Accendere il fuoco a fiamma media, coprire con il coperchio e cucinare per circa 30 minuti.



MAZZANCOLLE CON MAIONESE DI FINOCCHIO A VAPORE *in tajine*

Ingredienti

- 2 finocchi
- 1 patata
- olio di semi
- 18 mazzancolle
- erba cipollina
- sale
- pepe

Procedimento

Cucinare a vapore per 20 minuti i finocchi tagliati in quattro parti e le patate a cubetti e sbucciate. Frullarli aggiungendo l'erba cipollina e versando a filo l'olio di semi fino a creare una maionese. Aggiungere sale e pepe. Intanto cucinare a vapore per 10 minuti le mazzancolle precedentemente pulite dal carapace e dallo stomaco. Sistemare nel bicchiere la maionese, poi tre mazzancolle e completare con un filo di erba cipollina intera.



COUS COUS CON VERDURE AL PROFUMO DI BASILICO *in tajine*

Ingredienti

- 500 gr di cous cous precotto
- 450 ml acqua
- 2 carote
- 2 zucchine
- 1 peperone rosso
- 1 peperone giallo
- pomodori
- basilico in foglia
- sale
- olio EVO

Procedimento

Far bollire l'acqua salata, spegnere la fiamma e versare un cucchiaino di olio e il cous cous, far riposare almeno 5 minuti con coperchio e infine sgranare il couscous con una forchetta e far raffreddare.

In un tegame far saltare tutte le verdure a cubetti tranne i pomodori con dell'olio di oliva e un po di basilico per almeno 10 minuti fino a quando i peperoni sono cotti. Infine salare, far raffreddare, aggiungere i pomodori crudi e versarli nel cous cous. Aggiungere del basilico fresco, sale e olio.

