



il biricoccolo
fattoria sociale e CSA



il biricoccolo
fattoria sociale e CSA

Ingredienti:

1 kg di patate
farina di farro semintegrale qb o quella che avete in casa (ne va abbastanza la quantità precisa dipende molto dal tipo di patata e da come reagisce!)
1/2 rapa rossa lessata
bevanda di soia o succo di mirtillo (io avevo il secondo quindi ho usato questo)
1/2 tazza di bietole scottate in acqua per 15-20 minuti
curcuma qb
sale marino integrale qb
noce moscata qb
olio extravergine qb
salvia fresca qb
Una noce di burro

Gnocchi multicolor

Mentre le patate si lessano con la buccia, iniziare a preparare "i colori": sciogliere la curcuma in poca acqua per avere il giallo, frullare la rapa con il succo di mirtillo per il rosa (aggiungendo un pò di sale – sia la rapa che il mirtillo sono molto dolci), frullare le bietole in pochissima acqua di cottura per la tonalità verde. Appena le patate sono cotte, pelarle velocemente, passarle allo schiacciapatate e suddividerle in 3 mucchietti, quindi su ogni mucchietto aggiungere "il colore" e la farina, cercando di impastare velocemente prima che le patate si raffreddino. Regolare di sale e aggiungere la noce moscata. Con la farina vado molto "a sentimento", l'impasto non deve essere troppo secco, ma restare molto morbido, senza incollarsi alle dita. Ricavare delle biscioline e quindi tagliarle a dadini, io ho una rete apposita su cui li schiaccio per dare una zigrinatura a quadretti. In questa fase serve abbastanza farina sennò tendono ad appiccicarsi tra di loro. Cuocere gli gnocchi in acqua salata bollente e toglierli a mano a mano che vengono a galla (cuociono in pochissimi minuti, forse 2-3 min). Per fare risaltare i colori condirli con burro e salvia.

Ingredienti:

5-600 gr di patate
50 gr di parmigiano grattugiato
5-6 cucchiaini di olio extravergine
sale marino integrale qb
noce moscata qb
Facoltativo: 2-3 carote.



Purè light

Un purè semplicissimo, molto light ma ugualmente molto goloso. Pelare le verdure e lavarle bene. Metterle in una casseruola e coprirle di acqua salata. Cuocere per 20 minuti. A fine cottura togliere quasi tutta l'acqua di cottura, lasciandone circa 250/300 ml.

Aggiungere il parmigiano e l'olio e lasciare riposare coperto per qualche minuto fintanto che il parmigiano inizierà a "filare".

Con il mini-pimer frullare a crema. Se necessario aggiungere ancora parmigiano, regolare di sale e aggiungere la noce moscata continuando a frullare. Se troppo sodo (ma è raro! In genere il problema è avere lasciato troppo liquido) aggiungere altra acqua di cottura (che in pratica viene utilizzata al posto del latte). Servire caldo.