

10 ricette con la zucca

realizzato da
Christian Consilvio



10

RICETTE CON LA ZUCCA

realizzate da

CHRISTIAN CONSILVIO

www.chefblog.it

distribuito gratuitamente
esclusivamente dal mio sito

www.chefblog.it

Note :

*Sono tutte ricette prese pari pari dal mio blog Chefblog.it
I tempi di cottura e il peso degli ingredienti sono indicativi.*

Le ricette sono scritte in modo molto comprensibile, non uso un linguaggio tecnico nei limiti del possibile, evito di scrivere per ogni ricetta le cose ovvie, se ad es. scrivo la ricetta della mousse di fragole non scrivo mondare le fragole, lavarle, asciugarle, etc.etc. sono passaggi obbligatori scontati che stanno al buon senso del lettore.

INTRODUZIONE

“Ciao, questo mini e-book è realizzato con ricette semplici e di base, è una piccola raccolta di ricette sulla zucca che ho pubblicato anni fa sul blog, in questi anni la mia cucina è cambiata, alcune ricette presenti oggi le rifarei in modo diverso ma è bello anche vedere le cose come erano prima e come si cambia nel tempo, oggi il mio interesse è rivolto verso una cucina naturale quindi queste ricette non mi rappresentano oggi ma restano ricette validissime, se mi seguirai sul blog avrai modo di conoscermi meglio .”

Grazie

Buona lettura

Ci si vede sul blog

Ciao

Christian Consilvio

www.chefblog.it

Seguimi su Facebook :

<https://www.facebook.com/pages/Chefblog/207493789321876>

LA PUREA DI ZUCCA

PER LE RICETTE

La purea di zucca che serve per le varie ricette è possibile ottenerla in vari modi, per gli gnocchi è preferibile che venga cotta al forno in quanto la zucca deve asciugarsi, pensate agli gnocchi di patate che occorre scegliere le patate adatte che devono essere farinose e vecchie per fare dei buoni gnocchi, da qui capirete che farli di sola zucca non è semplice, infatti la versione con le patate è più facile.

La zucca dobbiamo asciugarla il più possibile ma senza bruciarla, per questo la via migliore è sbucciarla, togliere i semi e farla a fette di circa 1,5 cm, disporla su una placca con carta da forno e infornare a 170/175 ° (per circa 40 minuti ma è indicativo in quanto ci sono molte variabili come il tipo di forno, il tipo di zucca, lo spessore etc.etc.) e cuocete fino a quando è ben cotta ossia si controlla con una forchetta e quando si schiaccia bene è pronta, se alziamo la temperatura cuoce prima ma seccherà la parte esterna.

Oppure un altro metodo comodo è lavare la zucca, tagliarla a grandi spicchi con la buccia ed avvolgere ogni spicchio in carta stagnola (alluminio) ed infornare per circa 30 minuti a 200° anche qui bucare con una forchetta e verificare la cottura, una volta cotta si ricava la purea.

Per le altre ricette come il soufflè, lo sformatino e la pasta la purea può invece essere cotta a vapore.

In tutti i casi la polpa una volta cotta la si riduce in purea con un setaccio, con un robot da cucina o con una forchetta.



GNOCCHI DI ZUCCA

Ingredienti per 4 persone : 600 gr. di purea di zucca cotta al forno e passata, 200 gr. Di farina 00, 3 tuorli, 60 gr. formaggio grattugiato, qb di sale e pepe, burro 50 gr, erba salvia 12 foglie

Per prima cosa cuocere la zucca come descritto in prima pagina.

Ora potete schiacciare la zucca con una forchetta oppure potete metterla in un robot da cucina oppure passarla con un setaccio, l'importante è ottenere una polpa cremosa, unire la farina, l'uovo, formaggio grattugiato, sale, pepe e amalgamare bene il tutto.

Mettete una pentola capace con acqua sul fuoco, salate e portate a bollore, preparate intanto un tegame con del burro ed erba salvia.

Il composto è morbido quindi avete 2 possibilità, o usate 2 cucchiaini oppure un sac à poche con 2 cucchiaini vengono più grossi col sac à poche vengono più piccoli come in foto, vedete voi, in pratica per chi non è pratico con 1 cucchiaino si prende un pò di composto e con l'altro cucchiaino lo si fa scivolare nell'acqua bollente, occorre essere un pò veloci, quando vengono a galla sono pronti come gli gnocchi di patate, quindi è normale che non potete levarli tutti insieme ma a mano a mano che affiorano e si passano direttamente nella pentola col burro e salvia.

Spolverare di formaggio grattugiato, grana padano o parmigiano reggiano come preferite e servire.

Pasta con la Zucca



PASTA CON LA ZUCCA

Ingredienti x 4 persone : 400 gr. zucca, 1/2 cipolla, timo, guanciale, olio extravergine, burro, salvia o rosmarino, formaggio grattugiato qb.

Si tratta di una pasta condita con una crema di zucca e da zucca saltata in padella con della pancetta, la pancetta è facoltativa.

Partiamo con la crema, in una pentola mettere dell'olio extravergine e della cipolla tritata, fate imbiondire e unite la zucca opportunamente pelata e tagliata a cubetti, fate insaporire con la cipolla e bagnate con del vino bianco, fate sfumare e aggiungete dell'acqua o brodo vegetale ma io preferisco solo acqua, sale e pepe.

Fate cuocere un 10/15 minuti, il tempo varia in base alla grandezza dei cubetti dopodichè una volta cotta la zucca con un mixer ad immersione frullate, il composto dovrà essere abbastanza denso, dalla foto si capisce.

Un'altra parte di zucca la tagliate a julienne (bastoncini) e la fate saltare in una padella con poco burro, olio extravergine e erba salvia o rosmarino a gusto vostro, prima a fiamma alta e poi bassa, dopo 5 minuti unite della pancetta affumicata e fate saltare altri 5 minuti, spolverate di timo fresco, aggiustate di sale e spegnete.

Fate cuocere la pasta, scolate e unitela alla zucca nella padella con la pancetta, unite la crema e saltate per bene. Servite con una grattata di formaggio saporito/piccante a vostra scelta.

“FETTUCCINE di ZUCCA
con finocchi e
gamberi”



Fettuccine di zucca con finocchi e gamberi

Ingredienti x 6/8 persone :

Per la pasta fresca alla zucca: 300 gr. farina 00, 300 gr. di semola di grano duro, 3 uova, 200 gr. di polpa di zucca, finocchi 2, gamberoni 2 a testa, o gamberetti 8 a testa, cumino 1 pizzico, 1 limone

Preparazione :

Vi presento 2 versioni entrambe ottime, una con i gamberoni o gamberetti come preferite e una solo con finocchi.

Per prima cosa cuocere la zucca come descritto in prima pagina.

Ora fate raffreddare la polpa di zucca e frullate con le uova, poi impastate come una normale pasta all'uovo .

Fate riposare in frigorifero la pasta avvolta nella pellicola per 1 ora e poi ricavate le fettuccine.

I finocchi vanno semplicemente fatti brasare tagliati a julienne molto fine, a fuoco lento solo con dell'olio extravergine aggiungendo solo sale, pepe, un pizzico di cumino e una presina di semi di levistico tenendo presente che le spezie sono facoltative e vanno a seconda dei gusti vostri, ora se fate la prima versione a fine cottura dei finocchi aggiungete i gamberi a pezzetti e fateli cuocere un minuto, se fate la seconda versione senza gamberi invece è finita qui, in entrambi i casi finite i finocchi con una spruzzata di succo di limone.

Fate cuocere le fettuccine in acqua salata, scolatele e conditele con un filo d'olio extravergine e una noce di burro, mettete sul fondo del piatto i finocchi con o senza i gamberi, e disponete sopra le fettuccine, un filo d'olio e via. Se fate la seconda versione spolverate con formaggio grattugiato.

RISOTTO con la ZUCCA



Risotto con la zucca

Ingredienti x 4 persone :

320 gr. riso vialone nano o carnaroli, 350 gr. di zucca, brodo vegetale o di carne, ½ cipolla, 1 bicchiere di vino bianco secco, 50 gr. parmigiano grattugiato, 50 gr. di burro, sale e pepe

Preparazione :

Dopo tutte le ricette con la zucca pubblicate sul blog direi che non poteva mancare il risotto, il procedimento per il risotto alla zucca è molto semplice, ho voluto dare un tocco di originalità al piatto mettendo il risotto all'interno di una bella fetta di zucca, basta prendere la zucca del tipo un po' lunga, non rotonda, tagliare una fetta alta 3 cm e farla cuocere al vapore lasciandola "al dente", oppure mettetela direttamente nel brodo vegetale e controllate la cottura.

Intorno alla zucca vedete sempre della zucca a dadini saltata al burro e poi con aggiunta di aceto balsamico, si porta a cottura e se si asciuga troppo aggiungete un po' di brodo vegetale che usate per il risotto.

Personalmente penso che il risotto alla zucca abbia un sapore piatto se fatto semplice senza contrasti, con questa aggiunta che va messa in parte i sapori sono distinti e si dà al piatto un tocco di vitalità in più.

Per il risotto preparate un brodo vegetale, fate un fondo di cipolla tritata e burro, unite il riso e fate tostare, bagnate con vino bianco, unite la zucca a dadini (dopo il vino perchè altrimenti non si tosta bene il riso) e procedete col brodo vegetale come per un normale risotto, poco brodo

Soufflè di zucca



Soufflé di Zucca

E' una preparazione della cucina classica, la maggior parte dei soufflè prevede un composto a base di besciamella a cui aggiungere l'ingrediente principale e le uova, il soufflé classico di verdura è semplicemente purea di verdura cotta, opportunamente insaporita e spadellata (anche per farla asciugare) a cui si aggiungono la besciamella (oppure panna come nel caso delle patate) e le uova, i tuorli prima e i bianchi d'uovo a neve poi. E' fondamentale servirlo subito appena sfornato perchè si sgonfia subito se è un vero soufflè, già quello in foto ha iniziato a sgonfiarsi.

Ingredienti per 6 persone: [besciamella](#) 1/3 di litro, 5 uova, 100 gr. Di formaggio a pasta semidura, 50 gr. di parmigiano grattugiato, purea di zucca 200 gr.

Preparazione :

Per prima cosa cuocere la zucca come descritto in prima pagina.

Una volta cotta passatela al setaccio e tenete da parte. Preparate una [salsa besciamella](#) abbastanza densa, direi un 60 gr di farina per litro di latte e fate raffreddare. Incorporate una volta freddo i rossi d'uovo, il formaggio tagliato a dadini piccoli e quello grattugiato, unite la purea di zucca e i bianchi montati a neve. Amalgamare il tutto delicatamente e quando mettete i bianchi girate dal basso verso l'alto.

Imburrate e infarinate gli stampini di porcellana, riempirli a 3/4 e infornate per 20 minuti a 175 gradi.

Servire subitissimo.

Sformatino di Zucca

Con salsa alle erbe
e acciughe



Sformatino di zucca con salsa alle erbe e acciughe

Ingredienti per 6 persone: Besciamella 1/3 di litro, purea di zucca 400 gr, formaggio grattugiato 40 gr, sale, pepe, noce moscata, 3 uova. Erbe, aglio e acciughe.

Preparazione :

Cuocere la zucca come descritto in prima pagina, preparare la *besciamella*, unire la zucca alla besciamella, unire le uova, il formaggio e insaporire con sale, pepe e noce moscata.



Mettere il composto in stampini imburrati e spolverati con formaggio grattugiato come in foto, mettere gli stampini a bagno maria quindi in una placca da forno e unire acqua fino a 3/4 dello stampino, coprire la placca e infornare per circa 45 minuti a 170 °. Far intiepidire prima di sformarli.

Per la salsa di erbe far imbiondire in un tegame dell'aglio con olio extravergine d'oliva e 2 acciughe sott'olio, unire le erbe lavate e spezzettate, poco sale, spadellare 2 minuti, unire qualche cucchiaio di acqua fredda e frullare.

Disporre la salsa sul piatto e mettere al centro lo sformato su un crostino in modo che stia fermo e non si inzuppi di salsa.

*Fegato di Vitello
con Uva nera e
sformato di
zucca.*



Chefblog.it

Fegato di vitello con uva nera e sformato di zucca

Ingredienti x 4 persone: 4 fette di fegato di vitello, 400 gr di uva nera, 1 cipolla, 2 bicchieri di vino rosso, 2 bicchiere di acqua, pepe nero in grani, 4 sformatini di zucca, 4 cucchiari di cubetti di zucca, 60 ge. Burro, 8 foglie erba salvia.

Preparazione :

Questo è uno dei pochi piatti presenti in questa raccolta che mi sento di sconsigliare a chi è poco pratico di cucina, questo potrebbe anche essere un piatto da ristorante.

Partiamo con la salsa all'uva nera e cipolle che è il pezzo forte, (più o meno X 4 persone 400 gr. di uva, 2 bicchiere di vino rosso, 2 bicchiere di acqua, 1 cipolla) in un pentolino mettere dell'olio extravergine d'oliva e unirvi la cipolla tagliata grossolanamente tanto poi v'è frullato tutto, far rosolare a fiamma moderata, unirvi l'uva tagliata a metà, bagnare con vino rosso, acqua e pepe nero in grani, sale.

Far bollire a fiamma lenta per circa 15/20 minuti, frullare il tutto, filtrare e rimettere nel pentolino, con la polpa che rimane di uva e cipolle create una o più quenelles che metterete sopra il fegato come in foto, far ridurre altri 5 minuti (se serve), i tempi sono indicativi perchè quando si parla di minuti e di riduzioni basta un poco di liquido in più o

meno, 1 minuto in più o meno per rovinare la salsa, quindi l'occhio del cuoco/a è sempre fondamentale, la cosa migliore è assaggiare e mettere poco sale all'inizio in modo che riducendo non diventi salato, si aggiusta alla fine.

Il fegato va leggermente infarinato e si passa in padella con burro e salvia, fiamma media e circa 1 minuto per lato poi dipende dalla cottura che desiderate, chi lo vuole ben cotto lo faccia cuocere, il fegato è l'ultima cosa da fare.

Preparare degli acini di uva privati dei semi tagliati a spicchi e dei cubetti di zucca (cotti) come da foto, la zucca dovendo fare lo sformato ce l'avete già, ne terrete da parte un pò per la guarnizione.

Quando tirate fuori il fegato dalla padella, eliminate il burro di cottura, versatevi dentro la salsa all'uva che andrà a raccogliere quel poco di fondo rimasto del fegato, quindi far bollire 10 secondi, unirvi se volete una noce di burro che aiuterà a tirare la salsa e stendete sul piatto, mettere lo sformato di zucca, sopra lo sformato adagiarvi le fettine di fegato, sopra il fegato mettere la quenelles di cipolle e uva, cospargere con la zucca a cubetti e l'uva che avrete fatto spadellare 10 secondi con un filo d'olio extravergine e servire.

Gnocchi di Zucca e
patate con peperoni e
champignons



Christian © chefblog.it 2011

Gnocchi di zucca e patate con peperoni e champignons

Ingredienti x 4 persone : per gli gnocchi - 300 gr. Patate farinose, 300 gr. purea di zucca, 175 gr. Farina 00, 1 uovo, 50 gr. parmigiano grattugiato per il condimento : 200 gr. Champignons, 1 peperone, 1 spicchio d'aglio, olio evo, 1/2 bicch. vino bianco, sale e pepe qb.

Preparazione :

Lavate le patate (patate vecchie e farinose) e lessatele con la buccia, una volta cotte pelatete e passatele con lo schiaccia patate.

Ricavate la polpa di zucca come descritto nella prima ricetta dei gnocchi di zucca.

Impastare la zucca e le patate con la farina e il tuorlo, sale, pepe e parmigiano grattugiato e ricavare i gnocchi.

Per la salsa affettate i funghi e tagliate a cubetti i peperoni, in un tegame far soffriggere aglio e olio extravergine, unire i funghi e i peperoni contemporaneamente tanto vogliamo una cottura al dente per i peperoni quindi il tempo di cottura dei funghi andrà bene anche per i peperoni, bagnare con poco vino bianco secco e terminate la cottura.

Versare gli gnocchi nell'acqua bollente salata ed estraeteli mano a mano che affiorano, versarli direttamente nella pentola con il condimento, condire e servire.

La versione più classica è burro e salvia.

**BAVETTE CON ZUCCA , FINFERLI
e guanciale**



chefblog.it 2010

Bavette con zucca, funghi finferli e guanciale

Ingredienti x 4 persone : 360 gr pasta, 250 gr funghi finferli, 100 gr pomodoro concassé, 250 gr zucca, 150 gr guanciale, olio evo, 1 spicchio aglio, 50 gr provolone, qb timo fresco.

Preparazione :

Pulite la zucca e tagliate a cubetti come in foto (un pugno a persona) scaldate una pentola antiaderente e saltate la zucca con un filo d'olio, salate, mettete la fiamma al minimo e coprite con un coperchio la pentola, saltate e coprite per circa 5 minuti e la zucca sarà cotta, col coperchio cuocerà delicatamente e più velocemente senza abbrustolire all'esterno che cambierebbe il sapore della zucca, mettete da parte.

Nella stessa pentola senza aggiungere nulla saltate il guanciale tagliato a listarelle finchè sia croccante, mettete da parte.

A questo punto sempre nella stessa pentola, scolate il grasso del guanciale dalla pentola, aggiungete uno spicchio d'aglio, poco olio extra, fate rosolare e mettete i funghi lavati, asciugati e tagliati grossolanamente, spadellate per bene e dopo qualche minuto aggiungete del pomodoro fresco a cubetti e timo fresco, aggiustate di sale e pepe, portate a cottura, il tempo dipende dalla quantità quindi dovete vedere voi, per 2 persone basteranno 5 minuti.

Ora cuocete la pasta, scolate e saltate con i funghi, mettete dell'acqua di cottura se serve, aggiungete poco provolone grattugiato e impiattate,

sopra versate la zucca e il guanciale come in foto.

Mi pare ci sia tutto quindi direi un piatto semplice ma che fa una bella figura.



Crema di zucca e finocchi con ricotta e

Ingredienti x 4 persone : 300 gr zucca, 300 gr finocchi, 600 ml brodo, 100 ml panna fresca, 20 gr. Maizena, 80 gr. Ricotta, 30 gr. Mostarda, 4 amaretti .

Preparazione:

Per prima cosa preparate un brodo vegetale.

Pulire la zucca, tagliarla a fette spesse 1 cm, fate lo stesso con i finocchi e fateli cuocere al vapore.

Addensare leggermente il brodo vegetale con la maizena che deve essere sciolta prima in una ciotola con acqua fredda e poi inserita nel brodo bollente mescolando con una frusta, si fa cuocere poi pochi minuti.

Una volta ottenuto il brodo addensato, lo dividiamo in 2 parti, uniamo la zucca lessata in uno e il finocchio lessato nell'altro e andremo a frullare con un mixer ad immersione, abbiamo le 2 creme, aggiustare di sale e pepe e finire solo la crema di zucca con poca panna liquida.

Tritare della mostarda e condire la ricotta, creare poi le quenelles da mettere nella crema in centro come in foto e sopra la quenelles sbriciolate un pò di amaretto.

Per mettere la quenelles al centro del piatto e farla stare ferma occorre mettere la quenelles su un crostino di pane e metterlo nel piatto prima delle creme.

Per impiattare e tenere le 2 creme separate dovete versare le 2 creme lentamente e contemporaneamente, un filo d'olio extravergine e via.

Questo mini e-book realizzato da *Christian Consilvio* è
distribuito gratuitamente solo dal sito
www.chefblog.it

Mi sono divertito a fare questo mini e-book e spero ti sia piaciuto, sono ricette di base nulla di che ma volevo provare a realizzare un mini e-book, è il primo che faccio e non sono molto pratico quindi mi farebbe piacere ricevere dei commenti sia positivi che negativi, quindi scrivimi pure senza problemi, il mio indirizzo mail è : chefblog1@gmail.com

Ti ringrazio e continua a seguirmi.

Ci si vede sul blog

Ciao

Christian Consilvio

www.chefblog.it

Seguimi su :

Facebook : <https://www.facebook.com/pages/Chefblog/207493789321876>

Twitter : <https://twitter.com/#!/chefblog1>

Google Plus : <https://plus.google.com/110540908888631174526/posts>

Tutti i diritti riservati. ©

E' vietata ogni riproduzione, totale o parziale su qualunque supporto senza la mia esplicita autorizzazione scritta.