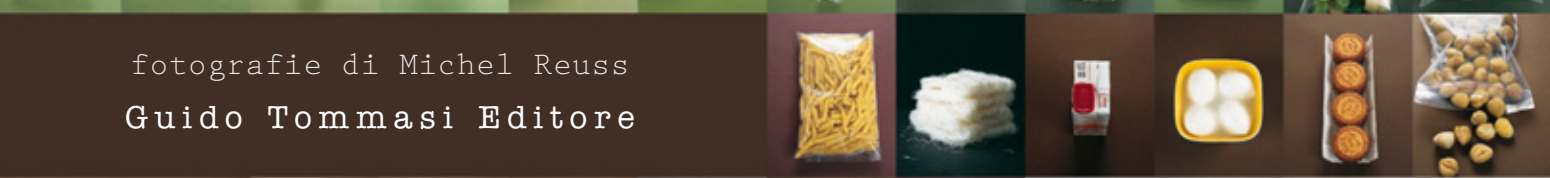




# JULIE ANDRIEU



la mia piccola cucina



fotografie di Michel Reuss  
Guido Tommasi Editore

# I MIEI TRUCCHETTI PER LA SPESA

## AL MERCATO

Fate una lista, classificando i prodotti per tipo, così eviterete di perdere tempo andando avanti e indietro da un reparto all'altro.

Quando trovate un prodotto raro (di solito capita con i cibi esotici), compratene in gran quantità e fatene scorta.

- Nel congelatore: steli freschi di citronella, sfoglia per ravioli cinesi, pasta fillo, scaloppe di foie gras, zenzero fresco.

## NEL FRIGORIFERO

Si pensa di conoscerlo come le proprie tasche ma non per questo si sa necessariamente sfruttarlo al meglio:

- Più in alto è, più freddo è: sistemate gli alimenti più delicati (carne, pesce, prodotti a base di latte crudo) sui ripiani superiori, gli yogurt e i cibi cotti al centro, la frutta, la verdura e i formaggi nei contenitori (utilizzate recipienti o sacchetti ermetici).
- Uova: scegliete uova extra-fresche che si conservano più a lungo, fino a 3 settimane. Mettetele con la punta in basso nel loro scomparto.
- Avvolgete i formaggi in un panno umido invece che nella pellicola che li fa sudare.
- Conservate in frigo i diversi tipi di olio – soprattutto i più delicati e quelli che si utilizzano in piccole dosi, come l'olio di noci, nocciole, sesamo – per evitare che irrancidiscano, perdendo il loro profumo. Teneteli nello scomparto dello sportello del frigorifero e tirateli fuori 30 minuti prima di utilizzarli in modo che non siano rappresi.
- Tenete sempre in casa tante paste spalmabili: potrete preparare tartine all'ultimo minuto ma scegliete quelle che, una volta aperte, si conservano più a lungo come il pistou, la tapenade, la pasta d'acciughe, l'hummus.
- Fate in modo di avere sempre il latte, il burro, le uova, i limoni (quelli verdi che non marciscono), qualche arancia, la senape, i capperi e un parmigiano di buona qualità in un unico pezzo o grattugiato.
- Sarebbe meglio sistemare la frutta oleosa (mandorle, noci, pinoli) in frigorifero per evitare che irrancidisca.
- La senape si conserva in frigorifero. Per non far seccare la superficie, copritela con una fettina sottile di limone.

## IN DISPENSA

- Comprate le spezie e gli olii profumati in piccole quantità perché tendono a perdere il loro aroma nel giro di un anno.
- Conservate spezie e olii al riparo dall'umidità, dal calore e dalla luce. L'ideale sarebbe travasare l'olio d'oliva in lattine opache.
- Tenete sempre diversi tipi di riso, pasta e cereali: a chicco tondo, lungo, precotto, selvatico, penne, fusilli, spaghetti, maccheroni e tubetti per fare gratin ma anche noodles, bulgur, semola di grano duro, polenta.
- Non lesinate sui prodotti che si conservano quasi in eterno: dadi, buste di preparato per brodo, fondi di cottura in polvere, salsa di soia, tonno sottolio, foie gras in conserva, verdure sottolio in barattolo, funghi secchi, Tabasco, pasta di curry, latte di cocco, tahini (pasta di sesamo), olii particolari, acqua di fiori d'arancio (di qualità) e acqua di rose, crema di marroni, tipi di zucchero (di canna, bianco e vergeoise), gelatina in fogli, savoiardì, lievito, essenza di vaniglia, spéculoos, amaretto, sherry, calvados, armagnac, cognac, vino bianco in bottiglie da 200 ml. E anche panna liquida e latte a lunga conservazione, salsa di pomodoro.



## NEL CONGELATORE

Ecco un elettrodomestico che torna utile a qualsiasi età: dal gelato dei ragazzini alla frutta del giardino della nonna, passando per la pizza, gli avanzi o la vodka, il congelatore è diventato uno degli elementi irrinunciabili in una cucina contemporanea.

- Prima di giocare ai mastri gelatai, verificate la potenza del vostro elettrodomestico: 3 stelle bastano per conservare i surgelati, ma ne occorrono non meno di 4 per congelare i cibi preparati in casa. E non dimenticate di attaccare su ogni alimento un'etichetta con la data di congelazione perché il cibo non si mantiene fresco in eterno.
- La maggior parte degli alimenti non ha bisogno di essere scongelata prima della cottura. Se tuttavia dovete farlo, lasciate scongelare la carne e il pesce in frigorifero (per renderli meno sensibili all'attacco dei batteri).

## SURGELATE PER NON ESSERE MAI PRESI ALLA SPROVVISTA...

- **LE UOVA:** sbattute e versate in un recipiente, vi torneranno utili per preparare dolci e omelette.
- **LA CRÈME FRAÎCHE:** è un tipo di panna che si può congelare facilmente, ma poi non dovete cercare di montarla.
- **LA PANCETTA A CUBETTI:** è molto pratica per profumare una terrina o un piatto di spaghetti alla carbonara.
- **I FORMAGGI:** abbastanza grassi e stagionati si possono conservare nel congelatore per 6 mesi al massimo. Potete fare lo stesso anche con il formaggio grattugiato.
- **IL PANE:** tagliato a fette per non essere costretti a tirar fuori una forma di pane enorme al minimo languorino.
- **LA PASTA FRESCA:** torna sempre utile quando gli amici vi piombano in casa all'improvviso.
- **IL VINO:** non abbiate paura di vuotare i fondi di bottiglia in sacchetti di plastica a chiusura ermetica. Molto utili per cucinare senza dover stappare bottiglie di pregio.
- **I SUGHI E I FONDI DI CARNE:** versate quello che rimane del sugo dell'arrosto nelle vaschette per il ghiaccio. Una squisitezza nella pasta, nei risotti o anche in una cocotte di verdure.
- **LE CRÊPES FATTE IN CASA:** si possono congelare senza problemi a patto di averle cotte con l'olio, perché il burro ha la tendenza a rapprendersi.
- **TUTTI I DOLCI,** così come i croissant, si possono surgelare appena dopo la cottura.
- **IL SUCCO D'ARANCIA** spremuto fresco e versato in bottigliette di plastica, soddisferà i pigri o i super-impegnati.
- Pensate anche alla **SELVAGGINA!** Sappiate che la vendita è proibita al di fuori del periodo consentito per la caccia, quindi cercate di stoccarne una piccola quantità personale.



Non posso uscire,  
sto cucinando  
per il mio  
congelatore.

PER 6 PERSONE | 5 MINUTI DI PREPARAZIONE | 5 MINUTI DI COTTURA

## Melanzane all'orientale

### FRESCO

400 g di yogurt greco o di formaggio bianco spalmabile

### SURGELATO

2 sacchetti di melanzane grigliate (600 g)  
1 cucchiaio abbondante di aglio tritato  
2 cucchiaini di menta tritata

### IN DISPENSA

2 cucchiaini di olio d'oliva  
sale, pepe

### VINO

Rosa del Golfo Rosato, Rosa del Golfo, Puglia  
Montepulciano d'Abruzzo Cerasuolo, Masciarelli, Abruzzo

Mescolate lo yogurt e l'aglio. Unite la menta, il sale, il pepe e tenete da parte.

Scaldare l'olio d'oliva in una padella capiente, poi mettetele le melanzane surgelate e doratele per 2 minuti su ogni lato a fuoco abbastanza alto. Arrotolatele e mettetele in un piatto, poi coprite con lo yogurt all'aglio. Servite subito.

**CONSIGLIO** > Questa ricetta semplicissima non si può preparare in anticipo, eccezion fatta per lo yogurt. Lo splendore del piatto si deve al contrasto tra le melanzane bollenti e croccanti e la freschezza dello yogurt.

**SUGGERIMENTO** > Benché naturalmente leggera, può esserlo ancora di più se dorate le melanzane in una padella antiaderente, senza olio, e se utilizzate un formaggio privo di grassi.



PER 2 PERSONE | 10 MINUTI DI COTTURA AL MASSIMO

## Fricassee di calamari all'anchoyade

### SURGELATO

300 g di teste e tentacoli di calamari  
250 g di verdure al vapore alla provenzale  
1 cucchiaio di aglio tritato  
2 cucchiaini di dragoncello tritato

### IN DISPENSA

1 cucchiaio di anchoyade  
2 cucchiaini di vino bianco secco  
2 cucchiaini di olio d'oliva  
olive nere per decorare  
sale, pepe

### VINO

Rosa del Golfo Rosato, Rosa del Golfo, Puglia  
Montepulciano d'Abruzzo Cerasuolo, Masciarelli, Abruzzo

Scaldare l'olio in una padella per friggere o in un wok. Versare i calamari surgelati e l'aglio. Saltare a fuoco molto vivo finché l'acqua non evapora. Irrorate con vino bianco, mescolate di nuovo e aggiungete le verdure e l'anchoyade. Rosolate per 4 minuti. Salate, pepate e togliete dal fuoco. Unite il dragoncello, decorate con alcune olive nere poi servite.

**VARIANTE** > Potete sostituire l'anchoyade con la tapenade.





# Tavola degli ingredienti

<b>I MIEI TRUCCHETTI PER LA SPESA</b>	<b>4</b>	<b>PERCHÉ FUSION NON DIVENTI CONFUSION</b>	<b>98</b>
<b>ABBIAMO TUTTI UNA MAMMA ITALIANA CHE SONNECCHIA DENTRO DI NOI</b>	<b>8</b>	I miei feticci	100
I miei feticci	10	Lassi zen	102
Grissini di pita con sesamo e papavero	12	Galette di quinoa ai funghi	104
Calzone in padella	14	Galette di grano al curry	106
Speedza mozzarella	16	Dip di haddock alle erbe	108
Focaccia con pancetta e origano	18	Zuppa di carote con haddock e zenzero	110
Bruschette alla mozzarella marinate	20	Insalata di pollo con erbe e citronella	112
Suppli alla bolognese	22	Insalata biryani di frutta e verdura	114
Arancini alla mozzarella	24	Insalata di vermicelli con i gamberi	116
Tartelettes di formaggio ai carciofi	26	Pollo alle noci caramellate	118
Torta con rucola e pinoli	28	Spiedini di anatra laccata all'ananas	120
Insalata tiepida di broccoli ai semi	30	Noodles cinesi con anatra e marmellata di cipolle	122
Crumble primavera	32	Gamberi al formaggio come in Malesia	124
Risotto con verdure	34	Salmone saltato all'ananas	126
Risotto rosso al salame	36		
Risotto alla zucca e ricotta affumicata	38	<b>UTILE QUANDO SI INVITA A CENA IL CAPO</b>	<b>128</b>
Insalata di fusilli	40	I miei feticci	130
Insalata di spaghetti integrali al caviale di melanzane	42	Rillettes di anatra ai porcini	132
Maccheroni, fagiolini, patate e pesto	44	Flan di asparagi al parmigiano	134
Fusilli alla fontina e al basilico porpora	46	Torta di sfoglia con finferli, asparagi e gorgonzola	136
Penne con misticanza e formaggio croccante	48	Quiche soufflé con pisellini e ricotta	138
Spaghetti alla puttanesca	50	Mini charlotte di formaggio di capra fresco e asparagi	140
Lasagne della dispensa alle melanzane e mozzarella	52	Vichyssoise di cavolfiore al miele	142
Gnocchi alla romana	54	Zuppa di ravioli ai porri caramellati	144
Tonno semicotto al pesto	56	Lenticchie cremose alle spezie	146
		Insalata di rucola con pesche e parmigiano	148
<b>DELPHINE, JULIE, BARBARA, LILI, MARION E GWENAELLE</b>	<b>58</b>	Insalata calda di ceci con sanguinaccio	150
I miei feticci	60	Insalata di castagne croccanti con pancetta	152
Granita di gazpacho	62	Tagliatelle al ragù	154
Carotococa	64	Polpette alla bourguignonne su cuore di lattuga	156
Blue crumpets	66	Manzo-cocotte	158
Tatin di ciliegie al formaggio di pecora basco	68	Carré di agnello in crosta di sale e timo	160
Torta con fichi e anchoyade	70	Pollo Strogonoff	162
Tarte Tatin ai carciofi e cantal	72	Coniglio con prugne mirabelle e timo	164
Mini flan con senape e soia	74	Sgombri croccanti alla senape	166
Melanzane all'orientale	76		
Sformato di penne alle melanzane	78	<b>COSA C'È DI PIÙ DIFFICILE CHE PENSARE A UNA CENETTA ROMANTICA?</b>	<b>168</b>
Carpaccio di haddock	80	I miei feticci	170
Galette croccante di riso e pisellini allo zafferano	82	Le mie noci salate e caramellate	172
Riso basmati al tè verde	84	Pop-corn con noci pecan	174
Petti di pollo al limone e mandorle	86		
Tajine di pollo con confit di pomodori	88		
Fricassee di calamari all'anchoyade	90		
Filetti di orata soffici	92		
Triglie in escabeche di agrumi	94		
Tonno confit ai peperoni	96		

Briouats al formaggio fresco	176	Taboulé di semola integrale	
Avocado mimosa	178	e lenticchie al limone	262
Zuppa fredda di olive alle erbe	180	Meatloaf con pomodori secchi	264
Guacamole di carciofi all'arancia	182	Pagnotta alle uova	266
Tartare di barbabietola		Roll guaca-bacon	268
al formaggio di capra	184	Gamberi club	270
Tartare pepata manzo-formaggio	186	Nems di salmone affumicato e rucola	272
Insalata di verdure		Bagel al salmone affumicato	
con salmone marinato	188	e cipolle rosse	274
Ceviche di capesante appassionate	190	Mini-cakes con fichi e chorizo	276
Carpaccio di gamberi all'olio di timo	192	Cake con mais e zafferano	278
Spigola dorata con la mia salsa vergine	194		
Pesce saltato con verdure croccanti			
e arachidi	196	<b>CHI NON RISICA NON ROSICA</b>	<b>280</b>
Riso tostato al confit di anatra	198	I miei feticci	282
Pastilla di anatra alle olive	200	Caffè italiano	284
Tagliatelle con piselli e salmone	202	Trifle di Brigitte	286
Pasta bianca	204	Cakes svizzeri con miele	
		e fiori d'arancio	288
<b>SOTTO L'ALBERO</b>	<b>206</b>	Parfait gelato al torrone	290
I miei feticci	208	Cheesecake al tiramisù	292
Mousse di anguilla affumicata	210	Dolce tutto rosa	294
Merluzzo marinato all'acquavite	212	Torta fresca al pralinato	296
Tartare superlusso	214	Riso al latte express	298
Foie gras glassato con ciliegie e cacao	216	Milk-shake del mattino	300
Cartocci di capesante al foie gras	218	Caffè-zabaione a modo mio	302
Vellutata di crostacei		Piramidi gelate alle spezie	304
alle capesante	220	Gelato all'olio d'oliva e pralinato	306
Tortino di mele, patate e foie gras	222	Composta di mango e carote	
Pissaladière di scampi	224	all'acqua di rose	308
Salmone affumicato da me	226	Gratin alle mandorle	
Sashimi di salmone gravlax	228	e ai due fichi	310
Scampi saltati con fave		Specie di trifle alle albicocche	312
e pancetta	230	Sunday alle mandorle	314
Parmentier di anatra confit ai porcini	232	Moelleux di zucchine alle mandorle	316
		Nuvola di panna con frutta secca	318
		Sfoglie con prugne e mandorle	320
		Marmellata di prugne mirabelle	
<b>LA CUCINA PER MARITI E FIDANZATI NON DEVE</b>		all'aceto balsamico	322
<b>ESSERE CONFUSA CON LA CUCINA</b>		Prugne mirabelle bollenti alla mousse di	
<b>FATTA DA MARITI E FIDANZATI</b>	<b>234</b>	formaggio di capra	324
I miei feticci	236	Torta con scorze di arance amare	326
Mac' and cheese	238	Torta ai lamponi e cioccolato	328
Welsh rarebit alla salvia	240	Maxi-coulant al cioccolato, basilico	
Panini alla fondue di formaggio	242	e fiori d'arancio	330
Coleslaw burger	244	Petit-beurre al cioccolato	332
Torta alla ratatouille		Coppette di mousse	
come una chatchouka	246	al cioccolato e zenzero	334
La mia anatra laccata	248	Bomba gelata con cuore alla rosa	336
Parmentier di vitello alla bolognese	250		
Gratin di tubetti al prosciutto	252		
Bistecche dei chicanos	254	<b>INDICI</b>	<b>338</b>
		Liste della spesa	340
		Tavola degli ingredienti	350
		Tavola delle ricette	352
		Tavola delle ricette per ingrediente	354
		Indice delle ricette	358
<b>IN SALA DA PRANZO O LUNGO IL FIUME</b>	<b>256</b>		
I miei feticci	258		
Balila: insalata di ceci			
al cumino e limone	260		

# Tavola delle ricette

## STUZZICHINI

Grissini di pita con sesamo e papavero	12
Calzone in padella	14
Speedza mozzarella	16
Focaccia con pancetta e origano	18
Bruschette alla mozzarella marinate	20
Supplì alla bolognese	22
Arancini alla mozzarella	24
Blue crumpets	66
Galette di quinoa ai funghi	104
Galette di grano al curry	106
Dip di haddock alle erbe	108
Le mie noci salate e caramellate	172
Pop-corn con noci pécan	174
Briouats al formaggio fresco	176
Avocado mimosa	178
Guacamole di carciofi all'arancia	182
Mousse di anguilla affumicata	210
Merluzzo marinato all'acquavite	212
Tartare superlusso	214
Foie gras glassato con ciliegie e cacao	216

## BIBITE

Granita di gazpacho	62
Lassi zen	102
Caffè italiano	284
Milk-shake del mattino	300
Caffè-zabaione a modo mio	302

## ANATRA

Spiedini di anatra laccata all'anas	120
Noodles cinesi con anatra e marmellata di cipolle	122
Rillettes di anatra ai porcini	132
Pastilla di anatra alle olive	200
Parmentier di anatra confit ai porcini	232
La mia anatra laccata	248

## DOLCEZZE

Tatin di ciliegie al formaggio di pecora basco	68
Torta con fichi e anchoyade	70
Trifle di Brigitte	286
Cakes svizzeri con miele e fiori d'arancio	288
Cheesecake al tiramisù	292
Dolce tutto rosa	294
Torta fresca al pralinato	296
Riso al latte express	298
Composta di mango e carote all'acqua di rose	308
Gratin alle mandorle e ai due fichi	310
Specie di trifle alle albicocche	312
Moelleux di zucchine alle mandorle	316
Nuvola di panna con frutta secca	318
Sfoglie con prugne e mandorle	320
Marmellata di prugne mirabelle all'aceto balsamico	322

Prugne mirabelle bollenti alla mousse di formaggio di capra	324
Torta con scorze di arance amare	326
Torta ai lamponi e cioccolato	328
Maxi-coulant al cioccolato, basilico e fiori d'arancio	330
Petit-beurre al cioccolato	332
Coppette di mousse al cioccolato e zenzero	334

## DESSERT GELATI

Parfait gelato al torrone	290
Piramidi gelate alle spezie	304
Gelato all'olio d'oliva e pralinato	306
Sunday alle mandorle	314
Bomba gelata con cuore alla rosa	336

## ENTREMETS

Mini flan con senape e soia	74
Flan di asparagi al parmigiano	134
Mini charlotte di formaggio di capra fresco e asparagi	140

## TAKE-AWAY

Mac' and cheese	238
Welsh rarebit alla salvia	240
Panini alla fondue di formaggio	242
Coleslaw burger	244
Meatloaf con pomodori secchi	264
Pagnotta alle uova	266
Roll guaca-bacon	268
Gamberi club	270
Nems di salmone affumicato e rucola	272
Bagel al salmone affumicato e cipolle rosse	274
Mini-cakes con fichi e chorizo	276

## VERDURE

Crumble primavera	32
Carotococa	64
Melanzane all'orientale	76

## PASTA

Insalata di fusilli	40
Insalata di spaghetti integrati al caviale di melanzane	42
Maccheroni, fagiolini, patate e pesto	44
Fusilli alla fontina e al basilico porpora	46
Penne con misticanza e formaggio croccante	48
Spaghetti alla puttanesca	50
Lasagne della dispensa alle melanzane e mozzarella	52
Gnocchi alla romana	54
Sformato di penne alle melanzane	78
Tagliatelle al ragù	154

Tagliatelle con piselli e salmone	202	Insalata di rucola con pesche e parmigiano	148
Pasta bianca	204	Insalata calda di ceci con sanguinaccio	150
Gratin di tubetti al prosciutto	252	Insalata di castagne croccanti con pancetta	152
<b>PESCE E CROSTACEI</b>		Tartare di barbabietola al formaggio di capra	184
Tonno semicotto al pesto	56	Insalata di verdure con salmone marinato	188
Carpaccio di haddock	80	Balila: insalata di ceci al cumino e limone	260
Fricassee di calamari all'anchoyade	90	Taboulé di semola integrale e lenticchie al limone	262
Filetti di orata soffici	92		
Triglie in escabeche di agrumi	94	<b>ZUPPE</b>	
Tonno confit ai peperoni	96	Vichyssoise di cavolfiore al miele	142
Zuppa di carote con haddock e zenzero	110	Zuppa di ravioli ai porri caramellati	144
Insalata di vermicelli con i gamberi	116	Lenticchie cremose alle spezie	146
Gamberi al formaggio come in Malesia	124	Zuppa fredda di olive alle erbe	180
Salmone saltato all'ananas	126	Vellutata di crostacei alle capesante	220
Sgombri croccanti alla senape	166		
Ceviche di capesante appassionata	190	<b>CARNE</b>	
Carpaccio di gamberi all'olio di timo	192	Polpette alla bourguignonne su cuore di lattuga	156
Spigola dorata alla mia salsa vergine	194	Manzo-cocotte	158
Pesce saltato con verdure croccanti e arachidi	196	Carré di agnello in crosta di sale e timo	160
Cartocci di capesante al foie gras	218	Coniglio con prugne mirabelle e timo	164
Salmone affumicato da me	226	Tartare pepata manzo-formaggio	186
Sashimi di salmone gravlax	228	Parmentier di vitello alla bolognese	250
Scampi saltati con fave e pancetta	230	Bistecche dei Chicanos	254
<b>TORTE E CAKES SALATI</b>		<b>POLLAME</b>	
Tartelettes di formaggio ai carciofi	26	Petti di pollo al limone e mandorle	86
Torta con rucola e pinoli	28	Tajine di pollo con confit di pomodori	88
Tarte Tatin ai carciofi e cantal	72	Pollo alle noci caramellate	118
Torta di sfoglia con finferli, asparagi e gorgonzola	134	Pollo Stroganoff	162
Quiche soufflé con pisellini e ricotta	136		
Tortino di mele, patate e foie gras	222		
Pissaladière di scampi	224		
Torta alla ratatouille come una chatchouka	246		
Mini-cakes con fichi e chorizo	276		
Cake con mais e zafferano	278		
<b>RISO</b>			
Risotto con verdure	34		
Risotto rosso al salame	36		
Risotto alla zucca e ricotta affumicata	38		
Galette croccante di riso e pisellini allo zafferano	82		
Riso basmati al tè verde	84		
Riso tostato al confit di anatra	198		
<b>INSALATE</b>			
Insalata tiepida di broccoli ai semi	30		
Insalata di pollo con erbe e citronella	112		
Insalata biryani di frutta e verdura	114		

# Tavola delle ricette per ingrediente

<b>ACCIUGHE</b>		formaggio di capra	324
Calzone in padella	14		
Spaghetti alla puttanesca	50	<b>BŒUF BOURGUIGNON</b>	
Manzo-cocotte	158	Tagliatelle al ragù	154
Zuppa fredda di olive alle erbe	180	Polpette alla bourguignonne su cuore di lattuga	156
<b>ACQUA DI FIORI D'ARANCIO</b>		<b>BROCCOLI</b>	
Lassi zen	102	Insalata tiepida di broccoli ai semi	30
Cakes svizzeri con miele e fiori d'arancio	288	<b>CAFFÈ</b>	
Maxi-coulant al cioccolato, basilico e acqua di fiori d'arancio	330	Caffè italiano	284
<b>AGNELLO</b>		Piramidi gelate alle spezie	304
Carré di agnello in crosta di sale e timo	160	Petit-beurre al cioccolato	332
<b>ANANAS SURGELATO</b>		<b>CALAMARI</b>	
Spiedini di anatra laccata all'ananas	120	Fricassee di calamari all'anchoyade	90
Salmone saltato all'ananas	126	<b>CANTAL</b>	
<b>ANATRA</b>		Tarte Tatin ai carciofi e cantal	72
Spiedini di anatra laccata all'ananas	120	<b>CAPELANTE</b>	
Noodles cinesi con anatra e marmellata di cipolle	122	Ceviche di capesante appassionate	190
Rillettes di anatra ai porcini	132	Pasta bianca	204
Riso tostato al confit di anatra	198	Tartare superlusso	214
Pastilla di anatra alle olive	200	Cartoccio di capesante al foie gras	218
Parmentier di anatra confit ai porcini	232	Vellutata di crostacei alle capesante	220
La mia anatra laccata	248	<b>CAPPERI</b>	
<b>ANCHOYADE</b>		Speedza mozzarella	16
Torta con fichi e anchoyade	70	Bruschette alla mozzarella marinate	20
Fricassee di calamari all'anchoyade	90	Spaghetti alla puttanesca	50
<b>ANGUILLA AFFUMICATA</b>		Manzo-cocotte	158
Mousse di anguilla affumicata	210	Tartare di barbabietola al formaggio di capra	184
<b>ASPARAGI BIANCHI</b>		Tartare pepata manzo-formaggio	186
Flan di asparagi al parmigiano	134	Mousse di anguilla affumicata	210
Torta di sfoglia con finferli, asparagi e gorgonzola	136	<b>CARCIOFI</b>	
Mini charlotte di formaggio di capra fresco e asparagi	140	Tartelettes di formaggio ai carciofi	26
<b>AVOCADO</b>		Tarte Tatin ai carciofi e cantal	72
Avocado mimosa	178	Guacamole di carciofi all'arancia	182
<b>BABYBEL GIALLO</b>		<b>CAROTE</b>	
Mac' and cheese	238	Carotococa	64
Welsh rarebit alla salvia	240	Zuppa di carote con haddock e zenzero	110
Gratin di tubetti al prosciutto	252	Composta di mango e carote all'acqua di rose	308
<b>BACON</b>		<b>CASTAGNE</b>	
Roll guaca-bacon	268	Insalata di castagne croccanti con pancetta	152
<b>BARBABIETOLE</b>		<b>CAVIALE DI MELANZANE</b>	
Tartare di barbabietola al formaggio di capra	184	Insalata di spaghetti integrali al caviale di melanzane	42
<b>BISCOTTI DI REIMS</b>		<b>CAVOLFIORE</b>	
Dolce tutto rosa	294	Vichyssoise di cavolfiore al miele	142
Specie di trifle alle albicocche	208	<b>CECI</b>	
<b>BISCOTTI SABLÉS</b>		Insalata calda di ceci con sanguinaccio	150
Torta fresca al pralinato	296		
Prugne mirabelle bollenti alla mousse di			

Balila: insalata di ceci al cumino e limone	260	Cartocci di capesante al foie gras	218
<b>CHAMPIGNON</b>		Tortino di mele, patate e foie gras	222
Pollo Strogonoff	162	<b>FORMAGGIO</b>	
<b>CHEDDAR</b>		Panini alla fondue di formaggio	242
Sformato di penne alle melanzane	78	<b>FONTINA</b>	
Gamberi al formaggio come in Malesia	124	Fusilli alla fontina e al basilico porpora	46
<b>CHORIZO</b>		<b>FORMAGGIO DI CAPRA/PECORA</b>	
Mini-cakes con fichi e chorizo	276	Tartelettes di formaggio ai carciofi	26
<b>CILIEGIE</b>		Insalata di fusilli	40
Tatin di ciliegie al formaggio di pecora basco	68	Tatin di ciliegie al formaggio di pecora basco	68
<b>CIOCCOLATO</b>		Mini charlotte di formaggio di capra fresco e asparagi	140
Piramidi gelate alle spezie	304	Zuppa fredda di olive alle erbe	180
Petit-beurre al cioccolato	332	Tartare di barbabietola al formaggio di capra	184
Coppette di mousse al cioccolato e zenzero	334	Prugne mirabelle bollenti alla mousse di formaggio di capra	324
<b>CIOCCOLATO BIANCO</b>		<b>FRUTTA SCIROPATA</b>	
Specie di trifle alle albicocche	312	Trifle di Brigitte	288
<b>CIPOLLE SURGELATE</b>		Specie di trifle alle albicocche	208
Risotto rosso al salame	36	<b>FRUTTA SECCA</b>	
Risotto alla zucca e ricotta affumicata	38	Nuvola di panna con frutta secca	318
Carotococa	64	Insalata biryani di frutta e verdura	114
Petti di pollo al limone e mandorle	86	<b>FUNGHI SHIITAKE</b>	
Tajine di pollo con confit di pomodori	88	Galette di quinoa ai funghi	104
Triglie in escabeche di agrumi	94	<b>FUSILLI</b>	
Lenticchie cremose alle spezie	146	Insalata di fusilli	40
Insalata calda di ceci con sanguinaccio	150	Fusilli alla fontina e al basilico porpora	46
Pollo Strogonoff	162	<b>GAMBERI</b>	
Sgombri croccanti alla senape	166	Insalata di vermicelli con i gamberi	116
Pissaladière di scampi	224	Gamberi al formaggio come in Malesia	124
Gratin di tubetti al prosciutto	252	Carpaccio di gamberi all'olio di timo	192
<b>CONIGLIO</b>		Spigola dorata con la mia salsa vergine	194
Coniglio con prugne mirabelle e timo	164	Gamberi club	270
<b>CREMA DI MARRONI</b>		<b>GAZPACHO</b>	
Petit-beurre al cioccolato	332	Granita di gazpacho	62
<b>CREMA INGLESE</b>		<b>GELATO ALLA VANIGLIA</b>	
Moelleux di zucchini alle mandorle	316	Riso al latte express	298
<b>CRUMPETS</b>		Milk-shake del mattino	300
Blue crumpets	66	Caffè-zabaione a modo mio	302
<b>FAGIOLINI</b>		Gelato all'olio d'oliva e pralinato	306
Maccheroni, fagiolini, patate e pesto	44	Sunday alle mandorle	314
<b>FICHI SECCHI</b>		Torta ai lamponi e cioccolato	328
Mini-cakes con fichi e chorizo	276	<b>GUACAMOLE</b>	
Nuvola di panna con frutta secca	318	Guacamole di carciofi all'arancia	182
<b>FICHI SURGELATI</b>		Roll guaca-bacon	268
Torta con fichi e anchoyade	70	<b>HADDOCK</b>	
<b>FINFERLI</b>		Carpaccio di haddock	80
Torta di sfoglia con finferli, asparagi e gorgonzola	136	Dip di haddock alle erbe	108
<b>FOIE GRAS</b>		Zuppa di carote con haddock e zenzero	110
Tartare superlusso	214	<b>LAMPONI</b>	
Foie gras glassato con ciliegie e cacao	216	Torta ai lamponi e cioccolato	328
		Bomba gelata con cuore alla rosa	336

<b>LASAGNE</b>		Bruschette alla mozzarella marinate	20
Lasagne della dispensa alle melanzane e mozzarella	52	Arancini alla mozzarella	24
<b>LENTICCHIE</b>		Lasagne della dispensa alle melanzane e mozzarella	52
Lenticchie cremose alle spezie	146	Mini flan con senape e soia	74
Taboulé di semola integrale e lenticchie al limone	262	<b>NOCI</b>	
<b>MACCHERONI</b>		Le mie noci salate e caramellate	172
Maccheroni, fagiolini, patate e pesto	44	<b>NOODLES DI RISO</b>	
Mac' and cheese	238	Insalata di vermicelli con i gamberi	116
<b>MAIS</b>		Noodles cinesi con anatra e marmellata di cipolle	122
Pop-corn con noci pecan	174	<b>ORATA</b>	
<b>MANGO</b>		Filetti di orata soffici	92
Composta di mango e carote all'acqua di rose	308	<b>OVOMALTINA</b>	
<b>MANZO</b>		Milk-shake del mattino	302
Sformato di penne alle melanzane	78	<b>PAIN D'ÉPICE</b>	
Manzo-cocotte	158	Piramidi gelate alle spezie	304
Tartare pepata manzo-formaggio	186	<b>PARMIGIANO</b>	
Coleslaw burger	244	Grissini di pita con sesamo e papavero	12
Bistecche dei Chicanos	254	Calzone in padella	14
<b>MARMELLATA</b>		Supplì alla bolognese	22
Trifle di Brigitte	286	Arancini alla mozzarella	24
<b>MARMELLATA D'ARANCE</b>		Torta con rucola e pinoli	28
Torta con scorze di arance amare	326	Crumble primavera	32
<b>MASCARPONE</b>		Risotto rosso al salame	36
Cheesecake al tiramisù	292	Risotto alla zucca e ricotta affumicata	38
<b>MELANZANE GRIGLIATE</b>		Maccheroni, fagiolini, patate e pesto	44
Lasagne della dispensa alle melanzane e mozzarella	52	Penne con misticanza e formaggio croccante	48
Melanzane all'orientale	76	Spaghetti alla puttanesca	50
Pasticcio di penne alle melanzane	78	Lasagne della dispensa alle melanzane e alla mozzarella	52
Cartocci di capesante al foie gras	218	Gnocchi alla romana	54
<b>MERLUZZO</b>		Tarte Tatin ai carciofi e cantal	72
Merluzzo marinato all'acquavite	212	Sformato di penne alle melanzane	78
<b>MIELE</b>		Tajine di pollo con confit di pomodori	88
Cakes svizzeri con miele e fiori d'arancio	288	Filetti di orata soffici	92
Tajine di pollo con confit di pomodori	88	Flan di asparagi al parmigiano	134
Spiedini di anatra laccata all'ananas	120	Quiche soufflé con pisellini e ricotta	138
Vichyssoise di cavolfiore al miele	142	Insalata di rucola con pesche e parmigiano	148
Le mie noci salate e caramellate	172	Insalata calda di ceci con sanguinaccio	150
Salmone affumicato da me	226	Tagliatelle al ragù	154
Cake con mais e zafferano	278	<b>PASTA BRICK</b>	
Marmellata di prugne mirabelle all'aceto balsamico	322	Briouats al formaggio fresco	176
<b>MISTICANZA</b>		Pastilla di anatra alle olive	200
Penne con misticanza e formaggio croccante	48	<b>PASTA BRISÉE</b>	
Tatin di ciliegie al formaggio di pecora basco	68	Torta con rucola e pinoli	28
<b>MOUSSE DI PRUGNE</b>		Tatin di ciliegie al formaggio di pecora basco	68
Sfoglie con prugne e mandorle	320	<b>PASTA PER PIZZA</b>	
<b>MOZZARELLA</b>		Calzone in padella	14
Calzone in padella	14	Focaccia con pancetta e origano	18
Speedza mozzarella	16	<b>PASTA SABLÉE</b>	
		Torta con scorze di arance amare	326
		Torta ai lamponi e cioccolato	328
		<b>PASTA SFOGLIA</b>	
		Torta con fichi e anchoyade	70
		Tarte Tatin con carciofi e cantal	72



Torta di sfoglia con finferli, asparagi e gorgonzola	136	<b>PORRI</b>	
Quiche soufflé con pisellini e ricotta	138	Vichyssoise di cavolfiore al miele	142
Tortino di mele, patate e foie gras	222	Zuppa di ravioli ai porri caramellati	144
Pissaladière di scampi	224	<b>PRALINE/PRALINATO</b>	
Sfoglie con prugne e mandorle	320	Caffè italiano	284
<b>PATATE</b>		Torta fresca al pralinato	296
Maccheroni, fagiolini, patate e pesto	44	Gelato all'olio d'oliva e pralinato	306
Tortino di mele, patate e foie gras	222	<b>PREPARATO IN POLVERE PER COULANT</b>	
<b>PENNE</b>		Maxi-coulant al cioccolato, basilico e fiori d'arancio	330
Penne con misticanza e formaggio croccante	48	<b>PROSCIUTTO</b>	
Sfornato di penne alle melanzane	78	Mini flan con senape e soia	74
<b>PEPERONI</b>		Gratin di tubetti al prosciutto	252
Tonno confit ai peperoni	96	<b>PRUGNE MIRABELLE</b>	
<b>PESTO/PISTOU</b>		Coniglio con prugne mirabelle e timo	164
Tartelettes di formaggio ai carciofi	26	Marmellata di prugne mirabelle all'aceto balsamico	322
Maccheroni, fagiolini, patate e pesto	44	Prugne mirabelle bollenti alla mousse di formaggio di capra	324
Tonno semicotto al pesto	56	<b>PURÈ IN FIOCCHI</b>	
<b>PETIT-BEURRE</b>		Filetti di orata soffici	92
Petit-beurre al cioccolato	332	Parmentier di anatra confit ai porcini	232
<b>PETITS SUISSES</b>		<b>PURÈ SURGELATO</b>	
Cakes svizzeri con miele e fiori d'arancio	288	Parmentier di vitello alla bolognese	250
<b>PEZZI SCELTI DI PESCE SURGELATI</b>		<b>QUINOA</b>	
Pesce saltato con verdure croccanti e arachidi	196	Galette di quinoa ai funghi	104
<b>PISELLI</b>		<b>RAVIOLI</b>	
Galette croccante di riso e pisellini allo zafferano	82	Zuppa di ravioli ai porri caramellati	144
Quiche soufflé con pisellini e ricotta	136	<b>RICOTTA</b>	
Tagliatelle con piselli e salmone	202	Tartelettes di formaggio ai carciofi	26
<b>PITA</b>		Torta con rucola e pinoli	28
Grissini di pita con sesamo e papavero	12	Risotto alla zucca e ricotta affumicata	38
Speedza mozzarella	16	Quiche soufflé con pisellini e ricotta	136
<b>POLENTA</b>		Nems di salmone affumicato e rucola	272
Gnocchi alla romana	54	Cake con mais e zafferano	278
Cake con mais e zafferano	278	<b>RISO</b>	
<b>POLLO</b>		Suppli alla bolognese	22
Petti di pollo al limone e mandorle	86	Risotto rosso al salame	36
Tajine di pollo con confit di pomodori	88	Risotto alla zucca e ricotta affumicata	38
Insalata di pollo con erbe e citronella	112	Galette croccante di riso e pisellini allo zafferano	82
Pollo alle noci caramellate	118	Riso basmati al tè verde	84
Pollo Stroganoff	162	Insalata biryani di frutta e verdura	114
Pagnotta alle uova	266	Riso tostato al confit di anatra	198
<b>POMODORI SECCHI</b>		Riso al latte express	298
Bruschette alla mozzarella marinate	20	<b>RISOTTO SURGELATO</b>	
Insalata di fusilli	40	Arancini alla mozzarella	24
Tagliatelle al ragù	154	Risotto con verdure	34
Coleslaw burger	244	<b>RUCOLA</b>	
Meatloaf con pomodori secchi	264	Torta con rucola e pinoli	28
Cake con mais e zafferano	278	Insalata di fusilli	40
<b>PORCINI SECCHI</b>		Insalata di rucola con pesche e parmigiano	148
Rillettes di anatra ai porcini	132	Gamberi club	270
Parmentier di anatra confit ai porcini	232		

<b>SALMONE (TRANCI SURGELATI)</b>			
Salmone saltato all'ananas	126		
Tagliatelle con piselli e salmone	202		
Tartare superlusso	214		
Insalata di verdure con salmone affumicato	188		
Salmone affumicato da me	226		
Sashimi di salmone gravlax	228		
<b>SALMONE AFFUMICATO</b>			
Nems di salmone affumicato e rucola	272		
Bagel al salmone affumicato e cipolle rosse	274		
<b>SALSA/COULIS DI POMODORO</b>			
Parmentier di vitello alla bolognese	250		
Gratin di tubetti al prosciutto	252		
Bistecche dei Chicanos	254		
Meatloaf con pomodori secchi	264		
<b>SALSA CURRY KORMA</b>			
Galette di grano al curry	106		
Insalata biryani di frutta e verdura	114		
<b>SALSA DI CROSTACEI SURGELATA</b>			
Vellutata di crostacei alle capesante	220		
<b>SALSA DI SOIA</b>			
Insalata tiepida di broccoli ai semi	30		
Petti di pollo al limone e mandorle	86		
Pollo alle noci caramellate	118		
Spiedini di anatra laccati all'ananas	120		
Noodles cinesi con anatra e marmellata di cipolle	122		
Gamberi al formaggio come in Malesia	124		
Salmone saltato all'ananas	126		
Pesce saltato con verdure croccanti e arachidi	196		
<b>SANGUINACCIO</b>			
Insalata calda di ceci con sanguinaccio	150		
<b>SCAMPI CRUDI SURGELATI</b>			
Pissaladière di scampi	224		
Scampi saltati con fave e pancetta	230		
<b>SCIROPPO D'ACERO</b>			
Blue crumpets	66		
Pop-corn con noci pecan	174		
<b>SGOMBRO</b>			
Sgombri croccanti alla senape	166		
<b>SORBETTO AL CIOCCOLATO</b>			
Bomba gelata con cuore alla rosa	336		
<b>SPAGHETTI</b>			
Insalata di spaghetti integrali al caviale di melanzane	42		
Spaghetti alla puttanesca	50		
<b>SPÉCULOOS</b>			
Cakes svizzeri al miele e fiori d'arancio	288		
Parfait gelato al torrone	290		
Piramidi gelate alle spezie	304		
<b>SPEZIE PER TACOS</b>			
Bistecche dei Chicanos	254		
<b>SPIGOLA</b>			
Spigola dorata con la mia salsa vergine	194		
<b>TAGLIATELLE</b>			
Tagliatelle al ragù	154		
Tagliatelle con piselli e salmone	202		
Pasta bianca	204		
<b>TONNO (TRANCI SURGELATI)</b>			
Tonno semicotto al pesto	56		
Tonno confit ai peperoni	96		
<b>TORRONE</b>			
Parfait gelato al torrone	290		
<b>TRIGLIE</b>			
Triglie in escabeche di agrumi	94		
<b>TUBETTI</b>			
Gratin di tubetti al prosciutto	252		
<b>VERDURE SURGELATE</b>			
Insalata di verdure con salmone marinato	188		
Pesce saltato con verdure croccanti e arachidi	196		
<b>VITELLO</b>			
Sformato di penne alle melanzane	78		
Parmentier di vitello alla bolognese	250		
<b>ZUCCHINE</b>			
Moelleux di zucchine alle mandorle	316		

# Indice delle ricette

Arancini alla mozzarella 24  
Avocado mimosa 178

**B**agel al salmone affumicato e cipolle rosse 274  
Balila: insalata di ceci al cumino e limone 260  
Bistecche dei Chicanos 254  
Blue crumpets 66  
Bomba gelata con cuore alla rosa 336  
Briouats al formaggio fresco 176  
Bruschette alla mozzarella marinate 20

**C**affè italiano 284  
Caffè-zabaione a modo mio 302  
Cake con mais e zafferano 278  
Cakes svizzeri con miele e fiori d'arancio 288  
Calzone in padella 14  
Carotococa 64  
Carpaccio di gamberi all'olio di timo 192  
Carpaccio di haddock 80  
Carré di agnello in crosta di sale e timo 160  
Cartocci di capesante al foie gras 218  
Ceviche di capesante appassionate 190  
Cheesecake al tiramisù 292  
Coleslaw burger 244  
Composta di mango e carote all'acqua di rose 308  
Coniglio con prugne mirabelle e timo 164  
Coppette di mousse al cioccolato e zenzero 334  
Crumble primavera 32

**D**ip di haddock alle erbe 108  
Dolce tutto rosa 294

**F**iletti di orata soffici 92  
Flan di asparagi al parmigiano 134  
Focaccia con pancetta e origano 18  
Foie gras glassato con ciliegie e cacao 216  
Fricassee di calamari all'anchoyade 90  
Fusilli alla fontina e al basilico porpora 46

**G**alette croccante di riso e pisellini allo zafferano 82  
Galette di grano al curry 106  
Galette di quinoa ai funghi 104  
Gamberi al formaggio come in Malesia 124  
Gamberi club 270  
Gelato all'olio d'oliva e pralinato 306  
Gnocchi alla romana 54  
Granita di gazpacho 62  
Gratin alle mandorle e ai due fichi 310  
Gratin di tubetti al prosciutto 252  
Grissini di pita con sesamo e papavero 12  
Guacamole di carciofi all'arancia 182

**I**nsalata biryani di frutta e verdura 114  
Insalata calda di ceci con sanguinaccio 150  
Insalata di castagne croccanti con pancetta 152  
Insalata di fusilli 40  
Insalata di pollo con erbe e citronella 112  
Insalata di rucola con pesto e parmigiano 148  
Insalata di spaghetti integrali al caviale di melanzane 42  
Insalata di verdure con salmone marinato 188  
Insalata di vermicelli con i gamberi 116  
Insalata tiepida di broccoli ai semi 30

**L**a mia anatra laccata 248  
Lasagne della dispensa alle melanzane e mozzarella 52  
Lassi zen 102  
Le mie noci salate e caramellate 172  
Lenticchie cremose alle spezie 146

**M**ac' and cheese 238  
Maccheroni, fagiolini, patate e pesto 44  
Manzo-cocotte 158  
Marmellata di prugne mirabelle all'aceto balsamico 322  
Maxi-coulant al cioccolato, basilico e fiori d'arancio 330  
Meatloaf con pomodori secchi 264  
Melanzane all'orientale 76  
Merluzzo marinato all'acquavite 212  
Milk-shake del mattino 300  
Mini-cakes con fichi e chorizo 276  
Mini charlotte di formaggio di capra fresco e asparagi 140  
Mini flan con senape e soia 74  
Moelleux di zucchine alle mandorle 316  
Mousse di anguilla affumicata 210

**N**ems di salmone affumicato e rucola 272  
Noodles cinesi con anatra e marmellata di cipolle 122  
Nuvola di panna con frutta secca 318

**P**agnotta alle uova 266  
Panini alla fondue di formaggio 242  
Parfait gelato al torrone 290  
Parmentier di anatra confit ai porcini 232  
Parmentier di vitello alla bolognese 250  
Pastilla di anatra alle olive 200  
Pasta bianca 204  
Penne con misticanza e formaggio croccante 48  
Pesce saltato con verdure croccanti e arachidi 196  
Petit-beurre al cioccolato 332  
Petti di pollo al limone e mandorle 86  
Piramidi gelate alle spezie 304  
Pissaladière di scampi 224  
Pollo alle noci caramellate 118  
Pollo Stroganoff 162  
Polpette alla bourguignonne su cuore di lattuga156  
Pop-corn con noci pecan 174  
Prugne mirabelle bollenti alla mousse di formaggio di capra 324

**Q**uiche soufflé con pisellini e ricotta 138

**R**illettes di anatra ai porcini 132  
Riso al latte express 298  
Riso basmati al tè verde 84  
Riso tostato al confit di anatra 198  
Risotto alla zucca e ricotta affumicata 38  
Risotto con verdure 34  
Risotto rosso al salame 36  
Roll guaca-bacon 268

**S**almone affumicato da me 226  
Salmone saltato all'ananas 126  
Sashimi di salmone gravlax 228  
Scampi saltati con fave e pancetta 230  
Sfoglie con prugne e mandorle 320  
Sformato di penne alle melanzane 78  
Sgombri croccanti alla senape 166  
Spaghetti alla puttanesca 50  
Specie di trifle alle albicocche 312  
Speedza mozzarella 16  
Spiedini di anatra laccata all'ananas 120  
Spigola dorata con la mia salsa vergine 194  
Sunday alle mandorle 314  
Suppli alla bolognese 22

**T**aboulé di semola integrale e lenticchie al limone 262  
Tagliatelle al ragù 154  
Tagliatelle con piselli e salmone 202  
Tajine di pollo con confit di pomodori 88  
Tartare di barbabietola al formaggio di capra 184  
Tartare pepata manzo-formaggio 186  
Tartare superlusso 214  
Tarte Tatin ai carciofi e cantal 72  
Tartelettes di formaggio ai carciofi 26  
Tatin di ciliegie al formaggio di pecora basco 68  
Tonno confit ai peperoni 96  
Tonno semicotto al pesto 56  
Torta ai lamponi e cioccolato 328  
Torta alla ratatouille come una chatchouka 246  
Torta con rucola e pinoli 28  
Torta con scorze di arance amare 326  
Torta con fichi e anchoyade 70  
Torta di sfoglia con finferli, asparagi e gorgonzola 136  
Torta fresca al pralinato 296  
Tortino di mele, patate e foie gras 222  
Trifle di Brigitte 286  
Triglie in escabeche di agrumi 94

**V**ellutata di crostacei alle capesante 220  
Vichyssoise di cavolfiore al miele 142

**W**elsh rarebit alla salvia 240

**Z**uppa di carote con haddock e zenzero 110  
Zuppa di ravioli ai porri caramellati 144  
Zuppa fredda di olive alle erbe 180

La filosofia di Julie è semplice ma d'effetto: ogni occasione può diventare un pretesto per cucinare. L'ispirazione a volte arriva in modo del tutto inaspettato: dal desiderio di rifare una ricetta tradizionale, dalla voglia di sorprendere una persona cara, da un incontro insolito, un viaggio, una discussione, un libro...

La maggior parte delle volte però è l'improvvisazione il vero regista dei fornelli: si mette insieme quello che si ha sottomano, ossia quegli ingredienti base, generalmente surgelati o in scatola, che non possono assolutamente mancare nella dispensa di chi, come Julie, non può concedersi il piacere quotidiano del mercato.



9 788895 092782

29, 90 EURO i.i.



Guido Tommasi Editore

[www.guidotommasi.it](http://www.guidotommasi.it)