Pasta & Sughi

Jody Vassallo
Fotografie di Deirdre Rooney

Guido Tommasi Editore

la pasta, istruzioni d'uso

La pasta è, senza dubbio, l'alimento che si presta al maggior numero di ricette. Facile e veloce da preparare, si può servire come piatto principale anche durante le cene più sontuose. Calda o fredda, costituisce la base di zuppe, insalate o gratin. Accompagnata da una salsa al pomodoro, da un pesto al basilico, da una salsa o un sugo di carne, si presta alle mille e una fantasie dei cuochi.

QUAL È LA QUANTITÀ GIUSTA?

La pasta presenta l'indubbio vantaggio di poter essere dosata in base al pasto o al numero di invitati. Quasi tutti i sughi descritti in questo libro sono per quattro persone ma potete anche congelarne una parte, se ve ne serve di meno.

La quantità di pasta a persona si stabilisce a seconda che la serviate come antipasto piuttosto che come piatto forte. E poi bisogna fare i conti anche con l'appetito dei vostri invitati! Per la pasta fresca, consiglio in genere 60 g come antipasto e 100 g come piatto principale; per la pasta secca, rispettivamente 80 g e 125 g. La quantità dipende anche dal formato. Di solito calcolo un peso inferiore per gli spaghetti, perché avanzano sempre.

Se ne rimane, potete condire la pasta con un filo di olio d'oliva e preparare una frittata. E non dimenticate che la pasta deve essere sempre coperta dal sugo, in modo da apprezzarne pienamente il sapore.

QUALE FORMATO SCEGLIERE?

Impossibile mettersi d'accordo quando si tratta di sposare un formato a un sugo. Ma se è vero che non esiste una regola immutabile in materia, spaghetti, fettuccine, lasagne, maccheroni e penne entrano molto spesso nella cucina di tutti i giorni, mentre le forme più insolite (ziti, conchiglie, mafaldine e trofie) sono riservate a una cena più formale o a un' occasione particolare.

Per quanto riguarda il formato e il sugo, alcuni consigli possono comunque tornare utili. Per la pasta lunga e fragile come i capelli d'angelo, è meglio scegliere un sugo leggero, a base di olio d'oliva, aglio e peperoncino, per esempio. I formati più resistenti, come gli spaghetti e le fettucine, si sposeranno meglio con una salsa più densa, tipo il ragù.

Per i formati a tubo, l'ideale sarà un sugo più consistente con pezzi di carne o verdure.

Quanto alla pasta lunga e piatta come le tagliatelle, il non plus ultra sarà un sugo morbido e avvolgente con un po' di panna. E in una zuppa, consiglio i formati piccoli o i capelli d'angelo.

Vi sarà capitato di notare che il nome della pasta varia in base alla regione o all'azienda produttrice. I rigatoni sono chiamati anche «penne giganti». Tagliatelle e fettucine spesso vengono confuse.

preparare la pasta fresca

1 Disponete la farina su un piano di lavoro, fate una cavità al centro e rompeteci dentro le uova.

2 Sbattete le uova e incorporate la farina poco a poco verso il centro della cavità.

5 Dividete la pasta in 4 porzioni e formate 4 sfoglie. Regolate la macchina per la pasta sulla tacca più larga e passate una sfoglia 2-3 volte attraverso il rullo. Piegatela in tre, giratela nell'altro senso, ripassatela nel rullo e ripetete l'operazione 10 volte.

6 Regolate la macchina sulla tacca inferiore e ripassate la pasta nel rullo, poi diminuite di una tacca, e così di seguito fino a ottenere lo spessore desiderato. Lasciate riposare la pasta per 10 minuti su un panno pulito.

Per 1 kg di pasta fresca (8 persone)
600 g di farina 00 (un po' di più per il piano di lavoro)
6-7 uova
1 pizzico di sale

10 minuti di preparazione + 30 minuti di riposo

3 Quando le uova sono mescolate alla farina, impastate grossolanamente.

4 Impastate a mano. Formate una palla, copritela con la pellicola e fatela riposare per 30 minuti.

7 Per fare le fettuccine, fissate lo strumento apposito sulla macchina e passate la pasta nella filiera con i denti grossi.

8 Trasferite delicatamente le fettuccine su un manico di legno ben pulito, sospeso tra due sedie e lasciatele asciugare. Quando sono secche, formate dei piccoli nidi e disponeteli su una teglia spolverata di semola di grano duro.

lasagne, ravioli e tortellini

PER LE LASAGNE
Tagliate la pasta a rettangoli grandi.

PER I RAVIOLI
1 Stendete la pasta formando un rettangolo e disponete i mucchietti di farcia a intervalli regolari.

PER I TORTELLINI
1 Stendete la pasta formando un rettangolo e tagliatelo in due strisce.

2 Disponete i mucchietti di farcia a intervalli regolari e tagliate la pasta a quadrati.

2 Spennellate i bordi e il centro della sfoglia con il tuorlo sbattuto e coprite con una seconda sfoglia della stessa misura.

3 Schiacciate la pasta tra ogni mucchietto di farcia per sigillarla. Tagliate i ravioli con un tagliapasta tondo e sistemateli su una teglia spolverata di semola di grano duro.

3 Spennellate i bordi dei quadrati con il tuorlo sbattuto e piegate ogni quadrato per formare un triangolo.

4 Ripiegate le punte una sull'altra in modo da formare i tortellini.

INSALATA CALDA DI PASTA CON FETA E ZUCCA

insalata calda di pasta con feta e zucca

750 g di zucca sbucciata e tagliata a pezzi grossi
2 cipolle rosse pelate e tagliate a fette sottili
2 cucchiai di olio d'oliva
50 g di burro
2 cucchiai di foglie di salvia fresca
400 g di fusilli
100 g di germogli di spinaci
250 g di feta marinata
1 pizzico di noce moscata grattugiata
3 cipolle novelle pelate e tagliate a fette sottili
3 cucchiai di pinoli tostati
sale, pepe nero macinato fresco

Accendete il forno a 200 °C (termostato 6-7). Mettete la zucca e le cipolle rosse sulla teglia del forno e infornate il tutto per 40 minuti.

Scaldate l'olio e il burro in una padella e rosolateci le foglie di salvia. Quando cominciano a friggere, tiratele fuori dalla padella e mettete da parte.

Cuocete la pasta al dente in abbondante acqua bollente leggermente salata. Scolatela e rimettete nella casseruola. Unite la cipolla e la zucca, i germogli di spinaci, le foglie di salvia fritte, la feta, la noce moscata, le cipolle novelle e i pinoli tostati. Mescolate bene il tutto. Salate, pepate. Servite subito.

30 minuti di preparazione - 40 minuti di cottura - per 4 persone

ravioli di granchio al burro di pomodori

500 g di pasta fresca (vedi pagina 16)
200 g di patate sbucciate
300 g di polpa di granchio fresca
1 cucchiaio di scorza di limone verde
2 cucchiai di erba cipollina tritata
2 cipolle novelle tritate
100 g di burro
2 cucchiai di olio d'oliva
2 spicchi d'aglio pelati e schiacciati
400 g di pomodori maturi, privati dei semi e tagliati a pezzi
2 cucchiai di foglioline di basilico fresco
farina
sale, pepe nero macinato fresco

Preparate la pasta seguendo le istruzioni di pagina 16, coprite e tenete da parte.

Cuocete le patate in una casseruola d'acqua bollente, scolatele e riducetele in purea. Unite la polpa di granchio, la scorza di limone verde, l'erba cipollina, le cipolle novelle. Salate, pepate.

Con il matterello, tirate due sfoglie della stessa grandezza. Stendete la prima sul piano di lavoro leggermente infarinato e allineate due file di mucchietti di farcia grandi quanto un cucchiaino da caffè sul lato lungo della sfoglia. Inumidite leggermente i bordi e il centro della pasta con un po' d'acqua. Coprite con la seconda sfoglia. Schiacciate la pasta tra ogni mucchietto di farcia per sigillare i bordi. Tagliate i ravioli con un tagliapasta tondo.

Cuocete i ravioli al dente in abbondante acqua salata, procedendo in più riprese.

Scaldate il burro e l'olio in una padella. Quando il burro si è sciolto, unite l'aglio e cuocete per 1 minuto a fuoco medio. Unite i pomodori e proseguite la cottura finché sono ben caldi. Salate, pepate.

Sistemate i ravioli nei piatti, copriteli di burro di pomodori e profumateli con le foglie di basilico. Servite subito.

1 ora di preparazione - 1 ora di cottura - per 4 persone

Se i ravioli di granchio cuociono troppo a lungo, c'è il rischio che si aprano!

indice

I numeri di pagina in corsivo si riferiscono alle immagini.

A
Agnello:
- Pappardelle con polpette e sugo di pomodoro piccante, *144*, 145
- Pappardelle con stinco di agnello e pomodori arrostiti, 139, *138*

B
Basilico: pesto al basilico, 31

C
Calamari:
- Capelli d'angelo al nero di seppia e aglio, 87, *88*
- Zuppa di chorizo, gamberi e calamari, 66, *68-69*

Cannelloni:
- Cannelloni con pollo, ricotta e zucca arrostita, 116, *117*
- Cannelloni ricotta e spinaci, *60*, 61

Casarecce con prosciutto, rucola, parmigiano e limone, *149*, 151
Chorizo:
- Fusilli con chorizo affumicato, *156*, 157
- Zuppa di chorizo, gamberi e calamari, 66, *68-69*

Conchiglie allo zafferano, finocchio e pollo, 114, *115*
Cottura della pasta, 5

F
Fettuccine, *17*
- Fettuccine con capesante e porri, 80, *81*
- Fettuccine con carciofi, pomodoro e pollo, *120*, 121
- Fettuccine con pollo, feta e basilico, *112-113*, 114
- Fettuccine con salsa al limone, carciofi e finocchio caramellato, *36*, 38
- Frittata di pasta e patate, 36, *37*
- Omelette di pasta con pancetta e funghi, *146*, 147

Finocchio:
- Conchiglie allo zafferano, finocchio e pollo, 114, *115*
- Farfalline ai gamberi, con pomodoro e finocchio, 76, *77*
- Fettuccine con salsa al limone, carciofi e finocchio caramellato, 36, *39*

Formaggio:
- Cannelloni ricotta e spinaci, *60*, 61
- Gratin di gnocchi ai quattro formaggi, *52*, 53
- Gratin di maccheroni al formaggio, 42, *43*
- Insalata calda di pasta con feta e zucca, *40*, 41
- Penne con verdure primaverili e ricotta, 46, *47*
- Sugo con olive, feta e origano, 23, *24*

Formati di pasta, *6-11*
Frittata di pasta e patate, 36, *37*
Frittelle di pasta ai gamberi, 74, *75*
Funghi:
- Capelli d'angelo al nero di seppia e aglio, 87, *88*
- Gratin di bucatini con pollo e funghi, 106, *108-109*
- Omelette di pasta con pancetta e funghi, *146*, 147
- Spaghettini con panna e funghi porcini, *45*, 46
- Sugo con cozze e aglio, 23, *25*
- Sugo con funghi e pancetta, 27, *28*

Fusilli:
- Fusilli al salmone con salsa al pepe verde, 76, *78*
- Fusilli con chorizo affumicato, *156*, 157
- Fusilli speziati alle melanzane, 58, *59*
- Insalata di fusilli con brie e pollo affumicato, 106, *107*

G
Gamberi:
- Farfalline ai gamberi con pomodoro e finocchio, 76, *77*
- Frittelle di pasta ai gamberi, 74, *75*
- Gnocchi allo zafferano, gamberi e pisellini, *79*, 80
- Spaghettini ai gamberi, *70*, 71
- Sugo con gamberetti e zafferano, 27, *29*
- Zuppa di chorizo, gamberi e calamari, 66, *68-69*

Gnocchi:
- Gnocchi alla salsa di pomodoro piccante, 49, *50-51*
- Gnocchi allo zafferano, gamberi e pisellini, *79*, 80
- Gratin di gnocchi ai quattro formaggi, *52*, 53

Granchio:
- Linguine al peperoncino, granchio e olio all'origano, *89*, 91
- Ravioli di granchio al burro di pomodori, 72, *73*

Gratin di conchiglie ai frutti di mare, 91, *92-93*
Gratin di maccheroni al formaggio, 42, *43*

I
Insalate:
- Insalata calda di pasta con feta e zucca, *40*, 41
- Insalata con trota affumicata, erba cipollina e acetosa, 84, *85*
- Insalata di farfalle con pollo, pomodori e olive, 110, *111*
- Insalata di fusilli con brie e pollo affumicato, *106*, 107

L
Lasagne, 18
- Lasagne alle verdure, *56*, 57
- Lasagne di manzo, 132, *133*
- Pollo agli asparagi e brie tipo lasagna, 104, *105*

Linguine:
- Linguine alla marinara, 66, *67*
- Linguine al peperoncino, granchio e olio all'origano, *89*, 91
- Linguine con prosciutto e peperoncino, 147, *148*

M
Macchina per la pasta, *16-17*
Manzo:
- Lasagne di manzo, 132, *133*
- Pasticcio, *150*, 151
- Spaghetti con ragù alla bolognese, 153, *154*
- Timballo, 140, *143*

Materiale, 12-13
Minestrone invernale, *62,* 63

O
Orecchiette con pomodoro e basilico, *48*, 49

P
Pancetta:
- Spaghetti alla carbonara, 140, *141*
- Sugo al pomodoro con pancetta e peperoncino, 23, *24*
- Zuppa di pasta e pancetta, *155*, 157

Panna, sugo alla 27, 28-29
Pappardelle:
- Pappardelle al ragù di anatra, *122*, *124*, 125
- Pappardelle con polpette e sugo di pomodoro piccante, *144*, 145
- Pappardelle con stinco di agnello e pomodori arrostiti, 139, *138*

Pasta:
- fresca e secca, 5

Pasta, preparazione della 16-19
Pasticcio, *150*, 151
Patate:
- Frittata di pasta e patate, 36, *37*
- Gnocchi alla salsa di pomodoro piccante, 49, *50-51*
- Gnocchi allo zafferano, gamberi e pisellini, *79*, 80

Penne:
- Penne con pollo, pomodorini ciliegia e pesto al basilico, *119*, 118
- Penne con verdure primaverili e ricotta, 46, *47*
- Timballi con pollo, pancetta e pisellini, *126-128*, 129

Peperoni:
Sugo con peperone rosso e pomodori secchi, 23, *25*
Pesto, 31, *32-33*
Pesto al coriandolo e anacardi, 31, 32
Pesto alle noci e peperoncino, 31, *32*
Pesto alle olive verdi, 31, *32*
Pesto alle mandorle, menta e prezzemolo, 31, *33*
Pesto con rucola e capperi, 31, *33*
Pollo:
Cannelloni con pollo, ricotta e zucca arrostita, 116, *118*
Conchiglie allo zafferano, finocchio e pollo, 114, *115*
Fettuccine con carciofi, pomodoro e pollo, *120*, 121
Fettucine con pollo, feta e basilico, *112-113*, 114
Gratin di bucatini con pollo e funghi, 106, *108-109*
Insalata di farfalle con pollo, pomodori e olive, 110, *111*
Insalata di fusilli con brie e pollo affumicato, 106, *107*
Penne con pollo, pomodorini ciliegia e pesto al basilico, 119, *121*
Pollo agli asparagi e brie tipo lasagna, 104, *105*
Ravioli con pollo e burro d'erbe al limone, *103*, 104
Risoni al pollo e mais, 100, *101*
Timballi con pollo, pancetta e pisellini, *127*, *128,* 129
Pomodori:
Gnocchi alla salsa di pomodoro piccante, 49, *50-51*
Orecchiette con pomodoro e basilico, *48*, 49
Pappardelle con polpette e sugo di pomodoro piccante, *144*, 145
Pesto ai pomodori secchi, 31, *33*
Rigatoni con ceci e pomodoro, 54, *55*
Sughi, 23, *24-25*
Prosciutto:
Casarecce con prosciutto, rucola, parmigiano e limone, *149*, 151
Linguine con prosciutto e peperoncino, 147, *148*
Puttanesca, sugo alla *23*, 25

R
Ragù:
Pappardelle al ragù di anatra, *122, 124,* 125
Spaghetti con ragù alla bolognese, 153, *154*
Ravioli, *20-21*
Ravioli con pollo e burro d'erbe al limone, *103*, 104
Ravioli di granchio al burro di pomodori, 72, *73*
Ricotta *vedi* formaggio
Rigatoni:
Rigatoni con ceci e pomodoro, 54, *55*
Rigatoni con sugo di salsiccia, *152*, 153
Zuppa di pasta e pancetta, *155*, 157
Risoni al pollo e mais, 100, *101*

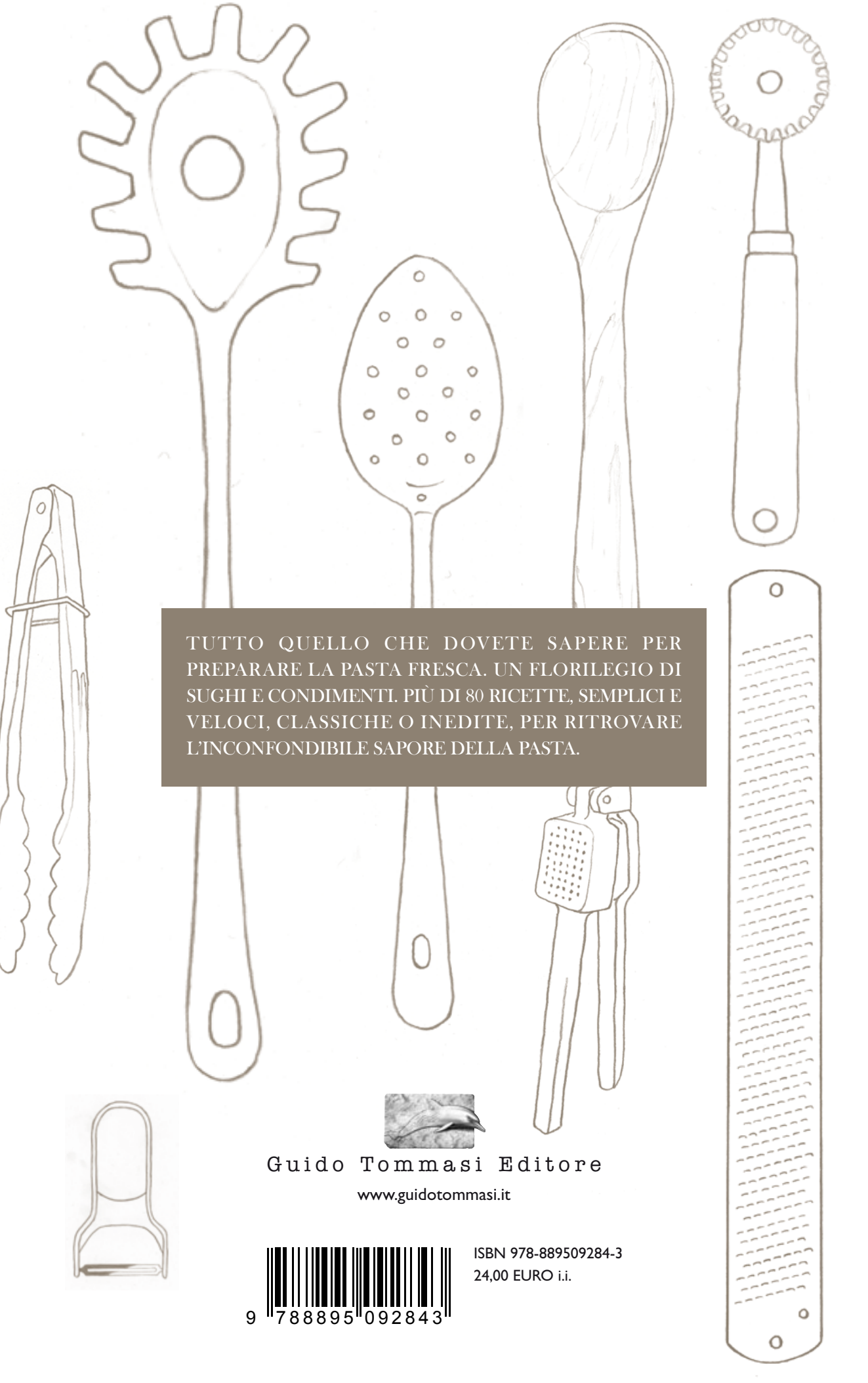
S
Salumi:
Fusilli con chorizo affumicato, *156*, 157
Rigatoni con sugo di salsiccia, *152*, 153
Spaghetti:
Frittelle di pasta ai gamberi, 74, *75*
Spaghetti alla carbonara, 140, *141*
Spaghetti alle vongole, *94*, 95
Spaghetti con ragù alla bolognese, 153, *154*
Spaghetti con sardine e capperi, *83*, 85,
Spaghettini:
Spaghettini ai gamberi, *70*, 71
Spaghettini con panna e funghi porcini, *45*, 46
Sugo al pomodoro con pancetta e peperoncino, 23, 24
Sugo alla panna con pisellini e prosciutto crudo, 27, 28
Sugo con salmone affumicato e porri, 27, *29*
Sughi:
al pesto, 31, *32-33*
al pomodoro, 23, *24-25*
alla carbonara, 140, *141*
alla panna, 27, 28-29
primavera, 27, *28*
ragù alla bolognese, 153

T
Timballo, 140, *143*
Timballi con pollo, pancetta e pisellini, *127, 128,* 129
Tortellini, *20-21*
Tortellini di vitello in consommé allo zafferano, *136-137*, 139
Trofie al tonno e salsa verde, 95, *96-97*

U
Uova:
Frittata di pasta e patate, 36, *37*
Omelette di pasta con pancetta e funghi, *146*, 147
Spaghetti alla carbonara 140, *141*

V
Verdure:
Lasagne alle verdure, *56*, 57
Minestrone invernale, *62*, 63
Penne con verdure primaverili e ricotta, 46, *47*
Sugo primavera, 27, *28*
Vongole:
Spaghetti alle vongole, 94, 95

Z
Zucca:
Cannelloni con pollo, ricotta e zucca grigliata, 116, *118*
Insalata calda di pasta con feta e zucca, *40*, 41
Sugo con zucca ed erbe, 27, *29*
Zuppe:
Minestrone invernale, *62*, 63
Zuppa di chorizo, gamberi e calamari, 66, *68-69*
Zuppa di pasta e pancetta, *155*, 157



TUTTO QUELLO CHE DOVETE SAPERE PER PREPARARE LA PASTA FRESCA. UN FLORILEGIO DI SUGHI E CONDIMENTI. PIÙ DI 80 RICETTE, SEMPLICI E VELOCI, CLASSICHE O INEDITE, PER RITROVARE L'INCONFONDIBILE SAPORE DELLA PASTA.

Guido Tommasi Editore

www.guidotommasi.it

ISBN 978-889509284-3

24,00 EURO i.i.