

JANE PRICE

# Pane e zuppa



RICETTE DI ZUPPE DAL MONDO

Guido Tommasi Editore



# SOMMARIO

COSA BOLLE IN PENTOLA	6
FRESCHE E SALUTARI	8
RICCHE E CREMOSE	62
PIATTO COMPLETO	114
PANE	200
INDICE	250





# COSA BOLLE IN PENTOLA

Alla pari del più astuto artista trasformista, le zuppe possono diventare piatti diversi in base alle occasioni. Alcune si possono presentare come antipasto leggero ed elegante, alzando il sipario su una cena in grande stile. Altre sono piatti in sé, un vero pasto completo, perfetto per una cena in famiglia. Alcune sono lisce e cremose, altre più robuste, dense e rustiche, con gli ingredienti a pezzettoni. Le zuppe si possono preparare semplicemente con le verdure stagionali più fresche, l'ideale per chi è alla ricerca di idee per pranzi leggeri e con pochi grassi, oppure arricchire con una generosa cucchiata di panna, latte di cocco o del migliore olio d'oliva. Una zuppa può richiedere ore di amorosa preparazione o materializzarsi in un battibaleno, proprio quello che ci vuole quando si è a corto di tempo. Un'idea estiva e rinfrescante (come la zuppa allo yogurt o quelle a base di pomodoro) oppure calda e avvolgente in inverno, come una zuppa di piselli e prosciutto o di zucca arrostita. E poi le ricette per le zuppe vengono da ogni angolo del globo: in base allo stato d'animo del momento si può scegliere il gusto piccante e deciso dei piatti asiatici, stare sul tradizionale con i classici ingredienti mediterranei oppure sperimentare i sapori e le consistenze del chowder o del gumbo.

Qualsiasi zuppa decidiate di preparare, e qualunque sia l'occasione, una cosa è certa: insieme a una zuppa non c'è niente di meglio del pane. E il pane migliore per una zuppa è quello fatto in casa. Un classico a lievitazione lenta come una baguette croccante, una ciabatta morbida, bagel dorati o prelibatezze che si preparano in poco tempo come gli scones, i popovers e i muffins. Le possibilità sono infinite! Con una ciotola di zuppa calda e un boccone di pane croccante, ecco pronto un pasto, un primo piatto o un antipasto di una bontà superba (oltre che nutriente e facile da preparare).



# ZUPPA DI FUNGHI IN CROSTA

400 g di funghi grandi  
60 g di burro  
1 cipolla, tritata finemente  
1 spicchio d'aglio, schiacciato  
30 g di farina  
750 ml di brodo di pollo  
2 cucchiaini di foglie di timo  
2 cucchiaini di sherry  
250 ml di panna liquida  
1 rotolo di pasta sfoglia, scongelata  
1 uovo, leggermente sbattuto

PER 4

Scaldare il forno a 200°C. Raschiare e tagliare a pezzi i funghi, gambi compresi.

Fondete il burro in una casseruola capiente, unite la cipolla e cuocete su fuoco medio per 3 minuti o finché è tenera. Unite l'aglio e cuocete per 1 minuto, poi aggiungete i funghi e cuocete finché sono teneri. Cospargete con la farina e mescolate per 1 minuto. Unite il brodo e il timo e fate sobbollire con il coperchio per 10 minuti. Fate raffreddare leggermente poi frullate il tutto in più riprese.

Versate di nuovo la zuppa nella casseruola, incorporate lo sherry e la panna e versate in 4 ciotole resistenti al calore (usate di piccole e profonde in modo che la sfoglia non si afflosci finendo nella zuppa).

Tagliate dei dischi di sfoglia leggermente più grandi dei bordi delle ciotole e coprite ognuna con un disco di pasta. Sigillate bene i bordi e spennellate leggermente con l'uovo sbattuto. Mettete le ciotole su una teglia e infornate per 15 minuti o finché la sfoglia è gonfia e dorata.

PREPARAZIONE: 25 MINUTI COTTURA: 35 MINUTI

# PULL-APART AL FORMAGGIO ED ERBE

2 cucchiaini di lievito secco  
1 cucchiaino di zucchero  
500 g di farina  
2 cucchiaini di prezzemolo tritato  
2 cucchiaini di erba cipollina tritata  
1 cucchiaio di timo tritato  
60 g di cheddar, grattugiato  
latte, per spennellare

PER 1 FORMA

Mettete in una ciotolina il lievito, lo zucchero e 125 ml d'acqua calda e mescolate bene. Lasciate in un posto caldo e privo di correnti per 10 minuti o finché si formano delle bolle in superficie. Il composto dovrebbe essere schiumoso e leggermente aumentato di volume.

Setacciate la farina e 1 cucchiaino e 1/2 di lievito in una ciotola capiente. Fate un buco al centro e unite il composto con il lievito e 250 ml d'acqua calda. Mescolate fino a ottenere un impasto morbido. Rovesciate su un piano di lavoro leggermente infarinato e impastate per 10 minuti o finché è liscio. Mettete l'impasto in una ciotola unta con un filo di olio, coprite con la pellicola o un canovaccio e lasciate lievitare per 1 ora o finché raddoppia di volume.

Sgonfiate l'impasto con il pugno e lavoratelo per 1 minuto. Dividete l'impasto a metà e da ognuna ricavate 10 dischi piatti di 6 cm di diametro. Mescolate le erbe e il cheddar e mettete 2 cucchiaini di composto al centro di un disco. Premeteci sopra un altro disco, poi ripetete l'operazione con il resto degli ingredienti.

Imburrate uno stampo per plumcake di 6 x 10,5 x 21 cm. Mettete i dischi preparati in piedi nello stampo, schiacciandoli bene. Coprite lo stampo con la pellicola o con un canovaccio umido e lasciatelo in un posto caldo per 30 minuti o finché l'impasto è ben lievitato.

Scaldare il forno a 210°C. Spennellate leggermente la superficie del pane con un po' di latte e infornate per 30 minuti o finché il pane è dorato e croccante e suona vuoto se gli si danno dei colpetti alla base.

PREPARAZIONE: 30 MINUTI + RIPOSO COTTURA: 30 MINUTI





# INDICE

## A

### aglio

- zuppa all'aglio 87
- zuppa cinese con agnello, erba aglina e cellophane noodles 147
- zuppa con aglio, pastina e pesce 29

### agnello

- harira 155
- stufato della Mongolia 188
- stufato di agnello con noodles di riso 160
- zuppa cinese con agnello, erba aglina e cellophane noodles 147
- zuppa di agnello e fusilli 183

### ajo blanco 49

### arancia

- zuppa di carote e arance 13

### avoglemono con pollo 72

## B

### bagel 230

### baguettes, mini 218

### basilico

- minestrone con il pesto 116
- zuppa di gamberi e basilico 99

### biete

- caldo verde 163
- zuppa di biette e lenticchie 10
- zuppa melokhia 17

### bisque di astice 92

### bisque di gamberi 91

### bouillabaisse con rouille 120

### bouffade 80

### bretzel 246

### brodo chiarificato 34

### brodo con quenelles

- di salmone 18

### brodo dashi con capesante

- e noodles soba 49

### brodo di pollo piccante con pasta

- al coriandolo 34

### brodo thai alla citronella

- con le cozze 50

## C

### caldo verde 163

### canja 143

### carote

- muffin di zucchine e carote 237
- zuppa di carote e arance 13
- zuppa di carote e coriandolo 79

### ceci

- harira 155
- zuppa di pollo, porri e ceci 25

### chapati 233

### chicken mulligatawny 76

### chinese combination

- short soup 124

### chorba bil hout 167

### chowder

- chowder di haddock affumicato 100
- Manhattan chowder 187
- New England clam chowder 108

### ciabatta 226

### cipolle

- kakavia 53
- mini scones alla cipolla e parmigiano 225
- pane con cipolle e latticello 213
- zuppa di cipolle francese 13

### cocco

- tom kha gai 67
- zuppa aromatica di noodles con mais, cocco e pollo 95
- zuppa di cocco e gamberi 112
- zuppa di zucca, gamberi e cocco 71
- zuppa thai di zucca e cocco 87

### coriandolo

- brodo di pollo piccante con pasta al coriandolo 34
- laksa di gamberi 132
- zuppa con mais, polpa di granchio e coriandolo 88
- zuppa di carote e coriandolo 79
- zuppa di pollo indonesiana piccante 171
- zuppa thai con noodles di riso e anatra 119

### cornbread 241

### cornbread tradizionale 233

### cottage loaf 206

### crostini 68

### curry

- chicken mulligatawny 76
- tom yum goong 61
- zuppa di cocco e gamberi 112

## E

### erbe

- pane alle erbe 213
- panini alle erbe e formaggio 217
- pull-apart al formaggio ed erbe 222

## F

### fagioli

- minestrone con il pesto 116
- minestrone con riso 184
- pasta e fagioli 127
- soupe au pistou 140
- zuppa di fagioli con salsiccia 151
- zuppa veloce di fagioli piccante 143

### fegato

- zuppa "twelve varieties" 172

### formaggio

- mini scones alla cipolla e parmigiano 225
- panini alle erbe e formaggio 217

pull-apart al formaggio  
ed erbe 222  
scones al formaggio ed erba  
cipollina 205  
fougasse 210  
frutti di mare, (vedi anche pesce)  
bisque di astice 92  
bisque di gamberi 91  
bouillabaisse con rouille 120  
brodo dashi con capesante  
e noodles soba 49  
brodo thai alla citronella  
con le cozze 50  
chorba bil hout 167  
laksa di gamberi 132  
Manhattan chowder 187  
marmite Dieppoise 64  
New England clam chowder 108  
noodles in brodo con polpa di  
granchio e pannocchiette 33  
tom yum goong 61  
zarzuela 144  
zuppa alla spagnola con riso,  
cozze, gamberi e chorizo 164  
zuppa con capesante  
e uovo 54  
zuppa con gamberi, taccole  
e pasta 45  
zuppa con mais, polpa  
di granchio e coriandolo 88  
zuppa con won ton 57  
zuppa di cocco e gamberi 112  
zuppa di cozze cremosa 84  
zuppa di gamberi e basilico 99  
zuppa di ostriche cremosa 75  
zuppa di pesce e frutti  
di mare 14  
zuppa di pesce vietnamita 176  
zuppa di riso con gamberi  
e uova 45  
zuppa di zucca, gamberi  
e cocco 71

funghi  
nabe di salmone 135  
zuppa cinese di noodles  
agropiccante 152  
zuppa con risoni e funghi 99  
zuppa di funghi in crosta 175  
zuppa di funghi veloce 79  
zuppa di Sichuan 139  
zuppa giapponese di udon  
e miso con pollo 159

G

gamberi  
bisque di gamberi 91  
chinese combination short  
soup 124  
laksa di gamberi 132  
tom yum goong 61  
zuppa con gamberi,  
taccole e pasta 45  
zuppa con won ton 57  
zuppa di cocco e gamberi 112  
zuppa di gamberi e basilico 99  
zuppa di riso con gamberi  
e uova 45  
zuppa di zucca, gamberi  
e cocco 71  
zuppa "otto tesori" 136  
zuppa thai di zucca  
e cocco 87

gazpacho 26

granchio  
noodles in brodo con polpa di  
granchio e pannocchiette 33  
zuppa con mais, polpa  
di granchio e coriandolo 88

gumbo di pollo 148

H

harira 155  
harissa 91

K

kakavia 53

L

laksa di gamberi 132  
laksa di pesce di Penang 156

lenticchie  
zuppa cremosa di lenticchie  
rosse 68  
zuppa di biette e lenticchie 10  
zuppa di spinaci e lenticchie 53  
zuppa veloce di lenticchie  
rosse 33

M

maiale  
chinese combination short  
soup 124  
polpette di maiale e noodles  
in brodo 180  
ravioli di carne in brodo 22  
zuppa con won ton 57  
zuppa di noodles ramen  
con maiale e mais 139  
zuppa piccante vietnamita di  
manzo, maiale e noodles 168

mais  
chowder di mais 95  
cornbread 241  
cornbread tradizionale 233  
muffin con peperoni e mais 229  
noodles in brodo con polpa di  
granchio e pannocchiette 33  
zuppa aromatica di noodles  
con mais, cocco e pollo 95  
zuppa cinese di pollo e mais 37  
zuppa con mais, polpa  
di granchio e coriandolo 88  
zuppa di noodles ramen  
con maiale e mais 139  
zuppa di pomodoro e mais 107  
zuppa di tacchino e mais 107

- Manhattan chowder 187
- manzo
- pho di manzo 128
  - ravioli di carne in brodo 22
  - zuppa di Sichuan con noodles e manzo 131
  - zuppa piccante vietnamita di manzo, maiale e noodles 168
- marmite Dieppoise 64
- minestrone con il pesto 116
- minestrone con riso 184
- mini scones alla cipolla e parmigiano 225
- miso
- zuppa di miso e tofu 37
  - zuppa di miso veloce 29
  - zuppa giapponese di udon e miso con pollo 159
- muffin
- muffin con peperoni e mais 229
  - muffin di zucchine e carote 237
- N
- nabe di salmone 135
- New England clam chowder 108
- noodles
- brodo dashi con capesante e noodles soba 49
  - noodles in brodo con polpa di granchio e pannocchiette 33
  - polpette di maiale e noodles in brodo 180
  - stufato di agnello con noodles di riso 160
  - zuppa aromatica di noodles con mais, cocco e pollo 95
  - zuppa cinese con agnello, erba aglina e cellophane noodles 147
  - zuppa cinese di noodles agropiccante 152
- zuppa di noodles con polpette di pesce 123
- zuppa di noodles ramen con maiale e mais 139
- zuppa di pesce con noodles 104
- zuppa di pesce e vermicelli di riso 111
- zuppa di pollo indonesiana piccante 171
- zuppa di Shangai con pollo e noodles 30
- zuppa di Sichuan 139
- zuppa di Sichuan con noodles e manzo 131
- zuppa giapponese di udon e miso con pollo 159
- zuppa piccante vietnamita di manzo, maiale e noodles 168
- zuppa thai con noodles di riso e anatra 119
- O
- ostriche
- zuppa di ostriche cremosa 75
- P
- pane, zuppa con
- ajo blanco 49
  - bourride 80
  - gazpacho 26
  - pappa al pomodoro 25
  - zuppa all'aglio 87
- pani
- bagel 230
  - baguettes, mini 218
  - bretzel 246
  - chapati 233
  - ciabatta 226
  - cornbread 241
  - cornbread tradizionale 233
  - cottage loaf 206
- fougasse 210
- pane al malto 249
- pane al pepe e limone 217
- pane alle erbe 213
- pane alle noci 234
- pane con cipolle e latticello 213
- pane di patate 238
- pane di segale a lievitazione naturale 202
- pane farcito a strati 229
- pane piatto marocchino 241
- panini a trifoglio 205
- panini alla birra 209
- panini integrali 245
- parathas 209
- pull-apart al formaggio ed erbe 222
- pumpnickel 242
- puri 237
- scottish baps 214
- tortillas 221
- pappa al pomodoro 25
- parathas 209
- pasta
- brodo di pollo piccante con pasta al coriandolo 34
  - minestrone con il pesto 116
  - pasta e fagioli 127
  - tortellini in brodo 61
  - tortellini in brodo aromatizzato al limone 57
  - zuppa con aglio, pastina e pesce 29
  - zuppa con gamberi, taccole e pasta 45
  - zuppa con pasta e ratatouille 127
  - zuppa con risoni e funghi 99
  - zuppa di agnello e fusilli 183
  - zuppa di pasta veloce 17
  - zuppa di pollo con vermicelli e verdure 21

- zuppa di pollo e pasta 21  
 zuppa rustica con zucca  
 e pasta 41  
 pasta di gamberetti, arrostita 96  
 patate  
 kakavia 53  
 minestrone con riso 184  
 pane di patate 238  
 scones di patate alle olive 221  
 soupe au pistou 140  
 peperoni  
 chorba bil hout 167  
 muffin con peperoni  
 e mais 229  
 zuppa di peperoni rossi 58  
 pesce (vedi anche frutti di mare)  
 bourride 80  
 brodo con quenelles  
 di salmone 18  
 chorba bil hout 167  
 chowder di haddock  
 affumicato 100  
 laksa di pesce di Penang 156  
 nabe di salmone 135  
 zuppa con aglio, pastina  
 e pesce 29  
 zuppa di noodles con polpette  
 di pesce 123  
 zuppa di pesce 38  
 zuppa di pesce con noodles 104  
 zuppa di pesce cremosa 75  
 zuppa di pesce e vermicelli  
 di riso 111  
 pho di manzo 128  
 picada 144  
 pinoli tostati 116  
 piselli  
 zuppa di bacon e piselli 151  
 zuppa di piselli 103  
 zuppa piccante di pomodoro  
 e piselli 111  
 popovers 225  
 pistou 140  
 pollo  
 avgolemono con pollo 72  
 brodo di pollo piccante  
 con pasta al coriandolo 34  
 canja 143  
 chicken mulligatawny 76  
 gumbo di pollo 148  
 laksa di pollo 96  
 tom kha gai 67  
 zuppa aromatica di noodles  
 con mais, cocco e pollo 95  
 zuppa cambogiana agrodolce  
 di pollo 42  
 zuppa cinese di pollo e mais 37  
 zuppa di pollo con vermicelli  
 e verdure 21  
 zuppa di pollo e pasta 21  
 zuppa di pollo indonesiana  
 piccante 171  
 zuppa di pollo, porri e ceci 25  
 zuppa di Shangai con pollo  
 e noodles 30  
 zuppa giapponese di udon  
 e miso con pollo 159  
 zuppa "otto tesori" 136  
 zuppa thai agrodolce di pollo 46  
 zuppa "twelve varieties" 172  
 polpette di maiale e noodles  
 in brodo 180  
 pomodori  
 bouillabaisse con rouille 120  
 gazpacho 26  
 kakavia 53  
 pappa al pomodoro 25  
 zuppa con pasta  
 e ratatouille 127  
 zuppa di pomodoro e mais 107  
 zuppa piccante di pomodoro  
 e piselli 111  
 porri  
 zuppa di pollo, porri e ceci 25  
 pull apart al formaggio ed erbe 222  
 pumpnickel 242  
 puri 237  
 R  
 rainbow congee 179  
 ravioli di carne in brodo 22  
 riso  
 caldo verde 163  
 canja 143  
 minestrone con riso 184  
 rainbow congee 179  
 zuppa alla spagnola con riso,  
 cozze, gamberi e chorizo 164  
 zuppa di riso con gamberi  
 e uova 45  
 zuppa di yogurt 67  
 rouille 120  
 S  
 salmone  
 brodo con quenelles  
 di salmone 18  
 nabe di salmone 135  
 salsa di semi di sesamo 135  
 salsiccia  
 caldo verde 163  
 gumbo di pollo 148  
 rainbow congee 179  
 zuppa alla spagnola con riso,  
 cozze, gamberi e chorizo 164  
 zuppa di fagioli con salsiccia 151  
 scones  
 mini scones alla cipolla  
 e parmigiano 225  
 scones al formaggio ed erba  
 cipollina 205  
 scones di patate alle olive 221  
 scottish baps 214

- stufato di agnello con noodles  
     di riso 160  
 stufato della Mongolia 188  
 soffritto 144  
 soupe au pistou 140
- T
- tofu  
     stufato della Mongolia 188  
     zuppa cinese di noodles  
       agropiccante 152  
     zuppa di miso e tofu 37  
     zuppa di miso veloce 29  
     zuppa giapponese di udon  
       e miso con pollo 159  
 tom kha gai 67  
 tom yum goong 61  
 tortellini in brodo 61  
 tortellini in brodo aromatizzato  
     al limone 57  
 tortillas 221
- V
- vongole  
     Manhattan chowder 187  
     New England clam chowder 108
- Z
- zarzuela 144  
 zucca  
     soupe au pistou 140  
     zuppa di zucca con harissa 91  
     zuppa di zucca, gamberi  
       e cocco 71  
     zuppa rustica con zucca  
       e pasta 41  
     zuppa thai di zucca e cocco 87  
 zuppa all'aglio 87  
 zuppa alla spagnola con riso,  
     cozze, gamberi e chorizo 164  
 zuppa aromatica di noodles  
     con mais, cocco e pollo 95  
 zuppa cambogiana agrodolce  
     di pollo 42  
 zuppa cinese con agnello, erba  
     aglina e cellophane noodles 147  
 zuppa cinese di noodles  
     agropiccante 152  
 zuppa cinese di pollo e mais 37  
 zuppa con aglio, pastina e pesce 29  
 zuppa con capesante e uovo 54  
 zuppa con gamberi, taccole  
     e pasta 45  
 zuppa con pasta e ratatouille 127  
 zuppa con risoni e funghi 99  
 zuppa con won ton 57  
 zuppa cremosa di lenticchie  
     rosse 68  
 zuppa di agnello con noodles  
     di riso 160  
 zuppa di agnello e fusilli 183  
 zuppa di bacon e piselli 151  
 zuppa di biette e lenticchie 10  
 zuppa di broccoli 41  
 zuppa di carote e arance 13  
 zuppa di carote e coriandolo 79  
 zuppa di cipolle alla francese 13  
 zuppa di cocco e gamberi 112  
 zuppa di cozze cremosa 84  
 zuppa di crescione 83  
 zuppa di fagioli con salsiccia 151  
 zuppa di funghi in crosta 175  
 zuppa di gamberi e basilico 99  
 zuppa di miso veloce 29  
 zuppa di miso e tofu 37  
 zuppa di noodles con polpette  
     di pesce 123  
 zuppa di noodles ramen  
     con maiale e mais 139  
 zuppa di ostriche cremosa 75  
 zuppa di pasta veloce 17  
 zuppa di peperoni rossi 58  
 zuppa di pesce 38  
 zuppa di pesce con noodles 104  
 zuppa di pesce cremosa 75  
 zuppa di pesce e vermicelli  
     di riso 111  
 zuppa di pesce vietnamita 176  
 zuppa di piselli 103  
 zuppa di pollo con vermicelli  
     e verdure 21  
 zuppa di pollo e pasta 21  
 zuppa di pollo indonesiana  
     piccante 171  
 zuppa di pollo, porri e ceci 25  
 zuppa di pomodoro e mais 107  
 zuppa di riso con gamberi e uova 45  
 zuppa di riso selvatico 83  
 zuppa di Shangai con pollo  
     e noodles 30  
 zuppa di Sichuan 139  
 zuppa di Sichuan con noodles  
     e manzo 131  
 zuppa di spinaci e lenticchie 53  
 zuppa di tacchino e mais 107  
 zuppa di zucca con harissa 91  
 zuppa di zucca, gamberi e cocco 87  
 zuppa di yogurt 67  
 zuppa giapponese di udon e miso  
     con pollo 159  
 zuppa melokhia 17  
 zuppa "otto tesori" 136  
 zuppa piccante di pomodoro  
     e piselli 111  
 zuppa piccante vietnamita di  
     manzo, maiale e noodles 168  
 zuppa rustica con zucca e pasta 41  
 zuppa thai agrodolce di pollo 46  
 zuppa thai con noodles di riso  
     e anatra 119  
 zuppa thai di zucca e cocco 87  
 zuppa "twelve varieties" 172  
 zuppa veloce di fagioli piccante 143  
 zuppa veloce di lenticchie rosse 33



# Pane e zuppa

---

JANE PRICE

Zuppe leggere e veloci o veri e propri piatti unici, da accompagnare a un buon pane fatto in casa: tante proposte invitanti per ogni occasione e per tutti i periodi dell'anno.



Prezzo al pubblico

25,00 € i.i.

ISBN 978 88 96621 080



Guido Tommasi Editore

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