

Tartares



Lucia Pantaleoni

Guido Tommasi Editore

Responsabile artistico: *Uu Ehi*
Grafica: *Julia Philipps*
Tommaso Bacciocchi per l'edizione italiana
Traduzione: *Giusy Marzano*
Redazione: *Laura Fosi*

© Edizione italiana: Datanova S.r.l. (Guido Tommasi Editore), 2011 - Tutti i diritti riservati

Vietata ogni riproduzione, totale o parziale, su qualunque supporto, in particolare la fotocopia e il microfilm, senza l'esplicita autorizzazione scritta dell'editore.

© Éditions Solar, 2009 per l'edizione originale.

ISBN 978 88 96621 417

Stampato in Cina

Sommario

Introduzione..... 5

Le ricette dell'ortolano..... 6

Le ricette del pescivendolo..... 25

Le ricette del macellaio..... 45

I consigli più golosi..... 62



Introduzione

La scelta delle materie prime

Una buona tartare comincia dalla scelta delle materie prime che deve essere... impeccabile.

- La frutta e la verdura devono essere sode e croccanti.
- Scegliete sempre del pesce extra fresco. Un metodo per controllare la freschezza del prodotto è scegliere un pesce intero e farselo sfilettare dal pescivendolo.
- La carne deve essere color rosso vivo, se si tratta di manzo, e deve essere tritata sotto i vostri occhi. Eventuali macchie scure non sono mai un buon segno, perché significa che la carne non è stata tagliata di fresco.
- Consumate carne e pesce crudi il giorno stesso in cui li avete comprati. Durante il tempo di riposo della ricetta, tenete tutto in frigorifero.

Il materiale

Per preparare una tartare sono necessari alcuni utensili:

- Un coltello ben affilato.
- Una pinzetta per togliere eventuali lisce dal pesce.
- Un tagliere in legno.
- Dei coppapasta tondi e alcuni bicchieri per la presentazione.

Lo sapevate?

L'espressione «alla tartara» indicava originariamente dei piatti impanati e grigliati, serviti con una salsa molto piccante. Oggi «tartara» si associa soprattutto a una salsa e a un piatto di carne e di pesce crudi.

Tartare di funghi porcini all'aceto balsamico

Per 4 persone

400 g di funghi porcini
1 cipollina novella media
1 mazzetto di prezzemolo
4 manciate di rucola
4 cucchiai di olio extravergine d'oliva
1/2 cucchiaino di aceto balsamico
Fleur de sel
e pepe macinato fresco

Potete accompagnare questa tartare con del prosciutto San Daniele su fette di pane casereccio appena tostato.

- Grattate il gambo dei porcini con una spazzola a setole dure, strofinate la cappella con un canovaccio umido e tagliateli a pezzettini; tenete da parte.
- Lavate e tritate il prezzemolo; pelate e tritate la cipollina novella.
- Lavate e asciugate la rucola.
- Condite in un'insalatiera i porcini con il prezzemolo, la cipolla, il sale, il pepe e 2 cucchiaini di olio d'oliva.
- Montate la tartare di porcini in 4 coppapasta; tenete da parte.
- Condite la rucola con l'olio rimasto, l'aceto balsamico, il sale e il pepe.
- Servite la tartare di porcini e l'insalata di rucola su 4 piatti.

Consiglio: per evitare che i porcini si inzuppino d'acqua, non lavateli mai sotto il getto.





Tartare di pesce spada e gamberetti

Per 4 persone

300 g di pesce spada

12 gamberetti rosa crudi

1 uovo

6 cetriolini sottaceto

1 cucchiaino e 1/2 di cognac

1 cucchiaino e 1/2 di pepe rosa

1 cucchiaio di aceto di mele

3 rametti di timo

3 cucchiai di olio extravergine
d'oliva

Alcune gocce di Tabasco®

Alcune gocce di salsa Worcester

Sale

Questa ricetta è delicatamente profumata. Potete sostituire i gamberetti con alcuni scampi piccoli.

- Mettete l'uovo in una casseruola piccola piena d'acqua fredda e cuocetelo per 5 minuti a partire dall'ebollizione.
- Lavate le foglie di timo e tenetele da parte.
- Eliminate la pelle ed eventualmente le parti scure del pesce, poi tagliatelo a pezzettini; tenete da parte.
- Sgusciate i gamberetti, eliminate l'intestino tirando leggermente il filo nero, sciacquateli, asciugateli e tagliateli a pezzettini; tenete da parte.
- Mettete l'uovo sotto l'acqua fredda, sgusciatelo e tagliatelo a metà.
- Eliminate l'albume e frullate il tuorlo con l'aceto, il cognac, il sale, i cetriolini, il pepe rosa, il timo, l'olio, alcune gocce di salsa Worcester e di Tabasco®.
- Versate la salsa sul pesce spada e i gamberetti, mescolate con cura e fate riposare in frigorifero per almeno 30 minuti.
- Tirate fuori la tartare di pesce spada e gamberetti dal frigorifero, lasciatela a temperatura ambiente per una decina di minuti e fate le porzioni.

Indice delle ricette

Capesante ai frutti della passione e zenzero	26	Tartare all'italiana	62	Tartare di manzo al foie gras e olio al tartufo	50
Gran mix di verdure alle erbe aromatiche	13	Tartare di albicocche con sciroppo di rosmarino e pistacchi	22	Tartare di manzo con chips di carciofi e parmigiano	61
Insalata di manzo thailandese a modo mio	46	Tartare di ananas al limone verde e zenzero	18	Tartare di orata, pomodorini ciliegia e timo	37
La tartare classica	45	Tartare di cavallo con fagioli bianchi	53	Tartare di pesce spada e gamberetti	25
Salmone con sesamo tostato e limone verde	38	Tartare di filetto d'anatra alle nocciole	58	Tartare di pomodori al fleur de sel	14
Salsa al mango per tartare di manzo	63	Tartare di frutti esotici	17	Tartare di pomodori, avocado e salsa pistou	9
Salsa allo zenzero per tartare di orata e tonno	63	Tartare di frutti rossi allo zabaione	21	Tartare di salmone e coda di rospo	41
Salsa pistou leggera	62	Tartare di funghi porcini all'aceto balsamico	10	Tartare di verdure al curry	6
Scampi al finocchio	34	Tartare di gamberi e avocado	42	Tartare di vitello speziata	57
Segreti di cucina	62	Tartare di manzo ai peperoni	54	Tonno alla mediterranea	29
Spigola alle verdure primaverili e peperoncino di Espelette	30	Tartare di manzo ai pistacchi	49	Tonno con verdure croccanti	33



Una raccolta di ricette fresche e leggere: carni, pesci e crostacei, frutta o verdura, insaporiti con le erbe che preferite, oli profumati, aceti aromatizzati e spezie... per tutte le occasioni, tutti i gusti, tutte le voglie!



Guido Tommasi Editore

www.guidotommasi.it

11,50 € i.i.

ISBN 978 88 96621 417



9 788896 621417