



Scuola di Cucina



# Le mosse segrete dello chef

Pansoti liguri, burro chiarificato per le fritture e i trucchi per legare l'arrosto



IL NOSTRO ESPERTO

**Andrea Bevilacqua**  
Il suo forte è la cucina tradizionale, che gli ha portato una lunga lista di premi e riconoscimenti, tra cui l'onorificenza di Maestro di Cucina dall'Associazione professionale cuochi italiani. Docente presso la Scuola di cucina di Cotto e Mangiato, è chef libero professionista.  
[chef@cottoemangiato.it](mailto:chef@cottoemangiato.it)



LA PROCEDURA



LE TECNICHE

## Burro chiarificato

Rimuovendo acqua e caseina dal burro si ottiene un prodotto ideale per friggere. Il punto di fumo alto, lo rende resistente alle temperature elevate.

## Come si lega l'arrosto

Legare la carne è essenziale per preparare correttamente un arrosto e tenerlo in forma. Lo chef Bevilacqua illustra una tecnica semplice e veloce.



## La scuola di cucina di Cotto e Mangiato

Per chi ha poco tempo a disposizione, ama la praticità e la pancia subito piena, arrivano i corsi di cucina per imparare a preparare piatti semplici, rapidi

e genuini. Un modo per non rinunciare alla qualità e al gusto che soddisfa sempre il palato. Si può partire dal corso base o puntare a primi e sughi, oppure specializzarsi nella preparazione di torte e biscotti.  
[www.scuola.cottoemangiato.it](http://www.scuola.cottoemangiato.it)



**PIATTO DELLA TRADIZIONE**

Scuola di Cucina

## Pansoti alla salsa di noci

Pasta all'uovo ripiena di verdura e formaggio accompagnata da una salsa davvero golosa



**P**ASTA all'uovo ripiena di formaggio e verdure o erbe, i pansoti sono una ricetta caratteristica della tradizione gastronomica genovese, che si preparava quando le tradizioni religiose imponevano di mangiare "di magro". Il nome deriva probabilmente dal fatto che la pasta ripiena assume un aspetto panciuto. In origine, il ripieno dei pansoti era fatto con la

prescinseua, un latticino fresco e spalmabile, difficile da reperire fuori dai confini liguri. A questo si aggiungeva un mixto di erbe selvatiche raccolte in campagna. Quindi, il ripieno variava con le stagioni, si usavano la bietola, la borragine, il prezzemolo e l'ortica. Anche oggi, potete divertirvi a mescolare bietola, spinaci, coste e ogni verdura sia di vostro gradimento.

### Coppa pasta

Realizzati in acciaio inox, sono ideali per tagliare la sfoglia o impiattare risotti e tartare modo originale. Disponibili in varie forme e dimensioni.  
[www.guardini.com](http://www.guardini.com)



### GLI STRUMENTI DI QUESTO MESE

#### Frullatore a immersione

Taglia, riduce in purè e amalgama gli alimenti in modo omogeneo. Interamente in acciaio inox, vi aiuta a legare la salsa di noci in modo perfetto.  
[www.bialettigroup.com](http://www.bialettigroup.com)



#### Colino per filtrare

Per filtrare il burro ci vuole un colino a maglia stretta come questo. Leggero e molto pratico, è realizzato in acciaio inox. E si pulisce in un attimo.  
[www.ikea.it](http://www.ikea.it)





**Scuola di Cucina**

| <b>INGREDIENTI</b>        |  |
|---------------------------|--|
| <b>PER LA PASTA</b>       |  |
| <b>FARINA 00 400 g</b>    |  |
| <b>UOVA 4</b>             |  |
| <b>OLIO EXTRAVERGINE</b>  |  |
| <b>D'OLIVA</b>            |  |
| <b>SALE</b>               |  |
| <b>PER IL RIPENO</b>      |  |
| <b>BIETOLE 1 Kg</b>       |  |
| <b>UOVA 2</b>             |  |
| <b>FORMAGGIO</b>          |  |
| <b>GRATTUGIATO 50 g</b>   |  |
| <b>RICOTTA</b>            |  |
| <b>DI PECORA 200 g</b>    |  |
| <b>SALE, NOCE MOSCATA</b> |  |
| <b>PER LA SALSA</b>       |  |
| <b>DI NOCI</b>            |  |
| <b>GHERIGLI</b>           |  |
| <b>DI NOCI 200 g</b>      |  |
| <b>PANCARRÈ 4 fette</b>   |  |
| <b>FORMAGGIO</b>          |  |
| <b>GRATTUGIATO 40 g</b>   |  |
| <b>AGLIO 1 spicchio</b>   |  |
| <b>LATTE 100 ml</b>       |  |
| <b>OLIO EXTRAVERGINE</b>  |  |
| <b>D'OLIVA 60 ml</b>      |  |
| <b>PANNA FRESCA 10 ml</b> |  |

**Bietole**

**Gherigli**

**Pancarrè**

**Formaggio grattugiato**

**Aglio**

**Latte**

**Olio d'oliva**

**Panna fresca**

**Ricotta**

**Pecora**

**Noce moscata**

**Uova**

**Farina 00**

**Uovo**

**Olio extra vergine d'oliva**

**Sale**

**Noce moscata**

**Bietole**

**Gherigli**

**Pancarrè**

**Formaggio grattugiato**

**Aglio**

**Latte**

**Olio d'oliva**

**Panna fresca**

**Ricotta**

**Pecora**

**Noce moscata**

**Uova**

**Farina 00**

**Uovo**

**Olio extra vergine d'oliva**

**Sale**

**Noce moscata**

**Bietole**

**Gherigli**

**Pancarrè**

**Formaggio grattugiato**

**Aglio**

**Latte**

**Olio d'oliva**

**Panna fresca**

**Ricotta**

**Pecora**

**Noce moscata**

**Uova**

**Farina 00**

**Uovo**

**Olio extra vergine d'oliva**

**Sale**

**Noce moscata**

**Bietole**

**Gherigli**

**Pancarrè**

**Formaggio grattugiato**

**Aglio**

**Latte**

**Olio d'oliva**

**Panna fresca**

**Ricotta**

**Pecora**

**Noce moscata**

**Uova**

**Farina 00**

**Uovo**

**Olio extra vergine d'oliva**

**Sale**

**Noce moscata**

**Bietole**

**Gherigli**

**Pancarrè**

**Formaggio grattugiato**

**Aglio**

**Latte**

**Olio d'oliva**

**Panna fresca**

**Ricotta**

**Pecora**

**Noce moscata**

**Uova**

**Farina 00**

**Uovo**

**Olio extra vergine d'oliva**

**Sale**

**Noce moscata**

**Bietole**

**Gherigli**

**Pancarrè**

**Formaggio grattugiato**

**Aglio**

**Latte**

**Olio d'oliva**

**Panna fresca**

**Ricotta**

**Pecora**

**Noce moscata**

**Uova**

**Farina 00**

**Uovo**

**Olio extra vergine d'oliva**

**Sale**

**Noce moscata**

**Bietole**

**Gherigli**

**Pancarrè**

**Formaggio grattugiato**

**Aglio**

**Latte**

**Olio d'oliva**

**Panna fresca**

**Ricotta**

**Pecora**

**Noce moscata**

**Uova**

**Farina 00**

**Uovo**

**Olio extra vergine d'oliva**

**Sale**

**Noce moscata**

**Bietole**

**Gherigli**

**Pancarrè**

**Formaggio grattugiato**

**Aglio**

**Latte**

**Olio d'oliva**

**Panna fresca**

**Ricotta**

**Pecora**

**Noce moscata**

**Uova**

**Farina 00**

**Uovo**

**Olio extra vergine d'oliva**

**Sale**

**Noce moscata**

**Bietole**

**Gherigli**

**Pancarrè**

**Formaggio grattugiato**

**Aglio**

**Latte**

**Olio d'oliva**

**Panna fresca**

**Ricotta**

**Pecora**

**Noce moscata**

**Uova**

**Farina 00**

**Uovo**

**Olio extra vergine d'oliva**

**Sale**

**Noce moscata**

**Bietole**

**Gherigli**

**Pancarrè**

**Formaggio grattugiato**

**Aglio**

**Latte**

**Olio d'oliva**

**Panna fresca**

**Ricotta**

**Pecora**

**Noce moscata**

**Uova**

**Farina 00**

**Uovo**

**Olio extra vergine d'oliva**

**Sale**

**Noce moscata**

**Bietole**

**Gherigli**

**Pancarrè**

**Formaggio grattugiato**

**Aglio**

**Latte**

**Olio d'oliva**

**Panna fresca**

**Ricotta**

**Pecora**

**Noce moscata**

**Uova**

**Farina 00**

**Uovo**

**Olio extra vergine d'oliva**

**Sale**

**Noce moscata**

**Bietole**

**Gherigli**

**Pancarrè**

**Formaggio grattugiato**

**Aglio**

**Latte**

**Olio d'oliva**

**Panna fresca**

**Ricotta**

**Pecora**

**Noce moscata**

**Uova**

**Farina 00**

**Uovo**

**Olio extra vergine d'oliva**

**Sale**

**Noce moscata**

**Bietole**

**Gherigli**

**Pancarrè**

**Formaggio grattugiato**

**Aglio**

**Latte**

**Olio d'oliva**

**Panna fresca**

**Ricotta**

**Pecora**

**Noce moscata**

**Uova**

**Farina 00**

**Uovo**

**Olio extra vergine d'oliva**

**Sale**

**Noce moscata**

**Bietole**

**Gherigli**

**Pancarrè**

**Formaggio grattugiato**

**Aglio**

**Latte**

**Olio d'oliva**

**Panna fresca**

**Ricotta**

**Pecora**

**Noce moscata**

**Uova**

**Farina 00**

**Uovo**

**Olio extra vergine d'oliva**

**Sale**

**Noce moscata**

**Bietole**

**Gherigli**

**Pancarrè**

**Formaggio grattugiato**

**Aglio**

**Latte**

**Olio d'oliva**

**Panna fresca**

**Ricotta**

**Pecora**

**Noce moscata**

**Uova**

**Farina 00**

**Uovo**

**Olio extra vergine d'oliva**

**Sale**

**Noce moscata**

**Bietole**

**Gherigli**

**Pancarrè**

**Formaggio grattugiato**

**Aglio**

**Latte**

**Olio d'oliva**

**Panna fresca**

**Ricotta**

**Pecora**

**Noce moscata**

**Uova**

**Farina 00**

**Uovo**

**Olio extra vergine d'oliva**

**Sale**

**Noce moscata**

**Bietole**

**Gherigli**

**Pancarrè**

**Formaggio grattugiato**

**Aglio**

**Latte**

**Olio d'oliva**

**Panna fresca**

**Ricotta**

**Pecora**

**Noce moscata**

**Uova**

**Farina 00**

**Uovo**

**Olio extra vergine d'oliva**

**Sale**

**Noce moscata**

**Bietole**

**Gherigli**

**Pancarrè**

**Formaggio grattugiato**

**Aglio**

<div style



► 1 ottobre 2016

Scuola di Cucina

LA TECNICA

## Burro chiarificato

È utilissimo per frittura leggere, infatti, grazie al punto di fumo molto alto, non brucia in cottura e rappresenta una valida alternativa all'olio d'oliva



**1 PREPARATE** il bagnomaria disponendo una pentola grande piena d'acqua, dentro la quale sistemare un pentolino più piccolo. Poi, mettete nel pentolino 500 g di burro tagliato a pezzetti.



**2 ACCENDETE** il fuoco e lasciate sciogliere il burro molto dolcemente a bagnomaria. Usate il fornello più piccolo, regolato sul minimo, avendo cura di controllare che non raggiunga il bollore.



**3 QUANDO** il burro si è sciolto (controllate con un cucchiaio di legno), toglietelo dal fuoco e rimuovete la schiuma che si è formata aiutandovi con un mestolo, se è forato, farete meno fatica.



**4 ASPETTATE almeno 30 minuti, poi filtrate il burro con un colino fine ricoperto da una garza oppure da un doppio strato di carta da cucina. Il vostro chiarificato è ora pronto per essere utilizzato.**



Scuola di Cucina

LA TECNICA

## Come si lega l'arrosto

Cottura omogenea, fette sempre perfette e carne profumata dagli aromi che avete scelto. Il segreto della riuscita del piatto sta tutto nella legatura



**1 APPoggiate** la carne su di un tagliere. Cominciate a formare una gabbia: legate uno dei lati corti e fermate con un nodo lasciando un capo dello spago più lungo, quindi proseguite la legatura dell'arrosto.



**2 CREATE UN'ASOLA** lunga con lo spago e legate l'arrosto per il lungo fermanolo con un nodo. Formate ora un'asola in orizzontale in cui inserirete l'arrosto, quindi stringetela tirando delicatamente lo spago.



**3 RIPETETE** l'operazione su tutto l'arrosto e alla fine fermate l'estremità con un altro nodo. La legatura non deve essere troppo lenta né troppo stretta: in entrambi i casi la carne si potrebbe deformare durante la cottura.



**4 LA LEGATURA** garantisce che la carne mantenga la sua forma durante la cottura ed è utile per insaporire l'arrosto con un rametto di rosmarino, di salvia o una fetta di pancetta, secondo il vostro gusto.