

Edizioni buon Appetito

# A tavola con Bruno e Bruna 7 menù per 7 giorni



Ricette pensate, ma soprattutto, assaporate da Bruno Paldo, titolare e cuoco dell'osteria «Da papà» e da sua figlia Bruna

***In ricordo del mio amato papà  
che mi ha insegnato a cucinare***

# All'osteria «Da papà» si mangia così:

Menù del Lunedì: Trippa alla Buonocore, Pennette allo Scarpariello o Pasta e fagioli, Spezzatino con patate, Parmigiana bianca di melanzane alla liquirizia, Panna cotta

Menù del Martedì: Polpo arrostito, Spaghetti alici e pecorino o Pasta e ceci, Frittura di calamari, Schiacciata di patate viola, Fragole ricoperte di cioccolato fondente

Menù del Mercoledì: Tagliata di tonno, Linguine cozze e taralli o Risotto caprino e speck, Alici fritte, Melanzane sott'olio, Tiramisù

Menù del Giovedì: Calamari grigliati, Riso con patate o Vermicelli con vongole al limone, Salsicce, Friarielli, Pancake alla Bruna

Menù del Venerdì: Impepata di cozze, Genovese di mare o Spaghetti scampi e noci, Polipetti alla Luciana, Patate al forno, Tiramisù alla crema di caramella Rossana

Menù del Sabato: Alici marinate, Genovese di terra o Pasta al filetto di pomodoro, Tagliata di carne, Zucchine sott'olio, Tiramisù alla crema di nocciole

Menù della Domenica: Salmone salmistrato, Risotto agrumi e gamberoni o Linguine olive e capperi, Alici indorate e fritte, Peperoncini verdi fritti, Tiramisù al limoncello

## Menù del Lunedì

**Antipasto:** Trippa alla  
Buonocore

**Primi Piatti:** Pennette allo  
Scarpariello / Pasta e  
fagioli

**Secondo Piatto:**  
Spezzatino con patate  
**Contorno:** Parmigiana  
bianca di melanzane  
alla liquirizia  
**Dessert:** Panna cotta

Meglio murì sazió  
ca campa' riùn



# Antipasto

## Trippa alla Buonocore

Ricetta per

4 persone

Ingredienti	Quantità
Trippa	1 Kg
Sedano	q.b.
Carota	q.b.
Cipolla	q.b.
Pomodorini	q.b.
Olio	q.b.
Sale	q.b.
Pepe	q.b.
Origano	q.b.



### Procedimento

1 Tagliare a strisce la trippa

2 Tagliare a listarelle le verdure e dividere in 4 i pomodorini

3 Unire la trippa alle verdure e condire con olio, sale, pepe e origano

## Primo Piatto

# Pennette allo Scarpariello



Ricetta per

4 persone

### Procedimento

- 1 Fare un soffritto con olio EVO, lo spicchio d'aglio, la cipolla tritata, il peperoncino e il basilico
- 2 Aggiungere i pelati, salare e pepare
- 3 Quando la salsa è cotta aggiungere il parmigiano ed il pecorino
- 4 Bollire le pennette in abbondante acqua salata
- 5 Una volta cotte le pennette unirle alla salsa e saltare brevemente

Ingredienti	Quantità
Pennette	320 g
Pomodorini pelati	800 g
Pecorino	100 g
Parmigiano	100 g
Basilico	q.b.
Cipolla	q.b.
Aglio	1 spicchio
Olio	q.b.
Sale	q.b.
Pepe	q.b.
Peperoncino	q.b.

# Primo Piatto

## Pasta e fagioli

Ricetta per

4 persone



© CuciniAmo con Chicca

Ingredienti	Quantità
Fagioli	1,2 Kg
Olio	q.b.
Acqua	1 Lt
Aglío	1 spicchio
Cipolla	1
Sedano	
Pomodorini	
Bicarbonato di sodio	1 cucchiaino
Pasta	200 g

### Procedimento

- 1 Mettere a bagno la sera prima i fagioli in abbondante acqua con un cucchiaino di bicarbonato
- 2 Cuocere i fagioli nell'acqua di ammollo
- 3 Soffriggere i pomodorini con lo spicchio d'aglio, la cipolla e il sedano tritati
- 4 Aggiungere l'olio caldo con gli aromi nei fagioli bolliti
- 5 Schiacciare un po' i fagioli con la forchetta
- 6 Salare
- 7 Mettere a bollire la pasta nell'acqua di cottura dei fagioli fino a completa cottura, la pasta dovrà risultare cremosa

## Secondo Piatto

# Spezzatino con patate



Ricetta per

4 persone

Ingredienti	Quantità
Muscolo	1 Kg
Olío	q.b.
Sedano	q.b.
Carota	q.b.
Cípolla	q.b.
Patate	q.b.
Sale	q.b.
Pepe	q.b.

### Procedimento

- 1 Tagliare la carne a pezzi e rosolarla a fuoco vivace con l'olio e con un trito di sedano, carota e cipolla
- 2 Sfumare con il vino rosso
- 3 Aggiungere acqua fino a coprire la carne, salare e pepare
- 4 Cuocere in un contenitore coperto fino a portare a completa cottura
- 5 Da parte pulire le patate, tagliarle in grossi dadi
- 6 Fare un soffritto con un trito di sedano, carota e cipolla
- 7 Aggiungere le patate crude a dadi e spadellare fino a cottura, aggiungendo un poco d'acqua se necessita
- 8 Quando le patate sono cotte, aggiungerle nello spezzatino

## Contorno

# Parmigiana bianca di melanzane alla liquirizia



Ricetta per

4 persone

Ingredienti	Quantità
Melanzane	4
Olio per friggere	q.b.
Parmigiano	q.b.
Mozzarella	q.b.
Sale	q.b.
Pepe	q.b.
Liquore alla liquirizia	q.b.
Basilico	q.b.

## Procedimento

- 1 Pulire le melanzane e tagliarle a fette non troppo spesse
- 2 Infarinarle e friggerle in abbondante olio di semi
- 3 In un tegame disporre sul fondo un po' di liquore di liquirizia, poi fare uno strato di melanzane
- 4 Salare, pepare e disporre sulle melanzane uno strato di fettine di mozzarella, parmigiano, liquore di liquirizia e basilico
- 5 Fare un nuovo strato di melanzane, salare e pepare e proseguire alternando gli strati e terminando con uno strato di melanzane
- 6 Infornare in forno statico a 180°C per 1 ora

## Dessert

# Panna cotta

Ricetta per

4 persone



Ingredienti	Quantità
Latte	4 bicchieri
Panna	4 bicchieri
Zucchero	4 cucchiái
Gelatina	4 fogli

## Procedimento

- 1 Bollire il latte
- 2 Aggiungere la panna, lo zucchero e i fogli di gelatina
- 3 Far sciogliere ed amalgamare bene i tutto
- 4 Mettere negli stampi e far raffreddare in frigo

## Menù del Martedì

**Antipasto:** Polpo  
arrostito

**Primi Piatti:** Spaghetti  
alici e pecorino/ Pasta  
e ceci

**Secondo Piatto:** Frittura  
di calamari

**Contorno:** Schiacciata  
di patate viola

**Dessert:** Fragole  
ricoperte di cioccolato  
fondente

Datte da fa' a vît  
e' nu muorz!



# Antipasto

## Polpo arrostito



Ricetta per

4 persone

### Procedimento

1 Congelare il polpo dopo averlo pulito

2 Scongelo

3 Portare a bollore abbondante acqua salata

4 Bollire il polpo intero per 40 minuti

5 Lasciare raffreddare

6 Tagliarlo a pezzi non troppo grandi

7 Farlo rosolare a fuoco forte sulla piastra già bollente per pochi minuti

8 Condire con olio, sale e pepe

Ingredienti	Quantità
Polipo fresco o surgelato	1,2 Kg
Olio	q.b.
Sale	q.b.
Pepe	q.b.

## Primo Piatto

# Spaghetti alici e pecorino

Ricetta per

4 persone



Ingredienti	Quantità
Spaghetti	320 g
Alici	500 g
Pecorino	100 g
Basilico	q.b.
Aglío	1 spicchio
Olio	q.b.
Sale	q.b.
Cipolla	q.b.
Pepe	q.b.

## Procedimento

- 1 Pulire le alici eliminando interiora, lisca, testa e coda
- 2 Rosolare 1 spicchio d'aglio sbucciato, qualche foglia di basilico e poca cipolla tritata un paio di cucchiai d'olio EVO
- 3 Aggiungere le alici, salare e pepare
- 4 Dopo aver ben rosolato le alici aggiungere il pecorino
- 5 Bollire gli spaghetti in abbondante acqua salata
- 6 Una volta cotti gli spaghetti, unirli alla salsa di alici e pecorino e saltare brevemente

# Primo Piatto

## Pasta e ceci

Ricetta per

4 persone

Ingredienti	Quantità
Ceci	1,2 Kg
Aglío	1 spicchio
Acqua	1 Lt
Prezzemolo	q.b.
Olío	q.b.
Bicarbonato di sodio	1 cucchiaino
Sale	q.b.
Pasta mista	400 g



### Procedimento

- 1 Mettere a bagno la sera prima i ceci in abbondante acqua con un cucchiaino di bicarbonato
- 2 Cuocere i ceci nell'acqua di ammollo
- 3 Soffriggere lo spicchio d'aglio tritato con olio e prezzemolo tritato
- 4 Aggiungere l'olio caldo con gli aromi nei ceci bolliti
- 5 Schiacciare un po' i ceci con la forchetta
- 6 Salare
- 7 Mettere a bollire la pasta nell'acqua di cottura dei ceci fino a completa cottura. La pasta dovrà risultare cremosa

Secondo Piatto

# Fríttura di Calamari



Ricetta per

4 persone

Ingredienti	Quantità
Calamari	4
Olio per friggere	q.b.
Sale	q.b.
Pepe	q.b.
Farina	q.b.

## Procedimento

- 1 Pulire i calamari
- 2 Separare i tentacoli e tagliare il corpo ad anello
- 3 Infarinarli, eliminando poi l'eccesso di farina
- 4 Friggere in abbondante olio bollente
- 5 Scolarli su carta da cucina per assorbire l'eccesso di olio
- 6 Salare e pepare

## Contorno

# Schiacciate di patate viola

Ricetta per

4 persone



Ingredienti	Quantità
Patate viola	
Olio	q.b.
Sale	q.b.
Pepe	q.b.
Scorzetta di arancia o limone	q.b.
Menta fresca	q.b.

### Procedimento

1 Bollire le patate in abbondante acqua salata

2 Pulirle e schiacciarle con uno schiacciapatate

3 Condire con olio, sale e pepe

4 Aggiungere un po' di scorzetta di limone o arancia e della menta fresca tritata

Dessert

# Fragole ricoperte di cioccolato fondente



Ricetta per

4 persone

Ingredienti	Quantità
Fragole	16
Tavoletta di cioccolato fondente	1
Zucchero semolato	q.b.

## Procedimento

- 1 Pulire le fragole, lavarle e asciugarle
- 2 Immergere una ad una le fragole nel cioccolato e lasciare asciugare

## Varianti

È possibile sostituire le fragole con altra frutta a piacere, come ad esempio ananas o kiwi, oppure sostituire il cioccolato fondente con quello al latte o bianco

## **Menù del Mercoledì**

**Antipasto:** Tagliata di tonno

**Primi Piatti:** Linguine  
cozze e taralli/  
Risotto caprino e  
speck

**Secondo Piatto:** Alici  
fritte

**Contorno:** Melanzane  
sott'olio

**Dessert:** Tiramisù

L'appetito vien  
mangiando



# Antipasto

## Tagliata di tonno

Ricetta per

4 persone



Ingredienti	Quantità
Tonno	4 fette
Olio	q.b.
Sale	q.b.
Pepe	q.b.
Pomodorini	q.b.
Rucola	q.b.
Aceto balsamico	q.b.

### Procedimento

- 1 Tagliare il tonno a strisce spesse
- 2 Scottare leggermente in padella
- 3 Salare e pepare
- 4 Condire con olio, pomodorini, rucola e un goccio di aceto balsamico

## Primo Piatto

# Linguine cozze e taralli

Ricetta per

4 persone



### Procedimento

- 1 Pulire accuratamente le cozze eliminando tutte le impurità
- 2 Rosolare 1 spicchio d'aglio sbucciato e poca cipolla tritata in un paio di cucchiaini d'olio Evo
- 3 Aggiungere le cozze, coprire il tegame e cuocerle finché non si aprono
- 4 Nel frattempo far rosolare 1 spicchio d'aglio tritato, 1/2 cipolla affettata, basilico, sale e pepe in un cucchiaino d'olio ed un poco d'acqua
- 5 Sbriciolare i taralli nel soffritto e far cuocere brevemente
- 6 Frullare il tutto fino ad ottenere una crema omogenea
- 7 Portare a bollore abbandonate acqua salata e cuocere le linguine
- 8 Scolare le linguine e condirle con le cozze e la crema di tarallo

Ingredienti	Quantità
Linguine	320 g
Cozze	1 Kg
Taralli	2
Basilico	q.b.
Aglio	1 spicchio
Olio	q.b.
Cipolla	q.b.
Sale	q.b.

## Primo Piatto

# Risotto caprino e speck



Ricetta per

4 persone

Ingredienti	Quantità
Speck	100
Cipolla	1
Burro	100 g
Pepe	q.b.
Olio	q.b.
Formaggio caprino	100 g
Vino bianco	1 bicchiere
Riso	200 g

### Procedimento

- 1 Soffriggere la cipolla con l'olio e lo speck tagliato a listarelle
- 2 Aggiungere il riso e tostarlo brevemente
- 3 Sfumare con il vino bianco
- 4 Aggiungere acqua o brodo già bollenti
- 5 Portare il riso a cottura mescolando spesso
- 6 Aggiungere il caprino e mescolare
- 7 Mantecare con il burro

## Secondo Piatto

# Alicí Fritte

Ricetta per

4 persone



Ingredienti	Quantità
Alicí	800 g
Farina	q.b.
Sale	q.b.
Pepe	q.b.
Olío da friggere	q.b.

### Procedimento

- 1 Pulire le alicí togliendo la testa e le interiora, lasciando la lisca e la coda
- 2 Passare nella farina
- 3 Friggere immergendole in abbondante olío di semi
- 4 Scolare ed asciugare bene su carta assorbente
- 5 Salere e pepare

## Contorno

# Melanzane sott'olio

Ricetta per

4 persone



### Procedimento

- 1 Pulire le melanzane e tagliarle a cubetti non troppo piccoli
- 2 Bollirle per 2 minuti in una pentola in cui avrete versato 1 Lt d'acqua e 1 Lt di aceto
- 3 Scolare, asciugare e strizzare bene
- 4 Mettere in un barattolo di vetro uno strato di aglio tritato, peperoncino a pezzettini olio e origano
- 5 Fare uno strato di melanzane e ripetere il procedimento al punto 4
- 6 Riempire tutto il barattolo alternando gli strati
- 7 Ricoprire d'olio fino all'orlo
- 8 Sigillare e sterilizzare il barattolo in acqua bollente

Ingredienti	Quantità
Melanzane	1 Kg
Olio	q.b.
Sale	q.b.
Pepe	q.b.
Aceto bianco	q.b.
Aglio	q.b.
Peperoncino	q.b.
Origano	q.b.

# Dessert Tiramisù



## Procedimento

- 1 Fare il caffè
- 2 Bagnare i savoiardi nel caffè
- 3 Dividere i tuorli dagli albumi
- 4 Mettere lo zucchero nei tuorli
- 5 Aggiungere negli albumi un pizzico di sale e montarli a neve
- 6 Aggiungere il mascarpone ai tuorli ed amalgamare bene
- 7 Unire i bianchi montati a neve alla crema di mascarpone e tuorli, mescolando dal basso verso l'alto per non smontarli
- 8 In un ruoto disporre uno strato di savoiardi imbevuti, poi uno strato di crema e poi ancora savoiardi fino ad esaurirli
- 9 Coprire con la crema restante e spolverare con la polvere di cacao

Ricetta per

4 persone

Ingredienti	Quantità
Uova	4
Mascarpone	1 confezione
Zucchero	6 cucchiaini
Sale	1 pizzico
caffè	q.b.
Savoiardi	1 pacco
Cacao	q.b.

## **Menù del Giovedì**

**Antipasto:** Calamari  
grigliati

**Primi Piatti:** Riso con  
patate / Vermicelli con  
vongole al limone

**Secondo Piatto:** Salsicce

**Contorno:** Friarielli

**Dessert:** Pancake alla  
Bruna



Dicette Pulcinell :  
A meglia mmdicine ?  
Vino e cantina e purpett e  
cucina

# Antipasto

## Calamari grigliati

Ricetta per

4 persone



Ingredienti	Quantità
Calamari	4
Aglío	1 spicchio
Olio	q.b.
Sale	q.b.
Basilico	q.b.
Pepe	q.b.
Limone	1

### Procedimento

1 Pulire i calamari

2 Cuocerli rapidamente sulla piastra bollente

3 Fare un battuto con uno spicchio di aglio tritato, il succo di un limone, olio sale, pepe e basilico

4 Tagliare il calamaro a listarelle e condirlo con il battuto preparato

# Primo Piatto

## Riso e patate

Ricetta per

4 persone



Ingredienti	Quantità
Riso	320 g
Patate	500 g
Basílico	q.b.
Cípolla	q.b.
Sedano	1 gambo con le foglie
Olío	q.b.
Sale	q.b.
Pepe	q.b.
Pomodoríní	4

### Procedimento

- 1 Pelare le patate, lavarle e tagliarle a pezzi
- 2 Fare un soffritto con olío, sedano, cipolla e pomodoríní
- 3 Aggiungere le patate, salare e pepare e far soffriggere
- 4 Aggiungere un mestolo d'acqua, chiudere con il coperchio e lasciare cuocere fino ad assorbimento dell'acqua
- 5 Versare il riso e farlo tostare a fuoco vivace, mescolando
- 6 Aggiungere l'acqua (salata) poco alla volta e far risottare finché il riso non sarà cotto

## Primo Piatto

# Vermicelli con vongole al limone

Ricetta per

4 persone



Mela Cannella e Fantasia - Gabriella Geroni ©

Ingredienti	Quantità
Vermicelli	400 g
Vongole	300 g
Aglío	1 spicchio
Vino bianco	1 bicchiere
Olio	q.b.
Basílico	q.b.
Limone non trattato	1

## Procedimento

- 1 Soffriggere l'aglio sbucciato in un filo d'olio
- 2 Aggiungere le vongole e coprire il tegame
- 3 Una volta che le vongole si sono aperte, sgusciarle e rimetterle nel sugo
- 4 Aggiungere la scorza di limone grattugiata
- 5 A parte bollire i vermicelli in acqua salata
- 6 Aggiungere al sugo e saltare brevemente, aggiungendo un poco d'acqua di cottura della pasta

## Secondo Piatto

# Salsicce e friarielli



Ricetta per

4 persone

### Procedimento

- 1 Soffriggere lo spicchio d'aglio nell'olio
- 2 Sfumare con il vino rosso e rosolare fino a cottura
- 3 Cottura completata aggiungere un pizzico di sale
- 4 Da parte pulire i friarielli
- 5 Soffriggere con olio in una pentola dai bordi alti uno spicchio d'aglio ed un pezzetto di peperoncino
- 6 Togliere l'aglio una volta rosolato
- 7 Aggiungere i friarielli, salare e far cuocere a recipiente coperto finché non saranno morbidi
- 8 Unire i friarielli alle salsicce

Ingredienti	Quantità
Salsicce	4
Friarielli	2 fasci
Olio	q.b.
Aglio	2 spicchi
Peperoncino	q.b.
Sale	q.b.

## Dessert

# Pancake alla Bruina

Ricetta per

4 persone



### Procedimento

- 1 Dividere i tuorli dagli albumi
- 2 Mettere metà dello zucchero nei tuorli e metà negli albumi
- 3 Aggiungere negli albumi un pizzico di sale e montarli a neve
- 4 Aggiungere il mascarpone ai tuorli ed amalgamare bene
- 5 Unire i bianchi montati a neve alla crema di mascarpone e tuorli, mescolando sempre dal basso verso l'alto per non smontarli
- 6 Aggiungere la farina e amalgamare, sempre mescolando dal basso verso l'alto
- 7 Versare un mestolo di impasto alla volta in una padella ben calda unta con un po' di burro e cuocere i pancake da entrambi i lati

### Ingredienti

### Quantità

Uova	6
Mascarpone	1 confezione
Zucchero	6 cucchiaini
Sale	1 pizzico
Farina	200 g
Burro	q.b. per ungere
Latte condensato	100 g

## Menù del Venerdì

**Antipasto:** Impepata di  
cozze

**Primi Piatti:** Genovese di  
mare / Spaghetti  
scampì e noci

**Secondo Piatto:** Polipetti  
alla luciana

**Contorno:** Patate al forno

**Dessert:** Tiramisù alla  
crema di caramella

Rossana



Se magna pe' campa',  
nun se campa pe'  
magna'

# Antipasto

## Impepata di cozze

Ricetta per

4 persone

Ingredienti	Quantità
Cozze	40
Pepe	q.b.
Limone	1



### Procedimento

- 1 Pulire le cozze eliminando anche le barbe
- 2 Metterle in un tegame coperto con il pepe
- 3 Quando si aprono sono cotte
- 4 Servirle accompagnate da spicchi di limone, da spremere sulle cozze al momento di mangiarle.

# Primo Piatto

## Genovese di mare

Ricetta per

4 persone



Ingredienti	Quantità
Rigatoni	320 g
Cipolla	2 Kg
Sedano	1 costa
Carota	1
Olio	q.b.
Sale	q.b.
Vino bianco	q.b.
Seppia	1
Calamaro	1
Gamberi	2
Polipo	1

### Procedimento

- 1 Pulire il pesce e tagliarlo a pezzi
- 2 Fare un soffritto con olio EVO, il sedano e la carota tritati
- 3 Pulire le cipolle e affettarle sottilmente
- 4 unire al soffritto, salare e farle appassire dolcemente a pentola coperta fino a che si consumano (almeno 2 ore girando ogni tanto)
- 5 una volta appassita la cipolla aggiungere il pesce
- 6 Sfumare con il vino bianco e portare a cottura
- 7 Bollire i rigatoni in abbondante acqua salata
- 8 una volta cotta la pasta, unirla alla salsa e saltare brevemente

## Primo Piatto

# Spaghettoní scampí e noci

Ricetta per

4 persone



### Procedimento

1 Soffriggere l'aglio sbucciato in un filo d'olio

2 Pulire gli scampí e aggiungerli al soffritto

3 Unire i pomodorini divisi in 4 parti

4 Salare e pepare

5 Sfumare con il vino bianco

6 Aggiungere le noci trítate

7 A parte bollire gli spaghetti in acqua salata

8 Aggiungere al sugo e saltare brevemente, aggiungendo un poco d'acqua di cottura della pasta

Ingredienti	Quantità
Spaghettoní	400 g
Scampí	
Aglío	1 spicchio
Vino bianco	1 bicchiere
Olío	q.b.
Noci	q.b.
Pomodorini	q.b.

## Secondo Piatto

# Polipetti alla Luciana

Ricetta per

4 persone



Ingredienti	Quantità
Polipi	1,2 Kg
Olio	q.b.
Aglío	1 spicchio
Pomodorini	1 barattolo
Prezzemolo	q.b.
Peperoncino	1
Sale	q.b.
Pepe	q.b.
Olive snocciolate	q.b.
Capperi	q.b.

### Procedimento

- 1 Pulire i polipetti e lavarli bene
- 2 Soffriggere il peperoncino e lo spicchio d'aglio nell'olio
- 3 Aggiungere i polipi, i capperi e le olive
- 4 Salare
- 5 Aggiungere il barattolo di pomodorini
- 6 Portare a cottura con il recipiente coperto
- 7 A cottura ultimata spolverare di prezzemolo

# Contorno

## Patate al forno

Ricetta per

4 persone



Ingredienti	Quantità
Patate gialle	1,2 Kg
Olio	q.b.
Sedano	1 costa
Cipolla	1
Sale	q.b.
Pepe	q.b.
Timo	1 rametto

### Procedimento

1 Pulire le patate tagliarle a pezzi

2 Fare un soffritto con un trito di sedano, cipolla, timo, sale e pepe

3 Aggiungere le patate crude a dadi e far rosolare, aggiungendo un poco d'acqua se necessita

4 Infornare in forno statico a 200°C per 10 minuti

## Dessert

# Tiramisù alla crema caramella Rossana



### Procedimento

- 1 Fare il caffè
- 2 Bagnare i savoiardi nel caffè
- 3 Dividere i tuorli dagli albumi
- 4 Mettere metà dello zucchero nei tuorli e l'altra metà negli albumi
- 5 Aggiungere negli albumi un pizzico di sale e montarli a neve
- 6 Aggiungere il mascarpone ai tuorli e amalgamare bene
- 7 Aggiungere la caramella Rossana e mescolare bene
- 8 Unire i bianchi montati a neve alla crema di mascarpone e tuorli, mescolando sempre dal basso verso l'alto per non smontarli
- 9 In un ruoto disporre uno strato di savoiardi imbevuti, poi uno strato di crema e poi ancora savoiardi fino ad esaurirli
- 10 Coprire con la crema restante e spolverare con la polvere di cacao

Ricetta per

4 persone

Ingredienti	Quantità
Uova	6
Mascarpone	1 confezione
Zucchero	6 cucchiaini
Sale	1 pizzico
Caffè	q.b.
Savoiardi	20
Cacao	q.b.
Crema caramella Rossana	100 g

## Menù del Sabato

**Antipasto:** *Alici marinate*

**Primi Piatti:** *Genovese di  
terra / Pasta al filetto di  
pomodoro*

**Secondo Piatto:** *Tagliata di  
carne*

**Contorno:** *Zucchine  
sott'olio*

**Dessert:** *Tiramisù alla  
crema di nocciole*

*Addo magnano duje  
Ponno magnà pure  
tre*



# Antipasto

## Alici marinate

Ricetta per

4 persone



Ingredienti	Quantità
Alici	500g
Sale	q.b.
Aceto	q.b.
Olio	q.b.
Prezzemolo	q.b.
Origano	q.b.
Peperoncino	q.b.

### Procedimento

- 1 Pulire e spinare le alici, eliminando testa e coda
- 2 Aprirle a libretto
- 3 In una pirofila disporre le alici a strati, intervallando gli strati con sale e aceto
- 4 Riporre la pirofila in frigo coperta da pellicola
- 5 Dopo 24 ore asciugare le alici e metterle sotto olio con aglio, prezzemolo, origano e peperoncino

# Primo Piatto

## Genovese di terra

Ricetta per

4 persone



Ingredienti	Quantità
Rigatoni	320 g
Cipolla	2 Kg
Sedano	1 costa
Carota	1
Olío	q.b.
Sale	q.b.
Vino rosso	q.b.
Muscolo	500 g

### Procedimento

- 1 Fare un soffritto con olío EVO, il sedano e la carota tritati
- 2 Rosolare la carne e poi sfumare con il vino rosso
- 3 Pulire le cipolle e affettarle sottilmente
- 4 Unire al soffritto, salare e farle appassire dolcemente a pentola coperta fino a che si consumano (almeno 2 ore girando ogni tanto)
- 5 Bollire i rigatoni in abbondante acqua salata
- 6 Una volta cotta la pasta, unirla alla salsa e saltare brevemente

## Primo Piatto

# Pasta al filetto di pomodoro



### Procedimento

- 1 Soffriggere l'aglio sbucciato in un filo d'olio
- 2 Togliere l'aglio e aggiungere i pomodorini tagliati in quattro parte nel verso lungi
- 3 Aggiungere il basilico e regolare di sale
- 4 Portare a cottura a fuoco basso fino a formare una salsa
- 5 A parte bollire gli spaghetti in acqua salata
- 6 Aggiungere al sugo e saltare brevemente, aggiungendo un poco d'acqua di cottura della pasta
- 7 A cottura ultimata, completare con ancora un filo e altro basilico fresco

Ricetta per

4 persone

Ingredienti	Quantità
Spaghetti	500 g
Pomodorini del piennolo o datterini	600 g
Aglio	1 spicchio
Olio	q.b.
Basilico	q.b.
Sale	q.b.

## Secondo Piatto

# Tagliata di carne

Ricetta per

4 persone

Ingredienti	Quantità
Entrecote	
Olio	q.b.
Aglio in polvere	q.b.
Timo	1 rametto
Prezzemolo	q.b.
Sale	q.b.
Pepe	q.b.
Pomodorini	
Rucola	
Aceto balsamico	



### Procedimento

- 1 Cuocere le entrecote sulla piastra bollente, ungendola ogni tanto con olio aromatizzato con aglio in polvere, timo, sale e pepe
- 2 Una volta cotta, tagliare la carne a strisce
- 3 Condirli con pomodorini, rucola fresca, olio e aceto balsamico

Contorno

# Zucchine sott'olio



Ricetta per

4 persone

Ingredienti	Quantità
Zucchine	1 Kg
Acqua	1 Lt
Aceto bianco	1 Lt
Sale	q.b.

Procedimento

1 Lavare le zucchine, pulirle e tagliarle a fiammifero

2 Portare a bollire l'acqua con l'aceto

3 Farvi bollire le zucchine per 1 minuto, poi lasciarle raffreddare e asciugare

4 Mettere in un barattolo con olio, aglio, origano e peperoncino

variante

Con lo stesso procedimento è possibile preparare altresì carciofi (tagliandoli a spicchio) e zucca (tagliata a fiammifero, senza fase di bollitura).

## Dessert

# Tiramisù alla crema di nocciole



Ricetta per

4 persone

### Procedimento

- 1 Fare il caffè
- 2 Bagnare i savoiardi nel caffè
- 3 Dividere i tuorli dagli albumi
- 4 Mettere metà dello zucchero nei tuorli e metà negli albumi
- 5 Aggiungere negli albumi un pizzico di sale e montarli a neve
- 6 Aggiungere il mascarpone ai tuorli ed amalgamare bene
- 7 Aggiungere la crema di nocciole e mescolare bene
- 8 Unire i bianchi montati a neve alla crema di mascarpone e tuorli, mescolando sempre dal basso verso l'alto per non smontarli
- 9 In un ruoto disporre uno strato di savoiardi imbevuti, poi uno strato di crema e poi ancora savoiardi fino ad esaurirli
- 10 Coprire con la crema restante e spolverare con la polvere di cacao

Ingredienti	Quantità
Uova	6
Mascarpone	1 confezione
Zucchero	6 cucchiaini
Sale	1 pizzico
Caffè	q.b.
Savoiardi	20
Cacao	q.b.
Crema di nocciole	100g

## Menù della Domenica

**Antipasto:** Salmone  
salmístrato

**Primi Piatti:** Rísotto  
agrumí e gamberoní /  
Linguíne olíve e capperí

**Secondo Piatto:** Alicí  
índorate e frítte

**Contorno:** Peperoncíní  
verí fríttí

**Dessert:** Tíramisù al  
límoncello



A carn acopp  
E maccarun a sott!

# Antipasto

## Salmone salmístrato

Ricetta per

4 persone

Ingredienti	Quantità
Salmone fresco	
Sale	2 kg
Zucchero	1 kg
Tímo	q.b.
Rosmaríno	q.b.
Aneto	q.b.
Menta	q.b.
Scorza di limone	q.b.
Scorza di arancia	q.b.



### Procedimento

1 Mescolare il sale, lo zucchero, il rosmaríno, il tímo, la menta, l'aneto e le scorze di agrumí

2 Pulire e lavare il salmone, senza privarlo della pelle

3 Avvolgere il salmone nelle spezie, ricoprendolo tutto, e riporlo in frígo in un recipiente coperto per 2/3 giorni (la durata della salmastrata dipende dalla grandezza del salmone).

4 Tagliarlo a fette sottili una volta completata a salmístratura.

## Primo Piatto

# Risotto agrumi e gamberoni



Ricetta per

4 persone

Ingredienti	Quantità
Riso	320 g
Gamberoni	500 g
Cipolla	1
Olio	q.b.
Arancia	1
Limone	1
Mandarino	1
Pompelmo	1
Vino bianco	1 bicchiere
Parmigiano	q.b.

## Procedimento

- 1 Pulire e sgusciare i gamberoni
- 2 Spremere gli agrumi e grattugiarne la buccia
- 3 A parte con le teste e i carapaci fare un sughetto di pesce
- 4 Salarlo
- 5 Fare un soffritto con olio EVO e cipolla tritata
- 6 Tostare il riso nel soffritto
- 7 Sfumare con il vino rosso
- 8 Aggiungere poco alla volta il sughetto di pesce e portare quasi a cottura, mescolando sempre
- 9 Negli ultimi 5 minuti aggiungere il succo e la buccia tritata degli agrumi e completare la cottura del riso
- 10 Aggiustare di sale e di pepe
- 11 Aggiungere il parmigiano grattugiato e una noce di burro

## Primo Piatto

# Linguine olive e capperi



Ricetta per

4 persone

### Procedimento

1 Soffriggere l'aglio sbucciato in un filo d'olio

2 Togliere l'aglio e aggiungere i pomodorini tagliati in quattro parti nel verso lungo

3 Aggiungere il basilico, il prezzemolo, un pezzetto di peperoncino, le olive nere denocciolate e i capperi

4 Regolare di sale

5 Far restringere a fuoco basso

6 A parte bollire le linguine in acqua salata

7 Aggiungerle al sugo e saltare brevemente, aggiungendo un poco d'acqua di cottura della pasta

Ingredienti	Quantità
Linguine	500g
Pomodorini ciliegini	300g
Olive di gaeta	15
Capperi	10
Aglio	1 spicchio
Olio	q.b.
Basilico	q.b.
Sale	q.b.
Peperoncino	q.b.
prezzemolo	q.b.
Basilico	q.b.

## Secondo Piatto

# Alici indorate e fritte

Ricetta per

4 persone



Ingredienti	Quantità
Alici	1 Kg
Uova	
Farina	q.b.
Sale	q.b.
Pepe	q.b.
Parmigiano	q.b.
Olio di semi	q.b.

### Procedimento

- 1 Pulire le alici, spinarle, togliere testa e coda ed aprirle a libretto facendo attenzione a lasciarle intere
- 2 Sbattere le uova con sale, pepe e parmigiano grattugiato
- 3 Passare le alici prima nella farina, poi nelle uova
- 4 Friggere in abbondante olio di semi.

Contorno

# Peperoncini verdi fritti

Ricetta per

4 persone



Ingredienti	Quantità
Peperoncini verdi	
Olio da friggere	q.b.
Olio EVO	q.b.
Sale	q.b.
Aglío	1 spicchio
Pomodorini	

Procedimento
1 Pulire i peperoncini
2 Friggerli immergendoli in abbondante olio di semi bollente
3 Scolarli su carta da cucina per assorbire l'eccesso d'olio
4 Soffriggere l'aglio in olio EVO con i pomodorini tagliati
5 Aggiungere i peperoncini al sugo e farli insaporire
6 Salare e pepare

## Dessert

# Tiramisù al limoncello

### Procedimento

1 Fare il caffè

2 Bagnare i savoiardi nella bagna fatta con il latte e limoncello

3 Dividere i tuorli dagli albumi

4 Mettere metà dello zucchero nei tuorli e metà negli albumi

5 Aggiungere negli albumi un pizzico di sale e montarli a neve

6 Aggiungere il mascarpone ai tuorli ed amalgamare bene

7 Unire i bianchi montati a neve alla crema di mascarpone e tuorli, mescolando sempre dal basso verso l'alto per non smontarli

8 In un ruoto disporre uno strato di savoiardi imbevuti nella bagna, poi uno strato di crema e poi ancora savoiardi fino ad esaurirli

9 Coprire con la crema restante.



Ricetta per

4 persone

Ingredienti	Quantità
Uova	6
Mascarpone	1 confezione
Zucchero	6 cucchiaini
Sale	1 pizzico
Liquore limoncello	60 ml
Savoiardi	20
Latte	100 ml

***La stesura del ricettario***

***«A tavola con Bruno e Bruna 7 menù per 7 giorni»***

***è stata realizzata con la preziosa collaborazione di Antonella Miraglia,  
volontaria della sede di Napoli della Lega del filo d'oro di Osimo.***

***Un grazie particolare a Giovanni Paldo per la sua supervisione.***