

# PA132 Gastronomia

formato  
29x47 cm ca

Festività  
Internazionali

Retrostampato

## GENNAIO 2024



**La ricetta del mese**

*Sicilia*

### Casarecce spada e melanzane

**Ingredienti**  
400 g di casarecce, 1 melanzana tonda; 500 g di pesce spada a fette; 1 bicchiere di vino bianco secco; 2-3 pomodori pelati; menta fresca; olio EVO; sale; pepe.

**Preparazione**  
Cominciate dalle melanzane tagliandole a dadini. Trasferiteli in un piatto, salatele con sale grosso e lasciatele riposare per 30 minuti. Nel frattempo tagliate il pesce spada a dadini e rosolatelo in una padella antaderente con olio d'oliva. Sfumatelo con il vino bianco e lasciate evaporare. Aggiungete i pelati tagliati a dadini, salate, pepate e cuocate per 15 minuti. Unite la menta spezzettata e lasciate insaporire. Lavate le melanzane per rimuovere il sale, tamponatele con carta da cucina e frigatele in padella con olio d'oliva. Unite le melanzane alla padella con il condimento di pesce spada, aggiungete anche le casarecce che avrete lessato e scolato ben al dente, e saltate per qualche istante. Trasferite nei piatti da portata con menta fresca e servite subito.

**CAPRICORNO 22/12 - 20/1**

1 LUN	Maria Placida di Dio - Capotano	1.194
2 MAR	San Costantino	1.304
3 MER	San Gennaro	1.363
4 GIO	S. Lomario e Cala	1.412
5 VEN	S. Maria	1.501
6 SAB	San Giuseppe	1.590
7 DOM	Battesimo di Gesù	1.680
8 LUN	S. Felice	1.770
9 MAR	S. Felice	1.860
10 MER	S. Felice	1.950
11 GIO	S. Felice	2.040
12 VEN	S. Felice	2.130
13 SAB	S. Felice	2.220
14 DOM	S. Felice	2.310
15 LUN	S. Felice	2.400
16 MAR	S. Felice	2.490
17 MER	S. Felice	2.580
18 GIO	S. Felice	2.670
19 VEN	S. Felice	2.760
20 SAB	S. Felice	2.850
21 DOM	S. Felice	2.940
22 LUN	S. Felice	3.030
23 MAR	S. Felice	3.120
24 MER	S. Felice	3.210
25 GIO	S. Felice	3.300
26 VEN	S. Felice	3.390
27 SAB	S. Felice	3.480
28 DOM	S. Felice	3.570
29 LUN	S. Felice	3.660
30 MAR	S. Felice	3.750
31 MER	S. Felice	3.840

**IL SOLE E LA LUNA**

SOL		LUNA	
1	2	1	2
3	4	3	4
5	6	5	6
7	8	7	8
9	10	9	10
11	12	11	12
13	14	13	14
15	16	15	16
17	18	17	18
19	20	19	20
21	22	21	22
23	24	23	24
25	26	25	26
27	28	27	28
29	30	29	30
31		31	

### Pasta con i tenerumi



**Ingredienti:**  
200 g di spaghetti  
4 pomodori pelati  
6-7 rane di tenerumi

**Preparazione:**  
Innanzitutto preparare il "tenere" (i tenerumi) in una piccola casseruola fonde un po' di olio d'oliva, quindi disponilo a unte pomodori pelati tagliati a dadini. Mescolate, aggiungete di sale e lasciate restringere a fiamma bassa per 15-20 minuti. Filtrate e tenete da parte. Prendete la foglia più sana e verde dei tenerumi e acciugatele sotto l'acqua corrente. Sgocciolate bene e tagliatele a striscie in un tagliere. Sbucciate la zuccchina lunga con un coltello con un pelapatone, tagliatela e mettila in senso longitudinale e poi a tocchetti. Rimpicciatela in più segmenti da 2-3 cm ciascuno. In una casseruola con olio d'oliva e sbucciate abbondante cipolla, unite i tenerumi e la zuccchina e lasciate cuocere per 5-10 minuti. Unite quindi gli spaghetti e cuoceteli per il tempo indicato sulle confezioni. Scolare parte del liquido di cottura, unite il sugo preparato in precedenza e mescolate bene. Cuoci e aver fatto scaldare il fuso per qualche istante, aggiungete una manciata di pappe, trasferite nei piatti da portata e servite.

### Involtoni di spada



**Ingredienti:**  
8 filetti di pesce spada  
200 g pesce infornato  
1 cucchiaio di capperi  
preziosetta qb  
succo di limone qb

**Preparazione:**  
Metti in ammollo l'una pasta. Elimina la pelle dal pesce spada. Batti a fette e tagliale a metà. Tira le altre due filetti. In un tegame scaldato l'olio con la cipolla tritata. Unisci la polpa di pesce spada e cuoci. Scola l'acqua e unisci al pesce spada insieme al basilico, all'aglio e al prezzemolo tritati. Aggiungi i pinoli, la scorza grattugiata del limone, 30 g di pangrattato e mescola il tutto. Cuocilo in forno a 180°C per 15 minuti. Prendi il pesce, sale e pepe. Ricopri dai limoni delle mazzette. Prendi le fette di spada e stendilo, salate e pepate. Adagia nel centro di ogni filetto 30 g di ripieno. Chiudi i lati lunghi verso l'interno e annata l'involtoni. Prendi 4 stecchi e infila mezzo filetto di limone, una foglia di alloro, un meloncino, un altro filetto di limone e uno di cipolla e così via fino a realizzare 3 involtoni su ogni stecco. Unge una teglia da forno, spara gli stecchi nel pangrattato restato per capillarli in maniera uniforme e adagiati sulla teglia ben oliata. Concludi con un altro strato di olio, un passito di sale e cuoci in forno statico in modalità grill per circa 10/12 minuti.

### Insalata pantesea



**Ingredienti:**  
5 patate medie  
1 cipolla di Tropea  
15 pomodorini salsiccia  
20 g di olive nere

**Preparazione:**  
Per preparare l'insalata pantesea fate per prima cosa lessare le patate che dovranno risultare cotte ma ben sode. Lasciatele raffreddare, sgolatele e tagliatele a pezzetti. Affettate la cipolla, mettetela in una ciotolina con aceto e lasciatele riposare per una mezz'ora. Nel frattempo lavate i pomodorini e tagliateli a metà. Mescolate la mazzetta salsiccia bene la cipolla e mescolate e compilate il piatto disponendo le patate, i pomodorini e le fette di cipolla. Completate unendo le olive, i capperi, il basilico e terganone a piacere. Confilate con un giro d'olio, salate, antacidate e servite l'insalata pantesea.



## PA132 Gastronomia

Illustrato mensile 12 fogli, carta patinata 70 gr, testata termosaldata



- f.to calendario: 29x47 cm ca
- f.to testata: 29x9 cm ca
- 100

