cucinare in PRIMAVERA

Moulinex®
cuisine companion

CROSTONI DI VERDURE

PER 4 PERSONE

- 200 g di zucchine
- 200 g di asparagi
- 700 ml di acqua
- sale
- olio extravergine di oliva
- 1 spicchio di aglio
- 2 pomodori
- 8 crostoni di riso soffiato
- 100 g di mozzarelline
- basilico

Pulire le zucchine e gli asparagi e tagliarli a pezzetti. Mettere gli asparagi nel **cestello vapore**, versare nel recipiente l'acqua, il sale e avviare il programma **steam P1** per **15 minuti**. Svuotare il recipiente, inserire l'**accessorio per mescolare**, le zucchine, l'olio, l'aglio sbucciato e avviare il programma **slowcook P1**. Lavare i pomodori e ridurli a fette; disporle sui crostoni. Tagliare le mozzarelline a dadini. Metterli nel recipiente insieme agli asparagi, alle zucchine e mescolare per **30 secondi** con **velocità 3**. Distribuire sui crostoni, guarnire con basilico e condire con un filo di olio.

DIFFICOLTÀ FACILE - TEMPO DI PREPARAZIONE 25 MINUTI

FIORELLINI DI PISELLI

PER 20 FIORELLINI

- 110 ml di acqua
- olio extravergine di oliva
- 1 pizzico di sale
- 1 pizzico di zucchero
- 250 g di farina
- 1/2 bustina di lievito di birra
- 120 g di piselli sgranati
- 60 g di groviera
- 30 g di mozzarella
- 40 g di prosciutto crudo

Nel recipiente, con la **lama per impastare**, inserire l'acqua, un cucchiaio di olio, il sale, lo zucchero, la farina, il lievito in questo ordine. Avviare il programma **pastry P1**. Formata la palla, lasciar lievitare per mezz'ora circa. Nel recipiente, mettere 100 grammi di piselli. Cuocere con un filo di olio per **3 minuti** a **100°C** con **velocità 3**. Aggiungere i formaggi a pezzi, il prosciutto crudo e frullare per **30 secondi** con **velocità pulse**. Stendere la pasta sottile con l'aiuto di un mattarello, bucherellarne il fondo con i lembi di una forchetta. Creare dei dischi con l'aiuto di uno stampino. Riempirne il centro con il composto e formare dei fiorellini. Guarnire con i piselli rimasti. Posizionare i fiorellini su una teglia rivestita di carta da forno, ungere con un filo di olio e cuocere in forno preriscaldato a 180°C per 15 minuti circa.

DIFFICOLTÀ MEDIA - TEMPO DI PREPARAZIONE 25 MINUTI

INSALATA DI ASPARAGI E POMPELMO

PER 4 PERSONE

- 300 g di asparagi
- 2 patate
- 1 litro di acqua
- sale
- 100 g di insalata fresca
- 2 pompelmi

Pulire gli asparagi, raschiandone i gambi ed eliminando la parte legnosa. Pelare le patate e tagliarle a pezzi piccoli. Versare l'acqua, il sale, le patate e portare a ebollizione per **8 minuti** a **130°C**. Legare gli asparagi a mazzetto e metterli in piedi nel recipiente. Cuocere col programma **steam P1** per **20 minuti**. Lavare l'insalata, metterla in un recipiente con gli spicchi di pompelmo pelati al vivo.
Scolare gli asparagi e le patate e farli raffreddare. Comporre l'insalata e condirla a piacere.

DIFFICOLTÀ FACILE - TEMPO DI PREPARAZIONE 30 MINUTI

MAIONESE DI SEDANO RAPA

PER 1 VASETTO

- 150 g di sedano rapa
- buccia di 1 zucchina
- 700 ml di acqua
- sale
- 100 g di yogurt
- succo di 1 limone

Pelare il sedano rapa e tagliarlo a fette sottili. Metterle, insieme alla buccia di zucchina ben lavata, nel **cestello vapore** e posizionarlo sul recipiente con dentro l'acqua e un pizzico di sale. Avviare il programma **steam P1** e al termine svuotare il recipiente tenendo solo poca acqua di cottura. Inserire la **lama ultrablade**, unire le verdure cotte e frullare per **1 minuto** con **velocità 8**.
Lasciare raffreddare, aggiungere lo yogurt, il succo di limone e amalgamare per **2 minuti** con **velocità 6**. Servire con verdure.

DIFFICOLTÀ MEDIA - TEMPO DI PREPARAZIONE 35 MINUTI

LASAGNE CON BESCIAMELLA DI SPINACI

PER 4 PERSONE

- 100 g di spinaci
- 25 g di burro
- 25 g di farina
- 300 ml di latte
- sale
- 125 g di lasagne fresche
- 50 g di mozzarella
- parmigiano grattugiato

Nel recipiente, con la **lama ultrablade**, mettere gli spinaci lavati e tritare per **15 secondi** con **velocità pulse**. Tenere da parte. Sostituire la lama con l'**accessorio sbattitore**, inserire il burro e scioglierlo per **2 minuti** a **50°C** con **velocità 3**. Aggiungere la farina e mescolare per **3 minuti** a **50°C** con **velocità 3**. Unire il latte, il sale, gli spinaci tritati e cuocere per **6 minuti** a **90°C** con **velocità 5**. Fare raffreddare.
Imburrare una teglia, metterci sopra uno strato di lasagne, coprirlo con un po' della salsa di spinaci, fettine di mozzarella e ripetere l'operazione fino all'ultimo strato di pasta. Coprire con la besciamella verde rimasta, il parmigiano grattugiato, qualche pezzettino di burro e foglie di spinaci. Cuocere in forno preriscaldato a 200°C per 20 minuti.

DIFFICOLTÀ MEDIA - TEMPO DI PREPARAZIONE 30 MINUTI

MINESTRONE PRIMAVERA

PER 4 PERSONE

- 1,6 litri di acqua
- 100 g di fave
- 2 carote
- 1 patata
- 1 costa di sedano
- 100 g di fagiolini
- 100 g di piselli
- 100 g di asparagi
- 1 zucchina
- basilico
- 1 dado vegetale
- prezzemolo tritato
- olio extravergine di oliva

Nel recipiente, con l'**accessorio per mescolare**, versare un litro di acqua e portarla a ebollizione per **8 minuti** a **130°C** con **velocità 2**. Unire le fave e sbollentarle per **2 minuti** a **100°C** con **velocità 2**. Scolarle e togliere la pellicina di rivestimento. Pulire le altre verdure. Tagliarle a pezzi. Nel recipiente inserire l'acqua, il dado, tutte le verdure tranne i piselli, le fave, il basilico, il prezzemolo e avviare il programma **soup P2**. Quando mancano dieci minuti al termine del programma unire, dal foro del coperchio, i piselli e le fave. Condire con un filo di olio.

DIFFICOLTÀ MEDIA - TEMPO DI PREPARAZIONE 1 ORA

PASTA CON PESTO DI FAGIOLINI

PER 4 PERSONE

- 100 g di patate
- 200 g di fagiolini
- 1,3 litri di acqua
- sale
- 300 g di pasta
- 1 cucchiaio di pesto
- basilico
- olio extravergine di oliva

Sbucciare le patate e tagliarle a fettine. Pulire, lavare i fagiolini. Versare nel recipiente, con inserita la **lama ultrablade**, metà fette di patate, due terzi dei fagiolini e tritare per **30 secondi** con **velocità pulse**. Raccogliere il trito sul fondo, sostituire la lama con l'**accessorio per mescolare** e aggiungere l'acqua e il sale. Posizionare sopra il **cestello vapore** con dentro le verdure rimaste. Portare a ebollizione per **15 minuti** a **130°C** con **velocità 2**.

Mettere da parte il cestello, versare la pasta e cuocere senza tappo per il tempo indicato sulla confezione a **100°C** con **velocità 1**. Al termine condire con il pesto e mescolare per **15 secondi** con **velocità 6**. Servire decorando con qualche foglia di basilico, con le patate a fette e i fagiolini interi cotti prima al vapore. Condire con un filo di olio.

DIFFICOLTÀ FACILE - TEMPO DI PREPARAZIONE 40 MINUTI

RISO BICOLORE

PER 4 PERSONE

- 2 litri di acqua
- sale
- 160 g di riso parboiled
- 160 g di riso venere
- 150 g di taccole
- olio extravergine di oliva
- pomodorini

Nel recipiente, con l'**accessorio per mescolare**, inserire l'acqua, il sale e portare a ebollizione per **8 minuti** a **130°C** con **velocità 1**. Aggiungere i risi, le taccole pulite e cuocere col programma **slowcook P3**. Scolare, freddare, condire con olio e servire con pomodorini.

DIFFICOLTÀ FACILE - TEMPO DI PREPARAZIONE 30 MINUTI

VELLUTATA DI ERBE DI CAMPO E GERMOGLI

PER 4 PERSONE

- 20 g di germogli di bietola rossa
- 200 g di erbe di campo
- 100 g di piselli sgranati
- 300 ml di acqua
- sale
- olio extravergine di oliva

Sciacquare i germogli e lavare bene le erbe. Nel recipiente, con la **lama ultrablade**, inserire i piselli, i germogli, tenendone qualcuno da parte per la decorazione, le erbe, l'acqua, il sale e avviare il programma **soup P1** per **20 minuti.** Servire la vellutata calda decorando con altri germogli e condire con un filo di olio.

DIFFICOLTÀ FACILE - TEMPO DI PREPARAZIONE 25 MINUTI

AGNELLO CON ASPARAGI

PER 4 PERSONE

- 500 g di asparagi
- 400 g di agnello
- origano tritato
- 2 spicchi di aglio
- sale
- olio extravergine di oliva
- vino bianco

Mondare gli asparagi e tagliarli a pezzi. Sistemarli sul **cestello vapore**. Tagliare l'agnello a pezzi piccoli. Metterli nel recipiente, con l'**accessorio per mescolare**, insieme all'origano, agli spicchi di aglio sbucciati, al sale e ad abbondante olio. Mescolare per **1 minuto** con **velocità 5**. Avviare il programma **slowcook P3**. Versare il vino, posizionare sopra il cestello vapore e cuocere con il programma **slowcook P3**. Servire l'agnello sul letto di asparagi.

DIFFICOLTÀ MEDIA - TEMPO DI PREPARAZIONE 1 ORA E 10 MINUTI

BOCCONCINI DI CONIGLIO PRIMAVERA

PER 4 PERSONE

- 1 litro di acqua
- 200 g di piselli sgranati
- 200 g fave sgranate
- 800 g di lombata di coniglio
- burro
- olio extravergine di oliva
- 1 spicchio di aglio
- vino bianco
- sale

Nel recipiente, con l'**accessorio per mescolare**, versare l'acqua e portarla a ebollizione per **8 minuti** a **100°C** con **velocità 2**. Unire i piselli e le fave e cuocere col programma **slowcook P1**. Scolare e pelare le fave. Pulire il coniglio e tagliarlo a pezzi piccoli.
Nel recipiente, sempre con l'accessorio per mescolare, mettere il burro, l'olio e i pezzi di coniglio, lo spicchio di aglio sbucciato e rosolare con il programma **slowcook P1**. Unire il vino, il sale e avviare il programma **slowcook P3**. Aggiungere i piselli e le fave e mescolare per **2 minuti** a **100°C** con **velocità 2**. Servire caldo.

DIFFICOLTÀ MEDIA - TEMPO DI PREPARAZIONE 40 MINUTI

CALAMARI CON PISELLI

PER 4 PERSONE

- 400 g di calamari
- 10 pomodorini
- 20 g di pangrattato
- 20 g di prezzemolo tritato
- sale
- olio extravergine di oliva
- 700 ml di acqua
- 200 g di piselli sgranati

Pulire i calamari e i pomodorini, sistemarli nel **cestello vapore**. Distribuirci sopra il pangrattato, il prezzemolo tritato, il sale. Condire con un filo di olio. Versare l'acqua, il sale e i piselli nel recipiente, posizionarci sopra il cestello vapore e avviare il programma **steam P1**. Scolare i piselli e servirli assieme ai calamari, condendo con un filo di olio.

DIFFICOLTÀ MEDIA - TEMPO DI PREPARAZIONE 40 MINUTI

GAMBERI AL TOPINAMBOUR

PER 4 PERSONE

- 400 g di topinambour
- 700 ml di acqua
- 2 pomodorini
- olio extravergine di oliva
- sale
- peperoncino
- 400 g di gamberi sgusciati
- 2 zucchine

Pulire i topinambour, eliminando la buccia, poi tagliarli a dadini, quindi metterli nel recipiente, con la **lama per impastare**, insieme all'acqua, ai pomodorini lavati, a due cucchiai di olio, il sale e un pezzetto di peperoncino. Cuocere col programma **slowcook P2**. Mettere i gamberi nel **cestello vapore** e, quando mancano cinque minuti al termine del programma, posizionarlo sopra il recipiente. Al termine togliere il cestello e frullare per **30 secondi** con **velocità pulse**. Servire caldo condendo con sale e olio e guarnendo con le zucchine lavate e tagliate a fettine.

DIFFICOLTÀ MEDIA - TEMPO DI PREPARAZIONE 1 ORA

MIX DI PRIMAVERA

PER 4 PERSONE

- 4 carciofi
- il succo di 1 limone
- 700 ml di acqua
- sale
- 4 uova
- insalata fresca

Pulire i carciofi, tagliarli a fettine e metterle a bagno nel succo di limone. Nel recipiente versare l'acqua e portarla a ebollizione per **8 minuti** a **130°C**. Aggiungere i carciofi, il sale e sistemarci sopra il **cestello vapore** con le uova. Riavviare l'apparecchio per **15 minuti** a **100°C**. Far raffreddare le uova e scolare i carciofi. Lavare l'insalata e aggiungerci i carciofi e le uova. Condire a piacere.

DIFFICOLTÀ FACILE - TEMPO DI PREPARAZIONE 30 MINUTI

NIDI DI UOVA CON AVOCADO

PER 4 UOVA

- 700 ml di acqua
- sale
- 4 uova
- 1 avocado
- paprica
- germogli di bietola rossa
- insalata fresca

Nel recipiente versare l'acqua, il sale e portare a ebollizione per **8 minuti** a **130°C**. Sistemare sopra il **cestello vapore** con le uova e riavviare l'apparecchio per **15 minuti** a **100°C**. Far raffreddare le uova. Tagliarle a metà nel senso orizzontale. Asportarne il tuorlo sodo. Nel recipiente svuotato, con la **lama per impastare**, inserire i tuorli, l'avocado sbucciato e tagliato a pezzi, la paprica, i germogli di bietola e mescolare per **1 minuto** con **velocità 7**. Inserire il composto ottenuto dentro le uova e servire su un letto di insalata.

DIFFICOLTÀ MEDIA - TEMPO DI PREPARAZIONE 30 MINUTI

PIATTO VEGETARIANO

PER 4 PERSONE

- 500 g di zucchine
- 1 litro di acqua
- sale
- 500 g di fave sgranate
- 8 ravanelli

Pulire le zucchine, tagliarle a pezzi e metterle nel **cestello vapore**. Nel recipiente, con l'**accessorio per mescolare**, versare l'acqua, il sale e portare a ebollizione per **8 minuti** a **100°C** con **velocità 2**. Mettere nell'acqua le fave, sistemarci sopra il cestello vapore e cuocere col programma **steam P1** per **15 minuti**.
Privare le fave della pellicina di rivestimento. Servirle insieme alle zucchine e ai ravanelli puliti. Condire a piacimento.

DIFFICOLTÀ FACILE - TEMPO DI PREPARAZIONE 30 MINUTI

QUICHE CON CARCIOFI

PER 4 PERSONE

- 4 carciofi
- 1 porro
- il succo di 1 limone
- 100 g di farina
- 60 g di burro
- 50 ml di acqua
- olio extravergine di oliva
- sale
- 1 spicchio di aglio
- 2 uova
- 100 ml di panna fresca
- 100 g di parmigiano grattugiato

Pulire i carciofi e il porro e metterli a bagno nel succo di limone. Nel recipiente, con la **lama per impastare**, inserire la farina, il burro freddo, l'acqua e avviare il programma **pastry P2**. Stendere la pasta in una tortiera imburrata e bucherellarne il fondo. Cuocere in forno preriscaldato a 180°C per 20 minuti. Nel frattempo, nel recipiente, mettere il porro e i carciofi puliti e tritare per **15 secondi** con **velocità pulse**. Unire l'olio, il sale, lo spicchio di aglio sbucciato e avviare il programma **slowcook P3**. Lasciare raffreddare poi unire le uova, la panna e il parmigiano e avviare il programma **pastry P1**.
Sfornare la pasta brisé e versarci sopra il composto di carciofi. Rimettere in forno a 200°C per 30 minuti circa.

DIFFICOLTÀ MEDIA - TEMPO DI PREPARAZIONE 1 ORA

ROTOLINI DI PRIMAVERA

PER 12 ROTOLINI

- 1 mazzetto di rucola
- 100 g di pecorino
- 300 g di fettine di scottona
- olio extravergine di oliva
- 1 spicchio di aglio
- sale
- insalata fresca

Nel recipiente, con la **lama ultrablade**, mettere la rucola lavata, il pecorino a pezzi e avviare l'apparecchio per **15 secondi** con **velocità pulse**. Stendere il trito sulle fettine di scottona e arrotolarle. Nel recipiente, con l'**accessorio per mescolare**, versare l'olio, lo spicchio di aglio sbucciato e avviare il programma **slowcook P1** per **2 minuti**.
Togliere l'aglio, aggiungere i rotolini, salare e avviare l'apparecchio per **2 minuti** a **130°C** senza velocità. Girare i rotolini e ripetere l'operazione. Servire su un letto di insalata.

DIFFICOLTÀ FACILE - TEMPO DI PREPARAZIONE 20 MINUTI

STRACCETTI DI POLLO CON CARCIOFI

PER 4 PERSONE

- 4 carciofi
- il succo di 1 limone
- 400 g di petto di pollo
- olio extravergine di oliva
- 1 spicchio di aglio
- sale
- 1 bicchiere di vino bianco
- timo

Pulire i carciofi, tagliarli a spicchi e metterli a bagno nel succo di limone. Tagliare la carne a listarelle. Mettere nel recipiente, con l'**accessorio per mescolare**, l'olio, lo spicchio di aglio sbucciato e soffriggere per **2 minuti** a **130°C** con **velocità 3**.
Unire la carne e avviare il programma **slowcook P1**. Nel frattempo dal foro del coperchio versare il vino. Aggiungere i carciofi, salare e avviare il programma **slowcook P3**. Al termine servire guarnendo con il timo.

DIFFICOLTÀ FACILE - TEMPO DI PREPARAZIONE 30 MINUTI

TORTA PASQUALINA

PER 1 TORTA

- 700 ml di acqua
- 500 g di bietole
- 250 g di ricotta
- 5 uova
- sale
- 50 g di parmigiano
- 20 g di pecorino
- 2 rotoli di pasta sfoglia

Nel recipiente, con la **lama per impastare**, versare l'acqua e portarla a ebollizione per **8 minuti** a **130°C** con **velocità 2**. Inserire le bietole lavate e cuocere col programma **slowcook P3**. Scolarle, strizzarle bene e lasciarle raffreddare. Rimetterle nel recipiente, aggiungere la ricotta, un uovo, il sale, il parmigiano, il pecorino e avviare il programma **pastry P1**. Stendere su una tortiera, rivestita con carta da forno, una sfoglia, bucherellarla e riempirla con l'impasto ottenuto.
Creare nel ripieno quattro buchi e romperci dentro le uova rimaste. Chiudere la torta con l'altra sfoglia. Mettere in forno preriscaldato a 180°C per 40 minuti. Servire tiepida.

DIFFICOLTÀ MEDIA - TEMPO DI PREPARAZIONE 1 ORA E 10 MINUTI

TOTANI CON VERDURE

PER 4 PERSONE

- 400 g di totani
- 200 g di cime di rapa
- 300 g di pomodori
- olio extravergine di oliva
- sale
- 1 spicchio di aglio
- 1 peperoncino

Pulire i totani e tagliarli a listarelle. Sfilacciare le cime di rapa e pulirle. Lavare i pomodori e tagliarli a pezzetti.
Nel recipiente, con l'**accessorio per mescolare**, mettere l'olio, il sale, l'aglio sbucciato, il peperoncino, i pomodorini, i totani, le cime di rapa e avviare il programma **slowcook P3**. Servire caldo.

DIFFICOLTÀ MEDIA - TEMPO DI PREPARAZIONE 30 MINUTI

UOVA STRAPAZZATE AL POMODORO

PER 4 PERSONE

- olio extravergine di oliva
- 1/2 scalogno
- 10 cucchiai di passata di pomodoro
- sale
- 4 uova
- basilico

Nel recipiente, con la **lama per impastare**, inserire l'olio e lo scalogno sbucciato tagliato a pezzi. Soffriggere col programma **slowcook P1** per **2 minuti**. Unire la passata, salare e cuocere per **5 minuti** a **100°C** con **velocità 3**. Aggiungere le uova e cuocere per altri **2 minuti** a **100°C** con **velocità 4**. Servire guarnendo con il basilico.

DIFFICOLTÀ FACILE - TEMPO DI PREPARAZIONE 15 MINUTI

BIGNÈ DI PANNA E FRAGOLE

PER 8 PERSONE

- 250 ml di acqua
- 100 g di burro
- sale
- 180 g di farina
- 4 uova
- 60 g di fragole
- 100 g di zucchero a velo
- 200 g di panna montata
- il succo di 1 limone

Nel recipiente, con la **lama per impastare**, versare l'acqua, il burro e una presa di sale. Avviare l'apparecchio per **8 minuti** a **90°C** con **velocità 3**. Unire la farina e mescolare per **2 minuti** con **velocità 4**. Far raffreddare poi riavviare l'apparecchio per **2 minuti** con **velocità 6** e mentre la lama gira versare, dal foro del coperchio, le uova una per volta. Raccogliere in una tasca da pasticciere l'impasto e disporre delle palline distanziandole su una teglia rivestita da carta da forno. Cuocere in forno preriscaldato a 180°C per 20 minuti. Nel frattempo lavare il recipiente, inserirci 50 grammi di fragole lavate, 1 cucchiaio di zucchero a velo e frullare per **15 secondi** con **velocità pulse**. Raccogliere il trito sul fondo, unire la panna e mescolare manualmente con un movimento dal basso verso l'alto. Riempire i bignè con l'impasto. Nel recipiente, versare le fragole rimaste, il succo di limone, lo zucchero a velo rimanente e mescolare per **1 minuto** con **velocità 6**. Versare la glassa sui bignè.

DIFFICOLTÀ COMPESSA - TEMPO DI PREPARAZIONE 1 ORA

CREMA ALLA COLOMBA

PER 4 PERSONE

- 4 tuorli
- 60 g di zucchero
- 100 g di farina
- 30 g di burro
- 200 g di colomba
- 500 ml di latte

Mettere nel recipiente, con l'**accessorio sbattitore**, i tuorli e lo zucchero e montare per **4 minuti** con **velocità 5**. Unire la farina e amalgamare per **30 secondi** con **velocità 4**. Aggiungere il burro, la colomba a pezzi e il latte e avviare il programma **dessert**. Versare il composto in ciotoline e lasciar raffreddare in frigorifero per almeno un'ora.

DIFFICOLTÀ MEDIA - TEMPO DI PREPARAZIONE 20 MINUTI

FROLLA AL BURRO E FRAGOLE

PER 4 PERSONE

- 250 g di farina
- 140 g di zucchero
- 130 g di burro
- 1 uovo
- fragole

Mettere nel recipiente, con la **lama per impastare**, la farina, 80 grammi di zucchero, il burro, l'uovo e avviare il programma **pastry P3**. Formata la palla, tenerla in frigorifero per 30 minuti avvolta nella pellicola trasparente. Stendere la pasta alta un centimetro, sagomarla con un grosso tagliabiscotto, bucherellarla, spolverizzare con lo zucchero rimanente e cuocere in forno preriscaldato a 180°C per 35 minuti circa.
Servire con fragole.

DIFFICOLTÀ FACILE - TEMPO DI PREPARAZIONE 40 MINUTI

Moulinex®
cuisine companion

© GROUPE SEB MOULINEX Spa
via Montefeltro 4
20156 Milano

www.cuisinecompanion.moulinex.it
seguici su