

LA CUCINA LATINOAMERICANA 31 marzo 2019

Timballo di quinoa con cuore fondente:

Quinoa

Cipolle

Speck o pancetta

Stampini cuki monoporzione

Parmigiano

Formaggio tipo galbanino o fontina ancor meglio formaggetta locale

Burro

Brodo vegetale

Panna da cucina

Soffriggere la cipolla tritata in una pentola bassa e larga; unire la quinoa e tostare.

Bagnare con il brodo vegetale e portare a cottura. Mantecare con burro e parmigiano.

Lasciar raffreddare.

Foderare gli stampini con le fette di pancetta, mettere un primo strato di quinoa, un dado di formaggio tipo fontina, coprire con la restante quinoa.

Chiudere con la pancetta (o speck), passare in forno a 200°C per 10 minuti (fino alla doratura della pancetta).

A parte scaldare la panna fresca, insaporire con parmigiano, sale e pepe.

Impiattare lo sformatino e servire con la crema di panna calda.

Bacalao en salsa roja (Ingredienti per 4 persone):

1 kg baccalà già bagnato

250 gr passata di pomodoro

1 cipolla grossa

10 gr coriandolo fresco

2 cipollotti freschi

2 foglie d'alloro

2 peperoncini rossi piccanti

olio d'oliva

1 lime

Tagliare il baccalà in pezzi quadrati.

Pelare e tritare finemente cipolla e cipollotti.

In un tegame, possibilmente di terracotta, scaldare l'olio e soffriggere il trito preparato, adagiarvi i pezzi di baccalà, i peperoncini, la passata di pomodoro, l'alloro ed il coriandolo tritato. Coprire con 1 lt d'acqua.

Infornare a 220° e cuocere per circa 30/40 minuti.

Tirare fuori dal forno, se necessario restringere a fiamma la salsa.

Distribuire in 4 piatti e decorare con fette di lime e peperoncini freschi.

Frijoles (ingredienti per 4 persone):

300 gr fagioli secchi

100 gr pancetta affumicata

1 lt brodo di pollo
1 pomodoro maturo
1 spicchi d'aglio
1 peperoncino intero
1 cipolla
5 gr coriandolo fresco
olio d'oliva
1 foglia di alloro
pepe nero macinato
sale

NB: Lasciare in ammollo i fagioli per almeno 24 ore.

Pelare, lavare e tritare la cipolla Lavare il pomodoro e tagliarlo a dadini.

In una casseruola scaldare l'olio e soffriggere la cipolla, la pancetta, l'aglio, il peperoncino, il pomodoro e l'alloro.

Unire i fagioli e coprire col brodo e un pizzico di pepe nero.

Cuocere a fuoco basso per 45 minuti circa.

Togliere le foglie di alloro e salare se necessario.

Guarnire con delle foglie di coriandolo.

Arroz a la mexicana (ingredienti per 4 persone):

250 gr riso
400 gr polpa pomodoro
1 lt brodo di pollo
2 cipolle
1 spicchio d'aglio
coriandolo fresco
olio di oliva
cumino macinato
sale e pepe

Pelare le cipolle e tritarle finemente.

Frullare la polpa di pomodoro, l'aglio, il brodo, il cumino, il coriandolo, il sale ed il pepe.

Scaldare l'olio in una pentola bassa e larga e soffriggere la cipolla. Aggiungere il riso e tortare. Unire il composto frullato e portare a cottura. Aggiustare di sale e pepe ed arricchire con burro se gradito.

A piacere unire anche dei piselli lessati.