

**2 MAGGIO 2018
IL TOAST GOURMET
RICETTARIO**

MINI CROQUE MADAME ITALIAN STYLE

Per 8 mini toast

1 confezione di pane in cassetta senza crosta

8 uova di quaglia

1 cucchiaino di maionese di asparagi verdi

50 g di asparagi bianchi di Cantello

50 g di parmigiano in scaglie

Sale e pepe

Preparate la maionese di asparagi verdi: mondate gli asparagi verdi eliminando la parte più dura e coriacea e fateli sbollentare per una decina di minuti. Passateli subito in acqua e ghiaccio e frullateli. Regolate di sale e pepe.

Tagliate gli asparagi bianchi a striscioline molto sottili e condite con scorza di limone, olio, sale e pepe.

Fate sciogliere poco burro in una padella antiaderente. Versate delicatamente le uova di quaglia nella

padella e cuocete a fuoco basso. Fate sciogliere il burro rimanente in un'altra padella bella capiente e qui rosolate bene il pane da entrambi i lati. Componete il toast con una fetta di pane alla base, copritela con la maionese di asparagi verdi, disponetevi sopra l'insalatina di asparagi bianchi, chiudete con il pane, tagliate in 8 pezzi regolari e disponete sopra ciascuno l'uovo di quaglia. Servite subito.

AVOCADO TOAST

Pane in cassetta bianco o integrale

1 avocado

100 gr di feta

1 cucchiaio di olio extravergine di oliva

1 lime

sale e pepe

una manciata di pomodorini datterini

Scegliete un avocado ben maturo, morbido al tatto, ma integro e possibilmente ancora con il picciolo.

Pelate l'avocado, trasferitelo in una boule, schiacciatelo con una forchetta e spremeteci sopra il succo di lime. Aggiungete un pizzico di sale, una bella macinata di pepe e l'olio extravergine.

Per i pomodori confit: tagliate i pomodori datterini a metà nel senso della lunghezza, condite con erbe fresche, poco sale e un pizzico di zucchero, infornate a 140 gradi per circa 15 minuti.

Tostare in padella le fette di pane in cassetta, spalmatele con la crema di avocado, appoggiatevi sopra i pomodori e finite con la feta sbriciolata.

TOAST GOURMET DI CASA: SLINZEGA, PISELLI ALLA MENTA, FORMAGGIO DELLA VALTELLINA

Pane per tramezzini integrale

100 gr di slinzega o bresaola

100 gr di piselli freschi

1 ciuffo di menta fresca

sale e pepe

100 gr di formaggio d'alpeggio semi stagionato

Questo toast si può realizzare anche senza tostare il pane, per un effetto più morbido, panino/sandwich.

Per realizzare la maionese di piselli: pulite i piselli e fateli sbollentare per pochi minuti, scolate e passateli al mixer con la menta fresca, il sale, il pepe e poco olio extravergine. Fate raffreddare bene.

Componete il panino mettendo abbondante maionese di piselli sulla base, poi il formaggio a lamelle piuttosto sottili e infine la slinzega leggermente condita con olio e scorza di limone. Chiudete il toast con una fetta di pane.

GOURMET D'OLTRALPE: IL FRENCH TOAST

2 uova

100 ml di latte

100 gr di farina

8 fette di pancarrè

2 cucchiaini di marmellata

40 gr di burro

zucchero a velo, sciroppo d'acero, frutti di bosco

Per preparare il french toast, mettete in una terrina le uova e il latte e mescolate energicamente con una frusta fino ad ottenere un composto soffice e chiaro. Sistemate la farina in un piatto fondo, in modo da essere più comode nella fase di panatura e non sporcare il piano da cucina.

Prendete due fette di pancarrè e spalmate da un lato di ognuna un velo di marmellata a seconda dei gusti. Richiudete le fette a panino lasciando in mezzo la marmellata e passate il toast ottenuto prima nel composto liquido di uova e latte e poi nella farina in modo che in fase di cottura diventi ben croccante.

In un'ampia padella fondete il burro e poi unite i french toast.

Fate cuocere il french toast fino a quando non sarà ben croccante e dorato su entrambi i lati, poi sistematelo in un piatto e servitelo a piacere con frutta fresca, una spolverata di zucchero a velo e una colata di sciroppo d'acero.