



## MATCHAMISU'

*per 8 persone*

300 g mascarpone  
300 g tè matcha  
200 g savoiardi  
3 uova

150 g panna fresca  
120 g zucchero  
tè matcha in polvere q.b.

Montare i tuorli con lo zucchero per ottenere un composto gonfio e chiaro. Unire il mascarpone, poi la panna montata e gli albumi a neve.

Preparare il tè scaldando l'acqua a 80° e unendo la punta di un cucchiaino di polvere di tè. Lasciare raffreddare, poi bagnarvi i savoiardi e distribuirli in una pirofila, sporcandone il fondo con la crema al mascarpone. Completare uno strato, coprire di crema e procedere sino ad esaurire gli ingredienti, concludendo con la crema al mascarpone.

Riporre in frigorifero a consolidare. Togliere dal frigo una mezz'ora prima consumarlo e cospargere la superficie di tè matcha appena prima di servire.

## NOTE

[www.pret-a-manger.it](http://www.pret-a-manger.it)

 Prêt à manger  pretamanger\_it

per info: Laura Rossi 338 4611393 - [info@pret-a-manger.it](mailto:info@pret-a-manger.it)

## SOLO GREEN, DALL'ANTIPASTO AL DOLCE

Appetiti, Canonica di San Salvatore  
16 maggio 2017



BY *prêt-à-manger*

## SPIRALI DI ZUCCHINI

*per 4 persone*

6 zucchini non troppo grandi  
80 g pangrattato integrale  
60 g feta sbriciolata  
40 g parmigiano grattugiato

4 cucchiaini di olio evo  
Buccia di un limone, grattugiata  
Un ciuffo di menta  
1/2 spicchio d'aglio

Tagliare gli zucchini a nastri per il lungo usando un pelapatate.  
Tritare aglio e menta.

In una ciotola mescolare con le mani tutti gli ingredienti, tranne gli zucchini.

Mettere in fila, leggermente sovrapposti, tre nastri di zucchini, formando una striscia lunga. Cospargere con il composto preparato, tenendone da parte un po'. Arrotolare a spirale, stringendo il più possibile, e fermare con uno stecchino. Continuare sino ad esaurire i nastri.

Allineare le spirali su una placca foderata di carta da forno, spolverizzare con il composto tenuto da parte e cuocere 20/25' in forno preriscaldato a 180°. Passare brevemente al grill se necessario.

Servire tiepidi o a temperatura ambiente.



## MOUSSE DI ASPARAGI CON UOVA IN CAMICIA

*per 4 persone*

600 g asparagi verdi

500 g latte

400 g panna fresca

4 uova

3 cucchiai aceto bianco

2 cucchiai olio evo

4 rametti maggiorana

sale q.b.

cristalli di fior di sale q.b.

pepe q.b.

Mondare gli asparagi, tagliarli a tranci e conservare a parte le punte. Portare a bollore il latte con poco sale e 2 rametti di maggiorana e cuocervi i gambi per 20'; aggiungere la panna, frullare e proseguire la cottura per altri 5'. Sistemare di sale e unire l'olio. Lessare le punte in acqua salata per 5/7' – dovranno risultare sodi.

Portare ad ebollizione un litro d'acqua in un tegame, salare poco e unire l'aceto; sguosciare le uova su un piattino, uno alla volta, e lasciarle cadere in un vortice creato nell'acqua con un cucchiaio. Cuocere 3', prelevare con un mestolo forato e appoggiare l'uovo su carta assorbente. Procedere allo stesso modo con le altre 3 uova.

Suddividere la crema in 4 bicchieri; completare ciascuno con le punte di asparagi, un uovo, poco pepe, qualche cristallo di fior di sale e foglioline di maggiorana.

### NOTE



## RISOTTO TRIBUTO A EUGENIO BOER

*per 4 persone*

1,3 l brodo vegetale

320 g riso Arborio

2 caprini stagionati

50 g foglie di ortiche crude

20 g burro

Sale q.b.

Polline q.b.

Fiori di lavanda q.b.

Sbianchire le ortiche in acqua salata e raffreddarle in acqua e ghiaccio. Frullarle con poca acqua fredda, un pizzico di sale e tenere da parte.

In una casseruola tostare il riso a secco, mescolando spesso. Portare a cottura aggiungendo il brodo poco alla volta – ci vorranno 16/17'. Un paio di minuti prima di concludere la cottura unire le ortiche.

Una volta cotto togliere il riso dal fuoco, mantecare con il caprino e il burro e lasciarlo riposare coperto per 2'.

Distribuire il riso in 4 piatti piani caldi, battendone leggermente il fondo in modo che si distribuisca uniformemente. Completare con il polline, i fiori di lavanda e servire immediatamente.

### NOTE