

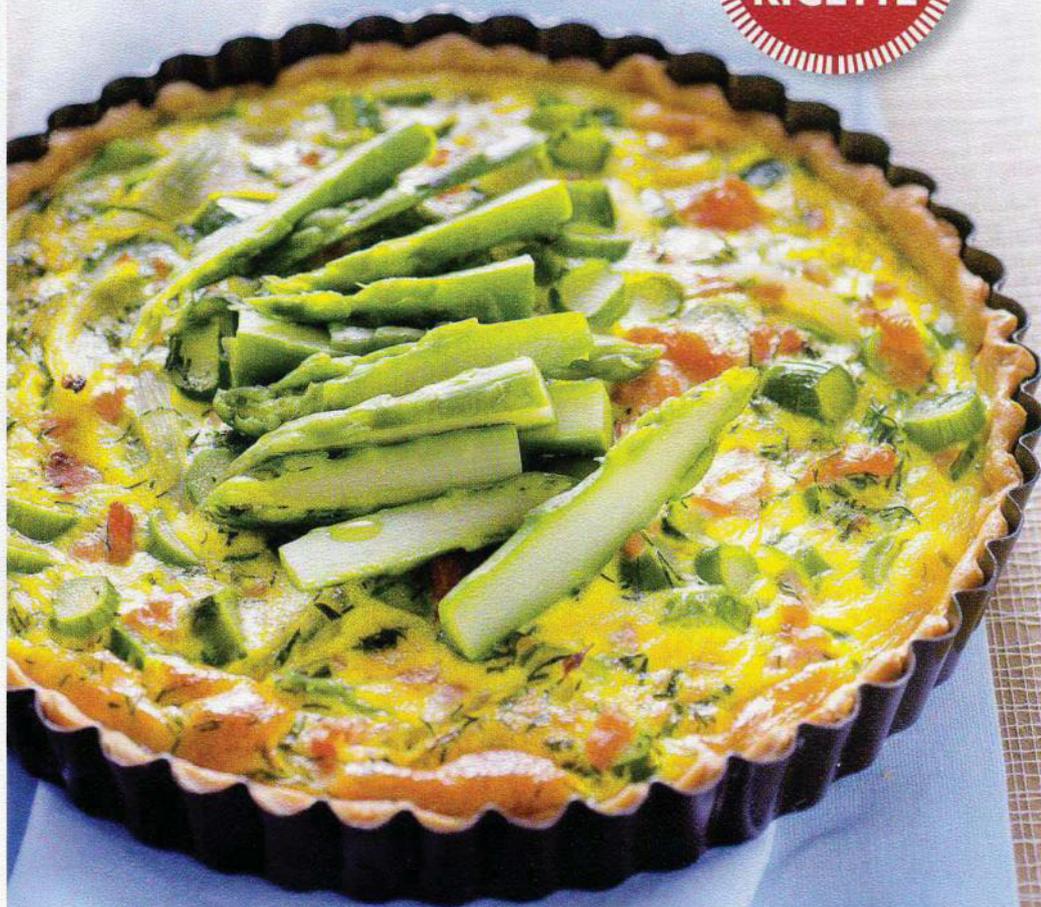
in Tavola

105
RICETTE

IDEE CON LA CRESCENZA
OTTIMA PER CONDIRE I PRIMI
E ARRICCHIRE I SECONDI



Quiche di salmone
e asparagi pag. 30



Frittate gran sapore
preparate prima sono
ancora più buone



SEMPLICI CHAMPIGNON
GUSTOSI E DELICATI
SEMPRE A PORTATA DI MANO

Torte salate bontà di stagione

- ✓ **CUCINA SICILIANA:** pasta, pesci e verdure per piatti generosi e saporiti
- ✓ **CILIEGIE E FRAGOLE:** da trasformare in dolci casalinghi strepitosi

La spesa intelligente

TUTTO VEGETARIANO

OCCHIO ALL'ETICHETTA

Patate novelle

● **COSA SONO** Patate raccolte in anticipo, tra aprile e giugno, prima della maturazione completa e dell'indurimento della buccia. Assai versatili, sono gustose e delicate e, visto che vengono raccolte quando gli zuccheri che contengono non sono ancora divenuti amido, solitamente piacciono a tutti, perfino ai bambini che odiano le verdure.

● **DA SAPERE** Ovali o tonde, molto piccole nella versione mignon, hanno polpa particolarmente tenera di sapore dolce che diviene morbida e cremosa una volta cotta, e buccia sottile e gustosa. Prima di cuocerle, passatele sotto acqua fredda corrente strofinando delicatamente la buccia edibile e ricca di nutrienti.

● **IN CUCINA** Ottime arrostiti in forno semplicemente con aglio e rosmarino, cotte a vapore con un velo di senape, lessate e condite con olio, sale, pepe e un trito di aglio e prezzemolo oppure saltate in padella. Da provare farcite, con mozzarella filante, pomodorini e capperi. Perché possano cuocere in maniera uniforme sceglietele tutte più o meno delle stesse dimensioni e tagliate eventualmente a metà quelle più grosse.



ECCELLENZA DI SICILIA

Nei primi del '900 nasce la coltivazione della patata novella in Sicilia. Sulla costiera ionica, nelle province di Siracusa, Messina e Catania, grazie al fortunato binomio di suolo e clima, il raccolto è abbondante. La "Novella di Siracusa" è una patata di alta qualità e resa, che arriva sui mercati in questa stagione (in foto, le Novelle Selenella, siciliane, confezione da Kg 1,5 circa a circa € 2).

spremere, frullare e centrifugare CHI FA DA SÈ FA PER TRE

È la filosofia dietro il nuovo robot da cucina a marchio Russell Hobbs: la sua capacità multifunzione riunisce 3 diversi elettrodomestici ingombranti, guadagnando in velocità. Lo dice il nome stesso, 3in1 Ultimate Juicer: con la potenza di 800 watt, il robot può trasformare ogni tipo di frutta e verdura intere - torsoli, semi e gambi inclusi - in bevande fresche e naturali al 100%. Ideale per spremute, centrifughe, frullati, succhi, sorbetti, salse e zuppe.

● **Ci piace perché** Il tubo di inserimento per la centrifuga è largo 7,4 cm, perfetto per frutti e verdure anche grandi; il contenitore della polpa da 1,3 l raccoglie tutti gli scarti, mentre quello del centrifugato da 700 ml si può usare come bicchierone per il frullatore. Gli accessori vanno in lavastoviglie.

3in1 Ultimate Juicer di Russell Hobbs, a € 170.
Nei negozi di elettrodomestici più forniti



6 • inTavola

GRANDI CATENE

● Apre nella rinnovata area di servizio di Fiorenzuola d'Arda (PC), sulla A1 Torino-Piacenza-Brescia, il primo Bistrot in autostrada firmato Autogrill. Nel nuovo store - vera vetrina delle tipicità gastronomiche piacentine e parmigiane - tante eccellenze del territorio, selezionate in collaborazione con l'Università di Scienze Gastronomiche (UNISG) di Pollenzo, a disposizione di turisti e viaggiatori. Un altro Bistrot in Italia, dopo Milano e Roma. Info su www.autogrill.com/

