

VITTORIO BRUMOTTI • LE COMICHE DI CHARLOT • RENZO ARBORE

N.30 Programmi dal 26 luglio al 1° agosto 2014

MONDADORI

telepiù

€ 1,00

ESCLUSIVO



stamabile - U.K. € 1,70 - D. € 2,50 - B e Fr € 2,00 - Chr CHF 2,30 Anno 23 - Poste Italiane spa - spedi in A.P. - D.L. 353/03 art. 1, comma 1, DCB - Verona

CATTIVA

PARLA **MARIA BOUZAS**
LA SPIETATA
DONNA FRANCISCA
DELLA TELENOVELA
DI CANALE 5

BUONA

IL MIO SEGRETO?
IN FONDO HO
UN BEL CARATTERE!

SALAMELLE E PATATE



1 Lavate e asciugate le patate, senza sbucciarle, tagliatele a fette di almeno 1/2 cm di spessore e conditele con un filo di olio, regolate di sale e di pepe. Cuocetele sulla griglia del barbecue ben calda, tenendole un po' distanziate dalle braci e girandole da entrambi i lati, 5-6 minuti per parte, finché saranno cotte anche all'interno.

2 Lavate, asciugate e tagliate a metà i pomodori, salateli e ungeteli leggermente con l'olio, quindi sistemate sulla griglia

del barbecue con il lato tagliato rivolto verso il basso e grigliateli per 2-3 minuti.

3 Incidete le salamelle nel senso della lunghezza, tagliatele a metà e schiacciatele delicatamente. Forate con uno stecchino la parte della pelle e disponetele sulla griglia del barbecue, non troppo vicino alle braci, sistemandole con la parte tagliata rivolta verso l'alto.

4 Cuocetele 5-6 minuti per lato. Verificate la cottura, forandole: se sono cotte emetteranno un liquido chiaro. Toglietele quindi dal barbecue.

5 Servite subito le salamelle con le patate e i pomodori quando sono ancora ben caldi, decorando la preparazione con ciuffetti di rosmarino.

Imparate con noi

IL COMBUSTIBILE ADATTO
Oggi quasi tutti usano la carbonella, pratica e veloce, che si trova in commercio ovunque. Se ne avete la possibilità, però, non rinunciate alla legna, che conferisce ai cibi un aroma particolare. Per accendere il fuoco **non usate mai l'alcol**, correreste il rischio di gravissime ustioni, ma le apposite tavolette accendifuoco o qualche foglio di giornale accartocciato.

IRRESISTIBILI



Per ravvivare feste e aperitivi, patatine 100% made in Italy. Selenella, 175 g a 1,79 euro.

PETTI DI POLLO AL CURRY



1 Eliminate l'ossicino centrale dai petti di pollo. Spellate e tritate finemente la cipolla, riunitela in una ciotola capiente con il curry, lo yogurt, un pizzico di sale e qualche goccia di salsa Worcester. Mescolate con cura.

2 Aggiungete i petti di pollo alla marinata in modo da coprirli uniformemente e lasciateli riposare in luogo fresco per almeno 40 minuti.

3 Sbucciate le mele, tagliatele a metà, eliminate il torsolo con

uno scivino o un coltellino, riducete ogni parte in 4 spicchi e irrorateli con qualche goccia di succo di limone.

4 Sgocciolate i petti di pollo dalla marinata, disponeteli sulla griglia del barbecue ben calda e cuoceteli 6-7 minuti circa per lato, finché saranno cotti, ma non secchi internamente. Verificate la cottura forando il petto nella parte più spessa: dovrà uscire un liquido bianco e trasparente.

5 Cuocete le mele in una padella a fuoco medio con il burro spumeggiante per 5-6 minuti, mescolando spesso. Aggiungete 1 cucchiaino di zucchero, sale e una generosa macinata di pepe. Spolverizzate con le foglie di coriandolo o prezzemolo spezzettate. Servite i petti di pollo tagliati a fettine con le mele.

L'idea in più

BARBECUE PER TUTTI

Se utilizzate una graticola di ferro per la prima volta, **spennellatela con olio**, per evitare che i pezzetti di cibo rimangano attaccati, e mettetela sulla brace. Per chi vuole provare il gusto di una grigliata tra le mura di casa, esistono **barbecue elettrici**. Fumo e odori vengono **ridotti** dal contenitore d'acqua posto sotto la resistenza elettrica, studiato proprio per prevenire l'inconveniente.

SENZA LATTOSIO



Una bontà di yogurt, leggero e digeribile. Stuffer, 500 g a 1,69 euro.