

ANTIPASTI

PESS EN CARIPION

Pesce in carpione.

Nel mese di marzo, le molte rogge del Lodigiano vengono prosciugate per permettere una profonda pulitura del loro letto. Era almeno un tempo (ora non più per giusti motivi di equilibrio ecologico) consuetudine... "andà a palutà...", ossia vuotare le buche piene d'acqua nelle quali si erano rifugiati i pesciolini. Fritti erano una delizia!

Qualche volta, ancora oggi, in questo mese si possono trovare questi pesciolini - boti, sedule, e rampendule (in italiano: ghiozzi, cobiti e lamprede) - che fritti, ci permettono di preparare un ottimo piatto d'antipasto.

Fritti i pesciolini in olio di semi si lasciano raffreddare. A parte si prepari il carpione: 750 cl. di acqua e 250 cl. di aceto si mettano a bollire, con mezza cipolla tritata molto fine, per circa venti minuti. Il liquido così caldo si versi sui pesciolini sui quali in precedenza sarà stato posto un trito di prezzemolo e mezzo spicchio d'aglio. Si lasci il tutto a macerare un'ora.

FRITADA RUGNUSA

Frittata alla salamella.

Prendere la salamella (lügenega) di medie dimensioni: togliere il budello e con una forchetta, prima di metterla in padella, spappolarla ben bene.

Preparare in una padella di ferro un cucchiaio di olio e mezzo etto di burro con l'attenzione di non far friggere il burro. A questo punto aggiungere la pasta della salamella in precedenza preparata e, a fuoco lento, far cuocere senza però che la pasta perda la sua morbidezza. Dopo poco più di cinque minuti (a seconda del fuoco) spruzzare il tutto con un poco di vino bianco secco e far evaporare, sempre a fuoco non troppo alto.

A parte sarà stata preparata la pastella per la frittata con i seguenti ingredienti: sei uova, un pizzico di pepe, un poco di sale ed una buona spolverata di grana.

Versare la pastella, dopo una buona sbattuta, sopra la salamella frita e mescolare il tutto. Lasciar cuocere a fuoco non troppo sostenuto e rivoltare la frittata prima che questa si indori nella parte rivolta verso il fuoco.

Servire sempre calda, con contorno di insalata di cicoria tagliata fine e cipolline novelle.

PESCE FINTO (POLPETTONE DI TONNO)

Far lessare 500 gr. di patate e passatele al passaverdura raccogliendo il composto in una terrina.

Tritare quindi a parte 200 gr. di tonno sott'olio e 50 gr. di acciughe salate ben pulite, aggiungere il tutto alle patate nella terrina bagnando con 6 cucchiaini di olio d'oliva.

Amalgamare il tutto molto bene con le mani e si dia all'impasto la forma di un pesce decorandolo con l'aggiunta di maionese e di capperi, questi ultimi disposti sul dorso del finto pesce.

Ai lati si collochino piccole fette di un uovo sodo.

Servire non troppo freddo, evitando il frigorifero.



PRIMI PIATTI E MINESTRE

RISS E URTISS

Riso alle cime di luppulo

Sulle nostre siepi, nel mese di aprile, spuntano e s'ergono pretenziose le urtiss. Coglietele prima che la cima si ingrossi troppo e si presenti quasi cotonata. Usarle subito dopo averle lavate in abbondante acqua corrente: se per necessità si devono tenere in serbo (non più di 24 ore) metterle a mollo, col solo gambo, in un recipiente con acqua fredda. Come preparare una minestra di stagione ed appetitosa: mettere a soffriggere in una pentola 20 grammi di lardo ben battuto, un cucchiaio di olio d'oliva e un cucchiaio di burro. A soffritto avvenuto aggiungere le cime di urtiss e far friggere ancora il tutto per 2 o 3 minuti, quindi versare nella pentola due o tre litri d'acqua e portarla in ebollizione. Lasciare bollire il tutto per altri 5 minuti poi aggiungere il riso (5 o 6 manciate). Tempo di bollitura un quarto d'ora poi servire la minestra calda con una buona spolverata di formaggio grattugiato. Se la minestra sarà ben riuscita si presenterà piuttosto densa.

RISOTT CUI FUNGI

Risotto coi funghi.

Un buon battuto di 50 gr. di lardo, 3 cucchiaini di olio e 30 gr. di burro. Mettere a soffriggere il tutto con mezza cipolla tritata fine. Non appena indora il burro aggiungere 300 gr. di riso e far rosolare lentamente per non più di 5 minuti poi irrorare con mezzo bicchiere di vino bianco. Far evaporare a fuoco sostenuto il vino, e poi aggiungere poco alla volta del buon brodo di manzo fino a cottura del riso (20 minuti circa). Ora la preparazione del sugo di funghi.

Tritate finemente 2 etti di funghi chiodini dopo che gli stessi siano stati cotti in acqua salata. Preparare un soffritto con gr. 30 di burro e 2 cucchiaini di olio con poca cipolla tritata fine ed aggiungere allo stesso i funghi. Far cuocere per un quarto d'ora poi aggiungere 3 pomodoro, ai quali saranno stati tolti i semi, tritati finemente. Diluire, in cottura, con un mestolo di brodo, e lasciar cuocere il tutto per circa mezz'ora. Al termine della cottura una spolverata di prezzemolo tritato fine.

Il sugo così ottenuto va servito caldo sul risotto con una buona spolverata di formaggio.

PASSTA AL MASSCARPÒN

Pasta al mascarpone.

Due etti di maltagliati di pasta di grano duro. Si mettano a cuocere in molta acqua, opportunamente salata, per circa 20 minuti a fuoco lento. A parte si prepari una amalgama di 100 gr. di mascarpone e un rosso d'uovo con l'aggiunta di un poco di sale e una buona grattugiata di noce moscata. Il tutto ben sbattuto sino ad ottenere un impasto omogeneo e compatto. Se del caso, qualora l'impasto non avesse le doti richieste, aggiungere qualche cucchiaino di acqua di cottura. Cotta la pasta la si versi, ancorchè calda, sull'impasto di mascarpone e uova e vi si aggiunga un'abbondante spolverata di buon grana lodigiano. La pasta va servita in piatti caldissimi.

RAVIÒI DE SSÜCA

Ravioli di zucca.

L'autunno lodigiano, soffuso di poetica nebbia, offre ai nostri splendidi orti, zucche meravigliose e di sapore e consistenza degna di ottimo uso.

Se vi capita, quindi, una di quelle zucche speciali, ben soda, non fatevi sfuggire l'occasione per portare in tavola un gustoso piatto campagnolo.

Si mettono a cuocere 400 gr. di zucca, tagliata a pezzetti, e da cui siano stati tolti semi e buccia.

Cotta la zucca, la si passi e si prepari un impasto composto da 50 gr. di formaggio grattugiato, lo spolvero di una noce moscata, un poco di sale fino e si bagni il tutto con 40 gr. di burro sciolto a bagnomaria.

Amalgamare bene gli ingredienti e lasciare riposare per un quarto d'ora circa.

Si prepari quindi la pasta per i ravioli con 300 gr. di farina bianca, 3 uova, sale, bagnando lentamente l'impasto con latte tiepido.

Riempire i ravioli con il ripieno di zucca e metterli a cuocere a fuoco lento ed a bollire appena accennato, per un quarto d'ora.

Scolare lentamente, ed ancorchè caldi collocarli in una zuppiera cospargendoli di una abbondante spolverata di formaggio grana grattugiato. Condire subito con un etto di burro fritto, mescolare con cura e servire in piatti caldi.

Golosi incalliti rispolverano i ravioli con una nuova, abbondante cucchiainata di buon formaggio grana grattugiato.

RISOTTO ALLA SALAMELLA

In una casseruola friggere mezza cipolla tagliata fine con un etto di burro e un cucchiaino d'olio d'oliva.

Quando la cipolla é dorata aggiungere tre etti di riso, mescolare bene, unire mezzo cucchiaino di salsa di pomodoro e continuare a mescolare fino a che il riso sarà dorato. Aggiungere un bicchiere di vino bianco e, continuando a mescolare, lasciarlo evaporare; si metta poi di volta in volta una tazza di brodo caldo e cuocere, sempre mescolando, per circa dieci minuti.

A questo punto aggiungere mezza "luganega" (salamella) finemente tritata e lasciar cuocere il tutto ancora per una decina di minuti.

Prima di toglierlo dal fuoco, mantecare il risotto con una spolverata di formaggio e un cucchiaino di burro.

SECONDI PIATTI E PIETANZE

LA BÛSECA

La trippa.

Si tagliano a pezzetti due etti di carote, una patata, un gambo di sedano, mezza cipolla e si mettano a soffriggere con 30 gr. di burro e mezzo bicchiere di olio. Il tutto in una pentola con bordi alti.

Non appena la cipolla incomincerà a colorirsi, aggiungere 1 kg. di trippa tagliata sottile e 1 etto di fagioli bianchi di Spagna (precedentemente lasciati a mollo per tutta la notte). Lasciar cuocere per un quarto d'ora e quindi bagnare il tutto con una tazza di brodo di carne nella quale sarà stato diluito 1 cucchiaino da tavola di conserva di pomodoro.

Lasciar bollire a fuoco sostenuto, avendo l'accortezza di aggiungere di volta in volta, per evitare che si asciughi, del brodo di carne, tenuto sempre caldo. Tempo di bollitura 4 ore circa. Particolare attenzione dovrà essere tenuta nella preparazione del brodo che dovrà essere di sola carne senza aggiunta di verdure; se si desidera un brodo piuttosto forte, si aggiunga un cucchiaino di estratto di carne per 3 litri di brodo.

FASAN A RÒSST

Fagiano arrosto.

Un fagiano ben frollito e pulito a tempo debito (il fagiano va pulito delle interiora il giorno dopo l'uccisione e lasciato a frollire "alla serena" per 5 o 6 giorni dopo di che spennarlo).

Si prepari in una pentola a bordi alti 1 etto di burro, 2 cucchiaini di olio, 2 carote tagliate a fette sottili, 1 gamba di sedano pure tagliata a pezzettini e mezza cipolla non troppo grossa e affettata. Il fagiano, ben lavato, sarà stato riempito, in luogo delle interiora, con 1 etto di mascarpone e di 1 foglia di lauro, e quindi cucito assai bene. Far rosolare a fuoco vivace e, raggiunta la giusta ed uniforme rosolatura, salare e bagnare il fagiano con mezzo bicchiere di rhum (o di brandy a piacere).

Lasciar cuocere per 2 ore circa a fuoco lento con l'aggiunta poco per volta di brodo di carne.

Servire caldo, passando al colino l'unto e tralasciando di servire le verdure che, a causa dell'aggiunta di liquore, avranno assunto un sapore amarognolo.

Contorno esaltante l'insalata trevigiana.

RANE EN ÛMID

Rane in umido.

Tagliare finemente mezza cipolla e metterla a soffriggere in un etto di burro con l'aggiunta di 1 cucchiaino d'olio. Non appena questa indori aggiungere 5 o 6 pomodoro pelati tagliati finemente e lasciar cuocere il tutto a fuoco lento per circa mezz'ora. Diluire il sugo, se del caso, con brodo caldo. Salare e spolverare con un poco di pepe.

Siano arrostite a parte una ventina di rane, pulite della pelle e decapite ed ancorchè calde aggiungerle al sughetto in precedenza ottenuto ed ancora sul fuoco a cuocere. Continuare la cottura per altri 15 minuti e servire poi l'intingolo con le rane, ben caldo.

Questo é il piatto originario. Alcuni ghiottoni, 5 minuti prima di togliere l'intingolo dal fuoco, aggiungono un buon trito di aglio e prezzemolo.

PULPETE DE MARISAN

Polpette di melanzane.

Si prendano 4 melanzane belle sode e di giusta grossezza. Sbucciarle e, tagliate in 4 parti, si mettano a cuocere in acqua salata per non più di 5 minuti avendo cura che non cuociano troppo. Scolate con cura, tanto da eliminare ogni residuo di acqua, si impastino con 4 cucchiaini ben colmi di formaggio grattugiato, una spolverata, abbondante, a seconda dei gusti, di noce moscata, e 1 uovo.

Formare delle polpette, non troppe grosse, specialmente nell'altezza e impanarle con pane grattugiato.

Mettere in olio bollente e lasciar friggere per qualche minuto evitando che la superficie indurisca troppo.

Ottime tiepide, si servono anche fredde.

FARAUNA AL MASSCARPÒN

Faraona al mascarpone.

In una pentola dai bordi alti si mettano a freddo 2 cucchiaini di olio, 1 etto di burro ed, a pezzetti, del sedano, della carota e della cipolla. Sempre prima di porre al fuoco, si collochi nella stessa pentola la faraona pulita delle interiora, al posto delle quali sarà stato messo 1 etto di mascarpone. Irrorare il tutto con un buon bicchiere di vino bianco assai secco (qualcuno usa anche al rhum). Mettere il tutto a fuoco lento (non in forno) e seguire attentamente la cottura con l'accortezza di voltare e rivoltare la faraona per impedire che bruci da qualche parte. Se del caso, aggiungere un poco di brodo caldo o di latte pure caldo. Dopo circa 1 ora e mezza togliere il tutto dal fuoco e passare allo staccio le verdure ed il sugo. Rimettere tutto nella pentola e lasciar cuocere per non più di 10 minuti. Servire ben caldo in piatti caldi.

Contorno preferito patate lesse.

MERLÜSS IN CASSÖLA

Merluzzo in umido.

In un tegame alquanto capiente mettere mezzo bicchiere di olio di semi e, dopo averlo portato a giusto calore (controllare che il pezzetto di pane collocato nell'olio raggiunga delicato colore dorato), vi si aggiungano tagliate a fette non troppo sottili, 2 cipolle di media grossezza. Lasciar cuocere a fuoco lento le cipolle con attenzione a non farle bruciare aggiungendo poco per volta del brodo caldo a cucchiaini. Portare così a cottura le cipolle che al tocco del cucchiaino si dovranno sentir morbide ed aggiungere 2 mestoli di brodo di carne nei quali saranno stati diluiti 2 cucchiaini di conserva di pomodoro. Lasciar cuocere lentamente per 20 minuti.

A parte, intanto, fra friggere in abbondante olio d'oliva 500 gr. di merluzzo tagliato a pezzi (se secco sarà stato a mollo per 24 ore) tenendo presente di non infarinarlo. Fritto il merluzzo, ancora caldo, venga posto nell'intingolo ancora a bollire sul fuoco e si continui la cottura per altri 10 minuti.

Pochi minuti prima di toglierlo dal fuoco, si aggiunga un trito di prezzemolo e di uno spolvero di pepe, controllando la salatura dell'intingolo.



DOLCI

TURTA CUI PIRI

Torta con le pere.

Si impastino gr.300 di farina, 150 di zucchero, due tuorli d'uovo, un pizzico di sale, il tutto bagnato con 150 gr. di burro appena fuso.

L'impasto ottenuto, ben amalgamato, sia lasciato riposare per circa mezz'ora in luogo fresco (anche in frigorifero).

Fare bollire in tre bicchieri di vino rosso sei pere "passagrassana" - sbucciate, tagliate in piccole e sottili fette - aggiungendo 3 cucchiaini di zucchero, qualche chiodino di garofano e due o tre pezzetti di cannella.

Far sì che il periodo di bollitura, a fuoco lento, sia dosato in modo che il vino non "caramelli" e che le fettine di pere, a fine cottura, si presentino morbide. Tolta la pasta dal luogo fresco si prepari in una teglia, imburata e infarinata, uno strato di pasta dell'altezza di mezzo cm., si collochino sopra le pere distribuendole uniformemente sul piano della pasta. Si coprono le pere con un altro strato di pasta molto sottile, oppure si facciano delle listarelle pure di pasta e si intreccino sopra il ripieno. Mettere in forno per circa mezz'ora, quindi lasciare ancora in forno, a fuoco spento, per altri 10 minuti.

La torta così ottenuta acquista la sua fragranza 24 ore dopo la cottura.

TURTA DE LOD

Torta di Lodi

Si prendano 125 gr. di mandorle e si mettono a bagno in acqua calda per togliere la pellicina. Si tritino molto fini. Altri ingredienti: gr. 300 di farina; gr. 170 di burro ed identica quantità di zucchero; un rosso d'uovo ed una grattugiata di buccia di limone.

Mettere una noce di burro a friggere ed appena colorato di biondo (attenti a non far bruciare il burro) aggiungere le mandorle tritate e rosolarle appena. Impastare tutti gli ingredienti aggiungendovi le mandorle ed un pizzico di bicarbonato di soda.

Mettere l'impasto in una teglia e porre in forno a fuoco sostenuto per circa mezz'ora sino a che l'impasto abbia ottenuto un bel colore dorato.

La tradizione vuole che prima di mettere al forno la torta venga segnata a linee trasversali con la punta di una forchetta.

TORTA NOSTRANA

Turta de pan de melga cui pumi

Triturare finemente 1 chilo di pane di granoturco, aggiungere 250 grammi di zucchero e mescolare bene.

In una teglia unta con burro bersare metà di questo impasto, stendere 150 grammi di burro a pezzetti e 1 chilo di mele renette sbucciate e tagliate sottili.

Ricoprire con il rimanente del pane e terminare con altri 100 grammi di burro a pezzettini.

Porre la teglia in forno caldo a 150° e lasciar cuocere per almeno 2 ore.

SEMIFREDDO AL MARSALA

Turta gelada

Disporre sul fondo di una zuppiera a fondo largo dei biscotti savoiardi inzuppati con dell'ottimo marsala secco.

Sbattere 8 tuorli d'uovo con 4 cucchiaini di zucchero, aggiungere 2 etti di mascarpone continuando a mescolare.

Una volta ottenuta una crema soffice, aggiungere l'albume delle uova montato a neve.

Versare la crema sui savoiardi, mettere in frigorifero per almeno un'ora e servire.

I MEIN

I meini

Tradizione dolce del mese di novembre (si chiamavano infatti un tempo i "mein di mort") si mangiavano sbriciolati nella panna.

Preparare un impasto con due etti di farina modenese, un ettogrammo di farina bianca, due uova (uno col solo tuorlo), due etti di zucchero, mezza bustina di lievito ed un pizzico di sale, il tutto bagnato con un etto di burro appena fuso.

Ottenuto un omogeneo impasto fare una sfoglia alta non più di un cm. e quindi, con uno stampo del diametro di 10 cm., fare dei dischi che saranno posti su un foglio di carta oleata unta in precedenza con un pò di olio d'oliva. Mettere al forno in temperatura di 200 gradi per circa mezz'ora. (Controllare attentamente la cottura attraverso lo spioncino del forno e togliere i meini non appena la pasta indorerà)

PRIMI

RISO CON SALSICCIA ALLA LODIGIANA

Tagliate una cipolla fina con grassa e midolla e poco burro, unitevi poca salsiccia cotta e tagliata a piccoli pezzi lavandole la pelle, ponetevi un poco di peperone rosso tritato fino, indi unitevi il riso con poco zafferano per dargli il colore, bagnatelo con brodo o sugo, e quasi cotto mettetevi del formaggio grattugiato e servitelo.

INGREDIENTI: Gr.30 cipolla bianca, gr.200 riso superfino, gr. 200 salsiccia fresca, gr. 200 peperone rosso, lt 1 brodo di carne, n.1 busta di zafferano, gr 80 grana vernengo, gr 30 burro.

Protidi gr 70

Lipidi gr 107

Glucidi gr 178

Kcal 1955

RISO ALLA LODIGIANA (BOLLITO)

Fate cuocere il riso, fate tostare in una padella once(4) cinque o sei (30 gr circa) di burro, colate il riso ed unitelo al burro, con poco pepe, noce moscata ed once tre di formaggio trito, mischiatelo e servitelo.

INGREDIENTI: Riso superfino kg 0.5, brodo di pollo lt 2, burro gr 150, formaggio grana gr 100, noce moscata, pepe bianco.

Protidi gr 71

Lipidi gr 153

Glucidi gr 443

Kcal 3322

RISOTTO GIALLO

Tagliate colla mezzaluna una cipolla, unitevi della grassa e midolla di manzo, poco butirro fate il tutto tostare, e passatelo al sedaccio, mettetevi quella quantità di riso ch'è necessario, poco zafferano, poca noce moscata, e fatelo cuocere in buon brodo rimettendolo di mano in mano; a mezza cottura mettetevi un mezzo cervellato(5), e quasi cotto mettetevi del formaggio grattugiato e servitelo.

INGREDIENTI: gr.500 riso superfino, 1/2 cipolla, gr.50 di burro, gr.50 midollo, n.1 bustina zafferano, 1/2 noce moscata, lt. 2 di brodo, gr. 100 parmigiano, n.1 bicchiere vino bianco secco, sale q.b.

Protidi gr. 71

Lipidi gr. 69

Glucidi gr.438

Kcal 2618

GNOCCHI ALLA MILANESE

Prendete una libbra(6) di farina di semola, mettetela in una cassarola grande con un pizzico di sale trido, poche droghe, poco pepe, due soldi(7) di pane trido passato al crivello, once tre formaggio di grana e tre uova, impastate il tutto con acqua tiepida e sbattete bene con un cucchiaino di legno la pasta, osservate che questa non sia liquida, ma piuttosto sostenuta. Fatta la pasta, prendete un secondo brodo od anche un brodo lungo, fatelo bollire in una cassarola(8) grande, e con un cucchiaino di argento levate la pasta ad uno per volta di quella grossezza che vi piace, giacchè la comune si è d'un mezzo cucchiaino per ciascuno, mettetelo nel brodo bollente, fateli cuocere per mezz'ora, cotti levateli con la paletta e fateli colare con un crivello accomodateli con butirro purgato e formaggio trido fino e serviteli in una cassarola d'argento o ad uso d'argento, o sopra un piatto con brodo di pasta e se volete versatevi sopra poca sostanza(9) e serviteli.

INGREDIENTI: gr. 400 semola di grano duro, gr. 50 maggiorana e timo, gr. 200 acqua tiepida, gr. 100 grana padana, n. 2 uova, gr. 100 burro.

Protidi gr. 88

Lipidi gr. 121

Glucidi gr. 314

Kcal 2618

POLENTA

Prendete una cazzarola con quella quantità di latte che vi bisogna, un pezzo di butirro e sale; quando sarà tiepido, poneteci poco per volta la farina di grano d'India, ossia granoturco, setacciata non tanto sopraffina, muovendo sempre fuori del fuoco; indi fatela cuocere lungamente sopra un fuoco leggero, aggiungendoci un buon pezzo di butirro; allorchè sarà ben cotta e densa una cosa giusta, metteteci un pugno o due di parmigiano grattato, e versatela in un'altra cazzarola unta di butirro. Quando sarà fredda, rivoltatela sopra un coperchio di cazzarola, tagliatela col filo più fina che sia possibile, conditela nella terrina suolo per suolo(10) con butirro fresco squagliato, parmigiano grattato, cannella fina e fettine di tartufo cotto nel butirro. Allorchè la terrina sarà piena, coprite con parmigiano grattato, aspargete con butirro squagliato; fategli prendere un bel colore ad un forno alquanto caldo, e servite subito.

INGREDIENTI: lt.150 latte, gr. 150 burro, gr. 500 farina di mais, gr. 150 formaggio grana, cannella in polvere.

Protidi gr. 143

Lipidi gr. 225

Glucidi gr. 485

Kcal 4415 Torna all'indice

FRITTURA DI POLENTA ALLA LODIGIANA

Fate una polenta di farina gialla con tre mezzi di acqua, giusta di sale e ben bollente, fatela ben cuocere, versatela fuori e lasciatela raffreddare, tagliatela a fette con una copapasta (1) tagliatela della grandezza d'uno scudo; tagliate a fettine del formaggio dolce della grandezza e grossezza della polenta, indorate d'uova sbattute la polenta, e ponete sopra una fettina del formaggio, indi copritelo con altra fettina di polenta, fate passare all'uova sbattute ed impanate, fate friggere nella tortiera(2) con butirro purgato(3) e poca salvia tritata e servite.

INGREDIENTI: lt. 1,5 acqua, gr. 400 farina di mais, gr. 300 di taleggio cotto, n. 3 uova, gr. 250 di burro (solo per friggere), gr. 250 pane grattato.

Protidi gr. 157

Lipidi gr. 282

Glucidi gr. 522

Kcal 5123

ZUPPA DI LATTE

Ponete a bollire dentro una cazzarola due fogliette(11) di latte con un pezzo di butirro ed un poco di sale; allorchè avrà bollito per lo spazio di dieci minuti, versatelo sopra le croste di pane e servite con parmigiano grattato in un tondino a parte.

INGREDIENTI: lt. 0.5 latte, gr. 150 burro, gr. 250 pane raffermo, gr. 100 grana grattugiato

Protidi gr. 77

Lipidi gr. 168

Glucidi gr. 221

Kcal 2649

PIENO ALLA BERGAMASCA PER CASONSELLI

Pelate e tagliate a fettine tre peri spadoni(12), metteteli in una cassarola e fateli cuocere al fornello mischiandoli con un cucchiaino di legno; pelate e pestate al mortajo once tre armandole, uniteci once tre cedrato(13), quattro amaretti ed una fettina di detti peri, passateli insieme ben fini, dopo uniteci i peri ristretti ed asciutti, metteteci due soldi di pane di semola grattugiato ed un pezzo di butirro d'once tre, fate il tutto bollire insieme e legatelo con un'uova intiero, potrete servirvene per i casoncelli, ed anche per empire la pollaria.

INGREDIENTI: n. 1 pera, gr. 200 mandorle, gr. 100 amaretti, gr. 200 pane grattugiato, gr.100 burro, n. 2 uova.

Protidi gr. 76

Lipidi gr.210

Glucidi gr. 242

Kcal 3101

■ SECONDI

PASTICCIO DI LEPRE AD USO DI LOMBARDIA

Disossate una lepre e prendete una fesa di vitello, e due lombretti (17) di majale, mezza libbra di giambone (18), una libbra di panzetta di majale fresca, tagliate il tutto a filetti della grossezza d'un dito, mettetelo in un recipiente con sale, pepe, garofani pestati, poca cannella, unendovi una libbra di triffole(19) tagliate a quarti versandovi una mezza zaina(20) di maraschino e mezzo bicchiere di spirito di vino, manipolate il tutto e lasciatelo in infusione quattro giorni, apparecchiate un falsone(21) col fegato della lepre e la quarta parte del suddetto composto, unitevi una libbra di fegato di vitello o majale, tridate il tutto fino, fate una cassa di pasta a piacere ben travagliata, che la cassa(22) sia di forma bislonga e in essa formate un letto con detto falsone, fate un suolo di fette di lardo e copritelo colla sua pasta, fatelo cuocere per tre ore continue. Terminata la cottura lasciatelo intiepidire e levatelo dallo stampo. Affettate e servite freddo o tiepido.

INGREDIENTI: n. 1 lepre kg.1, gr. 500 fesa di vitello, gr 200 lonza di maiale, gr.30 sale, pepe, cannella e chiodi di garofano, dl 1 maraschino, dl 5 cognac.

INGREDIENTI PER LA FARCIA E LA CROSTA: gr. 200 fegato di vitello, gr.50 fegato di lepre, gr. 500 farina bianca, gr. 200 burro, gr. 125 latte, gr.100 funghi.

Protidi gr. 542

Lipidi gr. 266

Glucidi gr. 427

Kcal 6420

Kcal 4415

LOTTE ALLA LOMBARDA

Mettete le lotte (26) vive nell'acqua sopra il fuoco; quando cominciano a fremere, muovetele fino a tanto che principiano a lasciare il glutinoso(27) che hanno intorno; ritiratele allora indietro e passategli sopra leggermente il coltello per levarglielo; indi sventratele, tagliategli le notatoie(28) e lavatele all'acqua fresca; levate il fiele dai fegati e servitevene come di un boccone delicato. Mettete le lotte in una cazzarola con due bicchieri di vino di Sciampagna, un poco d'olio, un poco di culi (29) di magro, fette di carota, di cipolla e di pane, due spicchi d'aglio, mezza foglia d'alloro, un poco di basilico, tre garofani, sale, pepe schiacciato; fate bollire a fuoco molto allegro finché siano cotte; indi aggiustatele sopra il piatto, passate la salsa al setaccio, digrassatela, fatela consumare al suo punto, metteteci un pezzo di butirro maneggiato con un poco di farina, fatela stringere sopra il fuoco e servitela sopra le lotte con sugo di limone.

INGREDIENTI: gr. 500 bottatrici ben pulite e squamate, un bicchiere di champagne o di ottimo spumante brut, gr. 150 carote, gr. 100 prezzemolo tritato, n. 1 spicchio di aglio, n. 2 foglie di alloro tritate, 1/2 cipolla tritata.

Protidi gr. 117

Lipidi gr. 104

Glucidi gr. 8

Kcal 1418Kcal 4415

ROMBO ALLA LOMBARDA

Passate in una cazzarola sopra il fuoco con un pezzo di butirro, petrosemolo(30), cipolletta, scalogna, una punta d'aglio, un poco di basilico, il tutto trito; indi stemperateci fuori del fuoco tre alici passate al setacci, metteteci nel fuoco del piatto che dovete servire una porzione di questa salsa con un poco di culi e mollica di pane grattata, mescolata con altrettanto parmigiano grattato: aggiungeteci sopra un bel poco di culi di grasso o di magro, spolverizzatelo con mollica di pane grattata, mescolata con altrettanto parmigiano; fatelo cuocere al forno e servitelo con sopra un poco di salsa chiara o senza.

INGREDIENTI: n. 4 filetti di rombo chiodato puliti e pelati, gr. 100 burro, gr. 50 prezzemolo tritato, n.1 scalogno, n. 1 spicchio di aglio, parmigiano, pane grattato, n. 2 cucchiaini di olio extra vergine di oliva, una spruzzata di vino bianco secco.

Protidi gr. 117

Lipidi gr. 104

Glucidi gr. 8

Kcal 1434Kcal 4415 Torna all'indice

PICCIONI ALLA MILANESE

Disossate e falsate due piccioni o pollastri, o un cappone, fateli cuocere in una brasura(31) a vostro piacere e cotti lasciateli venir freddi nella sua cottura. Levateli, sbridateli(32) e tagliateli a fette; abbiate pronto un piccolo falsone, fatto di poco fegato di vitello, una rapatura di lardo, poco presemolo ed erba buona, poco formaggio, il tutto ben tridato, poco sale e poco formaggio, il tutto ben tridato, poco sale e poco drogheria(33), tutto incorporato, dividetelo un poco per ogni fetta e mettetelo sotto e sopra delle medesime fette di piccione od altro. Distendete con acqua calda un pezzo di gradisella(34) e tagliate dei pezzi grandi sufficientemente per rivolgervi le suddette fette di piccioni, rotolateli e infarinateli; abbiate pronta una tortiera a plafon-sautè con entro butirro purgato, fateli friggere al momento, cotti montateli sul piatto e versategli sopra una salsa di sostanza a piacere, od anche una salsa agro-dolce.

INGREDIENTI: n. 6 piccioni, gr. 100 burro, gr. 50 rosmarino, salvia, maggiorana, gr. 100 grana padano, gr. 50 prezzemolo, gr. 30 lardo, gr. 300 fegato di vitello, gr. 250 farina bianca.

Protidi gr. 257

Lipidi gr.186

Glucidi gr.217

Kcal 3461Kcal 4415

ANITRA ALLA MILANESE

Pulite un'anatra, lavatela bene, asciugatela, bridatela alla picciona; prontate delle caponette(35) falsite con verze o cavoli, falsiteli se volete con pieno a piacere. Fate un fondo di poco butirro, poca grassa(36), delle fette di cipolle, carote e selleri(37) in una cassarola ovale, il tutto coprite con fette di lardo e di giambone, uniteci una cipolla steccata di garofani, mettete dentro l'anitra col petto abbasso, all'intorno metteteci le caponette falsite, coprite il tutto con fette di lardo e fette di giambone, fatelo gratinare un poco, bagnatela con buon brodo, che sia a galla tanto dell'anitra come delle caponette falsite, lasciate il tutto cuocere lentamente; cotta metteteci la verdura intorno al piatto e nel mezzo metteteci l'anitra, versateci sopra una salsa fatta metà di couli, poco sugo aglasse(38) (sugo di vitello ristretto); prima glassarete tanto l'anitra, come le caponette e servitela con crostoni(39).

INGREDIENTI: n. 1 anitra kg 1, una cipolla steccata con chidi di garofano, kg 1 sedano, carote, cipolle, porro, kg. 0,5 verze, gr. 200 lardo, gr. 200 prosciutto crudo, lt. 1 brodo di pollo.

Protidi gr. 381

Lipidi gr. 383

Glucidi gr. 114

Kcal 5398Kcal 4415

FESA CON GELATINA

Prendete una fesa di vitello, paratela bene e battetela, inlardatela di filetti di lardo, carottole e poco giambone, conditela di pepe, poche droghe, una foglia di lauro tridato fino. Preparato in una brasiera un letto di verdura, butirro e poca grassa, mettetevi sopra delle fettine di manzo e di vitello, indi ponetevi la detta fesa e al disopra ponete due piedi di vitello tagliati minuti, fatela tostare al fornello, bagnatela con buon brodo liscio che stia a galla del vitello, fatela cuocere per due ore al dolce fuoco(40), lasciatela raffreddare, fredda levate la fesa e passate al sedaccio il suo fondo(41), sgrassatelo, purificatelo come le altre gelatine, mettetelo al ghiaccio a gelare, montate la fesa sopra un piatto con salvietta(42) e servitela colla sua gelatina.

INGREDIENTI: kg. 1 fesa di vitello, gr. 300 prosciutto crudo, gr. 100 lardo, kg 1 sedano, carote e cipolle, gr. 100 burro, n. 1 piedino di vitello, pepe, sale, alloro.

Protidi gr. 345

Lipidi gr. 352

Glucidi gr. 58

Kcal 4762

STUFATO DI MANZO

Prendete un pezzo di manzo, insteccatelo con lardo tagliato a filetto(43), condito di sale, pepe, poco aglio trito, e drogheria, tridate una cipolla e fatela tostare con un pezzo di butirro e poca grassa di manzo, indi infarinate il pezzo di manzo, unitelo alla cipolla, lasciategli prendere colore rivoltandolo più volte, bagnatelo con un mezzo di vino rosso vecchio, lasciatelo confinare(44), e bagnatelo con buon brodo, mettetevi una foglia di lauro, poco basilico, poco maggiorana, e fate cuocere il tutto lentamente per sei ore, sgrassatelo, e servitelo col suo fondo dopo d'averlo fatto passare al sedaccio, e se vi piace guarnitelo di pomi di terra(45), o verze confinate(46) od altro a piacere.

INGREDIENTI: gr. 500 reale di manzo, gr. 200 lardo, gr. 50 burro, gr. 20 olio d'oliva extra vergine, n. 1 spicchio di aglio, n. 1 bicchiere di buon vino rosso, alloro, n. 1 cipolla.

Protidi gr. 95

Lipidi gr. 305

Kcal 3200

LEPRE ALLA MILANESE

Pulite una lepre, tagliatela a quarti lavatela con un boccale di vino bianco, apparecchiate(47) dei pezzi di lardo tagliati a filetti, conditeli con sale, pepe, poche droghe, e poca scorza di limone tridata, involgete i filetti di lardo nel sale, pepe ecc., indi insteccate la lepre, coprite il fondo d'una cassarola con fette di lardo o presciutto, e un pezzetto di butirro, ponete sopra a questo fondo i pezzi di lepre, lasciate il tutto gratinare, bagnatela dopo con un mezzo di vino rosso

vecchio, e mettete quattro spiche di aglio intere, copritela bene e lasciatela cuocere per due ore, cotta levate il lardo, sgrassatela e montatela sul piatto, guarnitela con cipolline e servitela con crostoni.

INGREDIENTI: kg. 1 lepre, dl. 5 vino bianco, gr 200 lardo, sale e pepe, n. 1 scorza limone tritata, mezzo bicchiere vino rosso invecchiato, gr. 100 prosciutto crudo.

Protidi gr 242

Lipidi gr 282

Glucidi gr 4

Kcal 3627

GIGO' AL GRATINO CON SALSA ALLA PEVERADA

Battete bene una coscia di montone, instecatela di grosse fette di lardo, poco sale, pepe e drogherie, mettetela a cuocere in una brasura al vino(48), cotto levatelo dalla brasura, rimondatelo e dategli la giusta forma tonda, untatelo di burro e spolverizzatelo di pane, ponete il gigo sopra d'una tortiera, mettetelo al forno a farlo gratinare e che prenda il color d'oro, montatelo sopra d'un piatto con entro una salsa alla peverada(49), crostonatelo e servitelo.

INGREDIENTI: n. 3 peperoni gialli, verdi e rossi, n. 2 cipollotti bianchi, gr. 500 sedano, carote e cipolle, dl. 5 vino rosso, gr.100 burro, gr. 500 pane grattugiato, gr. 300 pomodori freschi, gr. 800 cosciotto di montone, gr. 200 lardo.

Protidi gr. 199

Lipidi gr. 259

Glucidi gr. 456

Kcal 4837

PALATO DI BUE AL FORMAGGIO LODIGIANO

Dopo di aver fatto cuocere il palato su la brace ponetelo in una casseruola con lardo liquefatto, con cipollette tagliate, bagnatelo con sugo di vitello, tagliate dopo il palato a piccoli filetti, e mettetelo in un piatto, e mettetevi sopra formaggio Lodigiano grattugiato, versatevi sopra dopo la vostra salsa, e mettetelo in forno a rosolare. Se al formaggio si unisce un poco di pane trito e passato dallo staccio, il colore sarà più bello, ed il gusto più delicato, poiché diviene un poco croccante diffonde più sapore nel mangiarlo.

INGREDIENTI: gr.600 palato di bue, gr.100 lardo venato, gr. 300 cipollotti , dl 2 sugo di vitello legato, gr. 100 grana vernengo o grana Lodigiano, gr. 100 pane raffermo.

Protidi gr. 160

Lipidi gr. 216

Glucidi gr. 84

Kcal 2920

GUARNITURE E SOSTANZE

ZUCCHETTE RIPIENE

Prendete delle zucchette (50) piccole e di ugual grossezza, pulitele e tagliatele per giusta metà, segnando con un coltello la mollica (51) , fatele imbianchire (52) in acqua salata e colare levandogli la sua mollica, ponete le zucchette sopra una tortiera untata di burro, prendete la sua mollica e spremetela, facendola passare alla mezzaluna, indi tritolate una cipolla e fatela tostare al burro unendovi la mollica, poco pane tritolato fino, poco formaggio, sale, pepe e noce moscata e un mezzo di panna, incorporate il tutto ed indi unitevi sei rossi d'uova ed empite le zucchette col porvi tanto burro come una noce sopra cadauna zucchetta e spolverizzandovi poco pane, e formaggio tritato, fattele cuocere al forno con fuoco sotto e sopra, quando avranno preso un bel colore, ponetele sul piatto e versatele sopra buona sostanza (53) e servitele.

INGREDIENTI: n. 12 zucchine piccole, 1/2 cipolla, gr.50 burro, gr.100 panna fresca, gr.50 formaggio grana,n.3 albumi a neve, n.3 tuorli, gr. 50 di grana grattugiato.

Protidi gr. 64

Lipidi gr. 112

Glucidi gr. 59

Kcal 1485

FLANO (54) DI ZUCCHE NOSTRANE

Tagliate a fette una zucca. se é grossa una sol parte e se é piccola tutta, ponete queste fette in una cassarola con un pezzo di burro e lasciatele cuocere al dolce fuoco, indi passatela o alla mezzaluna o al sedaccio, mandatela a cuocere non meno di due ore a bagnomaria con fuoco sotto e sopra (55) , servitela con ottima sostanza e guarnitelo con crostoni.

INGREDIENTI: Kg.1 zucca, gr 50 burro, (n.3 uova), gr. 100 panna fresca, sale, pepe.

Protidi gr. 39

Lipidi gr. 100

Glucidi gr. 40

Kcal 1206

SALSA DI FUNGHI

Fate un'asciè(61) con poco scialò, poco presemolo e un pezzo di butirro, fatele un poco tostare, unitevi 2 funghi tagliati fini con buon coulì, lasciate il tutto cuocere, sgrassatelo, passatelo al sedaccio e servitevene sotto il vitello ristretto e pollastri cotti in brasura.

INGREDIENTI: n. 3 scalogni, gr 100 prezzemolo, gr.50 burro, n.5 funghi porcini freschi, dl.3 sugo di arrosto di vitello.

Protidi gr. 24

Lipidi gr. 317

Glucidi gr. 2

Kcal 29

COSTE ALLA PARMIGIANA

Levate i fili dalle coste e pulitele dal verde, lavatele e fatele imbianchire con acqua e sale, fatele colare col crivello(65) e fredde spremetele. Mettetele sopra un piatto di rame e conditele suolo per suolo con butirro e formaggio grattugiato e poco pepe, fatele confinare al forno o al testo con fuoco sopra e sotto, al momento di servirle versatevi sopra un poco di sostanza o un buon coulì.

INGREDIENTI: gr.500 coste, gr.200 burro, gr.300 formaggio grana, sale, pepe, dl. 1 sugo di arrosto di vitello.

Protidi gr. 135

Lipidi gr.243

Glucidi gr.27

Kcal 2828

UOVA RIPIENE ALLA LODIGIANA

Si cuocerà 6 uovi duri, e puliti e tagliati per metà si leva il rosso e si passa al setaccio, e messi in tazzina con mascarpone fresco, 4 amaretti e cannella fina un rosso d'uovo, che poi incorporato il composto si empiranno i mezzi uovi, che passati all'uovo e al pane si friggeranno della parte del ripieno con burro e si serviranno.

INGREDIENTI: n. 8 uova sode, gr.100 mascarpone, gr.10 amaretti, cannella (polverata), n.1 uovo, gr.100 pane grattato.

Protidi gr. 86

Lipidi gr. 106

Glucidi gr. 64

Kcal 1554

DOLCI

TORTELLI DI LIEVITO

Prendete da un fornajo tanta pasta bianca (71) o si semola per tre soldi, mettetela alla stufia a lievitare, se questa pasta fosse già maneggiata al segno di far il pane allora è lievitata abbastanza e mettetela in una bastardella(72) con poco sale fino, once 28 di farina di semola, stemperatela con acqua tiepida, maneggiatela bene, formando una pasta piuttosto liquida, quando si distacca dalla mano è al giusto punto, copritela con un panno e lasciatela posare per sei ore. Mettete in una padella dell'olio o del grasso bianco e formate con la pasta dei piccoli pezzetti con un cucchiajo o la spatola di ferro come si costuma nel milanese, fateli friggere e prendere bel color d'oro, levateli, spolverizzateli con zucchero fino(73), montateli sopra d'una salvietta e serviteli.

INGREDIENTI: gr. 250 farina bianca, gr. 20 lievito, gr. 50 burro, n. 1 uovo, gr. 500 strutto solo per friggere), gr. 150 zucchero a velo.

Protidi gr. 36

Lipidi gr. 73

Glucidi gr. 283

Kcal 2098

FRUTTI ALLA GELADINA

Pelate interi i peri, o persici, o pomi, siropateli con zucchero, vino bianco, poca cannella e scorza di limone, lasciate venir freddo il frutto siropato, prontate una geladina a vostro piacere, prendete uno stampo lavorato o liscio con buco nel mezzo, metteci nel fondo due dita di geladina apparecchiata, fatela gelare, gelata metteteci i frutti sciropati e disponeteli in simetria(74), versateci sopra la geladina, fatela gelare con ghiaccio, al momento di servirla fatela scaldare nello stampo mettendolo nell'acqua calda, versatela sopra una salvietta, guarnitela con creste(75) di limone e di portogallo (76) e servitela.

INGREDIENTI: n. 1 pera, n. 1 mela, n. 12 fragole, n. 24 chicchi di uva bianca, n. 24 chicchi di uva nera, gr. 500 acqua, gr. 500 zucchero, 1/2 bottiglia di vino bianco dolce.

Protidi gr. 2

Glucidi gr.580

Kcal 2338

PUDDINGO(79) DI PESCHE

Fa cuocere una libbra (kil. 1,76) di pesche pelate e senza nocciuolo in un bicchiere di vino bianco con dose sufficiente

di zucchero finché siano sciroppate. Passate quindi allo staccio(80) e mettele a freddare. Stempera intanto a fuoco in una casseruola tanto come uovo di butirro con un cucchiajo di farina bianca oppure di farina di pomi di terra, e, prima che la farina prenda colore, uniscivi parte delle pesche passate allo staccio. Ben incorporata questa pasta, versala nell'intera massa delle pesche e allungane l'impasto con sei tuorli d'uova. Ridotte poi in fiocca tre chiara e rimestatele nel puddingo, mettilo a cuocere a bagno-maria al forno.

INGREDIENTI: n. 6 pesche ben mature, gr. 150 di zucchero, un bicchiere di vino bianco moscato, gr. 100 burro, gr. 100 farina bianca, n. 6 uova.

Protidi gr. 65

Lipidi gr. 124

Glucidi gr. 290

Kcal 2538

SABAJONE

Prendete tanti rossi d'uova quanti cucchiaj da tavola di zucchero, ed ogni rosso d'uova un guscio pieno di vino bianco, od anche metà vino bianco e metà vino malaga, unitevi poco cannella in polvere, tiratelo al fornello(81) col frullo, osservate che non prenda il bollo, affinché non gradisca, servitelo sopra i bodeni od anche nelle chicchere. Potete anche montare tre chiari d'uova alla fiocca, unirli insieme, versarlo in una fiamminga(82) od anche nei petipou(83), ed invece della cannella potrete dargli il gusto di vaniglia pestata con zucchero e passata al sedaccio.

INGREDIENTI: n. 15 tuorli d'uovo, n. 15 mezzi gusci di vino bianco o marsala, n. 15 cucchiari da tavola di zucchero, gr. 10 cannella in polvere, n. 1 bustina di vanillina.

Protidi gr. 50

Lipidi gr. 96

Glucidi gr.398

Kcal 3056

SABAJONE FOATE'

Prendete dodici rossi d'uova, once dei zucchero, poca cannella, un mezzo di vino forestiere o vino santo, tiratelo con un frullo al fornello curando che non bolla: prontate un'oncia di colla di pesce già liquefatta con una zaina di acqua e passata alla salvietta(84), unite questa colla al sabajone, montate sei chiari d'uova alla fiocca ed incorporate il tutto assieme: indi coprite una cassarola o bonetto liscio di carta bagnata di rosolio, sopra di essa ponetevi tanto all'intorno che nel fondo dei biscottini: poi versatevi sopra un poco di sabajone osservando che i biscottini non si alzino: lasciateli gelare un poco alla volta e versatevi il rimanente, in seguito copritelo di biscottini, mettetelo alla stufia(85) con ghiaccio sotto e sopra d'una salvietta levate la carta e servitelo.

INGREDIENTI: n. 6 tuorli d'uovo, gr. 150 zucchero, gr. 10 colla di pesce, dl. 2 vino marsala, n. 6 albumi, una scatola di biscotti savoiardi, dl. 1 alchermes.

Protidi gr. 75

Lipidi gr. 62

Glucidi gr.421

Kcal 2835

DOSE PER FARE LA CREME ALLA MILANESE

Prendete otto rossi d'uova, nove once di zucchero, un boccale o una zaina di fior di panneria(86) e dategli il gusto a piacere, incorporate il tutto, tiratelo al fornello mischiando sempre e osservando che bolla, passatelo al sedaccio, servitelo con guarnizione a piacere, o di cedrato o di pane di spagna od altro.

INGREDIENTI: n. 8 tuorli d'uova, gr. 200 di zucchero, gr. 500 panna fresca, cl. 5 di liquore (rhum, maraschino, cherry, kirsch).

Protidi gr. 38

Lipidi gr. 226

Glucidi gr. 137

Kcal 2856

CREMA AL VINO

Stempera in un litro di vino generoso, come serebbe quello di Frontignano o simile, otto tuorli d'uovo, e zucchero in dose tale che acquisti un sapore non troppo dolce. Aromatizza la massa con una presa di cannella della regina. Passala allo staccio; rimestavi dentro tre chiara d'uovo, sbattendole bene perché si spandano in tutta la massa, e versala in uno stampo che farai cuocere a bagnomaria ben caldo ma non bollente.

INGREDIENTI: 1/2 lt. di vino corposo, gr. 150 zucchero, n. 4 uova, una stecca di cannella profumatissima.

Protidi gr. 32

Lipidi gr. 27

Glucidi gr.159

Kcal 1353

CREMA AL CAFFE'

Versa un bicchiere di caffè nero, forte, in tre bicchieri di panna, e, mettendo il tutto a fuoco, addolciscilo con sufficiente quantità di zucchero e tienilo a canto al fuoco. Sbatti a parte nove tuorli d'uovo, uniscivi a poco a poco la panna ancor calda, passa il tutto allo staccio, e versatolo in una casseruola profonda, fallo cuocere a bagnomaria. Servi

questa crema fredda.

INGREDIENTI: un cucchiaino di nescafé (caffè liofilizzato), gr. 500 panna fresca, n. 6 uova, gr. 150 zucchero a velo.

Protidi gr. 58

Lipidi gr. 218

Glucidi gr. 178

Kcal 2825

CAFFÈ E LATTE D'OLIO

Sbogliata, decortica e pesta nel mortajo due once (kil. 0,08) di belle mandorle dolci, bagnandole di tanto in tanto con qualche goccia d'acqua. Sciogli il pastume con due bicchieri di acqua e mettilo a fuoco fin quasi al bollore, aggiugendovi un cucchiaino di zucchero bianco(87). Passa allo staccio questo latte di mandorle e uniscivi la dose di caffè nero che avrai preparato a parte. Servilo con pane lucido (pane all'olio).

INGREDIENTI: gr. 100 mandorle dolci, gr. 100 di acqua, gr. 50 zucchero a velo, gr. 250 panna fresca profumata al caffè.

Protidi gr. 22

Lipidi gr.138

Glucidi gr. 64

Kcal 1570.