

UNA RICETTA OGNI 15 GIORNI

16 maggio 2010

CRUMBLE DI ZUCCHINE E PORRI

Tempo di preparazione 40 minuti + 25 minuti di cottura

INGREDIENTI

PER 6/8 PERSONE

Zucchine, possibilmente di piccole o medie dimensioni, 800 grammi

Porri, due di medie dimensioni

Caprino di vacca, 250 grammi

Cinque foglie di menta e cinque foglie di basilico

Qualche foglia di menta per la guarnizione dei piatti

Pangrattato, tritato grossolanamente, 1 cucchiaio da cucina

Sale, pepe, olio extravergine di olive, aceto balsamico

PER LO SBRICCIOLATO:

170 grammi di farina integrale

80 grammi di burro freddo

25 grammi di parmigiano grattugiato

Sale, Olio extravergine di olive, un cucchiaio da cucina

ATTREZZATURA NECESSARIA

Coltello da cucina, Cucchiaio da cucina, Tagliere

Grattugia per julienne (se necessaria)

Strofinaccio da cucina

Tegame largo, Teglia da forno in ceramica

Contenitore, meglio d'acciaio, per la preparazione dello sbriciolato

fuocolento

1	Lavate le zucchine, spuntatele ad entrambe le estremità e tagliatele, a Vostra scelta, a dadini piccoli oppure, meglio, a julienne usando l'apposita grattugia
2	Mettete le zucchine tagliate in uno strofinaccio pulito e pressatele delicatamente per togliere un poco di acqua
3	Sfogliate un paio di strati esterni ai porri, lavateli bene, togliete radici e fondo e tagliateli a rondelle molto fini, per tutta la parte morbida, fino al punto in cui l'interno comincia a diventare verde
4	Mettete nel tegame due cucchiai d'olio extravergine di olive e scaldate su fuoco basso
5	Aggiungete porri e zucchine e lasciate cuocere per 5 minuti, non di più, sempre a fuoco basso mescolando di tanto in tanto. Trascorsi i 5 minuti aggiungete un cucchiaio da cucina di aceto balsamico mescolando subito, poi togliete dal fuoco. Aggiustate di sale e pepe. Eliminate, usando un cucchiaio ed inclinando il tegame, l'acqua di cottura rilasciata dalle zucchine. Questa operazione richiederà qualche minuto ma garantirà la perfetta consistenza del prodotto finale
6	Accendete il forno, stabilizzando la temperatura a 180 gradi
7	Tritate grossolanamente a coltello le foglie di basilico e di menta
8	Tagliate a piccoli dadini il caprino di vacca
9	Stendete il composto di zucchine e porri nella teglia ed aggiungete il caprino a dadini ed una piccola manciata di pangrattato. Mescolate delicatamente il composto per distribuire equamente il formaggio ed il pangrattato
10	Tagliate a dadini il burro appena tolto dal frigo e mettetelo nel contenitore d'acciaio, Aggiungete la farina integrale, i due cucchiai di caffè di olio extravergine di olive, il parmigiano grattugiato, un pizzico di sale
11	Iniziate a lavorare delicatamente con la punta delle dita gli ingredienti
12	Pian piano il composto si amalgama fino ad assumere la tipica consistenza sabbiosa. Per arrivare al risultato ottimale ci vorranno circa 15/20 minuti, abbiate pazienza lavorando sempre con delicatezza
13	Distribuite lo sbriciolato sulle zucchine già accomodate nella teglia, coprendo tutto il composto per bene. Non compattate ma fate attenzione che tutto sia ben coperto
14	Infornate per 25 minuti circa. La superficie diventerà croccante assumendo un colore ambrato scuro
15	A cottura terminata lasciate intiepidire. Porzionate poi direttamente dalla teglia ai piatti di servizio, guarnendo con qualche foglia di menta
16	Il sapore è delicato, il profumo delle zucchine si mescola al leggero aroma di pane croccante
17	Sono sicuro vi piacerà, ma non dimenticate di mettere in moto la fantasia per trovare nuove combinazioni sia per il contenuto che per lo sbriciolato. Pensate magari ad aggiungere della frutta secca nello sbriciolato...
18	Buon appetito e, come sempre, fatemi sapere