

CULINARY ADVENTURES IN ITALY 2002 PROGRAM

RECIPIES FROM THE MARCHES REGION & BEYOND



**Bellevue Community College, Washington, USA
World Language and Travel**

Translated and coordinated by Ronald Foglietti

Hosted by Ristorante Le Azalee del Conero, Sirolo, Ancona, Italy

Lezione 1 (Lunedì)

Vincisgrassi alla maceratese

Ingredienti

- Pasta all'uovo (Uovo, farina, olio)
- Passata di pomodoro 500gr.
- Trito di carne (Vitello, Maiale, Pollo) 300gr.
- Fegatini e interiora di pollo. 150 gr.
- Brodo di gallina
- Parmigiano Reggiano 100gr.
- Besciamella 500gr. (Ottenuta con il brodo di gallina)
- Sedano, carote, cipolla

Spiedini di coniglio in porchetta

Ingredienti per 5 persone

- Coniglio disossato Kg. 1.2
- Pancetta arrotolata (Grassa) gr. 300
- Finocchio fresco selvatico gr.15
- Olio extra vergine all'aglio gr.60
- Sale, pepe
- Misto d'insalata

Dal coniglio disossato ottenere dei piccoli pezzi di circa cm 3*3 e condirli con sale, pepe e un trito di finocchio selvatico. Formare lo spiedino infilando la carne nello stecchino alternando con la fetta di pancetta. Passare alla griglia lo spiedino e cuocerlo a cottura moderata per 15 minuti circa. Condire il misto d'insalata con sale, aceto, olio extra vergine.

Servire il piatto ponendo al centro la miscela d'insalata e adagiandovi sopra gli spiedini di coniglio. Ungarli con olio caldo al profumo di aglio.

Zuppa maceratese (dolce)

Ingredienti

- 5 Tuorli d'uovo
- 150 gr di zucchero
- 70 gr. di amido di mais
- ½ litro di latte

Lesson 1 (Monday)

Vincisgrassi alla maceratese

Ingredients

- Egg pasta (eggs, flour, oil)
- Tomato puree
- Ground meat (veal, pork, chicken) 10.5 oz.
- Chicken liver and giblets 4.25 oz.
- Chicken broth
- Parmesan Reggiano 3,5 oz.
- Béchamel sauce 1.10 lb. (using chicken broth)
- Celery, carrots, onion

Skewed rabbit in porchetta

Ingredients:

- Rabbit (without bones) 1 lb.
- Bacon 10.5 oz.
- Wild fresh fennel 0.4 oz.
- Extra Virgin olive oil 1.6 oz.
- Salt and pepper
- Mixed salad

Make small pieces of meat approx. 1 inch and a quarter and season them with salt, pepper and wild fennel. Start your skew with rabbit meat and then alternating with bacon. Grill for 15 minutes circa.

Dress mixed salad adding salt, vinegar, olive oil.

Serve this dish placing in a plate the mixed salad and on top the rabbit skewers. Brush them with warm garlic oil.

Zuppa maceratese (dessert)

Ingredients:

- 5 egg yolks
- Sugar 4.25 oz.
- Corn starch 2.5 oz.
- Milk 2.1 cups
- Pinch of vanilla

- Un pizzico di vaniglia
- Buccia di limone grattugiata
- Caffè espresso (Un bicchiere)
- 100 gr di Alchermes
- Pan di Spagna 150 gr*

*Pan di Spagna

- Numero 5 di uova
- Gr. 150 di farina
- Gr. 150 di zucchero
- Un pizzico di vaniglia

Pane

Ingredienti

- Farina Kg.3
- Madre bianca gr.100
- Lievito gr.50
- Sale, olio d'oliva
- Lardo di maiale gr.100
- Acqua q.b

Lo svolgimento di alcune ricette verrà dimostrato durante la lezione, in quanto risulterà più chiaro.

- Grated lemon
- Espresso coffee (one cup)
- Alchermes liquor 3.5 oz.
- Pan di Spagna (Sponge cake) 4.25 oz.

*Pan di Spagna (Sponge cake)

- 5 eggs
- Flour 4.25 oz.
- Sugar 4.25 oz.
- Pinch of vanilla

Bread

Ingredients

- Flour 6.6 lb.
- Sour dough 3.5 oz
- Yeast 1.75 oz.
- Salt, olive oil
- Lard 3.5 oz.
- Water

Based on the complexity of some recipes some descriptions are partial or incomplete.

Lezione 2 (Martedì)

Galantina di pollo e vitello

Ingredienti

- Un pollo disossato 1Kg. Circa
- 600gr. Di macinato di vitello, maiale, pollo
- 100 gr. Di mortadella macinata
- Sale, pepe, noce moscata , buccia grattugiata di limone
- 100 Gr. di parmigiano
- 150 Gr di prosciutto crudo tagliato a cubetti
- 150 Gr. di pistacchi sgusciati
- 50 Gr. di panna fresca
- 50 gr. di albume d'uovo

Risotto con fava e crema di piselli

Ingredienti per 5 persone:

- Riso gr.500
- Fava gr.200
- Piselli gr.200
- Burro gr. 100
- Brodo vegetale
- Formaggio grattugiato gr.150
- Vino bianco (per bagnare il riso)
- Olio extra vergine di oliva
- Un filetto di acciuga
- Cipolla tritata, uno spicchio d'aglio
- Sale e pepe

Scottare la fava in abbondante acqua salata. Soffriggerla nell'olio caldo con un filetto di acciuga e uno spicchio d'aglio. Cuocere i piselli in un soffritto di cipolla, bagnare con brodo vegetale ed aggiustare di sale e pepe. Frullare metà dei piselli fino a formare una crema e lasciare gli altri interi. Tostare il riso con un po' di burro e la cipolla tritata. Spruzzare con il vino bianco e portare avanti la cottura del riso con il brodo vegetale.

A $\frac{3}{4}$ di cottura versare i piselli, la fava e la purea. Terminata la cottura lontano dal fuoco mantecare il riso con il burro e il formaggio. Servire il riso guarnito con fava spellata e saltata in padella

Lesson 2 (Tuesday)

Cold stuffed chicken & veal

Ingredients

- Chicken (boneless) 2.2 lb.
- Ground veal, pork and chicken 1.30 lb.
- Ground mortadella (Bologna) 3.50 oz.
- Salt, pepper, nutmeg, lemon peel grated
- Parmesan Reggiano 3.5 oz.
- Prosciutto cut in small cubes 5.30 oz
- Pistachios hulled 5.30 oz.
- Fresh whip cream 1.75 oz.
- Egg white 1.75 oz.

Risotto with fava beans and puree of sweet peas

Ingredients for 5 people

- Rice 1.1 lb.
- Fava beans 7 oz.
- Sweet peas 3.5 oz.
- Vegetable broth
- Grated cheese 5.30 oz.
- White wine (to wet the rice)
- Extra virgin olive oil
- Anchovy (one fillet)
- Chopped onion, garlic clove
- Salt and pepper

Boil fava beans in abundant salty water. Gently fry in warm olive oil the anchovy and garlic clove. Sweet peas are cooked with chopped onions, add vegetable broth and add salt and pepper to taste.

Blend half of the sweet peas into a soft cream. Sauté' the rice with some butter and chopped onions. Sprinkle wine and add vegetable broth to cook the rice.

At $\frac{3}{4}$ of the cooking process add sweet peas, fava beans and the sweet pea puree. Off the burner mix butter and grated cheese to the rice.

Garnish the rice with sauté hulled fava.

Cosciotto d'agnello alle erbe aromatiche

Ingredienti per 5 persone:

- Coscio d'agnello
- Fette di lardo sottili n.10
- Timo e menta tritato
- Costa di sedano n.1 Carota n.1 Cipolla n.1
- Vino rosso lt. 0.5
- Brodo di carne
- Cognac un bicchierino
- Foglie di alloro n.2
- Sale e pepe, olio

Disossare un coscio d'agnello, salarlo e peparlo. Adagiarvi sopra le erbe aromatiche tritate e uno stato di lardo nostrano (tagliato a fette sottilissime). Arrotondare l'agnello cercando di ridare la forma del coscio e legarlo con dello spago. Cuocere in forno a 180° per 40 minuti adagiando nella lastra di cottura oltre al coscio anche le ossa e una dadolata di sedano, carota e cipolla (che utilizzeremo per la salsa). A cottura ultimata togliere le ossa e le verdure dalla teglia. Metterle in una pentola e farle rosolare aggiungendo le foglie di alloro. Bagnare con il vino rosso e il cognac e lasciare evaporare. Aggiungere del brodo di carne e far bollire fino a restringimento della salsa, passarla e aggiustare di sale e pepe. Per servire tagliare la carne a fette e adagiarla su un letto di portata, bagnare con la salsa ottenuta.

Crem caramel

Ingredienti

- Latte lt.1
- Zucchero gr.300 Zucchero per il Caramello
- Uova n.8
- Un pizzico di vaniglia

Sbattere le uova con lo zucchero, aggiungere il latte caldo con la vaniglia. Mescolare bene il tutto ottenendo un composto spumoso. Versare il composto negli stampini passati con dello zucchero caramellato. Cuocere in forno a bagno-maria per circa 60 minuti a 150° (o a vapore per 25 minuti a 85°).

Leg of Lamb in aromatic herbs

Ingredients for 5 people

- Leg of Lamb
- Thin sliced lard
- Thyme and mint chopped
- One celery stem, carrot and onion
- Red wine 2.1 pint
- Meat broth
- Cognac (one small glass)
- Two Bay leaves
- Salt & pepper

Remove bone from lamb's leg, add salt and pepper. Place the aromatic herbs (thyme and mint) on the meat and on top a layer of very thin sliced lard. Roll the leg in order to remodel it back to its original shape. Tie it with string to hold it together. Cook in oven at 350 F for 40 minutes. Place meat on an oven plate together with the remaining bones and celery, carrot and onion cut in cubes (to be added for the sauce). Remove bones and vegetables once meat is done and gently fry them in a pan adding the bay leaves. Add wine and cognac and let them evaporate. Add meat broth and let it boil to concentrate the sauce. Remove bones and puree the sauce adding salt and pepper to taste. Serve meat sliced and garnished with the sauce.

Crem caramel (flan)

Ingredients

- Milk 4.3 cups
- Sugar 10 oz. For the caramel
- Eight eggs
- Pinch of vanilla

Beat eggs adding sugar, warm milk and vanilla. Mix to obtain spongy consistency. Pour mix into pre prepared molds covered with caramel sugar. Cook in oven bain-marie for circa 60 minutes at 300 F (steam cooking 25 minutes at 185 F).

Lezione 3 (Mercoledì)

Pollo in insalata d'arancio

- Petto di pollo gr.300
- Arance gr.500 (pelate vive)
- Insalata mista di campo gr.400
- Olive nere snocciolate per decorare
- Erbe aromatiche: cerfoglio, erba cipollina, aneto
- Succo di limone
- Olio extra vergine di oliva, aceto balsamico
- Sale, pepe

Schiacciare leggermente i petti di pollo, ungerli di olio, salare e pepare. Cuocerli a vapore a 103° per 25 minuti. Condire l'insalata con olio, sale, aceto balsamico, erbe aromatiche e qualche spicchio d'arancia.

Sul piatto da portata adagiare un letto di insalata condita e posarvi sopra le scaloppe di pollo. Guarnire con spicchi di arancio, qualche oliva nera snocciolata, e qualche rametto di erbe aromatiche. Saltare il tutto con olio, sale, pepe e aceto balsamico emulsionato.

Zuppa di ceci con mazzancolle e profumo di salvia

Ingredienti per quattro persone:

- gr.300 ceci
- gr.200 mazzancolle
- 10 foglie di salvia
- gr.20 sedano
- gr.20 carote
- gr.20 cipolle
- gr.10 aglio
- gr.50 olio extra vergine di oliva
- rosmarino, sale

Mettere a bagno i ceci per circa dodici ore. Rosolare in poco olio le carote, il sedano, le cipolle, l'aglio e il rosmarino. Aggiungere i ceci e rosolare ancora, aggiungere circa un litro di acqua. Cuocere quindi per circa due ore, aggiungendo la salvia a fine cottura, aggiustare di sale. Frullare e passare al chinois. Pulire le mazzancolle, saltarle in padella, aggiustare di sale e pepe. Versare in ogni singolo piatto fondo la zuppa di ceci, aggiungere le

Lesson 3 (Wednesday)

Chicken in orange salad

- Chicken breast 10 oz.
- Oranges 1.2 lb. (removed segment peel)
- Mixed salad 14 oz.
- Pitted black olives to garnish
- Herbs: chervil, chives, dill
- Lemon juice
- Extra virgin olive oil and Balsamic vinegar
- Salt and pepper

Gently press chicken breast adding then olive oil, salt and pepper. Steam cook at 220 F for 25 minutes. Dress salad with olive oil, salt, balsamic vinegar, herbs and a few segments of orange.

On the main dish form a layer of seasoned salad and on top the plate place the chicken breast. Garnish with orange segments, black olives, chives, chervil and dill. Add olive oil, balsamic vinegar, salt and pepper.

Garbanzo bean soup with mazzancolle (prawn) and sage

Ingredients for 4 people

- Garbanzo beans 10 oz.
- Mazzancolle 7 oz.
- Sage leaves 10 oz.
- Celery
- Carrots
- Onions
- Garlic
- Extra virgin olive oil
- Rosemary and salt

Soak garbanzo beans for 12 hours. Gently cook in olive oil carrots, celery, onions, garlic and rosemary. Add garbanzo beans and keep gently cooking adding water up to 4 cups of water. Cook for 2 hours adding sage leave at the end of the cooking time and salt to taste. Blend and strain with a chinois (small strainer). Clean the mazzancolle, sauté and add salt and

mazzancolle e la salvia per decorare, finire con un filo di olio extra vergine di oliva.

Petto di faraona glassato alle verdure in salsa al verdicchio

Ingredienti per quattro persone:

- 400 gr. petto di faraona
- una costa di sedano
- una carota e due zucchine
- un ciuffo di finocchio selvatico
- 80 gr. di burro
- 2 dl. di verdicchio
- 2 dl. di fondo di faraona
- sale
- pepe di mulinello
- pasta "fillo" *

Rosolare i petti di faraona in una padella con 30 gr. di burro. Salare, pepare e bagnare con il verdicchio. Togliere i petti e passarli in forno per 15 minuti circa a 180°. Nella padella montare leggermente il fondo di faraona fino a farlo restringere a salsa con 30 gr. di burro diviso in fiocchetti.

Tagliare a dadini tutte le verdure, scottarle e glassarle in padella con il burro rimasto; quindi regolare di sale e pepe.

Servire i petti di faraona con la salsa e la dadolata di verdure disposta in cestini di pasta "fillo".

* Amido di riso+acqua, è una pasta morbida, malleabile si usa sia nei dolci che in alcuni piatti, perché la si può friggere e rimane croccante. È conosciuta anche come pasta filo o fillo, nella cucina greca la usano in molti dolci.

Bavarese alla vaniglia

Ingredienti :

- Uova (solo tuorlo) n.10
- Panna fresca gr.500
- Zucchero gr.300
- Latte Intero lt. 1
- Fogli di colla di pesce n.8
- Stecca di Vaniglia n. 1 (incisa a metà nella parte della lunghezza)

Sbattere le uova con lo zucchero. Aggiungere il latte caldo (dove ha già bollito la vaniglia).

pepper to taste. Serve in each plate the garbanzo soup and add the mazzancolle and sage to garnish with some olive oil.

Guinea fowl in vegetable icing with verdicchio sauce

Ingredients for 4 people

- Guinea fowl breast 14 oz.
- Celery stem
- Carrot and two zucchini
- Fennel herb (small bunch)
- Butter 2.8 oz.
- Verdicchio wine 7 fl oz.
- Guinea fowl broth (almost 1 cup)
- Salt
- Pepper (freshly ground)
- Pasta "fillo" *

Gently fry the guinea fowl breasts in a pan with 1 oz. of butter, add salt and pepper together with the verdicchio wine. Take the meat out the pan and bake it for 15 minutes at 350 F.

Stir in the same pan the guinea fowl gravy to a thicker consistency adding 1 oz. of butter. Cut vegetables in cubes, sauté and icy them with the remaining butter adding salt and pepper to taste.

Serve the meat with the gravy sauce and the sauté vegetables placed in a pasta basket made out of "fillo".

*Rice starch and water. It is soft pasta, malleable, used for pastries and other dishes. Fried becomes crunchy. Known also as pasta filo or fillo, it is used extensively in Greek cuisine.

Vanilla Bavarian

Ingredients

- Egg yolk 10
- Fresh cream 1.1 lbs.
- Sugar 10.6 oz.
- Milk 4 cups
- Fish sheet (thickener) 8
- Vanilla stick (cut by length)

Beat eggs with sugar. Boil the vanilla stick in milk, once warm add it to eggs and sugar.

Soften the fish sheets in cold water and add it

Versare la colla di pesce precedentemente ammorbidita nell'acqua fredda. Mettere il composto a raffreddare in frigo. Quando sarà addensato aggiungere la panna montata a neve e mescolare bene. Versare negli stampi. Bavaresi alla frutta (fragole, ecc.)

Aggiungere al composto sopra descritto la frutta prescelta frullata oppure delle gelatine di frutta.

Bavaresi alle creme (caffè, nocciola, amaretto, cioccolato, ecc.)

Aggiungere al composto paste o creme al gusto prescelto.

Per la bavarese al caffè aggiungere al composto del caffè liquido.

also. Mix all together and refrigerate to cool. Once set take out of the refrigerator and place in molds. Add whip cream and mix it together. Pour in molds.

Fruit Bavarian (strawberry, blue berries, etc.). Add to the above mix the type of fruit or fruit jelly.

Cream Bavarian (coffee, hazelnut, amaretto, chocolate, etc.).

Coffee Bavarian simply add coffee.

Lezione 4 (Giovedì)

Sushi al gambero e caponatina di melanzane

Ingredienti per quattro persone:

- 4 code di gambero
- 1 melanzana (di gr.100 circa)
- 1 piccola cipolla
- 1 costa di sedano
- 1 cucchiaio di polpa di pomodoro a dadini
- 2 olive verdi snocciolate
- 1 cucchiaino di piccoli capperi
- 1 cucchiaino di pinoli tostati
- 1 cucchiaino di uvetta ammorbidente in acqua tiepida
- 10 foglie di basilico fresco
- 100 gr. riso bollito e condito alla giapponese (con sale, zucchero e aceto)
- 1 cucchiaio di mosto ristretto
- 2 cucchiai di olio extra vergine di oliva
- sale, pepe di mulinello

Pulire le code di gamberi, eliminare il filetto nero sul dorso e tagliarle a metà nel senso della lunghezza, salarli e peparli.

Tagliare la melanzana a dadini, farli dorare in una padella antiaderente a fuoco moderato. Spellare la cipolla e tagliarla a dadini da far rosolare nell'olio senza far prendere colore. Pulire il sedano, sfilando i fili, e tagliarlo a dadini. Cuocerli al dente in abbondante acqua bollente salata. Tagliare le olive verdi a dadini. In una ciotola mescolare i dadini di melanzane con cipolla, sedano, olive, verdi, pomodoro, capperi, pinoli tostati, uvetta strizzata. Mescolare bene il composto e incorporare il mosto ristretto.

Confezionare il sushi in uno stampino rotondo di 4 cm. di diametro. Riempirlo per un terzo con il riso condito, tenuto a temperatura ambiente. Farcire il resto con la caponatina di melanzane, disporvi sopra metà della coda di gambero con la parte rossa rivolta verso l'alto. Guarnire con il basilico.

Procedere allo stesso modo nella preparazione degli altri sushi.

Lesson 4 (Thursday)

Prawn sushi in an eggplant basket

Ingredients for 4 people

- Prawn tails 4
- Eggplant
- Onion (small)
- Celery
- Diced tomatoes
- Green olives pitted
- Capers (small)
- Roasted pine nuts
- Raisins (soften in water)
- Basil leaves (fresh) 10
- Cooked rice seasoned Japanese style (with sugar, salt and vinegar)
- 1 Tbs. grape juice (concentrated)
- 2 Tbs. extra virgin olive oil
- Salt and pepper

Clean the prawn's tails taking out the black fillet from the back and cut them in half by length. Add salt and pepper to taste. Dice eggplant and cook gently in a non-adhesive pan. Dice the onion and gently cook without browning it. Clean the celery taking out the external strings of the vegetable. Cook them "al dente" in abundant salty water. Dice the green olives. Mix thoroughly in a bowl already diced eggplant with onions, celery, green olives, tomatoes, capers, roasted pine nuts, raisins. Add the concentrated grape juice in the meantime that you are mixing. Prepare sushi in a round mold 2 inch diameter. Fill it with one third of garnished rice at room temperature. Fill the rest of the mold with already cooked eggplant placing on top half of the prawn's tail with the red side upwards. Garnish with basil leaves. Follow this procedure to complete more sushi.

Tartare di pesce bianco con ostriche, scampi e senape rustica

Ingredienti per quattro persone:

- 400 gr. di pesce bianco (spigola, ombrina, orata sfilettate)
- 4 code di scampo sgusciate
- 4 ostriche
- 20 gr. senape rustica
- 1 pomodoro rosso
- 1 zucchina
- succo di un limone
- sale, pepe, olio extra vergine di oliva
- erba cipollina
- 10 cl. mosto ristretto (la sapa)

Tritare grossolanamente gli scampi. Tagliare a piccoli pezzi tutto il pesce bianco.

Spellare il pomodoro ed eliminare i semi, tagliare a piccoli quadri. Tagliare il verde della zucchina a julienne finissima e scottarla in acqua acidula.

In una ciotola mescolare i dadini di pomodoro, le zucchine, il pesce bianco, gli scampi e condire con olio, sale, pepe, succo di limone, senape rustica e l'erba cipollina sminuzzata. Mettere al centro di ogni piatto uno stampino rotondo, riempirlo con il composto e premere in modo che il tutto aderisca e una volta tolto lo stampino l'impasto rimanga intatto.

Disporvi sopra l'ostrica e decorare con qualche filo di erba cipollina e il mosto ristretto.

Risotto al basilico con branzino, pomodoro e melanzane

Ingredienti per quattro persone:

- 300 gr riso "Vialone Nano"
- 1 lt. brodo di polio
- 4 cucchiari di Parmigiano grattugiato
- 50 gr. foglie di basilico
- 7,5 cl. olio extra vergine di oliva
- 60 gr. burro circa
- sale, pepe di mulinello

Per le quenelle di branzino, pomodoro e melanzane:

- 2 melanzane

Tartare (sushi style) of white fish with oysters, prawns and wild mustard

Ingredients for four people

- See Appendix for types of fish)
- Prawn tails 4
- Oysters 4
- Wild mustard
- Red tomato
- Zucchini 1
- Lemon juice
- Salt, pepper, extra virgin olive oil
- chives
- cooked concentrated grape juice (la sapa)

Chop prawns tails roughly. Cut all white fish in small pieces. Peel tomato and remove seeds, cut in small squares. Cut the green layer of the zucchini extremely thin (julienne finissima) and briefly cook in water with vinegar.

In a bowl mix tomato squares, zucchini, white fish, prawn tails and season with olive oil, salt, pepper, lemon juice, wild mustard, and chives thinly chopped. Place in the middle of each plate a round shape mold, fill it with the above mix and gently press in order for the filling to adhere to the mold. Place on top the oyster and garnish with chives and con "la sapa".

Basil Risotto with Sea Bass, tomato and eggplant

Ingredients for 4 people

- Rice "Vialone Nano" 10.5 oz.
- Chicken broth 4 cups
- Parmigiano 4 Tbsp.
- Basil leaves 2 oz.
- Extra virgin olive oil 7 Tbsp.
- Butter 2 oz.
- Salt, pepper freshly ground

To prepare the quenelle (particular shape from a spoon) of sea bass see as follows.

- Eggplants 2
- Tomatoes ripen 3

- 3 pomodori maturi
- 150 gr. branzino freschissimo filettato
- succo di un limone
- olio extra vergine di oliva, sale, pepe di mulinello

Scaldare i due terzi del burro in un tegame e farvi tostare il riso per qualche minuto fino a farlo diventare trasparente. Bagnarli con un poco di brodo bollente e portarlo a cottura mescolando con un cucchiaio di legno e versando altro brodo in modo che verrà assorbito. Frullare le foglie di basilico con l'olio in modo da ottenere una salsa cremosa. Incorporarla al risotto insieme al burro rimasto ed al Parmigiano grattugiato. Regolare di sale e pepe e lasciare riposare per alcuni istanti prima di servire.

Dividere le melanzane a metà, sistemarle in una pirofila, salarle, bagnarle con un poco di olio e cuocerle in forno già caldo a 190° finché saranno tenere. Staccare la polpa dalla pelle e frullarle fino a farle diventare un pure spumoso unendo un filo di olio. Regolare di sale e pepe. Sbucciare i pomodori, privarli dei semi, tritare la polpa con il coltello, salarla e farla sgocciolare in un colino; condirla con un filo di olio e regolare di sale e pepe.

Battere a coltello i filetti di pesce in modo che risultino tritati; raccogliere la polpa in una ciotola e condirla con il succo di limone, olio, sale e pepe.

Servire il risotto verde sui piatti dividendo ogni porzione in tre parti; guarnire una con una grossa quenelle di tartare di branzino, l'altra con una quenelle di pomodoro e l'ultima con il pure di melanzane.

Trancio di spigola alla riverasca

Ingredienti per 5 persone:

- Tranci di spigola nr. 5 da gr.200 cadauno
- Pinoli gr.100
- Pistacchi gr.100
- Capperi gr.20
- Filetti di acciughe n.2
- Basilico gr.50
- Sale, pepe e olio

Condire il trancio di spigola con il sale e il pepe. Cospargerlo con il composto di pinoli,

- Sea bass fillet (very fresh)
- Lemon juice
- Extra virgin olive oil, salt, pepper (freshly ground)

Warm up 2/3 of butter in a pan and add rice till transparent. Add boiling chicken broth and increase heat to cooking temperature mixing with a wooden spoon. Add more broth in order for the rice to absorb it. Blend basil leaves with olive oil to obtain a creamy sauce. Add to the risotto together with the remaining butter and grated Parmigiano cheese. Salt and pepper to taste and let the risotto rest before serving. Cut the eggplant in two, place it in a pan, salt and oil it and cook in oven at 375 F. Take the pulp and blend with a little olive oil until it becomes very soft. Salt and pepper to taste.

Chop thinly the sea bass fillet into a pulp. Add lemon juice, olive oil, salt and pepper.

Serve the green risotto dividing each serving in three parts, garnish with an abundant portion of quenelle of tartare of sea bass, the other one of tomato and the last one with eggplant.

Sea bass fillet riverasca style

Ingredients for 5 people

- Sea bass fillet 5, each 7 oz
- Pine nuts 3.5 oz
- Pistachios 3.5 oz.
- Capers 0.7 oz.
- Anchovies fillet 2
- Basel 1.75 oz.
- Salt, pepper and olive oil

Season sea bass fillet with salt and pepper. Sprinkle pine nuts, pistachios, capers, chopped anchovy fillet and basil sauce.

Wrap the sea bass fillet in aluminum foil and cook in oven at 355 F for about 15 minutes. Serve the sea bass fillet warm opening the foil wrap with a side dish of large bruschetta slices with garlic.

pistacchi, capperi , acciughe tritate e salsa di basilico. Accartocciare il filetto di spigola con la carta stagnola e cuocere in forno caldo a 180° per circa 15 minuti.

Servire il trancio di spigola caldo aprendo il cartoccio e accompagnandolo con dei crostoni all'aglio.

Tortino mandorlato con crema inglese

Ingredienti per 5 persone:

- Burro gr.100
- Uova n.2
- Zucchero gr.140
- Farina gr. 150
- Burro gr.100
- Mandorle tritate
- Sale un pizzico
- Buccia di limone grattugiato
- Anice mezzo bicchiere
- Lievito in bustina
- Mandorle sfilettate gr.100

Per la crema inglese:

- Latte 1lt.
- Tuorli d'uovo n.8
- Zucchero gr.300
- Vaniglia un pizzico

Montare con la frusta burro e zucchero.

Aggiungere uno per volta i rossi d'uovo, il limone grattugiato, le mandorle tritate, il pizzico di sale, la farina e il lievito. Montare a parte gli albumi a neve e unire delicatamente al composto. Versare il composto negli stampini monodose imburrati e cuocerli in forno a 160° per 15 minuti.

Una volta cotti glassarli e adagiarvi sopra le mandorle stiletate e cuocere per circa 5/6 minuti.

Per la glassa: albume d'uovo montato con lo zucchero.

Per la crema inglese far bollire il latte con la vaniglia. Sbattere le uova con lo zucchero e aggiungervi il latte caldo. Cuocere il composto a bagno "marita" per circa 20 minuti.

Servire il tortino caldo.

Almond tort with English cream

Ingredients for 5 people

- Butter 3.5 oz.
- Eggs 2
- Sugar 5 oz.
- Flour 5 oz.
- Chopped almonds
- Pinch of salt
- Grated orange peel
- Aniseed liquor ½ cup
- Italian baking powder (1 packet)
- Sliced almonds 3.5 oz.

To prepare the English cream:

- Milk 4 cups
- Egg yolks 8
- Sugar 10.5 oz.
- Pinch of vanilla

Whip to mount butter and sugar. Add one at a time the egg yolks, then the grated lemon peel, chopped almonds, pinch of salt and yeast for baking. On the side take the egg whites and mount them to a soft spongy consistency and carefully add to the above mix. Pour in pastry molds already buttered and cook at 320 F for 15 minutes. Once cooked ice them and sprinkle the sliced almonds on top. Place back in the oven for 5 or 6 minutes.

Icing is made as follows. Egg whites whipped with sugar.

English cream is made warming up milk and adding vanilla. Beat eggs with sugar and add it to the milk. Cook the above in a double boiler for about 20 minutes.

Serve the tort warm.

Lezione 5 (Venerdi)

Fricassea di grossi scampi alle patate cremose e croccanti

Ingredienti per quattro persone:

- 2 Kg. Scampi
- olio, sale, pepe
- gr.800 patate (per il pure)
- gr.60 aglio
- 5 ramoscelli di timo
- 100 or. Burro
- 100 gr. Prezzemolo
- aceto
- gr.300 patate (per le patate croccanti)
- olio per friggere

Burro di limone:

- 150 gr. Burro
- 30 gr. corallo d'astice
- 60 gr. limone
- cerfoglio, sale e pepe

Pure' di patate

Cuocere le patate in acqua salata con la buccia e con 3 spicchi d'aglio non sbucciati, un ramoscello di timo. Sbucciare le patate ancora calde, schiacciare con la forchetta in un'insalatiera che sarà messa poi a bagnomaria. Aggiungere del burro, dell'olio di oliva, dell'aceto e del prezzemolo tritato. Mescolare lasciando i pezzettini in vista.

Patate croccanti

Sbucciare le patate e tagliare a fette tonde sottili. Fare riscaldare l'olio per friggere, buttare le patate e friggerle. Sgocciolarle con la carta assorbente poi salarle.

Preparazione degli scampi

Sbucciare le code di scampi lasciando l'ultimo anello del guscio. Togliere il budello con la punta del coltello. In un tegame caldo con dell'olio di oliva disporre le code una accanto all'altra, colorarle dalle due parti fino a farli diventare croccanti. Condire con il sale e pepe, poi scolarli.

Burro al limone

Preparare un burro di corallo, metterlo in una piccola casseruola larga e bassa, portare ad

Lesson 5 (Friday)

Fricassea of large size prawns with creamy and crunchy potatoes

Ingredients for 4 people

- Prawns 4.4 lb.
- Olive oil, salt, pepper
- Potatoes 1.75 lb.
- Garlic 2 oz.
- Thyme 5 small cuts
- Butter 3.5 oz.
- Parsley 3.5 oz
- Vinegar
- Potatoes 10.5 oz.
- Oil for frying

Lemon butter

- Butter 5.2 oz
- Corallo d'astice (red or pink part of the prawn's meat) 1 oz.
- Lemon 2 oz.
- Chervil, salt and pepper

Mash potatoes

Cook potatoes in salty water with peel and 3 entire garlic cloves and one small cut of thyme. Once done peel the warm potatoes Press them with a fork and place them in a bowl to be placed in a double boiler. Add some butter, olive oil, vinegar and chopped parsley. Mix leaving small pieces of the above visible.

Crunchy potatoes

Peel potatoes and cut them in round slices. Warm up the oil and start frying the sliced potatoes. Absorb the extra oil using a paper towel and salt to taste.

Prepare prawns as follows.

Peel the prawn tails leaving untouched the last ring of the pod. Remove the gut with a knife. In a pan warm up olive oil a place the prawn tail one next to the other. Brown them to be crunchy. Salt and pepper to taste and drain the excessive oil.

Lemon butter

ebollizione. Quando il burro inizia ad essere cremoso e dorato, aggiungere il succo di limone, fare bollire e mescolare. Passare al colino ed aggiungere il cerfoglio schiacciato, sale e pepe.
Per la preparazione mettere al centro del piatto 5 piccoli cucchiari di pure, disporvi sopra gli scampi, ricoprirli con il burro al limone, aggiungere le patate e il cerfoglio.

Maccheroni "Latini" con gamberone reale e pomodori pachino

Ingredienti per quattro persone:

- gr.320 maccheroni dell'Azienda Latini (Osimo)
- n.4 gamberoni reali
- gr.200 pomodori pachino
- gr.50 salsa di basilico
- gr.20 cipolla tritata
- n.1 bicchiere di vino bianco
- sale, pepe, olio extra vergine di oliva

Sgusciare il gamberone reale. Soffriggere in una padella larga la cipolla con l'olio e aggiungere il gamberone reale. Far rosolare bene, bagnare con del vino bianco, far evaporare il tutto. Aggiungere i pomodori tagliati a piccoli spicchi e aggiustare di sale e pepe. Cuocere nel frattempo i maccheroni in abbondante acqua salata in ebollizione Estrarli con una schiumarola, versarli nella padella contenente la salsa, saltare il tutto e servire con un filo di salsa al basilico.

Filetto di maiale al profumo di rosmarino con lardo croccante

Ingredienti per quattro persone:

- n.2 filetti maiale
- n.15 fette di lardo
- insalata mista
- sale pepe
- rosmarino fresco tritato + un rametto
- olio di oliva extra vergine

Avvolgere le fette di lardo intorno al filetto che avremmo salato in precedenza. Cuocere il

Prepare some butter of corallo d'astice and place it in a wide shallow casserole and heat up.

When the butter starts to become creamy add the lemon juice and bring to boil and mix. Strain it and add mashed chervil, salt and pepper.

Final preparation of this dish. On a plate place 5 small tablespoons of mash potatoes, lay the prawn tails on top adding lemon butter and on the side potatoes with chervil.

Macaroni "Latini" with red king prawn and tomatoes (cherry tomato)

Ingredients for 4 people

- Macaroni (Latini brand from Osimo, Ancona) 11 oz.
- Red king prawns 4
- Cherry tomato 4
- Basil cream 1.75 oz.
- Chopped onion 1 oz. or less
- Glass of wine 1
- Salt, pepper, extra virgin olive oil

Remove shell from the red king prawn. Sauté in a large pan onion in olive oil and add the prawn. Let it brown well adding white wine in the meantime that it is cooking. Wine should be completely evaporated. In the meantime cook the macaroni in abundant salty water. Strain pasta and place it in the large pan, sauté with the rest of the ingredients and garnish with a touch of basil cream.

Pork fillet rosemary scented with crunchy lard

Ingredients for 4 people

- Pork fillet 2
- Slices of lard 15
- Mix salad
- Salt, pepper

filetto su una griglia a carbone (o elettrica);
aggiustare di sale e pepe. Una volta cotto
passarlo su un trito di rosmarino. Condire
l'insalata mista e adagiarla sul piatto. Tagliare a
fette il filetto e adagiarle sul letto di insalata.
Passare alcune fette di lardo alla griglia fino a
farle diventare croccanti e adagiarle sopra le
fette di maiale.

Tiramisu' alle fragole

Ingredienti

- n.4 tuorli
- gr.150 di zucchero
- dl.2,5 di latte
- un pizzico di vaniglia
- n.3 fogli di colla di pesce
- gr.250 di mascarpone
- gr.250 di panna montata
- gr.300 di fragole
- gr.80 di zucchero a velo
- gr.250 di biscotto classico
- liquore alla fragola o maraschino
- succo di un limone
- n.18 fragole per guarnire

Montare a spuma densa i tuorli con lo
zucchero. Portare a bollore il latte con la
vaniglia, versarlo sui tuorli e scaldarli
dolcemente, mescolando finche comincerà
leggermente a legare. Togliere dal fuoco, unire
la colla di pesce ammorbidita in acqua fredda
continuando a girare. Lasciare raffreddare. Una
volta fredda unire il mascarpone fino ad
ottenere un impasto liscio. Infine incorporare la
panna montata.

Frullare le fragole con lo zucchero a velo e il
succo di limone. Aromatizzare a piacere
con il liquore alla fragola o maraschino.
Versare una parte di crema nei stampini mono
porzione. Ricoprire con uno strato di biscotto
imbevuto di salsa di fragola e procedere
alternando strati di crema a strati di biscotto
terminando con la crema.
Passare le formine in frigo per 2/3 ore.
Sformarle dopo averle appena appoggiate in
acqua bollente.
Decorare con fragole e la salsa rimasta.

- Chopped rosemary plus and one small
branch of rosemary
- Extra Virgin olive oil

Wrap the slice of lard around the already salted
pork fillet. Grill the fillet (charcoal or electric
grill) adding salt and pepper to taste. Once it's
done roll the fillet in the chopped rosemary.
Season the mixed salad and place it on a plate.
Cut the fillet in slices and lay them on the salad
bed. Grill a few slices of lard to become
crunchy and place them on top of the sliced
fillet.

Strawberry tiramisu'

Ingredients

- Egg yolks 4
- Sugar 5 oz.
- Milk 10 cups
- Pinch of vanilla
- Fish sheet (thickener) 3
- Mascarpone 9 oz.
- Whip cream 9 oz.
- Strawberries 10.5 oz.
- Powder sugar 2.8 oz.
- Pan di Spagna (Sponge cake) 9 Oz.
- Strawberry liquor or Maraschino liquor
- Lemon juice
- Strawberries whole to garnish 18

Whip egg yolks and sugar to a thick
consistency. Boil milk and vanilla and then add
to the egg yolks and sugar gently stirring.
Remove from burner and add the fish sheet
thickener already softened in cold water. Keep
stirring. Let it cool then add mascarpone, stir to
obtain a smooth mixture. Add the whip cream.
Blend strawberries with powder sugar and
lemon juice. Add to taste with strawberry or
maraschino liquor. Pour part of the mixture in
small pastry molds. Cover with one layer of
Pan di Spagna previously soaked in the
strawberry cream alternating a layer of Pan di
Spagna and one of cream and ending with one
layer of cream.
Place the molds for 2 to 3 hours in the
refrigerator. Place the mold in boiled water and
instantly take it out in order to remove the
tiramisu'. Garnish with strawberries and the
leftover cream.

Metric to U.S.

Capacity

1 milliliter = 1/5 teaspoon
5 ml = 1 teaspoon
15 ml = 1 tablespoon
34 ml = 1 fluid oz.
100 ml = 3.4 fluid oz.
240 ml = 1 cup
1 liter = 34 fluid oz.
1 liter = 4.2 cups
1 liter = 2.1 pints
1 liter = 1.06 quarts
1 liter = .26 gallon

Weight

1 gram = .035 ounce
100 grams = 3.5 ounces
500 grams = 1.10 pounds
1 kilogram = 2.205 pounds
1 kilogram = 35 oz.

Cooking Measurement Equivalents

16 tablespoons = 1 cup
12 tablespoons = 3/4 cup
10 tablespoons + 2 teaspoons = 2/3
cup
8 tablespoons = 1/2 cup
6 tablespoons = 3/8 cup
5 tablespoons + 1 teaspoon = 1/3
cup
4 tablespoons = 1/4 cup
2 tablespoons = 1/8 cup
2 tablespoons + 2 teaspoons = 1/6
cup
1 tablespoon = 1/16 cup
2 cups = 1 pint
2 pints = 1 quart
3 teaspoons = 1 tablespoon
48 teaspoons = 1 cup

U.S. to Metric

Capacity

1/5 teaspoon = 1 milliliter
1 teaspoon = 5 ml
1 tablespoon = 15 ml
1/5 cup = 50 ml
1 cup = 240 ml
2 cups (1 pint) = 470 ml
4 cups (1 quart) = .95 liter
4 quarts (1 gal.) = 3.8 liters

Weight

1 fluid oz. = 30 milliliters
1 fluid oz. = 28 grams
1 pound = 454 grams

Appendix: Types of fish used in our recipes



Figure 1: Spigola o Branzino (Sea bass)



Figure 3: Ombrina (Shi drum or Corb)

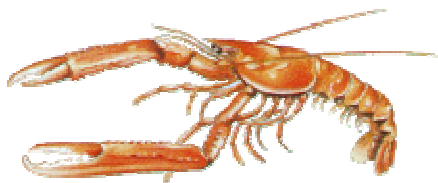


Figure 5: Scampo



Figure 2: Orata (Sea bream)



Foto 2 - Penaeus japonicus, la specie di penaeidi più diffusamente allevata nell'area del Mediterraneo

Figure 4: Mazzancolle (Penaeus japonicus)