



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE002772 - Ricetta d'Autore

Registrata in data 25 Feb 2019 alle ore 10:23

da CLAUDIO BARDI

Livello di difficoltà: Medio

Piatto tipico della stagione: Primavera, Estate, Autunno

Come ti senti gustando la tua ricetta? Felice

C'è Scampo per il Pomodorino Giallo

Scialatielli al rosso di peperone, con crema di pomodorino giallo e bisque di scampo con scampi scottati e erba aglio. L'utilizzo di pasta fresca e prodotti naturali mediterranei ci consente di presentare un piatto appagante, leggero e ad un contenuto di calorie accettabile.

Tempo di preparazione: 60 minuti

Ingredienti per 6 persone

Scialatielli
200 g farina 00
200 g semola rimacinata di grano duro
90 g di latte
70 g di acqua
n. 1 cucchiaino raso di olio evo
20/30 g estratto di peperone rosso
Sale q.b.

Salsa
750 g Pomodorini gialli (in conserva o freschi interi)
n.20 Scampi
Olio q.b.
Erba aglio q.b.
Aglio q.b.
Bisque-Fumetto q.b.
Teste degli scampi q.b.

Prodotti utilizzati

La Fiammante pomodorini gialli interi; Mulini San Felice farine; olio extra vergine oliva, molisano home made; erba aglio piante di aromatiche Terlizze, ClaGia di Sciacca Scialatielli al rosso di peperone, con crema di pomodorino giallo e bisque di scampo con scampi scottati e erba aglio. L'utilizzo di pasta fresca e prodotti naturali mediterranei ci consente di presentare un piatto appagante, leggero e ad un contenuto di calorie accettabile.

100 g di Pomodorini gialli apportano circa 15 calorie (70% carboidrati, 15,7% proteine, 14,3% grassi). 10,5

100 g di Scampi apportano circa 212 calorie (0% carboidrati, 32% proteine, 68% grassi). 84,8

100 g di Scialatielli apportano circa 273 calorie (55% carboidrati, 14% proteine, 3% grassi). 191,1

100 g di Aglio apportano circa 149 calorie (85,3% carboidrati, 11,9% proteine, 2,8% grassi). 7,45

100 g di Olio di oliva apportano circa 884 calorie (0% carboidrati, 0% proteine, 100% grassi). 176,8

100 g di Peperoni rossi apportano circa 31 calorie (78,4% carboidrati, 12,9% proteine, 8,8% grassi). 9,3

Somma di calorie per una porzione da 70 grammi di pasta 480 calorie

Strumenti di cottura

Padella bordo alto, pentola piano cottura induzione

Preparazione

Per ulteriori informazioni visita il nostro sito web www.mysocialrecipe.com
oppure scrivere un messaggio all'indirizzo info@mysocialrecipe.com

Procedimento per la pasta: su una spianatoia unire le due farine mischiandole bene, fare un solco al centro della farina e versarvi l'acqua, il latte e il sale. Con una forchetta o con le mani, incominciare ad unire la farina al liquido in modo da formare un impasto, adesso unire l'estratto di peperone ad esso il cucchiaino d'olio ed impastare fino ad ottenere un impasto liscio ed elastico ed omogeneamente colorato. Nel caso risultasse troppo umido, aiutarsi con leggere aggiunte di farina 00. La stessa operazione descritta sopra, la si può fare con una planetaria. Formare una palla ed avvolgerla in un foglio di pellicola, riporre in frigo per un'oretta. Riprendere l'impasto dal frigo e stenderlo su una spianatoia con un matterello. Una volta ottenuta una sfoglia di spessore 3 mm, e di lunghezza 25 cm, avvolgerla sui due lati e tagliare gli scialatielli per una larghezza non superiore a mezzo centimetro. Infine, prima di srotolarli praticare un taglio longitudinale in modo da ottenere due serie di rotolini da 12 cm.

Procedimento per la salsa: scolare i pomodorini dal loro contenitore. Mondare gli scampi liberandoli della testa e del carapace e metterli da parte, serviranno per la bisque-fumetto, una volta puliti togliendo anche il filetto dell'intestino attraverso un taglio sul dorso, dovranno essere scottati leggermente in una padella caldissima e unta d'olio. Riporre gli scampi scottati in una ciotola. Prendere tutte le teste degli scampi e le chele con i carapaci e farle tostare in una pentola, quando saranno ben tostati e avranno raggiunto una temperatura tale da produrre uno shock termico, unire 300 cc d'acqua fredda, schiacciando bene le teste e facendo sciogliere tutta la caramellatura attaccata alle pareti e sul fondo della pentola. Coprite con un coperchio e fate cuocere a fuoco lento per 20 minuti. Filtrate con un filtro a maglia stretta e continuate la cottura senza coperchio fino a fare restringere il liquido, fino ad ottenere un buon fondo di cottura. Fate raffreddare e mettete da parte. In un bicchiere versate la metà della sua capacità con olio EVO ed uno spicchio d'aglio senza camicia, che avrete intaccato con uno spilucchino precedentemente e alcune foglie di basilico sminuzzate. Tenere in soluzione per una mezz'oretta i due ingredienti, dopodiché, filtrare l'olio e versatelo in una padella capiente a bordo alto. Portare a temperatura e versarvi i pomodorini precedentemente scolati ed asciugati. Fare cuocere a fuoco vivo per un paio di minuti, dopodiché prelevare dalla padella due pomodorini per ogni porzione che si utilizzeranno dopo per l'impiattamento. Scegliere i più piccoli e quelli più integri, nel nostro caso 12. Metterli da parte. Unire delle foglie di basilico e continuare la cottura, aggiungendo di volta in volta il fondo degli scampi precedentemente ottenuto. A cottura ultimata, passare il composto in un passaverdure per liberarlo dai semi e dalle pellicine dei pomodorini. La salsa ottenuta per la quantità necessaria a condire la pasta andrà versata in un bicchiere per minipimer ed emulsionata, aggiungendo due dei 20 scampi precedentemente scottati e all'occorrenza olio a filo se necessario, salare, e setacciare nuovamente, ottenendo una salsa lucida ed omogenea. Versarla in una padella dai bordi alti unirvi la metà degli scampi e portare a temperatura. Prendere un cucchiaino di salsa e versarlo come fondo nei piatti che si utilizzeranno per il servizio, un cucchiaino per piatto. In una pentola con abbondante acqua salata, al primo bollore versare gli scialatielli e dopo circa 5 minuti scolarli e versarli nella padella con la salsa. Saltarli e impiattare guarnendo con gli scampi rimasti, i pomodorini che si erano messi da parte e l'erba aglio, in piena stagione si possono anche usare i fiorellini dell'erba aglio.

Vino consigliato

Vino bianco fruttato bassa acidità possibilmente campano o siciliano