



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE003452 - Ricetta d'Autore

Registrata in data 02 Feb 2021 alle ore 09:00

da GIORGIO ROSATO

Livello di difficoltà: Facile

Come ti senti gustando la tua ricetta? Appagato

Uovo marinato con asparagi, tapenade e quenelle di bambù

Tra tutti gli alimenti presenti in natura l'uovo rappresenta senz'altro uno dei più diffusi a livello globale, sia per la sua versatilità di preparazione che gli consente di trasformarsi in un ingrediente utilizzato nella preparazione di un'incredibile varietà di piatti della cucina internazionale, regionale o etnica, sia per la sua composizione chimica che condensa gli elementi fondamentali dell'alimentazione (proteine, carboidrati e grassi) e una gamma di vitamine e sali minerali altrettanto variegata.

Preparato in numerose varietà in acqua (sodo, alla coque, barzotto, in camicia), in padella (frittata, strapazzate, omelette, occhio di bue) o al forno (uovo in cocotte). Cucinare un uovo sembra un'operazione facile e veloce ma in realtà, per prepararlo a dovere, occorre molta attenzione e anche un pizzico di pazienza poiché spesso per ottenere buoni risultati occorrono diversi tentativi prima di raggiungere l'effetto creativo desiderato.

Tutti gli appassionati di cucina inoltre, dagli chef stellati ai cuochi meno blasonati si sono cimentati prima o poi nella preparazione delle uova. Ideando ricette originali e gustose che, partendo dalle tradizionali tecniche di cottura, hanno inserito alcune variazioni riuscendo a creare a volte piatti unici e non sempre semplici da preparare. Anche un uovo in camicia, volendo andare oltre la normale cottura in acqua calda prossima all'ebollizione (utilizzando la collaudata tecnica del "vortice"), può rappresentare un interessante spunto di partenza per creare qualcosa di insolito.

La novità più interessante apparsa negli ultimi anni nella cottura delle uova rimane comunque quella legata al classico uovo marinato creato da Carlo Cracco che, con la geniale intuizione di "cuocere" un tuorlo d'uovo a freddo grazie all'azione disidratante del sale, ha aperto nuovi e sconfinati orizzonti agli chef e agli appassionati di cucina.

Utilizzando questa tecnica abbiamo realizzato per la nostra ricetta un antipasto a base di uovo marinato, abbinato a delle punte di asparagi e accompagnato da una classica tapenade (la salsa provenzale a base di pasta di olive, capperi e acciughe) e da una quenelle di crema di bambù mista a frammenti di pomodori secchi sott'olio.

Tempo di preparazione: 45 minuti

Ingredienti per 4 persone

Per le uova:

4 Tuorli

500 g Zucchero

500 g Sale

Per la tapenade:

300 g Olive nere snocciolate (Bio Organica Italia)

50 g Acciughe sott'olio (Filetti di acciughe del mar Cantabrico (Angelo Parodi))

50 g Capperi sotto sale (Capperi sottosale di Vulcano (Mirto - ME))

1 Cucchiaino di succo di limone

2 Cucchiaini di olio evo (Olio extravergine di oliva Farchioni (Il Casolare, grezzo naturale))

Q.b. Pepe

Per la quenelle di bambù:

400 g Crema di bambù (Green for Wealth Venaria - TO)

200 g Pomodori secchi (Sapore di Sole)

1 Cucchiaino di aceto balsamico IGP (Aceto Balsamico di Modena IGP Oro Nero (Enoteca Seidivino))

Per ulteriori informazioni visita il nostro sito web www.mysocialrecipe.com

oppure scrivere un messaggio all'indirizzo info@mysocialrecipe.com

1 Cucchiaio di olio evo (Olio extravergine di oliva Farchioni (Il Casolare, grezzo naturale))

4 Foglioline di menta fresca

Q.b. Sale

Q.b. Pepe

Per le decorazioni:

4 Punte di asparagi (Banco Fresco Torino)

Asparagi freschi peruviani

Strumenti di cottura

1 teglia di ceramica, 1 mestolo di legno, pellicola alimentare, mixer ad immersione, 1 pentolino di acciaio

Preparazione

Nel tempo di preparazione della ricetta è escluso naturalmente quello necessario per ottenere le uova marinate che, per conseguire un buon risultato, richiede almeno 8/12 ore. La prima operazione consiste nel separare accuratamente i tuorli dagli albumi e versare la miscela formata da sale e zucchero in una pirofila dai bordi alti (4/5 cm).

Con uno dei gusci delle uova creare sulla superficie della miscela i quattro crateri al cui interno verranno inseriti i tuorli e, successivamente, ricoprire completamente le uova con altro sale e zucchero. Rivestire il recipiente con pellicola alimentare e riporre in frigo. L'azione del sale disidrata completamente le uova, che alla fine del trattamento si ridurranno di volume assumendo una consistenza solida (che rimane tuttavia cremosa), mentre la presenza dello zucchero contribuirà ad attenuare la forte sapidità del sale. Per una marinatura perfetta è consigliabile comunque, una volta tirate fuori le uova, lavarle in acqua corrente per eliminare i residui di sale depositati in superficie.

Nel frattempo si inizia a preparare la tapenade, inserendo i vari ingredienti nel mixer ad immersione e versando a filo l'olio; nel caso due cucchiaini non fossero sufficienti per assicurare al composto un'adeguata consistenza cremosa si può aggiungere un ulteriore cucchiaino.

Per la crema di bambù si può utilizzare quella già pronta, o prepararla con i germogli di bambù (entrambi reperibili senza problemi nelle catene della grande distribuzione), aggiungendo i pomodori secchi finemente tritati, l'aceto balsamico, olio, sale e pepe; le foglioline di menta conferiranno una nota di freschezza alla crema e si fondono aromaticamente molto bene con il profumo del bambù. A questo punto non resta che scottare le punte di asparagi (ca 15/20 minuti) e tutti gli ingredienti sono pronti.

Impiattamento:

Inserire l'uovo al centro del piatto, circondato dalle punte di asparagi adagiate in maniera da formare una sagoma quadrangolare che viene a creare un ottimale contrasto geometrico con i bordi circolari del tuorlo marinato. Sulla sinistra poniamo la quenelle di tapenade, contornata da un filo d'olio (steso col contagocce), e sulla destra la quenelle di bambù la cui colorazione non particolarmente brillante viene vivacizzata dai frammenti di pomodori secchi che fanno capolino dalla crema. Come snack di accompagnamento si possono servire dei grissini al sesamo o dei crostini di pane di segale scaldati in forno o fritti in burro chiarificato.

Vino consigliato

Cortese di Gavi DOCG "Tuffo" 2017 - Morgassi Superiore. Considerato come uno dei bianchi piemontesi più rappresentativi, questo vino si caratterizza per il tipico colore giallo paglierino e le spiccate note agrumate, e si abbina molto bene con gli antipasti (caldi e freddi) e con le tartare a base di tonno e salmone; la temperatura di servizio è compresa tra gli 8 e i 10 gradi.