



Semplicemente buono

Ricette con il





Semplicemente buono

Ricette con il



Presentazione „The KitchenTube“	4
Panini integrali	6
Fonduta al formaggio	9
Fiocchi di pane al formaggio	10
Lasagne verdi	13
Spätzle con formaggio, speck e noci	14
Torta alle carote	17
Torta al caffè con cioccolato	18
Canederli dolci alle albicocche	21
La mia ricetta	22





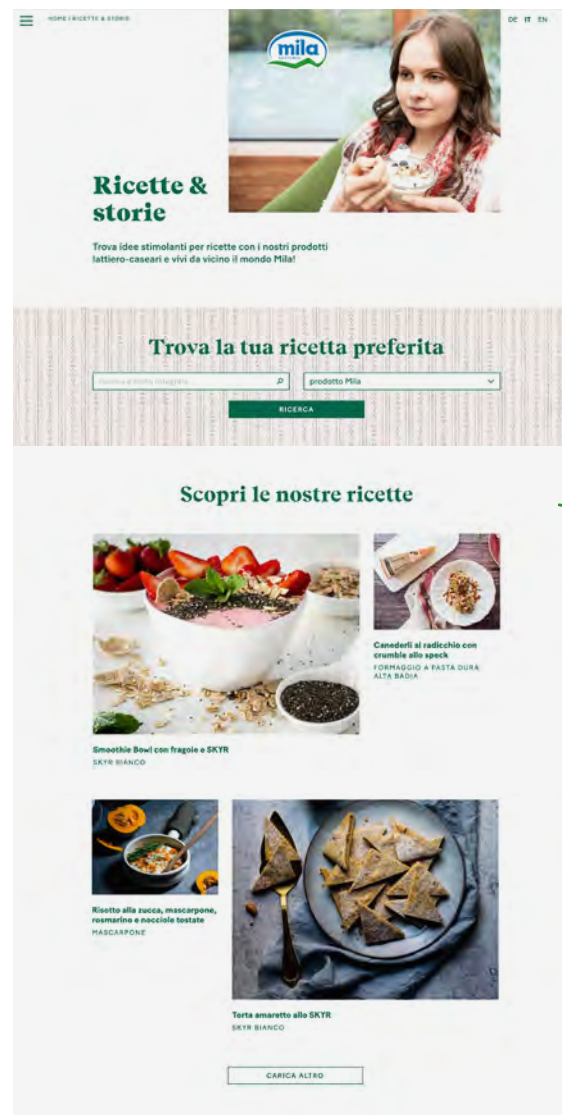
Presentazione

Silvia & Claudio
„The KitchenTube”

Fondato da due compagni di vita e amanti della cucina, il blog "The KitchenTube" da autunno 2017 è dedicato alla cucina e al gusto. Silvia e Claudio sono nati a Roma, ma ora hanno trovato la loro casa a Merano e condividono idee, momenti di gusto e la gioia di cucinare con chiunque sia interessato sul loro blog e nei social media. Rappresentano la fusione tra conoscenza e amore per il prodotto e combinano ricette tradizionali e influenze da tutto il mondo.

#thekitchentube

IL MONDO DELLE RICETTE MILA



Scopri tutte le
nostre ricette su
www.mila.it

PANINI INTEGRALI

Stefano Cavada

PER 8 PANINI

- 85 g crusca di farro
- 100 g semi di lino
- 60 g semi di zucca
- 50 g nocciole
- 1 cucchiaio miele
- 1 cucchiaino bicarbonato
- ½ cucchiaino sale
- 240 g Mila SKYR Bianco
- 2 uova

per decorare

- una manciata di crusca



PREPARAZIONE

Preriscaldare il forno a 180°C statico (160°C ventilato). Mescolare in una ciotola la crusca di farro, i semi di lino, i semi di zucca, le nocciole, il miele, il sale, il bicarbonato, lo SKYR e le uova. Lasciare riposare l'impasto per 10 minuti. Spolverare con un po' di crusca una teglia rivestita con la carta da forno. Suddividere l'impasto in otto parti con l'aiuto di due cucchiari e formare i panini, adagiandoli nella teglia o nello stampo. Infornare e cuocere per circa 45 minuti.



FONDUTA AL FORMAGGIO

Stefano Cavada

PER 4 PERSONE

- 200 g formaggio "Alta Badia" Mila
- 200 g formaggio "Dolomitenkönig" Mila
- 250 ml vino bianco secco
- 1 spicchio d'aglio
- 2 cucchiaini amido di mais
- 1 cucchiaio Kirschwasser o grappa
- 1 grattata noce moscata
- 1 pizzico pepe nero
- 1 pizzico paprika forte



PREPARAZIONE

Grattugiare i formaggi e unire in una ciotola con il vino e l'amido di mais. Lasciare in ammollo per una notte in frigorifero. Strofinare l'interno di una pentola o del caquelon (la pentola della fonduta) con uno spicchio d'aglio tagliato a metà. Versare i formaggi e tutto il liquido nella pentola o nel caquelon e scaldare sul fuoco continuando a mescolare finché i formaggi si saranno fusi. Aggiungere il Kirschwasser/grappa, la noce moscata, il pepe grattugiato e la paprika. Servire la fonduta accompagnata da pane.



FIOCCHI DI PANE AL FORMAGGIO

Stefano Cavada

PER 15 FIOCCHI

- 500 g farina (tipo 1)
- 3,5 g lievito di birra disidratato o ½ cubetto di lievito fresco
- 280 ml acqua
- 25 ml olio d'oliva
- 10 g sale fino

per il ripieno

- 80 g formaggio "Alta Badia" Mila (grattugiato)
- 25 g burro Mila (fuso)
- pepe nero macinato
- erba cipollina tritata



PREPARAZIONE

Nella ciotola di una planetaria unire la farina, il lievito, l'acqua, l'olio e impastare per circa 8 minuti. Aggiungere il sale, impastare e riporre in frigorifero per una notte. Rimuovere dal frigo per 60 minuti e stendere l'impasto in un rettangolo (40x30 cm) aiutandosi con della farina (il lato più corto rivolto verso di noi). Spennellare con burro fuso e cospargere con formaggio grattugiato, pepe ed erba cipollina solo sulla metà inferiore dell'impasto. Ripiegare a metà portando il lato superiore su quello inferiore. Premere con le mani per far aderire bene il ripieno all'impasto. Ritagliare delle strisce verticali larghe 2,5cm. Attorcigliare ogni striscia 2-3 volte attorno al dito indice e medio tenuti a V e far passare l'estremità finale fra le due dita prima al di sopra, poi infilandola al di sotto. Disporre su una teglia rivestita con la carta da forno e lasciare lievitare per 60 minuti. Cuocere in forno preriscaldato a 200°C statico (160°C ventilato) per 18-20 minuti.



LASAGNE VERDI

Stefano Cavada

PER 1 PIROFILA (30x20 CM)

- 1 cipolla (tagliata a julienne)
- olio d'oliva
- 300 g carciofi (puliti e tagliati a pezzi)
- 140 g pisellini
- 260 g spinaci (lessati, strizzati e tritati)
- 1 l di Latte Fieno Mila
- 80 g burro Mila
- 80 g farina
- 150 g formaggio "Stelvio DOP" Mila (grattugiato)
- 8 sfoglie pasta fresca all'uovo
- 50 g formaggio duro "Gran Spicchio" Mila (grattugiato)
- sale
- pepe
- noce moscata
- qualche pezzettino burro



PREPARAZIONE

Soffriggere la cipolla con l'olio, aggiungere carciofi, pisellini, spinaci, sale e pepe e lasciare rosolare. Fondere il burro e aggiungere la farina, mescolando con una frusta, cuocere per un paio di minuti. Versare latte e noce moscata, mescolando velocemente con la frusta, aggiustare di sale e pepe. Far sobbollire la besciamella per un minuto e incorporare il formaggio. Disporre un velo di besciamella sul fondo di una casseruola e aggiungere due sfoglie di pasta fresca. Aggiungere uno strato di besciamella e un po' di verdure. Continuare a stratificare fino ad esaurire tutti gli ingredienti. Spolverizzare in superficie con il formaggio duro grattugiato e aggiungere qualche pezzettino di burro. Cuocere in forno preriscaldato a 180°C statico (160°C ventilato) per 35-40 minuti.

SPÄTZLE CON FORMAGGIO, SPECK E NOCI

Stefano Cavada

PER 4 PERSONE

- 340 g farina (tipo 00) o di farro
- 1 cucchiaio olio d'oliva
- 4 uova
- noce moscata macinata
- sale
- 120 ml acqua
- 70 g burro Mila
- 150 g formaggio "Alta Badia" Mila (grattugiato)
- 80 g noci
- 150 g speck (a listarelle)



PREPARAZIONE

In una ciotola unire la farina, l'olio d'oliva, le uova, una grattata di noce moscata e una presa di sale. Versare metà dell'acqua e iniziare a mescolare con un cucchiaio di legno. Aggiungere gradatamente l'acqua restante fino ad ottenere un composto che si stacchi pesantemente dal cucchiaio. Dovrà risultare morbido ma non troppo liquido. Nel caso aggiustare l'impasto aggiungendo un cucchiaio d'acqua se fosse troppo asciutto o un cucchiaio di farina se fosse troppo liquido. Lasciare riposare l'impasto coperto a temperatura ambiente per 15 minuti. Portare ad ebollizione una pentola d'acqua e salarla. Formare gli Spätzle con l'apposita grattugia e cuocerli per un paio di minuti nell'acqua bollente. Scolarli e saltarli in una padella calda con il burro. Munirsi di una pirofila e disporre uno strato di Spätzle sul fondo. Cospargere con un po' di formaggio, un po' di noci e dello speck a listarelle. Continuare a stratificare fino ad esaurire tutti gli ingredienti. Cuocere in forno statico a 200°C (ventilato a 180°C) 10 minuti. Rimuovere dal forno e servire gli Spätzle.



TORTA ALLE CAROTE

Stefano Cavada

PER 1 TORTA

- 100 g burro Mila (a temperatura ambiente)
- 200 g zucchero semolato
- 5 uova (a temperatura ambiente)
- 1 cucchiaino miele
- 1 cucchiaino estratto di vaniglia (o i semi di un baccello di vaniglia)
- la scorza grattugiata di un limone
- 170 g farina di nocciole
- 30 g cocco grattugiato
- 250 g carote (grattugiate finemente)
- 120 g farina (tipo 00)
- 60 g amido di mais (anche di patate o di frumento)
- 2 cucchiaini lievito in polvere per dolci
- 1 cucchiaino cannella
- ¼ cucchiaino noce moscata macinata
- 1 pizzico sale
- 200 g confettura di albicocca
- zucchero a velo
- granella di nocciole



PREPARAZIONE

Montare con le fruste elettriche il burro con 100 g di zucchero, dividere gli albumi dai tuorli e aggiungere i tuorli al composto di burro. Aggiungere miele, estratto di vaniglia, scorza di limone, farina di nocciole, cocco, carote e mescolare. Montare gli albumi a neve con il restante zucchero. Mescolare farina, amido, lievito, cannella, noce moscata e sale. Aggiungere all'impasto la miscela di farina e gli albumi, mescolando dal basso verso l'alto con una spatola. Versare l'impasto in una tortiera e cuocere in forno statico a 180°C (ventilato 160°C) per 45 minuti. Lasciare raffreddare, tagliare a metà, farcire con la confettura e decorare con zucchero a velo e granella di nocciole.

TORTA AL CAFFÈ CON CIOCCOLATO

The KitchenTube

PER 1 TORTA

- 2 uova
- 100 g zucchero semolato
- 80 ml caffè (freddo)
- 80 ml olio di semi di girasole
- 120 g farina (tipo 00)
- 50 g farina di mandorle
- 40 g amido di Mais
- 20 g cacao amaro
- 1 pizzico sale
- 10 g lievito per dolci
- 150 g Mila SKYR Bianco
- 200 ml panna Mila
- 60 g zucchero a velo
- 10-15 g caffè solubile
- 10 g fissante per panna
- 50 g mandorle (a filetti)
- 20 g zucchero semolato
- 40 g cioccolato fondente (gocce)



PREPARAZIONE

Montare le uova con lo zucchero, aggiungere il caffè e l'olio e continuare a montare. Incorporare farine, amido, cacao, sale e lievito con una frusta. Imburrare ed infarinare una forma da 24 o 26 cm e cuocere l'impasto a 180° C in modalità statica per 20 minuti. Estrarre la torta e lasciarla raffreddare. Lavorare SKYR con zucchero a velo e caffè, aggiungere la panna e montare il tutto. Quando la panna inizierà a montare, aggiungere lo stabilizzante e finire di montare. Conservare la crema in frigo. Fare sciogliere lo zucchero semolato in una pentola a fuoco moderato, versare i filetti di mandorla e mescolare. Versare le mandorle su un foglio di carta forno, stenderle in uno strato sottile, lasciare raffreddare e ricavarne dei filetti singoli. Rimuovere con un coltello la parte sopra della torta in modo da livellarla. Sbriciolare i ritagli di torta. Ricoprire la torta con la crema al caffè, le briciole di torta, le gocce di cioccolato e le mandorle.



CANEDERLI DOLCI ALLE ALBICOCCHE

The KitchenTube

PER 4 CANEDERLI

- 4 albicocche
- 190 g Mila SKYR Bianco
- 1 uovo
- 35 g burro Mila (a temperatura ambiente)
- 75 g farina (tipo 00)
- 55 g semola di grano duro rimacinata
- 20 g zucchero semolato
- 1 pizzico sale
- q.b. scorza di limone
- 4 zollette di zucchero
- 75 g pangrattato
- 40 g burro Mila
- 30 g zucchero a velo



PREPARAZIONE

Versare lo SKYR all'interno di un panno di cotone, strizzare bene e unirlo con il burro e lo zucchero. Aggiungere sale, scorza di limone, uovo e lavorare il tutto. Aggiungere farina e semola di grano duro e lavorare. Coprire l'impasto e lasciarlo riposare in frigo per 10 minuti. Estrarre i noccioli delle albicocche senza aprirle e farcire ognuna con una zolletta di zucchero. Portare a leggero bollore una pentola con acqua leggermente salata. Infarinare la superficie e lavorare velocemente l'impasto fino a formare un salsicciotto spesso circa 5 cm. Dividere l'impasto in 4 parti e formare dei dischi. Con ogni disco ricoprire un'albicocca e formare delle palle uniformi. Bollire i canederli finché non affioreranno in superficie (8/10 minuti). Sciogliere il burro, aggiungere il pangrattato e fare dorare a fuoco medio, setacciare lo zucchero a velo sulle briciole e mescolare bene. Scolare i canederli e passare uno alla volta nella panatura.



Via Innsbruck 43, I-39100 Bolzano
www.mila.it