



### **Spaghetti ai profumi d'Abruzzo e provolone piccante**

Ingredienti per 4 persone. 320 g di Spaghetti, un pezzetto (150g circa) di polpa di manzo, 1 spicchio aglio, 1 chiodo di garofano, 1 dl olio e.v. d'oliva, 2 dl vino abruzzese, 200g di cipolla affettata, 30g di lardo, brodo, sale e pepe q.b., 300 g di salsa di pomodori, 2 cucchiari di Provolone piccante.

Per la salsa, tagliare la carne in tre pezzi, quindi rosolarla in padella con olio, il lardo a pezzetti, la cipolla e il chiodo di garofano. Salare e bagnare con vino. Fa evaporare, quindi unire la salsa di pomodoro e una punta di brodo. Brasare a fuoco coperto per il tempo necessario. Quando la carne sarà cotta, la si estrae dal recipiente e la si mantiene per altri usi. Lessare gli spaghetti in acqua bollente salata mantenendoli al dente. Finire la cottura nella salsa, infine condire con Provolone piccante.

### **Spaghetti di grano saraceno con gamberi e coriandolo fresco**

Ingredienti per 6 persone:

450g spaghetti di grano saraceno, 18 Gamberi, 400g pomodori datterini, 1 cipolla piccola, 1 spicchio d'aglio: 1 spicchio, 25g coriandolo fresco, un rametto di timo fresco, peperoncino e zenzero in polvere, 5 cl vino bianco secco, 30 g mandorle a scaglie, sale, pepe e olio d'oliva.

Mondare e lavare le verdure. Sbucciare i gamberetti e rimuovere il nero dalla coda. Tagliare i pomodorini in 4. Sbucciare e tritare la cipolla e l'aglio. Togliere le foglie e tritate il coriandolo. Cuocere gli spaghetti. A parte, in un wok caldo, rosolare in olio la cipolla e aglio con un pizzico di sale. Aggiungere timo, pomodorini e spezie. Sfumare con il vino bianco e poca acqua di cottura degli spaghetti. Dimezzare il liquido, quindi unire i gamberi. Scolare gli spaghetti al dente e saltarli nel wok. Terminare con coriandolo, mandorle e un pizzico di pepe.

### **Spaghetti integrali con ragù di lumache**

Ingredienti per 6 persone: 450 g spaghetti integrali, 24 lumache già cotte e tagliate a pezzetti, 400g polpa di pomodoro, 2 spicchi d'aglio, 1 scalogno, sale, 20g prezzemolo, 2 cl olio d'oliva, poco pecorino sardo grattugiato.

Togliere le foglie dal prezzemolo. Sbucciare lo scalogno e l'aglio, quindi tritare finemente. In una padella, con un filo d'olio, aggiungere lo scalogno, l'aglio e un pizzico di sale e cuocere per 2 minuti. Saltarvi rapidamente le lumache per 1 minuto. Infine aggiungere i pomodori e l'equivalente di mezzo bicchiere d'acqua, poi continuare la cottura a fuoco basso per 10 minuti. Tritate il prezzemolo e mantenere alcuni rametti per decorazione. Cuocere gli spaghetti al dente, scolare e saltarli in padella. Terminare con il prezzemolo tritato e il pecorino sardo.

## **Spaghetti alle melanzane, acciughe e basilico**

Ingredienti per 6 persone:

450 g spaghetti, 120 g acciughe marinate in olio, 1 spicchio d'aglio, 1 mazzetto basilico, 3 melanzane medie, poca farina, 100g Parmigiano Reggiano a scaglie, olio d'oliva, sale e pepe q.b.

Togliere le foglie di basilico mantenendo alcune foglie belle per la decorazione. Arrotolare su se stesse le foglie e tagliarle finemente. Rimuovere le estremità delle melanzane, tagliarle a fette, poi a cubetti. In una padella calda mettere un po' di olio d'oliva e friggere le melanzane appena infarinate fino a doratura (circa 5/7 minuti). Aggiustare di sale e, un attimo prima di toglierle, aggiungere il basilico tritato. Tenere in caldo. Far bollire l'acqua salata, immergere gli spaghetti e cuocere al dente. Mentre la pasta cuoce, tritare le acciughe. Sbucciare l'aglio, togliere il germoglio e tritare finemente. Disporre l'aglio e le acciughe in una padella, aggiungere il pepe e olio d'oliva. Una volta cotta la pasta, scoliarla tenendo un po' d'acqua di cottura, quindi saltarla con aglio e acciughe.

Disporre la pasta al centro dei piatti e versare la salsa di cottura, quindi cospargere con le melanzane. Aggiungere scaglie di parmigiano e finire con il basilico da decorazione.

## **Sangria**

Ingredienti per 6 persone: 1 bottiglia da 0,75 di vino rosso giovane, 25 cl di limonata, 20 cl di succo d'arancia, 10 cl di Cointreau, 2 arance, 1 limone, 50 g di zucchero semolato, 1/2 cucchiaino cannella in polvere 1 baccello di vaniglia.

Lavare e asciugare gli agrumi. Tagliarli a fettine sottili, quindi tagliarli in spicchi senza strappare la polpa. Incidere e raschiare il baccello di vaniglia. In una bella brocca, versare il vino rosso, il Cointreau e il succo d'arancia. Guarnire con vaniglia e cannella, cospargere con zucchero a velo.

Aggiungere le fette di limone e arancia. Mescolare delicatamente con un mestolo. Lasciar raffreddare la preparazione per almeno 2 ore in modo che i frutti macerino bene nel vino. Prima di servire, versare la limonata ben fredda nelle sangria.