



21
GUSTOSE

RICETTE



PER
BARBECUE





UNA NUOVA CUCINA CREATIVA ALL'ARIA APERTA

Chi pensa al barbecue come al regno incontrastato della carne, si sbaglia. la versatilità dei nostri moderni barbecue non mette limiti alla vostra creatività.

Il pesce, ma anche i formaggi, le verdure, la pizza il pane possono diventare i protagonisti di pranzi, cene e merende per tutti i gusti e per tutte le abitudini alimentari.

Se avete familiari e amici vegetariani, che alla parola "barbecue" inventano impegni inderogabili, potete rispondere con un sorriso.

Le verdure alla griglia sono una vera e propria specialità.

Ma il barbecue non è solo un modo semplice, sano e custoso di cuocere, aiuta anche a prevenire le malattie cardiovascolari e contribuisce alla lotta contro l'aumento di peso. Sul barbecue infatti, i grassi si sciolgono lentamente, e vengono poi raccolti ed eliminati, mentre il calore viene distribuito in modo uniforme da un letto di pietra lavica.

La roccia è leggera e molto porosa, in grado quindi di assorbire i grassi che colano dalla griglia.

In questo modo le fiamme non vengono improvvisamente alimentate, e le pietanze non bruciano.

Nei modelli a gas, la cottura è salutare al 100%, perché il gas è inodore e non altera il sapore dei cibi.

Per quanto riguarda le emissioni di ossido di carbonio, basterà un dato. Un barbecue ne emette 2.000 volte meno di una sigaretta. E non fa fumo.

FICHI ARROSTO E CULATELLO



ANTIPASTI

Ingredienti per 4 persone:

- 8 fichi verdi
- 8 fettine di culatello
- 20 g di parmigiano
- un rametto di rosmarino
- 20 g di burro
- 1 cucchiaino di aceto balsamico
- pepe
- sale

Preparazione

- Pulite i fichi con uno strofinaccio pulito e inumidito, incideteli a croce e apriteli leggermente. Conditeli con un pizzico di sale e una macinata di pepe. All'interno di ognuno disponete un dadino di burro e un cucchiaino di foglie di rosmarino tritate grossolanamente.
- Avvolgete i fichi in un grosso foglio di stagnola, trasferiteli sulla griglia del **barbecue** e cuoceteli per 5 minuti. Aprite il cartoccio e mettete i frutti sul piatto di portata insieme al fondo di cottura.
- Disponete una fettina di culatello all'interno di ogni fico, cospargeteli con il parmigiano fatto a scaglie con un pelapatate e spruzzateli con l'aceto balsamico.
- Servite subito.

INSALATA DI CALAMARI E FAVE



ANTIPASTI

Ingredienti per 4 persone:

- 150 g di fave sgusciate
- 600 g di calamaretti (freschi o scongelati)
- 3 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva
- aceto balsamico
- 1 cipollotto rosso
- sale
- pepe

Preparazione

- Pulite i calamaretti, staccando la testa e svuotando le sacche, senza dimenticare di eliminare la "penna" trasparente. Sciacquate bene le sacche anche all'interno e asciugatele. Tagliate i ciuffetti di tentacoli sopra gli occhi e sciacquate anche loro.
- Mescolate in un piatto fondo l'olio con un cucchiaino di aceto, una bella presa di sale e una macinata di pepe. Buttateci i calamari e mescolate bene.
- Accendete il **barbecue** e, quando è rovente, fate dorare i calamaretti per 5-6 minuti su ogni lato.
- Lessate le fave in acqua salata per 5 minuti e scolatele.
- Eliminate la buccia esterna.
- Rimettete i calamaretti cotti con le fave nel piatto della marinata e mescolate delicatamente. All'ultimo momento, prima di servire, unite all'insalata il cipollotto tagliato a rondelle sottili.

PORRI GRIGLIATI CON SALSA ROMESCO



ANTIPASTI

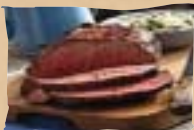
Ingredienti per 4 persone:

- 16 piccoli porri (se trovate quelli mignon ancora meglio, calcolatene però 24, cioè 3 a porzione)
- 3 fettine di pane integrale o bianco
- 12 mandorle sgucciate e spellate
- 3 spicchi di aglio
- 4 pomodori perini maturi
- un peperoncino piccante
- olio extravergine d'oliva
- sale

Preparazione

- Fate abbrustolire gli spicchi di aglio e i pomodori perini sul barbecue; sbucciate entrambi ed eliminate i semi dai pomodori.
- Scaldate 3 cucchiaini di olio in una padella antiaderente, frigatevi il pane spezzettato o tagliato a dadini e le mandorle finché entrambi prendono colore; scolateli sulla carta assorbente perché perdano l'unto in eccesso e lasciateli raffreddare.
- Pestate nel mortaio il pane fritto con l'aglio, il peperoncino e le mandorle; aggiungete poco alla volta i pomodori spezzettati e continuate a pestare fino ad avere un composto grossolano ma uniforme; se lo volete più fine passate un attimo gli ingredienti al tritatutto elettrico. Regolate la salsa di sale e conditela con 3-4 cucchiaini di olio crudo. Per portarvi avanti, potete preparare la salsa anche con un giorno d'anticipo.
- Pulite i porri e grigliateli sul **barbecue**, poco prima di servirli. Quando sono teneri trasferiteli sul piatto da portata e serviteli con la salsa: si consumano come un pinzimonio, intingendoli man mano nel condimento.

CHURRASCO DI MANZO



CARNE

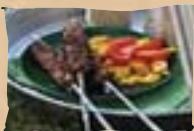
Ingredienti per 4 persone:

- 1,2 kg di entrecote di manzo
- 2 rametti di rosmarino
- 2 mazzi di cipollotti
- 2 dl di vino bianco
- mezzo dl di aceto
- 30 g di burro
- sale
- pepe

Preparazione

- Togliete il pezzo di carne dal frigo almeno 6 ore prima della cottura, mettetelo sul barbecue e cuocetelo per circa 45 minuti, girandolo su tutti i lati.
- Mentre la carne cuoce, pulite i cipollotti, tritateli fini e fateli appassire su fiamma bassa per 5-6 minuti in una casseruola con il burro. Aggiungete una presa di sale, l'aceto e il vino e proseguite la cottura per altri 20 minuti. Unite un cucchiaino di rosmarino tritato, mescolate e spegnete.
- Togliete la carne dal **barbecue**, lasciatela riposare per 2 minuti, tagliatela a fette dello spessore di un dito, trasferitela sul piatto da portata, salate, pepate, irrorate con la salsa di cipollotti ben calda e servite.

POLPETTE ALLO SPIEDO



CARNE

Ingredienti per 4 persone:

- 800 g di carne trita di manzo scelta
- una cipolla bionda
- 3 pomodori ramati
- un peperone giallo e uno rosso
- un cucchiaino di paprica dolce
- tabasco
- 4 cucchiari di olio extravergine d'oliva
- sale
- pepe

Preparazione

- Sbucciate la cipolla, tritatela fine, riunitela in una terrina con la carne trita, la paprica, una presa di sale, una macinata di pepe e qualche goccia di tabasco e lavorate gli ingredienti fino a ottenere un composto omogeneo.
- Suddividete la carne in 8 porzioni e, con le mani inumidite, "compattate" la carne intorno a 8 spiedini di metallo in modo da ottenere delle polpette di forma cilindrica della lunghezza di circa 15 cm; trasferitele sulla griglia del barbecue e cuocete le polpette per circa 15 minuti, girando gli spiedi su tutti i lati.
- Lavate e asciugate i pomodori e i peperoni. Tagliate i primi a spicchi, poi dividete i peperoni a metà, eliminate semi e filamenti e tagliate la polpa a piccole losanghe. Riunite i 2 ingredienti in una terrina, condite con una presa di sale e l'olio e servite l'insalata con le polpette calde.

GALLETTI AL TIMO



CARNE

Ingredienti per 4 persone:

- 2 galletti di circa 600 g l'uno, tagliati a metà
- 2 spicchi d'aglio
- 2 limoni
- un mazzetto di timo
- 12 cipollotti
- olio extravergine d'oliva
- sale
- pepe

Preparazione

- Tritate l'aglio e mescolatelo con le foglie di 5 rametti di timo, la scorza di un limone grattugiata, sale e pepe.
- Sollevate in 2-3 punti la pelle dei galletti dalla carne, inseritevi il trito e fateli marinare per 30 minuti in una terrina con 4 cucchiari di olio, un limone a fette e 3-4 rametti di timo.
- Pulite i cipollotti, scottateli per 3 minuti in acqua bollente salata e scolateli.
- Sgocciate i galletti dalla marinata, trasferiteli sulla griglia del barbecue con la pelle verso il basso e cuoceteli per 20 minuti. Girateli, cuoceteli ancora per 10 minuti e, quando mancano 5 minuti al termine della cottura, unite i cipollotti.
- Togliete i cipollotti dalla griglia e conditeli con 2 cucchiari di olio, sale e pepe.
- Girate i galletti, aumentate la temperatura della griglia e proseguite la cottura per altri 5 minuti.

COSTOLETTE D'AGNELLO E CARCIOFI RIPIENI



CARNE

Ingredienti per 4 persone:

- 12 costolette di agnello
- 8 carciofi
- 2 spicchi d'aglio
- 2 limoni
- 40 g di mandorle sbucciate
- 50 g di mollica di pane fresca
- prezzemolo
- 30 g di parmigiano grattugiato
- 2 cucchiaini di aceto di vino bianco
- due rametti di dragoncello
- 4 bacche di ginepro
- olio extravergine di oliva
- pepe nero
- sale

Preparazione

- Pulite i carciofi, aprite i cuori e, con uno scavino rotondo, eliminate il fieno centrale. A mano a mano che sono pronti metteteli in acqua fredda acidulata con il succo di un limone.
- Alla fine, cuoceteli per 5 minuti in acqua bollente salata e con il secondo limone. Scolate i carciofi e lasciateli raffreddare.
- Riunite in una terrina le costolette di agnello, aggiungete quattro cucchiaini di olio, l'aceto, sale, uno spicchio d'aglio a fettine, le foglie di dragoncello spezzettate, il ginepro pestato e una macinata di pepe nero.
- Lasciate insaporire la carne per almeno mezz'ora.
- Tritate le mandorle con la mollica di pane, l'aglio rimasto, il prezzemolo e il parmigiano.
- Riempite i carciofi con questo trito.
- Trasferite i carciofi su una teglia rivestita con carta oleata, conditeli con quattro cucchiaini di olio e cuoceteli in forno caldo a 200° per 30 minuti.
- 10 minuti prima di fine cottura scolate l'agnello dalla marinata, asciugatelo e cuocetelo sul **barbecue** 5 minuti per lato. Servite la carne con i carciofi ripieni e il loro fondo di cottura.

POLPETTINE CON SALSA



CARNE

Ingredienti per 4 persone:

- 600 g di carne di manzo tritata
- 1 cucchiaino di menta tritata
- 2 cucchiaini d'olio
- 1 cucchiaino di prezzemolo tritato
- sale / pepe

Per la salsa:

- 1 cucchiaino d'olio d'oliva
- 1 falda di peperone giallo
- 1 cucchiaino di tabasco
- 1 cipollina
- 1 dl di ketchup
- 1/2 cucchiaino di zucchero
- 1 cucchiaino d'aceto
- sale / pepe

Preparazione

- Mescolate il prezzemolo e la menta con la carne, mettete sale e pepe.
- Con le mani formate delle polpette allungate.
- Preparate intanto la salsa: sminuzzate il peperone e la cipolla e fateli soffriggere con l'olio a fuoco basso. Quando sono appassiti, unite 4 cucchiaini d'acqua e dopo qualche minuto tutti gli altri ingredienti.
- Inumidite gli spiedini di legno e infilateci le polpette, modellandole per farle aderire bene al legno. Spennellate gli spiedini con l'olio e cuocete sul **barbecue** circa 7-8 minuti per lato.
- Servite con la salsa tiepida.

SPIEDINI PROFUMATI



CARNE

Ingredienti per 4 persone:

- 300 g di fesa di vitello
- 3 cucchiaini d'olio d'oliva extravergine
- 1 rametto di rosmarino
- 1 limone
- sale

Preparazione

- Tagliate la carne a bocconcini larghi circa 1 cm e lunghi 2.
- Spremete il limone e mescolate il succo in un piatto fondo con l'olio, un pizzico abbondante di sale e il rosmarino tritato finemente.
- Lasciate marinare la carne per circa 30 minuti, tenendola coperta e al fresco e rigirandola di tanto in tanto. Poi scolatela e infilate i bocconcini sugli spiedini.
- Sistemate gli spiedini sulla griglia del **barbecue** ben calda e cuoceteli finché saranno ben dorati su tutti lati.
- Passateli rapidamente nella marinata per insaporirli e serviteli subito.

COSCIOTTO D'AGNELLO RIPIENO ALLA SALVIA



CARNE

Ingredienti per 4 persone:

- un cosciotto d'agnello da latte di circa 1,2 kg disossato
- 2 scalogni
- 80 g di pancetta tesa a dadini
- 6 foglie di salvia
- 1/2 bicchierino di vin santo
- 2 cespi di radicchio di Treviso tardivo
- 200 g di cicorino
- 1 fetta di pane rustico
- 1 cucchiaino di aceto balsamico
- olio extravergine di oliva
- pepe nero
- sale

Preparazione

- Sbucciate gli scalogni, tagliateli a pezzetti e tritateli nel mixer con la pancetta, le foglie di salvia e un pizzico di sale.
- Cospargete il cosciotto con una presa di sale e una generosa macinata di pepe nero.
- Disponete il trito di erbe e pancetta nella cavità lasciata dall'osso, richiudete la carne sul ripieno e cucitela con del filo grosso bianco di cotone.
- Massaggiate il cosciotto con 2 cucchiaini di olio extravergine e disponetelo sul **barbecue**. Cuocetelo 20 minuti per lato, alzate la griglia e proseguite la cottura per altri 20 minuti.
- Mondate e lavate le insalate, tagliate il radicchio a tocchetti e sfogliate il cicorino. Conditelo in una ciotola con tre cucchiaini di olio extravergine emulsionato con sale e l'aceto balsamico.
- Abbrustolite il pane sul **barbecue** insieme all'agnello, tagliatelo a dadini e aggiungetelo all'insalata.
- Trasferite il cosciotto sul piatto da portata, spruzzatelo con il vin santo, contornatelo con foglie d'insalata e servite subito.

SPIEDINI IN AGRODOLCE



CARNE

Ingredienti per 4 persone:

- 600 g di lombata di vitello
- 2 cipolle rosse
- 3 arance
- concentrato di pomodoro
- 3 cucchiaini di miele
- 2 zucchine
- 2 cucchiaini d'olio
- 1 scalogno
- paprica
- sale
- pepe

Preparazione

- Versate il miele in una terrina e aggiungete la scorza grattugiata, il succo filtrato di un'arancia, l'olio e la punta di un cucchiaino di concentrato di pomodoro.
- Mescolate e unite lo scalogno tritato, un pizzico di sale e uno di paprica. Mettete nella marinata la carne tagliata a pezzetti e lasciatecela per 2 ore.
- Sbucciate le cipolle e le arance rimaste, pelate al vivo gli spicchi di queste ultime e tagliate tutto a pezzetti.
- Lavate le zucchine, spuntatele e tagliatele a rondelle spesse. Infilate tutti gli ingredienti sugli spiedini alternandoli e cuocete sul barbecue per 15 minuti, girandoli spesso.
- Trasferite su un piatto di portata, salate, pepate e servite.

COSTINE DI MAIALE AGLI AROMI



CARNE

Ingredienti per 4 persone:

- 12 costine di maiale
- un limone
- prezzemolo
- un pezzetto di radice di zenzero
- un cucchiaino di origano secco
- 4 cucchiaini di salsa di soia
- 2 spicchi d'aglio
- 2 cucchiaini di miele
- un cucchiaino di miscela
- 5 spezie
- 4 cipolle
- 7 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- sale
- pepe

Preparazione

- Cuocete le costine per 5 minuti in una pentola con abbondante acqua bollente salata profumata con il limone a fette, l'origano, 3-4 rametti di prezzemolo. Scolatele e fatele intiepidire.
- Sbucciate l'aglio e tritatelo; pelate lo zenzero e grattugiatelo. Riunite in una terrina l'aglio, lo zenzero, la soia, il miele, la miscela 5 spezie, 4 cucchiaini di olio, una macinata di pepe, mescolate e aggiungete le costine.
- Coprite con un foglio di pellicola trasparente e fate marinare la carne per almeno 30 minuti.
- Sbucciate le cipolle, tagliatele a fette spesse e disponetele su una pietra ollare ben calda disposta sul barbecue. In alternativa, ungete di olio un doppio foglio di carta di alluminio, mettetelo sulla griglia del barbecue e allineatevi sopra le cipolle.
- Cuocetele 7-8 minuti per parte e conditele in una ciotola con sale, pepe e 3 cucchiaini di olio. Scolate le costine dalla marinata, disponetele sul barbecue e cuocetele per 20-25 minuti girandole spesso. Servitele con le cipolle.

TAGLIATA AL PEPE CON TREVISANA



CARNE

Ingredienti per 4 persone:

- 1 costata di manzo di circa 1 kg
- 4 cespi di trevisana
- 1 rametto di rosmarino
- 2 cucchiaini di olive snocciolate
- 2 spicchi d'aglio
- olio extravergine d'oliva
- 1/2 arancia non trattata
- aceto balsamico
- sale
- pepe

Preparazione

- Emulsionate 3 cucchiaini d'olio con 3 cucchiaini di aceto balsamico, gli aghi di rosmarino, l'aglio a fette e una macinata di pepe.
- Irrorate la carne con il composto e fatela marinare 30 minuti girandola ogni tanto.
- Lavate i cespi di trevisana, tagliateli a metà, irrorateli con un filo d'olio e cuoceteli sul **barbecue** per 3-4 minuti, girandoli spesso. Metteteli in un piatto, aggiungete le olive e la scorza d'arancia tagliata a filetti, salate, pepate e condite con un filo d'olio e una spruzzata di aceto balsamico.
- Cuocete la carne sulla griglia caldissima per circa 8 minuti. Trasferitela su un tagliere e fatela riposare per 5 minuti. Salatela, tagliatela a fettine e servitela con la trevisana.

BISTECCHIE DI TONNO ALL'AGLIO



PESCE

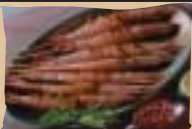
Ingredienti per 4 persone:

- 4 fette di filetto di tonno di circa 200 g l'una
- 500 g di pomodori ramati
- una grossa testa d'aglio
- 4 rametti di prezzemolo
- 4 cucchiaini di aceto di vino bianco
- 8 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- sale

Preparazione

- Adagiate le fette di tonno in un grosso piatto, unite 4 cucchiaini di olio e l'aceto, girate il tonno nel condimento e lasciatelo marinare in un luogo fresco per almeno 30 minuti.
- Avvolgete l'aglio in un foglio di alluminio, sistematelo sul **barbecue** e lasciatelo cuocere per circa 20 minuti; quindi togliete il cartoccio dal **barbecue**, apritelo, badando a non scottarvi con il vapore, e fate intiepidire l'aglio.
- Schiacciate gli spicchi e frullate la polpa nel mixer, poi mescolatela con i pomodori scottati in acqua bollente per pochi secondi, pelati, privati dei semi e tritati molto grossolanamente, una presa di sale e l'olio rimasto.
- Scolate le fette di tonno, asciugatele tamponandole con carta assorbente da cucina, trasferitele sulla griglia e cuocetele 3 minuti per lato (se vi piace che l'interno sia rosato) oppure 5 minuti (se preferite che sia ben cotto).
- Togliete il tonno dalla griglia, servitelo con la salsa preparata e cospargete il tutto con un cucchiaino di prezzemolo tritato grossolanamente.

GAMBERONI GRIGLIATI



PESCE

Ingredienti per 4 persone:

- 16 o 20 gamberoni interi
- 2 limoni verdi
- 4 cucchiaini di succo di melagrana (oppure un cucchiaino di sciroppo di granatina)
- 1 cucchiaino di tequila (oppure di grappa)
- salsa Tabasco

Preparazione

- Tagliate con una forbice la parte del guscio nella parte alta della coda, giusto sotto la testa, sul dorso. Con la punta delle dita oppure con una pinzetta afferrate e estraete delicatamente il budellino intestinale.
- Mescolate il succo dei limoni con una spruzzata di tabasco e il succo di melagrana.
- Disponetevi i gamberi in modo che le code siano ben immerse nel liquido. Lasciate riposare per 15 minuti, girando i gamberi a metà.
- Scaldate bene il **barbecue** e, nel frattempo, infilate i gamberi per il lungo su lunghi stecchini di bambù.
- Quando la griglia è calda, fatevi cuocere i gamberi, contando circa 4 minuti per lato.
- **NOTA:** ricordatevi di immergere gli stecchini di bambù in acqua per 15 minuti prima di infilarvi i gamberi, per evitare che brucino durante la cottura.

PESCE SPADA ALLA GRIGLIA ALLE MELE



PESCE

Ingredienti per 4 persone:

- 750 g di tranci di pesce spada tagliati in quadri
- 2 cucchiaini da tavolo (ctav) di olio di semi di girasole
- 2 ctav. di scalogno finemente tritato
- 2 ctav. di dragonello tritato
- 12,5 cl. di fumetto
- 4 ctav. di succo di mele senza zucchero
- 1/2 cte. di maizena sciolta in 1 ctav d'acqua fredda
- 1/4 cte. di sale
- pepe nero macinato al momento
- 1 mela rossa senza torsolo tagliata a fette
- 1 mela gialla senza torsolo tagliata a fette

Preparazione

- Prendete una casseruola e mescolatevi lo scalogno e 1 cucchiaino d'olio. Cuocete il tutto a fuoco medio 1-2 minuti.
- Unite il fumetto, il dragoncello, il succo di mele la maizena, la metà di sale e una macinata di pepe. Fate addensare mescolando continuamente finché non bolle.
- Abbassate la fiamma, sobbollite per 2-3 minuti e riponete.
- Lavate i tranci di pesce con acqua fredda e asciugateli con la carta da cucina. Preparate abbondantemente, salate con il sale rimasto e spennellare con l'olio avanzato.
- Cuocete sul **barbecue** per 3-4 minuti per ogni parte. La carne del pesce deve diventare opaca. Una attimo prima che il pesce sia pronto scaldate, a fiamma tenue, la salsa.
- Coprite i tranci con la salsa, guarnite e servite.

TRIGLIE ALLA GRIGLIA



PESCE

Ingredienti per 4 persone:

- 8 triglie
- 8 foglie di vite fresche
- erba cipollina
- basilico
- un limone
- prezzemolo
- 2 patate
- 200 g di maionese
- aglio
- olio
- sale

Preparazione

- Tritate le erbe aromatiche, salate e mescolate con olio.
- Stendete le foglie di vite su un tagliere, passate le triglie pulite e lavate nelle erbe tritate e avvolgetele nelle foglie di vite, fermando il tutto con uno stuzzicadenti; ponetele in un contenitore con qualche fettina di limone.
- Intanto aromatizzate la maionese con l'aglio spremuto, lessate le patate con la buccia per mezz'ora e fatele raffreddare; sbucciatele e tagliatele a fette, ungetele con un filo di olio e cuocetele sul **barbecue**.
- Cuocete anche le triglie e servitele con le patate e la maionese.

ASPARAGI GRIGLIATI CON DUE SALSE



VERDURE

Ingredienti per 4 persone:

- 2 mazzi di asparagi
- 300 g di carote
- 1 finocchio
- 1/2 limone
- 150 g di maionese
- 1 cucchiaino raso di paprika forte
- qualche stelo di erba cipollina
- 1 spicchio d'aglio fresco
- olio extravergine di oliva
- sale

Preparazione

- Eliminate la parte terminale dei gambi degli asparagi e cuocete le punte per 2 minuti in acqua bollente salata.
- Scolateli con delicatezza e lasciateli raffreddare.
- Raschiate le carote, tenendo da parte le barbe del finocchio e tagliate le due verdure a fettine sottili.
- Cuocete entrambe al vapore per circa 20 minuti o fino a quando risultano morbide.
- Sbucciate l'aglio, eliminando l'anima centrale; schiacciatelo con lo spremiaglio e raccogliete la polpa in una ciotola; aggiungete la maionese e la paprika e mescolate con un cucchiaino.
- Frullate le carote e il finocchio nel mixer e, con il motore in funzione, aggiungete il succo di mezzo limone, una presa di sale e tre cucchiaini di olio extravergine.
- Versate la salsa in quattro ciotoline, lasciatela raffreddare e cospargetela con le barbe del finocchio tritate.
- Suddividete la maionese in altre quattro ciotoline e cospargetela con poca erba cipollina tagliuzzata.
- Legate gli asparagi a mazzetti di quattro o cinque, conditeli con due cucchiaini di olio e cuoceteli sul **barbecue** 3-4 minuti per lato, finché iniziano ad abbrustolire.
- Servite i mazzetti di asparagi con le salse.

CIPOLLE CON SPUMA DI FORMAGGIO



VERDURE

Ingredienti per 4 persone:

- 4 cipolle rosse di tropea
- 200 g di robiola fresca
- mezzo scalogno
- un mazzetto di prezzemolo o altra erba aromatica
- olio
- sale
- pepe

Preparazione

- Sbucciate le cipolle e incidetele con 2 tagli profondi a croce; preparate 4 quadrati doppi di carta stagnola e sistemate le cipolle al centro.
- Condite ogni cipolla con un cucchiaino di olio, un pizzico di sale e una macinata di pepe, chiudete i cartocci e cuoceteli sul **barbecue** per circa 20 minuti.
- Tritate finemente lo scalogno e il prezzemolo, mescolateli alla robiola insieme con un pizzico di sale e lavorate il formaggio fino a ottenere una crema morbida e omogenea.
- Aprite i cartocci con le cipolle, verificatene la cottura, suddivideteli in 4 ciotoline, apritele, sistemate al centro una cucchiata di formaggio lavorato e servite.

MISTO DI VERDURE ABBRUSTOLITE



VERDURE

Ingredienti per 4 persone:

- un peperone giallo
- un peperone rosso
- una cipolla rossa
- 3 pomodori ramati
- olio extravergine d'oliva
- un cucchiaio di foglie di coriandolo in polvere
- uno spicchio d'aglio
- il succo di mezzo limone
- salsa chili
- sale

Preparazione

- Abbrustolite per circa 20 minuti sul **barbecue** i 2 peperoni, la cipolla tagliata a fette e i pomodori divisi a metà, girandoli su tutti i lati fino a che la pelle è abbrustolita.
- Trasferite i peperoni in una terrina, copritela con un coperchio e lasciateli raffreddare.
- Eliminate la pelle, i semi e i filamenti dai peperoni, sbucciate i pomodori e privateli dei semi e riducete tutte le verdure a dadini.
- Condite il tutto con 4 cucchiari di olio, il succo di limone, le foglie di coriandolo tritate con l'aglio, un pizzico di salsa chili e coriandolo in polvere e servite accompagnando, se vi piace, con spicchi di uova sode, olive e capperi.

SPIEDINI DI FRUTTA



DESSERT

Ingredienti per 4 persone:

- 4 fette di pancarré
- 20 g di burro
- zucchero
- un ananas baby
- una banana
- un'arancia
- 6 cucchiaini di porto
- 3 tuorli
- mezzo litro di latte
- una stecca di vaniglia
- mezzo limone

Preparazione

- Preparate la crema: lavorate i tuorli con 70 g di zucchero e 2 cucchiaini di porto.
- Scaldate il latte con la vaniglia e la scorza del limone e versatelo a filo sul composto di uova.
- Trasferite il tutto in una casseruolina a bagnomaria e cuocete la crema per 7-8 minuti, finché si addensa e vela il cucchiaino. Toglietela dal fuoco e fatela raffreddare.
- Fate sciogliere il burro in una pentolina su fuoco bassissimo, o meglio ancora a bagnomaria, quindi spennellate le fette di pancarré da entrambi i lati.
- Distribuite 3 cucchiaini di zucchero su un largo piatto, passatevi le fette di pane e tagliatele a quadretti.
- Sbucciate un ananas baby, privatelo dell'anima dura centrale e tagliatelo a spicchietti; affettate una banana, pelate al vivo un'arancia, tagliatela in 4 spicchi e poi a ventaglietti. Mettete la frutta in una ciotola, bagnatela con 4 cucchiaini di porto e fatela marinare per 10 minuti.
- Infilate i pezzetti di pane e di frutta, alternandoli, su 4 spiedini di metallo. Cuoceteli sul barbecue per 5 minuti, girandoli su tutti i lati, e serviteli con la crema fredda.

BUONA COTTURA,



...E BUON APPETITO!



Brescia, V.le Duca d. Abruzzi 163
tel. 030 3533370 - fax 030 3550782
info@bbqstore.it
www.bbqstore.it