# le RICETTE del CUOCO PASTICCIONE



volume I

# Introduzione

Il "Cuoco Pasticcione" nacque in un periodo singolare, in cui il mondo attorno a noi sembrava essersi trasformato in un gran pasticcio. Era la primavera del 2020: mentre i primi fiori si schiudevano, accolti dal tiepido sole, noi ci ritrovavamo chiusi tra le mura domestiche.
Furono giorni costellati di paure e incertezze, che sconvolsero la quotidianità di tutti, grandi e piccini.

Inevitabilmente, anche la nostra Ludoteca Il Sole dovette chiudere. Ma la Ludoteca Il Sole è un luogo un po' magico: si dipinge, si cucina, si coltivano i pomodori e, soprattutto, si sta insieme. Spesso si arriva preoccupati, arrabbiati o tristi, ma se ne esce sempre con un cuore più leggero. Così, pur con il nostro servizio sospeso, pensammo che quella leggerezza potesse essere un tesoro prezioso in un momento così strano e complicato, e che dovevamo ingegnarci per farla arrivare ai bambini e alle loro famiglie in altri modi.

La nostra equipe decise allora di trasportare un po' di ciò che accadeva in Ludoteca in un nuovo spazio virtuale, raggiungibile senza uscire di casa: Facebook. Iniziammo, e continuammo per diversi mesi, a pubblicare due video al giorno, alle 8.30 del mattino e alle 14.30 del pomeriggio.

# Introduzione

Diventarono appuntamenti fissi per i bambini, specialmente durante la chiusura delle scuole, in attesa dell'avvio della didattica a distanza. I nostri video si articolavano in diverse 'rubriche', a seconda delle attività proposte. Tra queste, spiccava quella di cucina.
Ed è qui che fece la sua comparsa Gianluca, nei panni del - rullo di tamburi - cuoco pasticcione!
Nei suoi video, il cuoco pasticcione preparava di tutto, dai pizzoccheri alle frittelle, e tra un imprevisto e l'altro spiegava passo dopo passo le ricette, incoraggiando i piccoli spettatori e le loro famiglie a mettere (letteralmente!) le mani in pasta.
I laboratori di cucina non erano una novità per noi, ma in Ludoteca accoglievano una ventina di bambini. Invece, i video del cuoco pasticcione su Facebook raggiunsero persino 700 visualizzazioni ! Potete immaginare il nostro entusiasmo: quel numero ci dimostrava che le porte chiuse della ludoteca non avevano segnato la fine di quel 'fare' insieme un po' magico. La nostra gioia crebbe ulteriormente nel ricevere le foto dei piccoli cuochi pasticcioni che, con l'aiuto dei genitori, avevano cucinato piatti deliziosi seguendo le nostre indicazioni.

Noi educatori ci trovammo nell'impossibilità di svolgere ciò che solitamente costituisce il fulcro del nostro lavoro: varcare soglie, uscire, incontrare persone, creare legami.

# Introduzione

Ma proprio quelle circostanze ci hanno insegnato qualcosa di prezioso che desideriamo custodire e condividere: a volte, anche quando le nostre possibilità sembrano limitate, possiamo comunque fare qualcosa. Anche, e soprattutto, nelle situazioni più difficili, possiamo impegnarci per aprire un piccolo spiraglio di luce, uno spazio per noi e per gli altri. Persino il semplice atto di cucinare insieme, con cura, può generare un momento di gioia condivisa, anche, e specialmente, in un clima di incertezza e sconforto.

Speriamo, dunque, che questo libro di ricette possa essere un invito a coltivare le piccole cose che regalano un sorriso a voi e a chi vi circonda, perché quelle piccole cose hanno un potere infinitamente più grande di quanto si possa immaginare. E se qualche volta vi capiterà di fare un pasticcio, non preoccupatevi: i cuochi pasticcioni sono sempre i migliori !

Cuoco Pasticcione

# Indice


Introduzione ..... 1
Crepes dolci o salate ..... 6
Crostata di marmellata ..... 9
Tagliatelle ..... 13
Tiramisu' di fragole ..... 15
Pane arabo ..... 18
Frittelle di mele non fritte ..... 20
Pizzoccheri ..... 23
Pizza ..... 26
Pizza in padella ..... 29
Gnocchi di ricotta ..... 30
Pasta zucchine e ricotta ..... 33

# Crepes dolci o salate

## Ingredienti

PER 8 – 10 PERSONE:

- 300 ml. Latte a temperatura ambiente
- 2 Uova
- 125 gr. Farina 00
- 40 gr. di burro per la cottura





# Procedimento

## Fase 1: La pastella

1. Rompere le uova in una ciotola e mescolarle a mano con una frusta
2. Continuando a frustare, versiamo il latte a filo
3. Mettiamo la farina, stando attenti che non si formino i grumi, si consiglia un setaccio a mano.
4. Intervalliamo l'inserimento di latte e farina, fino ad ottenere una morbida pastella.
5. Copriamo il contenitore con una pellicola alimentare e lasciamo riposare l'impasto per circa 30 minuti in frigorifero.



## Fase 2: La cottura

6. Prendiamo una padella antiaderente, la facciamo scaldare sul fuoco e la ungiamo con una noce di burro.
7. Quando la padella e' ben calda versiamo un mestolino di pastella nella pentola andando a roteare la stessa in modo da spanderla per tutta la superficie della pentola.
8. Cuociamo la pastella per circa 7/10 sec. a lato.
9. Ogni 7/10 crepes ungiamo la pentola con il burro

## Fase 3: La Farcitura

**DOLCE**

- Nutella
- Miele
- Marmellata di qualsiasi gusto

**SALATA**

- Formaggio e prosciutto
- Funghi e sottilette

# Crepes dolci o salate





# Crostata di marmellata

## Ingredienti

- 200gr. Di Zucchero Bianco
- 350gr. Di Burro
- 3 tuorli di uovo ( il rosso)
- 500 gr. Di farina 00
- Un pizzico di sale
- La scorza di un limone
- 1 bustina di Vanillina













# Crostata di marmellata

## Procedimento

1. Sminuzziamo il burro in piccoli cubetti
2. Impastiamo il burro con lo zucchero fino a farlo diventare un tutt'uno, senza sciogliere troppo il burro.
3. Aggiungiamo i tuorli delle uova e continuiamo ad impastare fino ad amalgamare i tre ingredienti
4. Aggiungo la bustina di vanillina nella farina
5. Verso tutta la farina sopra il composto amalgamato fatto in precedenza.
6. Aggiungo il pizzico di sale e la scorza di limone.
7. Devo impastare energicamente fino ad ottenere un buon impasto uniforme e morbido di colore giallo.





# Crostata di marmellata

8. Avvolgo l'impasto nella pellicola alimentare e lo metto a riposare in frigorifero per almeno mezz'ora in modo che diventi abbastanza duro.

9. Una volta tolto dal frigo, dividiamo l'impasto in due parti diverse: un quarto e tre quarti.

10. La parte grande la useremo per fare il fondo, la parte piccola la useremo per fare le decorazioni superiori.

11. Metto la pastafrolla fra due fogli di carta forno e la spiano con un mattarello fino a raggiungere una superficie piana uniforme di circa 7/8mm.



# Crostata di marmellata

12. Prepariamo il forno a 180°

13. Con una forchetta andiamo a bucherellare il fondo della crostata per facilitare la cottura uniforme

14. Con la parte piccola della frolla preparo dei 'cordoncini' per fare il perimetro della base

15. Stendo la o le marmellate sulla base della torta

16. Ora posso decorare la crostata con le classiche strisce o decorare con le forme che preferite, numeri, scritte, insomma usate la fantasia!

17. Quando il forno e' caldo inforniamo la torta per 45 minuti

Se ho delle marmellate di colori diversi, posso creare anche dei disegni!



# Tagliatelle

## Ingredienti

- 100 gr. Di farina 00 a persona
- 1 uovo a persona





## Procedimento

1.Metto la farina e l'uovo in una bacinella.

Se siamo piu' persone a cucinare, uso piu' bacinelle, perche' sara' piu' semplice impastarla dopo

2. Impasto con forza e per almeno 5 minuti

3. Ottengo delle palline di pasta, una per persona

4. Le lavoro con energia per almeno 15/20 minuti

5. Quando l'impasto risulta morbido, avvolgo le palline nella pellicola e le lascio riposare per almeno mezz'ora a temperatura ambiente

# Procedimento

6. Con il mattarello spiano le palline in modo da ottenere delle foglie di pasta il piu' possibili rettangolari

Tenere infarinate la pasta e il mattarello per evitare che si appiccichi



7. Taglio in maniera uniforme a striscioline la pasta ottenuta e la metto a riposare sullo spianatoio per circa 15 minuti

8. Nel mentre, metto una pentola con l'acqua sul fuoco e preparo un buon sugo

9. Quando l'acqua bolle e il sugo è pronto, salo l'acqua e metto a cuocere le tagliatelle per circa 3-5 minuti, dipende dal suo spessore

10. A cottura ultimata, scolare, aggiungere al sugo, servire.



## Tagliatelle



Il ragu' e' cio' che rende speciale questo piatto

# Tiramisu' di fragole

## Ingredienti

- 300 gr. Di Fragole
- 1 limone
- Latte Q.B.
- Savoiardi
- 250 gr. Di Yogurt Bianco intero
- 250 ml. Di panna fresca da montare
- 40 gr. Di Zucchero bianco
- Zucchero di canna Q.B.











# Tiramisu' di fragole

## Procedimento

1. Laviamo bene le fragole, le puliamo, le tagliamo a piccoli cubetti e le mettiamo in una scodella
2. Aggiungiamo il succo di limone e un cucchiaio di zucchero di canna
3. Mescoliamo il composto e lo riponiamo 30 minuti in frigorifero

## Per la crema

4. Verso la panna fresca in una ciotola e aggiungo lo zucchero bianco
5. Monto la panna a neve con le fruste elettriche, il composto deve essere sodo
6. Aggiungo lo yogurt
7. Continuo a mescolare con le fruste fino ad avere una crema amalgamata



# Tiramisu' di fragole

## Assemblaggio

1.Riempio una fondina di latte dove aggiungo il succo che si e' formato dalle fragole in frigorifero
2. Prendo una pirofila 30x20cm. circa
3. Dispongo sul fondo della pirofila una cucchiaiata di crema stendendola su tutta la superficie
4. Inzuppo ogni singolo savoiardo nel latte con succo per 1- 2 secondi in modo che non si inzuppi troppo e li dispongo nella pirofila
5 . Allineo i savoiardi imbevuti nella pirofila fino a coprire l'intera superficie
6. Ricopro i savoiardi con la crema
7. Posso fare analogamente un secondo strato e ricopro il secondo strato con la crema rimasta
9. Guarnisco con le fragole



# Pane arabo

## Ingredienti

- 500gr. di Farina
- un cubetto di Lievito
- 270gr. di Acqua
- 20gr. di Olio
- 12gr. di Sale





# Pane arabo

## Procedimento

1. Impastare farina, acqua e lievito

**Non mettere mai sale e lievito insieme! il sale disattiva il lievito**

2. Aggiungere l'olio e il sale
3. Fare tante palline e lasciarle riposare per 1 ora
4. Poi schiacciarle e farle riposare per un'altra ora
5. Infornarle a 220° per 5/8 minuti





# Frittelle di mele non fritte

## Ingredienti



- 130gr. Di farina 00
- 100 ml. Di Latte
- 20 gr. Di Zucchero Bianco
- 1 Uovo
- 1 Cucchiaio da cucina di olio E.V.O.
- 1 Cucchiaino di lievito per dolci
- 2 mele Golden o Renette
- La scorza di un Limone
- Gocce di cioccolato Q.B. (opzionali)













# Frittelle di mele non fritte

## Procedimento

### Per la pastella

1. Mettiamo la farina in una ciotola e aggiungiamo il latte mescolando con una frusta.
2. Aggiungiamo lo zucchero e continuiamo a mescolare
3. Aggiungiamo l'uovo
4. Nell'impasto non devono esserci grumi
5. Dopo aver sbattuto per circa 2 minuti aggiungiamo un cucchiaio di olio e un cucchiaino di lievito per dolci e mescoliamo ancora per 30/40 secondi.
6. Aggiungiamo la scorza di limone



# Frittelle di mele non fritte

## le mele



1. Nel frattempo accendere il forno a 180°.
2. Sbucciamo le mele, togliamo il torsolo, e facciamo fette da mezzo centimetro
3. Immergiamo le fette di mele nella pastella e le riponiamo su una teglia dove abbiamo gia' messo la carta forno.
4. Quando abbiamo tutta la teglia piena aggiungiamo una pioggia di gocce di cioccolato per dare sfiziosita' ulteriore.
5. Quando il forno e' a temperatura, inforniamo la teglia per 10/15 minuti.



# Pizzoccheri

## Ingredienti

Per una persona

- 100 gr. pasta pizzoccheri di grano saraceno
- 70 gr. Formaggio Latteria
- 30 gr. Formaggio Casera
- 50 gr. Burro di latteria
- 10 gr. parmigiano reggiano grattugiato
- 80 gr. Coste
- 1 spicchio d'aglio
- 2 foglie di erba salvia
- 1 Patata
- Pepe nero in grani Q.B.



**Regola del sale**
**10gr. di Sale Grosso ogni litro d'acqua**













# Pizzoccheri

## Procedimento

1. Lavare bene e pelare le patate
2. Tagliarle a tocchetti da 1 cm.
3. Immergerle nella pentola ad acqua fredda, poi accendere il gas a fuoco vivace, facendole bollire per 10 minuti
4. Tagliare le coste a fette da 1 cm. circa
5. Immergere le coste nell'acqua e riportare ad ebollizione e far bollire per altri 10 minuti
6. Aggiungere i pizzoccheri che impiegheranno circa altri 15 minuti a cuocere



# Pizzoccheri

## Procedimento

7. Nel frattempo taglio a dadini il formaggio privato solo della crosta
8. Facciamo sciogliere il burro in una pentola possibilmente antiaderente
9. Aggiungiamo l'aglio privato dell'anima e tagliato a fettine e le foglie di salvia tagliate a listarelle di 5/6 mm.
10. Il tutto deve friggere finche' il burro cambi colore e diventi un color nocciola
11. Una volta scolati i pizzoccheri con coste e patate dobbiamo aggiungere il formaggio
12. Aggiungo il formaggio rimettendo sul fuoco la pentola e mescolo fino a che il formaggio e' ben sciolto.
13. A questo punto aggiungo la Sferzata: Burro, aglio e salvia
14. Mescolo fino a che il burro sparisce perche' assorbito
15. i Pizzoccheri devono essere cremosi!
16. Aggiungo il pepe in grani grattugiato
17. Servire caldi!



# Pizza

## Ingredienti



- 300 gr. farina 00
- 200gr. farina manitoba, oppure 500gr. farina 00
- 10gr. sale fino
- 8gr. di lievito ( in cubetto fresco)
- 300ml. di acqua tiepida
- 35gr. di olio E.V.O.



base per la Farcitura:

- Passata di Pomodoro
- Origano
- Sale 1% del pomodoro
- Mozzarella filante

potete anche aggiungere :

- Wurstel e patatine
- Prosciutto e funghi
- verdure grigliate
- Zola e Mele
- Acciughe
- Olive

...e fantasia a piacere

# Procedimento

1. Sciogliere il lievito in 100ml d'acqua dei 300ml previsti
2. Mettere in una ciotola la farina e il lievito sciolto nell'acqua
3. Cominciare ad impastare ed aggiungere poco alla volta tutta l'acqua
4. Aggiungere il sale
5. Impastare con le mani fino che tutta l'acqua è stata assorbita
6. Aggiungere l'olio
7. Impastare fino a che diventi un impasto omogeneo
8. Mettere sulla spianatoia e continuare ad impastare fino ad ottenere un impasto elastico
9. Mettere a riposare per 10 minuti





# Procedimento

10. Piegare in 4 la pasta e poi formare una palla : la panella
11. Mettiamo la panella in una ciotola coperta con la pellicola in forno con la luce accesa per 2 ore
12. Raddoppiato il volume, tagliare l'impasto in due e fare due panetti
13. Metterli sulla teglia con sotto la carta forno e sopra la pellicola
14. Mettere in forno con la luce accesa per altri 30 minuti



Pizza

15. Togliere le panelle e impastare con le mani dal centro verso l'esterno per togliere tutta l'aria, poi col mattarello e dare forma alla pizza
16. Farcire a piacere
17. Mettere in forno a 220° (forno già a temperatura) per 15 minuti

# Pizza

## VARIANTE IN PADELLA

## Procedimento

1. Seguire gli ingredienti per l'impasto della pizza fino a step n°?
2. Mettere l'impasto sulla spianatoia e continuare ad impastare fino ad ottenere un impasto: liscio, morbido ed elastico
3. Mettere l'impasto a riposare 10 minuti in frigorifero
4. Tolta dal frigorifero, tagliare il panetto in tre parti
5. Stendere la pasta e farcire



- La cottura avviene dentro una pentola antiaderente unta d'olio
- Cuociamo a fuoco vivo per 6/7 minuti

# Gnocchi di ricotta

## Ingredienti



Per 2-3 persone

- 250gr. Di Ricotta Fresca
- 1 Uovo
- 150gr. Di Farina 00
- 2 Cucchiai di Parmigiano Grattuggiato
- 1 Pizzico di Sale









# Gnocchi di ricotta

## Procedimento

1. Versiamo la ricotta, l'uovo, il grana grattuggiato e il pizzico di sale in una ciotola e amalgamiamo bene insieme tutti gli ingredienti
2. Quando abbiamo ottenuto una crema ben amalgamata, aggiungiamo la farina e continuiamo a mescolare andando a formare una 'palla'.
3. Lavoriamo l'impasto per 10/15 minuti senza stancarsi fino a che diventi: uniforme e NON appiccicoso.

Se dovesse appiccicare aggiungere un poco di farina e continuare a impastare.



## Procedimento

4. Una volta ultimato l'impasto, dobbiamo tagliare dei pezzetti e farne dei filoncini, come dei 'serpentelli' del diametro di un pollice di adulto.

5. Ottenuti i serpentelli, vanno tagliati a fette da circa 1cm, ottenendo dei cubetti che successivamente andranno passati sul dorso di una forchetta per essere leggermente schiacciati.



6. Nel frattempo mettiamo a bollire una pentola con abbondante acqua salata.

7. Preparare il condimento che si preferisce: ragu, salsa, pesto, burro e salvia, zucchero e cannella,...

8. A bollitura immergiamo gli gnocchi, questi saranno cotti quando galleggeranno.

9. Quando galleggiano si tolgono dall'acqua con una schiumarola

10. Adagiarli in una terrina e condire



# Pasta zucchine e ricotta

## Ingredienti



Per 4 persone

- 350 g di pasta
- 3 zucchine
- 1 scalogno
- 200 g di ricotta vaccina
- 50 g di parmigiano
- Olio evo q.b.
- Menta q.b.
- Sale q.b.
- Pepe q.b.











# Pasta zucchine e ricotta

## Procedimento



1.Lavate bene le zucchine, spuntatele e tagliatele sottilmente

2. Affettate lo scalogno finemente

3. In una padella antiaderente scaldate una paio di cucchiai di olio extravergine di oliva, unite lo scalogno e un cucchiaio d'acqua e fate appassire

4. Aggiungete le zucchine e cuocetele coperte a fuoco vivace mescolando spesso

5. Cuocere per circa 10 minuti, salate e unite due foglioline di menta spezzettate.



# Pasta zucchine e ricotta

## Procedimento

6. In una ciotola capiente lavorate a crema la ricotta con il parmigiano grattugiato, un filo di olio extravergine, una macinata di pepe e un pizzico di sale.

7. se risulta troppo densa, aggiungete un mestolo di acqua calda

8. Frullate le zucchine cotte velocemente, unitele alla crema di ricotta e mescolate

9.In una pentola portate a bollore abbondante acqua salata e cuocete la pasta al dente

10. Versate la pasta sulla crema di ricotta e zucchine e mescolate velocemente






Ludoteca il Sole