CARCIOFI ALLA PIASTRA

Ingredienti x 4 persone: 8 carciofi; 2 limoni; 1 ciuffo di prezzemolo; 2 spicchi d'aglio; olio extravergine di oliva; sale e pepe q.b.

Lava i carciofi, tagliali a metà e mettili in acqua e limone per una decina di minuti. Scalda sul fuoco una piastra in ghisa, ungendola con un po' d'olio.
Cucina i carciofi 5 minuti prima dalla parte interna e poi per 15 minuti dall'esterna. Aspettando il completamento della cottura, trita prezzemolo ed aglio assieme. Terminata la cottura, leva le foglie esterne più bruciacchiate, ungi le altre con un filo d'olio, spolvera con il trito di prezzemolo e aglio e un po' di sale e pepe.

MINESTRA DI RISO E CARCIOFI

Ingredienti x 4 persone: 6 carciofi; 2 limoni; 180 g. di riso; 1 cipolla; 1 ciuffo di prezzemolo; 2 spicchi d'aglio; 1 l. di brodo concentrato di pomodoro; olio extravergine di oliva; sale e pepe q.b.

Trita finemente la cipolla e falla appassire bene con un po' d'olio. Unisci 2 cucchiai di concentrato di pomodoro diluito con acqua, un po' di sale e lascia cuocere per circa 5 minuti. Pulisci i carciofi eliminando le foglie più dure e la parte esterna del gambo e mettili in acqua e limone per una decina di minuti. Scolali e versali, tagliati sottili, nel sugo, aggiustando di sale e pepe. Lascia cuocere, a fuoco basso, per un'ora, aggiungendo acqua se necessario. Unisci il brodo e quando bolle butta il riso. Ultimata la cottura, servi la minestra, ben calda, con un trito di prezzemolo.

SEPPIE NERE

Ingredienti x 4 persone: 1 kg. di seppie; 1 cipolla; 1 ciuffo di prezzemolo; 2 spicchi d'aglio; olio extravergine di oliva; mezzo bicchiere di vino bianco secco; sale e pepe q.b.

Pulisci le seppie di interiora, occhi e bocca e tagliale a pezzi, mettendo da parte le vescichette con il nero. Nel tegame metti 2 cucchiai d'olio, aglio e cipolla tritata.
Fai imbiondire il tutto e aggiungi le seppie, sale e pepe. Mescola bene e versa il vino bianco, una spolverata di prezzemolo e fai cuocere per 25 minuti a fuoco basso con il coperchio. Metti le vescichette con il nero, dopo averle aperte, amalgama velocemente il tutto e ultima la cottura in 5 minuti.

...e quando manca la frutta locale di stagione…pensiamo ad un dolce dei nostri nonni.

PINCIA VENEXIANA

Ingredienti: 500 g. di pane raffermo; 250 g. di zucchero; mezzo l. di latte; 2 uova; 50 g. di farina; 40 g. di fichi secchi; 40 g. di uvetta sultanina; 1 mela; 1 cucchiaio di semi di finocchio (a piacere)

Metti a bagno nel latte tiepido il pane spezzettato e lascialo assorbire.
Ora frullalo assieme allo zucchero e alle 2 uova intere. Versa il tutto in una terrina ed unisci farina, fichi tagliati a pezzettini, la mela grattugiata, l'uvetta ammollata e i semi di finocchio.
Mescola con un cucchiaio di legno e metti il composto ottenuto in uno stampo rettangolare preventivamente imburrato ed

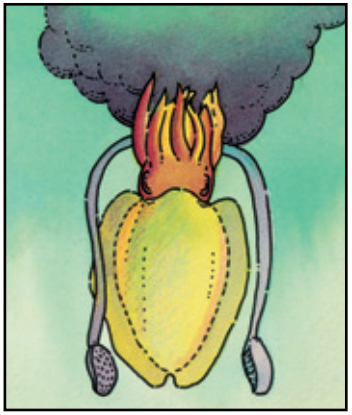
infarinato in forno a 180° C per circa 35-40 minuti. Servi fredda.

CURIOSITÀ DEL MESE

Per valutare la freschezza di una seppia bisogna fare attenzione che il suo inchiostro non sia rappreso: se lo è, significa che la seppia è stata congelata.
Altra indicazione di freschezza è data dall'osservazione delle sue dimensioni in relazione alle stagioni: le seppie inferiori ai 100 g. si trovano da agosto a novembre, quelle di oltre 300 g. nei mesi invernali.

VINI E MARCHI

Visto il grande interesse culturale, gastronomico ed economico legato a determinati prodotti, la Comunità Europea per valorizzarli e differenziarli da altri ha creato dei particolari marchi distintivi.
Ecco i principali marchi per i vini:
• DOC: denominazione di origine controllata. Il vino DOC, a differenza del "vino da tavola", deve sempre essere ricavato da uva di una zona geografica ben delimitata e seguire uno specifico disciplinare di produzione
• DOCG: denominazione di origine controllata e garantita. Si tratta di un riconoscimento di particolare pregio dato solo ad alcuni vini DOC. Questi vini sono sottoposti a controlli più severi, devono essere commercializzati in recipienti di capacità inferiore a 5 litri e portare un contrassegno dello Stato che dia la garanzia dell'origine, della qualità e che consenta la numerazione delle bottiglie prodotte
• IGT: indicazione geografica tipica Riconoscimento di qualità attribuito ai vini da tavola prodotti in determinate aree geografiche generalmente ampie e con disciplinare produttivo poco restrittivo.
• VDT: vino da tavola.
• VQPRD: vino di qualità prodotto in regioni determinate. Vi rientrano i vini DOC e DOCG



Pesci e molluschi della Laguna veneta

sepa
(seppia)