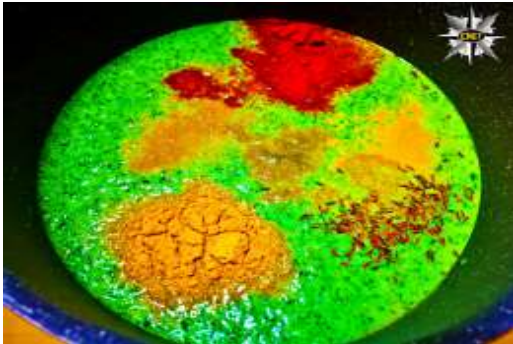




**MySocialRecipe**

Questa ricetta è mia!



**Ricetta N. RE002581 - Ricetta d'Autore**

**Registrata in data 18 Ott 2018 alle ore 13:41**

**da GIORGIO ROSATO**

Livello di difficoltà: Medio

Piatto tipico della stagione: Estate, Autunno

Come ti senti gustando la tua ricetta? Leggero

## Gazpacho arcobaleno con mango e habanero

Noto soprattutto come gazpacho andaluso, per via della regione spagnola (famosa anche per essere la patria del flamenco) dove ha avuto origine, questo piatto rappresenta una delle specialità più diffuse della cucina spagnola (assieme alla paella) a livello internazionale.

Servito principalmente freddo, specialmente in estate (i contadini spagnoli lo consumavano come spuntino rinfrescante nel corso del lavoro nei campi), il gazpacho è in pratica una zuppa fredda di verdure che, oltre ad una serie di innumerevoli varianti, si basa su quattro ingredienti fondamentali (pomodori, peperoni, cetrioli e cipolla) ai quali vengono aggiunti alcune erbe aromatiche e dei crostini di pane sbriciolato per dare una maggiore cremosità alla zuppa; per mantenerlo freddo inoltre, soprattutto quando si preparano grosse quantità per allestire banchetti e buffet, si possono aggiungere anche dei cubetti di ghiaccio.

L'origine del piatto è molto antica e risalirebbe addirittura all'epoca degli antichi Romani che crearono una ricetta molto semplice, successivamente elaborata dai Greci e in seguito dagli Arabi, anche se la versione del gazpacho moderno (con pomodoro e peperoni) inizia a diffondersi solo a partire dal XIX secolo, dopo l'arrivo di queste materie prime dal Nuovo Mondo che iniziarono ad essere coltivate su vasta scala in Europa dal XVI secolo in poi.

La sua estrema versatilità inoltre consente di servirlo in tavola, con ulteriori piccole modifiche, sia come cocktail che come zuppa. Grazie alla diffusione del turismo di massa inoltre ha largamente oltrepassato i confini dell'Andalusia, divenendo uno dei piatti più diffusi a livello internazionale fino a diventare (insieme alla paella) una delle specialità più rappresentative della tradizione culinaria iberica.

In questa ricetta, oltre ai quattro elementi principali, abbiamo inserito numerosi altri ingredienti sia tra le verdure (gambi di carciofo) sia con l'aggiunta di un frutto come il mango che, soprattutto quando è maturo, conferisce un sapore particolare ad un piatto rinfrescante come il gazpacho. L'introduzione di una serie di spezie multicolori dona inoltre al piatto un'ampia ricchezza di colori, simile a quella dell'arcobaleno, che viene a creare una multicromia di forte impatto nel dressage finale quando si versano le spezie sulla superficie del gazpacho.

Per conferire un tocco di ulteriore freschezza non potevano mancare alcune erbe aromatiche (basilico, prezzemolo e foglie di menta fresca) e una lieve grattugiata di lime. La giusta consistenza è stata infine assicurata dai tuorli di uova sode sbriciolati.

Tempo di preparazione: 75 minuti

### Ingredienti per 4 persone

800 g di pomodori  
200 g di peperoni rossi  
200 g di peperoni verdi  
200 g di cetrioli  
n. 4 gambi di carciofo  
n. 1 mango maturo  
n. 1 cipolla rossa  
n. 2 spicchi di aglio  
n. 1 peperoncino habanero  
20 g di curcuma  
20 g di curry  
20 g di coriandolo  
20 g di cumino

20 g di paprika dolce  
20 g di semi di finocchio  
20 g di capperi dissalati  
50 g di olive nere  
20 g di acciughe  
n. 1 ciuffetto di basilico  
n. 1 ciuffetto di prezzemolo  
foglie di menta fresca  
lime grattugiato  
30 g di nocciole  
n. 3 tuorli di uova sode  
n. 4 fette di pane di segale  
30 ml di acqua minerale effervescente  
cubetti di ghiaccio di vino bianco vivace  
olio evo  
30 g di burro chiarificato  
n. 2 cucchiaini di aceto balsamico  
n. 1 cucchiaio di latte  
sale  
pepe

### **Prodotti utilizzati**

Curcuma macinata di Drogheria&Alimentari, curry Herbalia, coriandolo in polvere Dhania Coriander Powred (Asia-Market.it), cumino macinato Cannamela, paprika dolce (Cannamela), semi di finocchio di agricoltura biologica (SonnentoR), capperi croccanti di Pantelleria dissalati ed essiccati (La Nicchia), olive nere in salamoia denocciate (Probios), filetti di acciughe del cantabrico Angelo Parodi, nocciole tostate Bio, pane di segale integrale al 100% (Pema), acqua minerale effervescente Ferrarelle, olio extravergine di oliva Farchioni (Il Casolare, grezzo naturale), burro chiarificato Prealpi, aceto balsamico di Modena IGP (Carandini).

### **Strumenti di cottura**

Fornelli a gas, 1 boule di vetro, 1 padella antiaderente con coperchio in vetro, mixer ad immersione, mestolo di legno, tagliere, pinze da cucina, 1 bilancia digitale per alimenti, 1 coltello spilucchino, 1 coltello tranciante.

### **Preparazione**

Nonostante i numerosi ingredienti utilizzati, la preparazione del gazpacho arcobaleno non è particolarmente lunga, nè troppo difficile, e la prima operazione consiste nel preparare e tritare le verdure, affettando i peperoni dopo aver asportato i semi e le coste interne. Nella scelta dei pomodori è consigliabile usare i "cuori di bue" (per la ridotta acidità), sbollentandoli per circa un minuto per poter togliere facilmente la buccia e i semi. Sbucciare i cetrioli, tenendo da parte le bucce e, una volta tagliati nel senso della lunghezza, asportare la parte centrale con i semi. Introdurre le verdure nel mixer ad immersione assieme ai gambi di carciofo, alle olive nere, alle nocciole e alla polpa di mango; aggiungere la cipolla e gli spicchi d'aglio dopo averli sbucciati accuratamente. Il peperoncino habanero va solo tritato in pezzetti finissimi, lasciando i semi, senza passarlo nel mixer. Stesso trattamento anche per i capperi dissalati, le acciughe e i tuorli di uova sode. Versare infine nel mixer le erbe aromatiche, l'aceto balsamico, olio evo, sale e pepe. Avviare il mixer fino ad ottenere una crema fluida, ma abbastanza densa, e lasciar riposare per circa un'ora in frigo.

Nel frattempo preparare nel mixer una crema verde con le bucce di cetriolo, versando nel contenitore un cucchiaio di acqua minerale effervescente (aumenta il volume) e uno di latte (attenua il colore e incrementa la pastosità della salsa). Tirare fuori dal frigo il mixer e versare il gazpacho nelle boule dove verrà servita, aggiungendo delicatamente la salsa di cetriolo in superficie (più densa perchè ha assorbito più freddo) fino a ricoprire l'intera area della boule. Versare velocemente le spezie, in maniera piuttosto disordinata, come in un quadro astratto, e servire in tavola. Per un breve intervallo di tempo, grazie alla tensione superficiale del gazpacho, le spezie "galleggeranno" prima di essere inglobate inizialmente nella salsa di cetriolo (che a sua volta inizia anch'essa a fondersi con il resto del contenuto), e in seguito nel gazpacho. A questo punto miscelare il composto, per agevolare la diffusione delle spezie, e servire in tavola assieme ai crostini di pane di segale tagliati a quadratini e fritti nel burro chiarificato. Per raffreddare ulteriormente il gazpacho si possono aggiungere dei cubetti di ghiaccio realizzati con un vino bianco vivace.

### **Vino consigliato**

Roero Arneis - Negro 2016. Vino intenso e profumato, con forti aromi di mela golden, banana e nocciola. Gradevole come aperitivo, si accompagna bene ad antipasti di pesce e molluschi ed è ottimo anche con piatti a base di verdure. Servire freddo a temperature non superiori ai 10° C.