



Ricetta N. RE000963

Registrata in data 16 Gen 2017 alle ore 18:01

da ROSA D'ANNA

Capésante con purè di grano e cavolfiore

Come usare il grano in cucina allontanandosi dall'idea di una sontuosa pastiera napoletana. E' così che nasce la mia ricetta. Un delicato purè di grano e cavolfiore come base per delle capésante scottate, la mela fresca che torna anche nella salsa al brandy. Buon appetito.

Tempo di preparazione: 90 minuti

Ingredienti per 3 persone

n. 9 capésante prive del corallo
20 g di burro
n. 1 cucchiaio di olio d'oliva
n.1 mela verde
1/2 limone
Sale e pepe

Per il purè di grano e cavolfiore

200 g di grano Chirico
200 g di cavolfiore (solo le cimette)
450 ml di panna
Sale e pepe bianco q.b.

Per la salsa alle mele e brandy

300 ml di sidro di mele
n. 1 cipolla piccola finemente tritata
300 ml di succo di mela
100 ml di brodo vegetale
20 ml di panna
10 ml di brandy
4/5 rametti di timo
Sale e pepe q.b.

Preparazione

Per il purè

Tagliare il più finemente possibile il cavolfiore.

Unire in una casseruola il grano, il cavolfiore e la panna e cuocere a fiamma moderata finché il cavolfiore risulta essere tenerissimo.

Scolare dalla maggior parte della panna e frullare finché risulta cremoso (all'occorrenza bagnate con qualche cucchiaio del liquido di cottura).

Se lo preferite liscio è il momento di passarlo al setaccio.

Io ho preferito lasciarlo così come lo vedete in foto per far vedere il grano.

Salate e pepate.

Per la salsa

In una casseruola mettete il sidro, il timo e cipolla tritata.

Riducete il tutto ad uno sciroppo.

Aggiungete il succo di mela e riducete ancora della metà.

Aggiungete il brodo e fate ancora ridurre.

Quando la salsa risulta lucida aggiungete liquore e panna.

Ancora 5 minuti sul fornello, aggiustate di sale, filtrate e tenete in caldo.

Per le capesante

Salate e pepate i frutti di mare.

Cuocete in una padella caldissima unta con un cucchiaino d'olio 30 secondi per lato (contate).

Aggiungete il burro e irrorate per pochi secondi le capesante.

Sono pronte per essere servite.

Tagliate a julienne la mela verde e bagnatela con il succo di metà limone. Servite come in foto.

Purè alla base, le capesante e la julienne di mela, del timo fresco e irrorate con la salsa.

Vino consigliato

Bianco secco.