



Ricetta N. RE003317 - Ricetta d'Autore

Registrata in data 07 Apr 2020 alle ore 10:19

da

Livello di difficoltà: Facile

Piatto tipico della stagione: Primavera

Come ti senti gustando la tua ricetta? Leggero

Minestrone di primavera con rabaton alle ortiche

Minestrone: quanti di voi, da piccoli, non hanno detestato questa pietanza dove delle verdure un po' informi e dal colore triste facevano capolino nel piatto? Per me il peggio era quando mia madre passava le verdure e il tutto assumeva un indefinito colore verdognolo/marroncino, quello che ancora oggi mio figlio definisce color verde zuppa! Certo, crescendo impariamo ad apprezzare questo piatto dalle innumerevoli virtù salutari, ma diciamo la verità, l'aspetto estetico rimane un po' quello che è, inoltre solitamente consideriamo il minestrone una pietanza invernale, ma non è necessariamente così. Con il mio Minestrone primavera con rabaton alle ortiche tutti i preconcetti vengono superati: è un piatto allegro, colorato, preparato con le verdure e i sapori della primavera, che non potrà che essere apprezzato e potrete servire anche come primo piatto in una cena elegante.

I rabaton sono degli gnocchi di ricotta, tipici della provincia di Alessandria, che tradizionalmente venivano preparati con le erbe. Ricordano gli gnudi toscani, oppure quelli che Pellegrino Artusi nel suo ricettario chiama ravioli, e il loro gusto fresco e delicato si sposa benissimo con questo minestrone di primavera.

Tempo di preparazione: 90 minuti

Ingredienti per 5 persone

500 g Piselli freschi
250 g Taccole
2 Zucchine scure
200 g Carotine baby
2 Patate media grandezza
1 Scalogno
1 Foglia di porro
1 Cipolla rossa di tropea
1 Cipolla bionda
2 Patate viola
1 Barbabietola rossa precotta
2 Coste di sedano
2 Carote
250 g Ricotta vaccina
500 g Foglie di ortiche fresche
100 g Pangrattato
4 Cucchiari di parmigiano grattugiato (Parmigiano Reggiano)
2 Uova
1 Noce di burro
q.b. Sale
q.b. Olio EVO
q.b. Olio di semi di arachidi
Per friggere

Preparazione

Anzitutto preparate i due brodi vegetali. In una pentola mettete la cipolla rossa, le patate viola sbucciate, la barbabietola e il gambo di sedano tutto tagliato a pezzi. Aggiungete 1 l d'acqua, salate e portate ad ebollizione, dopo di che cuocete per

venti minuti.

In un'altra pentola mettete la cipolla bionda, le carote, il sedano, la parte verde del porro e l'interno delle zucchine, aggiungete anche in questo caso un litro d'acqua salate, portate a bollore e fate cuocere per venti minuti. Tagliate a striscioline la rimanente parte del porro e a dadini la parte esterna delle zucchine e tenete da parte.

Nel frattempo pelate le patate e con l'aiuto di uno scavino ricavate delle sferette, conditele in una ciotola con un filo d'olio e sale, quindi mettetele in una teglia rivestita di carta forno e fate cuocere a in forno a vapore ventilato a 130°C per venti minuti (se non possedete un forno a vapore fatele cuocere nella pentola con l'apposito cestello per la cottura a vapore). Sgranate i piselli e tagliate a pezzi le taccole, fate sbianchire in acqua bollente salata per 3 minuti, quindi raffreddate in una ciotola con acqua e ghiaccio.

Lavate le ortiche e sbollentatele per 3 minuti, quindi lasciatele intiepidire, strizzatele bene e tritatele grossolanamente con il coltello. In una ciotola mettete la ricotta (siccome tradizionalmente veniva usato il seirass, che è una ricotta tipica piemontese salata e pressata, quindi molto asciutta, se la vostra ricotta dovesse essere troppo morbida mettetela precedentemente a sgocciolare il un colino), aggiungete le ortiche, il parmigiano grattugiato, le uova e il pangrattato. Impastate fino ad ottenere un composto abbastanza compatto (se necessario aggiungete altro pangrattato), rotolandolo sul piano di lavoro infarinato formate dei bastoncini, tagliateli a tocchetti e arrotondate ogni tocchetto ruotandolo delicatamente tra le mani.

Tuffate i rabaton nel brodo vegetale bollente (quello chiaro, che avrete precedentemente filtrato delle verdure) e fateli cuocere finchè vengono a galla; scolateli con una schiumarola, metteteli in un piatto e conditeli con una noce di burro.

Filtrate anche il brodo "rosso", fatto con la barbabietola, e mettetelo in un piccolo brick di ceramica o vetro.

In una padella fate rosolare lo scalogno tritato con un filo d'olio, aggiungete i piselli, le taccole e le zucchine, salate e fate saltare per pochi minuti. Mettete nel piatto e nella stessa padella rosolate brevemente anche le carotine.

In un'altra padella friggete le striscioline di porri, quindi componete il piatto con tutte le verdure, i rabaton e al momento di servire aggiungete il brodo di barbabietola.