



MySocialRecipe

Questa ricetta è mia!



Ricetta N. RE001268

Registrata in data 27 Apr 2017 alle ore 16:42

da GIULIANO AULETTA

Ode all'abbraccio tra mare e fagiolo

Cannellone di fagiolo farcito con seppia, guanciale, bietola e buccia di arancia accompagnato da ristretto di acqua di polipo, piramide di pescatrice al finocchietto su crema leggera di zucca e germogli di fagioli neri, sinfonia di verdure invernali al miele e birra. Una ricetta gluten free, lactose free, low gi.

Tempo di preparazione: 1 ore

Ingredienti per 4 persone

Per il cannellone:

Farina di fagiolo (Gluten Free) 50 g

Farina di riso (GF) 25 g

Fecola di patata (GF) 25 g

Xantano (GF) 2 g

Guar (GF) 2 g

Inulina (GF) 6 g

Tuorlo d'uovo 36 g

Acqua tiepida 40 ml

Sale 3 g

Per l'infuso di cottura e la gratinatura della pasta

Acqua 1000 ml

Aglione 10 g

Rosmarino 20 g

Buccia d'arancia 20 g

Parmigiano 36 mesi 40 g

Olio EVO 20 g

Per la farcitura della pasta

Seppia 400 g

Guanciale 80 g

Bietola 40 g

Buccia di arancia 4 g

Sale 8 g

Acqua di polipo ristretta 80 ml

Piramide di pescatrice e crema di zucca

Pescatrice 180 g

Semi di finocchietto 2 g

Germogli di fagioli neri 10 g

Zucca 100 g

Patate 50 g

Sale 4 g

Olio EVO 20 g

Per ulteriori informazioni visita il nostro sito web www.mysocialrecipe.com

oppure scrivere un messaggio all'indirizzo info@mysocialrecipe.com

Verdure
Pomodoro invernale n. 4 pezzi
Broccolo romano 60 g
Patate 60 g
Funghi 40 g
Cipolla 50 g
Miele 10 g
Birra 30 ml
Sale 3 g
Olio EVO 20 g
Vino rosso 200 ml

Salsa decorativa
Patate 30 g
Estratto di spinaci 50 ml

Preparazione

Per la preparazione della sfoglia, da cui si ricaverà il cannellone, impastare tutti gli ingredienti, formare il sottovuoto e lasciar riposare 8/12 ore in frigorifero.

Una volta trascorso il tempo indicato, stendere la sfoglia e formare dei rettangoli di circa 10x12 cm.

Sbollentare la sfoglia e la bietola della farcitura nell'infuso di acqua, aglio, rosmarino e buccia d'arancia.

A parte, preparare la farcitura tritando assieme seppia e guanciale. Aggiungere sale e buccia d'arancia.

Comporre il cannellone, partendo da uno strato leggero di farcia, adagiare la bietola e terminare con un secondo strato di farcia. Una volta assemblato, cuocere il cannellone a 55° vapore per 12 minuti e gratinare all'uscita insieme a Parmigiano 36 mesi ed olio EVO.

Impiattare e servire accompagnato dall'acqua di polipo ristretta.

Procedere alla preparazione della piramide di pescatrice e la crema di zucca. Tritare il pesce, condire con 2 g di sale ed il finocchietto, formare una piramide, cuocere a 55° vapore per 12 minuti e rosolare all'uscita in padella antiaderente.

A parte, tagliare a cubetti zucca e patate, condire con i restanti 2 g di sale, cuocere in forno microonde per 1 minuto ed emulsionare con l'olio EVO.

Impiattare adagiando la piramide di pescatrice su uno specchio di crema e guarnire con i germogli.

Passare alla preparazione delle verdure. Sbollentare ciascuna verdura singolarmente, ad esclusione della cipolla che va cotta con il vino rosso in forno microonde per 1 minuto. Condire le verdure con miele, birra, olio e sale.

Per finire, creare la salsa decorativa. Tagliare quindi a cubetti le patate, cuocere in forno microonde per 1 minuto insieme all'estratto di spinaci e frullare.