



**MySocialRecipe**

Questa ricetta è mia!



**Ricetta N. RE001143**

**Registrata in data 12 Apr 2017 alle ore 10:24**

**da ANTONIO SORRENTINO**

## **Pastiera rustica con ricotta di bufala, carciofi, fave e piselli freschi**

La pastiera ma io direi "Le pastiere".

Inutile dirvi che mia nonna è da sempre la mia musa ispiratrice insieme alla mia creatività che è sempre in continua attività e da un po' mi frullava per la testa di proporvi un esperimento fatto in casa che peraltro ha avuto un grande successo la pastiera di grano salata.

La competizione è altissima perchè in Campania a Pasqua si fanno diverse preparazioni salate e dolci, due diverse pastiere dolci, quella di grano, famosissima in tutta Italia e quella di pasta, e poi si fa il casatiello, il tortano e la pizza di carciofi.

A prima vista, questa pastiera salata potrebbe sembrare una quiche ma nell'assaggiare vi renderete conto che è molto più ricca e appetitosa. Rispettando la natura la dedichiamo agli ortaggi di primavera.

Le fave: con il termine fave si indicano sia le piante che i loro semi. La pianta si presenta con un stelo che può arrivare fino ad 1 metro di altezza e produce dei baccelli ripieni di piccoli semi ovali e piatti. Le fave si trovano in commercio prettamente nel periodo primaverile, da marzo a giugno. Le fave si possono consumare da crude se sono fresche oppure si possono saltare in padella, lessare e ridurre in purea.

Il carciofo vanta una storia molto antica: già conosciuto e ricercato come pianta selvatica dagli antichi greci e romani, iniziò ad essere coltivato in Sicilia nei primi secoli d.C. e lentamente risalì la nostra penisola nel tardo Medioevo. È così che il carciofo si è diffuso anche in climi più miti, diventando tra i simboli della cucina tradizionale in diverse regioni italiane e rendendone tra l'altro l'Italia uno dei maggiori produttori al mondo. La parte commestibile del carciofo è in realtà il fiore della pianta, con il cuore (il "cimarolo") che rappresenta la parte più tenera e quindi ricercata.

I pisellini un miraggio o realtà si trovano tutto l'anno, congelati, secchi o precotti, ma tra aprile e giugno è possibile comprare e gustare quelli freschi. Potendo scegliere è meglio prediligere questi ultimi perché, rispetto a quelli conservati sono molto più buoni. Oltretutto anche i baccelli, in particolar modo quelli più piccoli e teneri, possono essere utilizzati per cucinare e trasformati in creme o salsa.

Tempo di preparazione: 1 ore

### **Ingredienti per 4 persone**

per la pasta frolla salata a limone :

250 g di farina

n. 5 tuorli

150 g di burro o sugna

50 g di zucchero

50 g di grana grattugiato

grattatina di limone di Sorrento

sale, pepe q.b.

Per la farcia

200 g grano cotto Ambrosio

100 g di latte

n. 5 tuorli d'uova

15 g di burro o sugna

300 g ricotta di pecora

180 g di cuore di carciofi spinosi

60 di fave sgusciate

Per ulteriori informazioni visita il nostro sito web [www.mysocialrecipe.com](http://www.mysocialrecipe.com)

oppure scrivere un messaggio all'indirizzo [info@mysocialrecipe.com](mailto:info@mysocialrecipe.com)

60 di piselli sgusciati  
100 g di guanciale  
30 g cipollotto fresco  
70 g di grana grattugiato  
100 g di pecorino bagnolese  
maggiorana q.b.  
sale, pepe q.b.

### **Preparazione**

Preparazione frolla salata

Mescolare il burro freddo con sale e pepe, la grattugiata di limone, lo zucchero e la farina. Impastare aggiungendo i tuorli, lavorare rapidamente fino a compattare la frolla. Avvolgetela in pellicola trasparente e lasciatela riposare in frigo per 60 minuti.

Preparazione farcia:

Per le fave, dividete a metà il baccello divaricando le due estremità ed aprendolo completamente, estraete i semi facendo scorrere il pollice lungo la parte interna del baccello e raccogliete i semi in una ciotola. Sbollentate in acqua e sale e poi privatele della buccia

Stessa operazione per i piselli per toglierli dal baccello, poi sbollentate leggermente i piselli in acqua e sale. Poi raffreddate.

Mondate i carciofi, eliminando le foglie esterne più dure. Tagliate le punte, tornitele, togliete una parte del gambo e tagliateli a metà. Svuotateli del fieno interno e e tagliateli a fettine sottili quindi teneteli in acqua leggermente acidulata con succo di limone. Pelate il resto dei gambi più teneri e tagliateli a dadini e teneteli sempre in acqua acidulata.

In un tegame soffriggere con una noce di burro un trito di cipolla novella poi versate il grano, il latte, il burro, il sale e il pepe. Fate cuocere per 20 minuti lentamente mescolando continuamente. Togliere dal fuoco e fate raffreddare.

In un tegame soffriggere prima un fondo con un trito di cipolla novella, il guanciale poi versate prima i carciofi fateli soffriggere poi aggiungere un po' d'acqua, sale e pepare.

Coprire e far cuocere per 10 minuti lentamente. Poi aggiungere piselli e fave e far cuocere per altri 5 minuti. Togliere dal fuoco e fate raffreddare.

In una ciotola lavorare a crema la ricotta, unire i tuorli ed infine il formaggio grana, pecorino tagliato a tocchetti, le misticanze primaverili e il grano cotto.

Mescolare bene il composto e completatelo incorporando 2 albumi montati a neve ferma.

Prendere la frolla dal frigo, stenderla con il matterello e foderare lo stampo imburrato ed infarinato, rifilando il bordo.

Con la frolla avanzata ritagliare le strisce da incrociare sulla pastiera.

Versate la farcia nella tortiera, livellare e ricopritela con le strisce di frolla incrociate.

Spennellate delicatamente la pastiera con l'uovo sbattuto leggermente salato.

Infornare a 165° per 60 minuti.

Sfornate la pastiera e fate raffreddare.

Ps: potete utilizzare anche asparagi, fagiolini, zucchine, peperoni, broccoli).

### **Vino consigliato**

Fiano OINI Cantine Scuotto