



10 a 14 de Abril de 2000

Alimentação e Cultura

Textos e contextos da cozinha italiana

Universidade de Coimbra




Semana da Cultura Gastronómica Italiana

Livro de Receitas

Livro de Receitas

LIVRO DE RECEITAS



Romolo Giordano, proprietário do Restaurante La Via Romana em Bordighera, na Ligúria, veio trazer a Coimbra o paladar requintado, e mundialmente famoso, da gastronomia italiana, condimentado com não menos delicados aromas culturais. As suas propostas inspiram-se numa cozinha de tradição marítima, baseada numa revisão em sentido moderno da realidade mediterrânica, da Ligúria à Sicília.

10 de Abril - Segunda-feira



Ementa:

“Carpaccio” de atum com pimenta de Sé-Xuan e anchovas marinadas.

Legumes recheados à ligure.

Esparguete com amêijoas.

Semifrio de chocolate e torrão.

“Carpaccio” de atum com pimenta de Sé-Xuan e anchovas marinadas

- 600 gr de atum (rabilho, atum-rabil ou voador, albacora ou sarrajão) fresco cortado numa só posta
- 24 anchovas frescas
- limões
- pimenta de Sé-Xuan
- sal
- azeite virgem extra

Limpar as anchovas, amanhando-as, e retirar-lhes a cabeça e as espinhas; lavá-las, secá-las e colocá-las numa travessa; temperar com sal e cobri-las com sumo de limão. Deixar marinar no frigorífico durante 3-4 horas.

Limpar o atum de todas as impurezas, pele e eventuais espinhas, de forma a obter dois filetes. Cortá-los em fatias tão finas quanto possível, que se colocam em pratos com a forma de coroa, deixando no centro espaço para os filetes de anchovas.

Dispor estes últimos em forma de estrela; temperar o atum com sal e salpicá-lo levemente com limão; polvilhar com pimenta de Sé-Xuan, ligeiramente moída; temperar com azeite virgem extra e servir.

Legumes recheados à ligure

- 4 cebolas brancas
- 2 pimentos vermelhos grandes
- 2 pimentos amarelos grandes
- 4 “courgettes”

(todos os legumes deverão ter as mesmas dimensões)

Para o recheio:

- 600 gr de batatas
- 300 gr de feijão verde
- azeite virgem extra
- parmesão ralado
- 2 raminhos de manjerona
- 300 gr de “courgettes”
- 2 ovos
- pão ralado
- sal e pimenta qb

É possível recheiar e preparar deste modo os mais variados legumes; além dos indicados, é costume, na Ligúria, servir “courgettes”, beringelas, tomates e grandes folhas de manjeriço.

Cozer ligeiramente as 4 “courgettes” e as 4 cebolas; escorrer e deixar arrefecer; partir as cebolas em duas partes e transformar cada uma delas num contentor côncavo, tirando o interior, que se guarda; cortar também em duas partes, no sentido do comprimento, as “courgettes”, esvaziando-as quase completamente da polpa, que se guarda, e cortando-as em pedaços do mesmo tamanho das cebolas; cortar os pimentos em duas partes, retirar-lhes as sementes e os filamentos brancos, e cortá-los em quadrados do mesmo tamanho dos outros legumes.

Enquanto isso, cozer separadamente as batatas, o feijão verde e as “courgettes”; colocar estes legumes cozidos no triturador, juntamente com o que restou das cebolas e das “courgettes” que foram preparadas para serem recheadas. Reduzir a puré e juntar os ovos inteiros, bastante parmesão, as folhas de manjerona picadas e uma boa colher de azeite; temperar com sal.

Com este recheio, recorrendo a uma colher ou a um saco de pasteleiro, encher os legumes, dispondo-os, seguidamente, num tabuleiro untado com azeite. Polvilhá-los depois com pão ralado e regá-los com um fio de azeite. Assar em forno médio (180 graus) durante 25-30 minutos.

Esparguete com amêijoas

- 480 gr de esparguete
- 1 kg de amêijoas
- 1 dente de alho
- 3 raminhos de salsa
- sal
- pimenta branca
- umas gotas de vinho branco seco
- farinha de trigo
- azeite virgem extra

Deixar as amêijoas de molho em água com sal grosso durante a noite, para se libertarem de toda a areia. Pôr ao lume uma frigideira com as amêijoas, que se abrem em poucos minutos; juntar então três colheres de azeite e, logo a seguir, a salsa e o alho picados, bem fino. Refogar durante alguns minutos, juntar o vinho branco, e polvilhar de imediato com farinha, para ligar o molho; temperar com sal, sem exagero, sobretudo se as amêijoas tiverem estado de molho em água e sal, e pimenta. Cozer ainda mais alguns minutos, não devendo as amêijoas ficar duras.

Cozer o esparguete em água temperada com sal, em conformidade com o tempo de cozedura aconselhado na embalagem, deixando-o ligeiramente “al dente”; escorrer e despejar na frigideira com o molho de amêijoas. Levar a lume forte durante um minuto, misturando tanto quanto possível esparguete e molho.

Semifrio de chocolate e torrão (preparação um dia antes)

- 400 gr de torrão
- 200 gr de chocolate amargo
- 6 ovos
- 400 gr de natas
- 40 gr de açúcar “glacé”
- 6 colheres de conhaque

Esmagar e triturar bem fino o chocolate amargo e o torrão. Misturar as gemas de ovo e o conhaque. Bater as claras em castelo bem firme, juntando o açúcar devagar só quando tiverem adquirido uma certa consistência.

Bater as natas.

Mexer todos os ingredientes, misturando-os bem com uma espátula, e colocar o preparado numa forma de bolo inglês.

Pôr no congelador por umas horas e, seguidamente, desenformar, aquecendo ligeiramente a forma, sobre uma travessa com as dimensões convenientes. Cortar em fatias e servir acompanhado com molho de chocolate.



11 de Abril - Terça-feira

Ementa:

Salada de bacalhau à lagareiro.

Macarronetes com polvo.

Espetadas de espadarte e “caponata” de legumes.

Natas à piemontesa.

Salada de bacalhau à lagareiro

- 900 gr de bacalhau demolido
- 300 gr de batatas
- 1 punhado de azeitonas descaroçadas
- 6 tomates secos
- 2 ramos de salsa
- azeite virgem extra
- sal e pimenta qb

Cozer o bacalhau como de costume e depois desfazê-lo em lascas; manter quente. Entretanto, cozer (eventualmente em vapor) também as batatas cortadas em rodela. Picar a salsa e cortar o tomate seco em fatias finas. Numa tigela, juntar o bacalhau, o tomate cortado, as azeitonas descaroçadas, o sal, a pimenta e o azeite, e temperar tudo como se fosse uma salada normal. Dispor num prato as batatas em círculo e colocar no centro a salada de bacalhau; juntar um fio de azeite, se necessário, e servir.

Macarronetes com polvo

- 480 gr de macarronetes (de preferência estriados)
- 2 polvos de 500-600 gr cada um
- 6 tomates frescos
- 1 dente de alho
- 2 raminhos de salsa
- 1 copo de vinho branco
- sal e pimenta qb

Se os polvos forem frescos, limpá-los e congelá-los por quatro ou cinco dias e depois cozê-los em água temperada com sal; deixá-los arrefecer na própria água de cozedura. Retirar-lhes a pele, as ventosas e a cabeça. Cortar os tentáculos em rodela mais ou menos iguais.

Pelar o tomate, tirar-lhe as sementes e a água, e picar a polpa, sem a passar pela varinha mágica.

Cozer os macarronetes em bastante água temperada com sal, respeitando o tempo de cozedura aconselhado na embalagem. Entretanto, aquecer o azeite numa grande frigideira e corar os pedaços de polvo; continuar por alguns minutos, juntar o alho picado e o vinho branco; deixar evaporar o vinho quase todo e juntar a polpa do tomate; temperar com sal e pimenta e apurar a cozedura do molho durante 5-6 minutos, para que fique concentrado. Polvilhar com salsa picada e servir.

Espetadas de espadarte e “caponata” de legumes

Para as espetadas (cerca de 18):

- 6 postas de espadarte
- 2 cebolas brancas
- 60 folhas de louro

Para o molho que acompanha as espetadas:

- sumo de um limão grande
- 1 dente de alho picado bem fino
- 3 ramos de salsa
- 2 pitadas de orégão
- azeite virgem extra
- sal e pimenta qb

Para a “caponata” de legumes:

- 1 beringela grande
- 1 pimento vermelho
- 1 pimento amarelo
- 1 “courgette” grande
- 3 talos de aipo
- 2 tomates
- azeite virgem extra
- sal e pimenta qb

Tirar a pele e a espinha das postas de espadarte e cortá-las em cubos de 1,5 por 1,5 cm; descascar as cebolas e cortá-las em pedacinhos do mesmo tamanho; se as folhas de louro forem grandes, parti-las, caso contrário, deixá-las inteiras. Preparar as espetadas, em estiletos de madeira com 15 cm de comprimento, alternando os três ingredientes.

Cortar em cubos a beringela, colocá-la num escorredor, e cobri-la com sal grosso; deixá-la aí durante uma boa hora, até perder o sabor amargo.

Cortar da mesma forma e com o mesmo formato os pimentos, a “courgette” e o aipo. Em frigideiras diversas, passar os legumes por azeite (as beringelas em pouco azeite porque o absorvem), respeitando os tempos de cozedura de cada um deles e sem os deixar alourar demasiado.

Colocá-los com cuidado num escorredor para eliminar o excesso de azeite. Aquecer três colheres de azeite num grande pote, preferencialmente de barro, e refogar a polpa do tomate, cuja pele, sementes e água já foram retiradas; juntar todos os legumes, temperar com sal e pimenta e mexer tudo em lume médio, durante 5 ou 6 minutos.

Reunir todos os ingredientes do molho numa taça pequena; juntar um pouco de água e aquecer em banho-maria, enquanto as espetadas estão a ser grelhadas em carvão ou numa grelha bem quente, em poucos minutos, devendo ser viradas algumas vezes.

Numa travessa, colocar a “caponata” de legumes no centro e as espetadas de espadarte à volta, em forma de leque. Cobrir com o molho e servir.

Natas à piemontesa

- 0,5 l de leite
- 0,5 l de natas
- 200 gr de açúcar
- 4 folhas de gelatina de peixe (gelatina alimentar)
- 1 saquinho de açúcar baunilhado

Numa caçarola, misturar o leite com as natas, a essência de baunilha e o açúcar; juntar as folhas de gelatina previamente demolhadas em água fria. Aquecer em lume brando, mexendo continuamente, mas apagar de imediato, logo que esteja prestes a levantar fervura . Deitar o conteúdo em formas individuais e deixar arrefecer. Levar ao frigorífico durante pelo menos 5 ou 6 horas. Pode-se servir acompanhado quer por molho de frutas, de morango ou framboesa, quer por molho de chocolate.

12 de Abril - Quarta-feira



Ementa:

Fogaça de “Recco” ou fogaça de queijo.

Arroz com tinta de chocós.

“Ravioli” de peixe com molho de peixe.

Mousse de limão ou de citrinos.

Fogaça de “Recco” ou fogaça de queijo

- 300 gr de farinha de trigo
- 500 gr de queijo amanteigado ou de queijo fresco
- sal qb
- azeite virgem extra

Ligar a farinha com um copo de água e com sal, amassando bem durante um certo tempo. Dividir a massa ao meio e tender as duas partes com um rolo do mesmo tamanho do tabuleiro usado para ir ao forno. Untá-lo com azeite e colocar a primeira camada de massa, sobre a qual será distribuído o queijo, em pequenos montes regularmente distanciados. Cobrir com a segunda camada e unir os bordos, enrolando o de baixo no de cima. Picar aqui e ali a superfície da massa, de forma a criar pequenas chaminés que permitam a saída do vapor; pincelar a superfície com azeite e levar a forno quente.

O ideal seria a utilização de um forno a lenha, que, quando atinge 250 graus, permite uma cozedura em cerca de 10 minutos. Cortar em fatias depois da sair do forno e comer quente.

Arroz com tinta de chocos

- 500 gr de arroz
- 1 kg de chocos frescos com o saco da tinta
- 1 cebola branca
- 1 dente de alho
- 2-3 tomates maduros
- 1 copo pequeno de vinho branco
- 50 gr de manteiga sem sal
- sal e pimenta qb
- caldo
- azeite virgem extra

Limpar cuidadosamente os chocos sem romper os sacos da tinta que se deixam de parte. Passar os chocos por várias águas e, quando estiverem bem brancos, cortar o corpo em tiras e os tentáculos em tufos. Numa caçarola de fundo espesso, preparar um refogado de azeite com o dente de alho descascado esmagado e cebola. Quando o alho e a cebola estiverem louros, tirá-los e substituí-los pelos chocos, que devem corar durante cinco minutos, antes de juntar a polpa de tomate; deixar refogar durante vinte minutos e depois adicionar o arroz que será misturado com os chochos, mexendo sempre; quando se começar a pegar ao fundo da caçarola, juntar duas conchas de caldo quente e continuar assim durante uns bons 15 minutos, depois de temperar com sal e pimenta; adicionar então a tinta dos chocos e deixar ainda cozer durante mais uns minutos. Tirar do lume, juntar a manteiga, mexer, e deixar descansar uns minutos antes de servir.

“Ravioli” de peixe com molho de peixe (para 12 pessoas com doses abundantes)

Para a massa verde:

- 1 kg de farinha
- 5 ovos inteiros
- água (coloque os ovos num medidor e junte água até alcançar 0,5 l)
- 100 gr de salsa
- sal e pimenta qb
- azeite virgem extra

Passar pela varinha mágica a salsa com os ovos, a água e duas colheres de sopa de azeite. Colocar na masseira a farinha e abrir uma cavidade no meio, onde se irá despejar o líquido obtido; temperar de sal e misturar normalmente, durante um bom pedaço, até a massa ficar elástica e macia.

Para o recheio:

- 1 kg de peixe branco em filetes (robalo, dourada, cantaril, rodovalho...)
- 2 kg de espinafres
- um pouco de polpa de tomate fresco
- 250 gr de requeijão ou de outro queijo fresco
- 4 ovos inteiros
- 100 gr de parmesão
- sal e pimenta qb
- azeite virgem extra

Cozer ligeiramente os espinafres em água temperada com sal, depois de os ter lavado; escorrer, deixar arrefecer, e espremer e picar, bem fino.

Cozer (eventualmente em vapor) o peixe e depois salteá-lo numa frigideira com azeite e tomate fresco; deixar arrefecer e picá-lo, bem fino. Numa tigela, juntar o peixe picado, os espinafres, o requeijão, o parmesão e os ovos; ligar bem todos os ingredientes, e temperar com sal e pimenta.

Para os “ravioli”:

Estender a massa, com um rolo ou uma máquina de fazer massa, em tiras de um palmo, e na orla, de 2 em 2 cm, colocar pequenos montes de recheio, do tamanho de uma noz, com uma colher ou um saco de pasteleiro. Virar a massa por cima do recheio, ligar as duas orlas e, com um copo ou uma recortilha, desenhar meias-luas em torno de cada monte de recheio, que devem secar num tabuleiro até que sejam cozidas.

Para o molho de peixe:

- 3 salmonetes em filetes
- 400 gr de peixe branco em filetes
- 6 tomates maduros
- 1 dente de alho
- 3 raminhos de salsa
- 1 copo de vinho branco
- caldo de peixe
- sal e pimenta qb
- azeite virgem extra

Aquecer o azeite numa grande frigideira e alourar o alho picado, bem fino; antes que torre, juntar os filetes de salmonetes e de peixe branco cortados em cubos de x cm; refogá-los um pouco e borrifá-los com o vinho branco, que deverá evaporar quase por completo antes de se juntar a polpa picada de tomate.

Temperar com sal e pimenta e deixar cozer durante 3 ou 4 minutos, com cuidado para que o molho não apure em demasia; caso fique, porém, muito seco, juntar um pouco de caldo de peixe. Antes de apagar o lume, adicionar a salsa picada, bem fina.

Confeção do prato:

Cozer os “ravioli” em água temperada com sal, escorrê-los e despejá-los na frigideira do molho; saltear um minuto e servir. Uma boa dose tem cerca de 12 “ravioli”.

Mousse de limão ou de citrinos

- 2 limões grandes
- 150 gr de açúcar
- 6 ovos
- 2 folhas de gelatina de peixe
- 250 gr de natas

Raspar a casca dos limões sem chegar à parte branca, que é amarga; espremê-los e guardar o sumo. Bater as gemas dos ovos com o açúcar e a raspa dos limões até que o creme obtido fique claro, e juntar então o sumo de limão, sempre a mexer. Despejar o composto numa caçarola e aquecer em banho-maria, mexendo sempre até que fique espesso, como um creme inglês. Juntar a gelatina de peixe já demolhada, misturar cuidadosamente, deixar arrefecer e juntar então as claras em castelo bem firme e as natas batidas. Deixar no frigorífico durante algumas horas e servir em “quenelles” com um molho de pedacinhos de casca de limão semi-cristalizados, polvilhando com açúcar “glacé”.



13 de Abril - Quinta-feira

Ementa:

“Pizza Sardenaira”.

“Trenette” com gambas picantes.

Carapau com ervilhas.

“Tiramisu”.

“Pizza Sardenaira”

Massa:

- 800 gr de farinha de trigo
- 60 gr de fermento de padeiro
- 1 copo grande com água ou leite
- 8-10 colheres de azeite virgem extra
- sal qb

Molho:

- 2 cebolas brancas
- 800 gr de tomate pelado ou polpa de tomate fresco

Guarnição:

- 12 dentes de alho
- 1 punhado de azeitonas pretas
- 6 filetes de anchovas
- orégão seco

Disponha a farinha numa tábua, temperar com sal e abrir uma concavidade, nela despejando o fermento derretido no líquido e o azeite; amassar todos os ingredientes até obter uma massa muito macia e aderente às mãos; pode-se juntar uma batata cozida e esmagada para aumentar a macieza. Deixar a massa a levedar durante uma hora (conforme o lugar e as estações), embrulhada num cobertor.

Entretanto, preparar o molho: descascar e cortar em fatias finas as cebolas e deixá-las alourar ao lume em azeite por alguns minutos; juntar o tomate ou a polpa de tomate fresco, temperar com sal e refogar durante 15 minutos, no máximo.

Estender a massa num tabuleiro untado com azeite e cobri-la com o molho morno: colocar aqui e ali, sobre a sua superfície, os dentes de alho, com casca, mas cortados em dois, no sentido do comprimento, as azeitonas inteiras, os filetes de anchova em pedaços e uma pitada de orégão; deixar levedar por mais 15 minutos e depois levar ao forno, a 180 graus, por 25 ou 30 minutos. Deixar amornar um pouco e cortar em triângulos ou quadrados, conforme o tabuleiro. Come-se com as mãos.

“Trenette” com gambas picantes

- 480 gr de “trenette” (massa tipo esparguete)
- 24-30 gambas (conforme o tamanho)
- 4 tomates maduros
- piri-piri em pó
- sal
- umas gotas de vinho branco
- azeite virgem extra

Cortar as gambas ao meio no sentido do comprimento e colocá-las numa panela grande, onde, possivelmente, todas as gambas caibam numa camada só; aquecer em azeite até que as gambas fiquem vermelho vivo. Borrifar com vinho branco e deixar evaporar, temperar com sal e piri-piri, na dose desejada. Adicionar também a polpa picada do tomate, já pelado, sem sementes nem água, e levar ao lume até que o molho ganhe a consistência adequada, cerca de 3-4 minutos.

Cozer as “trenette” em bastante água temperada com sal (o tempo de cozedura é sempre superior ao do esparguete), escorrer e deitar na panela onde está o molho de gambas. Misturar tudo durante um minuto em lume forte. Apagar, retirar as gambas e dispô-las num lado do prato. No centro, colocar as “trenette” com o molho.

Carapau com ervilhas

- 6 carapaus de 350-400 gr cada um
- 1,5 kg de ervilhas frescas
- 3-4 raminhos de coentro
- 1 cebola pequena
- 1 copo de vinho branco
- azeite virgem extra
- sal e pimenta qb

Limpar os carapaus, de forma a obter 2 filetes sem espinhas, nem pele. Descascar as ervilhas e cozer metade delas. Picar finamente a cebola e aquecê-la numa frigideira com o azeite; juntar a outra metade das ervilhas, não cozida, e alguns minutos depois o vinho branco; temperar com sal e pimenta e cozer “al dente”.

Colocar na taça do misturador as ervilhas cozidas, metade dos coentros, sal e pimenta, e passar a baixa velocidade, juntando azeite em fio; guardar ao calor o puré obtido. Assar no forno os filetes de peixe numa assadeira baixa, mal cobertos por vinho branco, caldo de peixe e um pouco de azeite, temperados com sal e pimenta.

Dispor em pratos individuais o puré, em círculo; colocar por cima os filetes de peixe e cobrir com as ervilhas salteadas na frigideira; enfeitar com as restantes folhas de coentro e servir.


“Tiramisu”

- 100 gr de açúcar
- 100 gr de açúcar “glacé” por cada clara de ovo
- 2 gemas de ovo
- 2 claras de ovo
- 200 gr de queijo “mascarpone”
- 100 gr de natas
- 1 colher de chá de açúcar baunilhado
- 1 colher de sopa de rum
- 1 colher de sopa de sumo de limão
- 2 chávenas grandes de café
- 1 pão-de-ló de 28 cm. de diâmetro (tipo “génoise”)

Misturar o “mascarpone” com o açúcar e as gemas até obter um composto cremoso; bater as claras em castelo bem firme e juntar o açúcar aos poucos, quando estiverem duras; adicionar, seguidamente, as natas batidas, o açúcar baunilhado, o rum e o sumo de limão. Bater bem os dois preparados juntos.

Cortar o pão-de-ló em rodela, em consonância com o diâmetro das formas escolhidas. Começar a deitar uma concha do preparado no fundo das formas, sobrepor uma rodela de pão-de-ló embebido (não muito) em café, o preparado, e de novo pão-de-ló, até esgotar os ingredientes e encher as formas.

Colocar no frigorífico durante, pelo menos, 4 horas, e polvilhar com cacau doce antes de servir.



14 de Abril - Sexta-feira

Ementa:

Tarte de legumes e “cappon magro”.

“Gnocchi” de batatas com molho de “pesto”.

Cassata à siciliana.

Tarte de legumes (legumes mistos, ou acelgas e arroz, ou “courgettes”, ou alcachofras)

A receita fica subordinada ao tipo de legumes que exista no mercado, consoante a estação.

Entre os ingredientes:

- Farinha de trigo
- Azeite
- Arroz
- Ovos
- Parmesão
- 1,2 kg de peixe (robalo, dourada, cantaril, rodovalho) em filetes
- 18 gambas
- 12 lagostins
- 600 gr de amêijoas frescas
- 1 lavagante ou 1 lagosta
- ovas de atum secas ou atum seco salgado

Molho verde:

- 500 gr de salsa
- 2 ovos cozidos (só a gema)
- miolo de dois pães grandes embebido em vinagre
- 2 dentes de alho
- 40 gr de alcaparras
- 3 anchovas salgadas

Cozer (eventualmente em vapor) todos os peixes e crustáceos. Deixar abrir as amêijoas na panela, sem gordura.

Cozer (eventualmente em vapor) também batatas, cenouras e “courgettes”. Cozer o feijão verde depois de lhe ter tirado as pontas; cortar em fatias finas as ovas de atum secas ou o atum seco salgado.

Têm-se então todos os ingredientes necessários para preparar o “cappon magro”.

Numa grande travessa, colocar uma camada de batatas e cobri-la com o molho, depois uma camada de peixe, com as ovas de atum secas ou atum seco salgado por cima, e, de novo, molho; continuar com uma camada de cenouras sobre a qual se põe um pouco de salsa, outra camada de peixe e molho, e, seguidamente, fazer o mesmo com o feijão verde e as “courgettes”, sempre intervalados com peixe.

Descascar os camarões e a lagosta, cortando esta última em medalhões; cortar ao meio os lagostins; enfiar os camarões em espetos de madeira e colocá-los em redor do “cappon magro”, a meia altura; dispor no cimo os medalhões de lagosta e, na base, os lagostins alternados com amêijoas; o resto do molho cobre-se com papel de cozinha. Antes de servir, regar com um pouco do resto de molho.

“Gnocchi” de batatas com molho de “pesto”

- 6 batatas grandes (cerca de 1 kg)
- 200 gr de farinha de trigo
- um pouco de queijo parmesão ralado
- 1 ovo
- sal qb

Cozer as batatas com a casca (eventualmente em vapor); descascá-las e, ainda quentes, passá-las pelo “passe-vite” directamente para uma tábua; temperar com sal, juntar o ovo e o parmesão, e amassar, adicionando a farinha necessária para obter um composto macio mas consistente (a quantidade de farinha depende da capacidade de absorção das batatas).

Repartir a massa em pedaços que são trabalhados com a palma das mãos em cilindros compridos; cortá-los de forma a obter pedacinhos com cerca de 1,5 cm de comprimento. Se se quiser, seguindo o uso da Ligúria, poder-se-á pisar cada um deles com os dentes de um garfo, que se preme com o polegar, donde resulta uma forma característica, com uma superfície interior côncava e uma superfície exterior convexa e trabalhada; deixar secar durante cerca de uma hora.

Pôr ao lume uma panela com bastante água salgada e, quando estiver mesmo a ferver, deitar os “gnocchi”; esperar que subam à superfície e escorrê-los com cuidado numa escumadeira, passando-os directamente para uma travessa ou para pratos individuais.

Os “gnocchi” adaptam-se a qualquer acompanhamento, entre molhos, queijos, bolonhesa, ou tomate fresco. Na Ligúria, contudo, costumam ser servidos com molho de “pesto”.

Para o **molho de “pesto”**:

Num almofariz de mármore, esmagar um dente de alho (sem o rebento) com um pouco de sal grosso e 30 gr de pinhões; reduzir a papa, rodando o pilar, e juntar então as folhas de dois raminhos de manjeriço; continuar a pisar, e, seguidamente, juntar o queijo ralado: 70 gr de parmesão e 40 gr de queijo seco de ovelha (“pecorino”); quando o composto ficar homogéneo, dilui-lo com meio copo do melhor azeite virgem extra; no momento em que se serve, juntar uma concha da água de cozedura dos “gnocchi”.

Hoje o almofariz tende a ser substituído pelo misturador; é importante, pois, não dar muitas voltas a grande velocidade, para que o manjeriço não fique quente.

Cassata à siciliana

Primeira camada: **gelado de creme**

- 0,5 l de leite
- 175 gr de açúcar
- 2 gemas de ovo
- 2 ovos inteiros

Segunda camada: **gelado de natas**

- 4 claras de ovo
- 100 gr de natas
- 100 gr de açúcar
- 200 gr de várias frutas cristalizadas

Terceira camada: **gelado de morango**

200 gr de morangos

100 gr de açúcar

100 gr de natas

150 gr de leite

1 ovo inteiro

Primeira camada

Ferver o leite. Entretanto, bater o açúcar com as gemas e os dois ovos inteiros até que a mistura fique quase branca; sempre a mexer, juntar o leite e deixar arrefecer.

Colocar na sorveteira.

Pôr no congelador numa forma de cassata, tipo bolo inglês, e deixar solidificar

Segunda camada

Bater as claras em castelo e quando estão duras começar a juntar o açúcar. Bater as natas e misturá-las bem com as claras, depois do que se adicionam as frutas cristalizadas.

Colocar este preparado sobre o anterior, que, entretanto, já solidificou bastante, e deixar endurecer.

Terceira camada

Limpar os morangos e triturá-los. Bater os ovos inteiros com o açúcar até ficarem brancos e, entretanto, ferver o leite. Adicionar o leite, mexendo sempre, e deixar arrefecer. Bater as natas e juntá-las bem ao preparado. Colocar esta última camada sobre as duas anteriores e pôr no congelador a solidificar.

Para servir, virar a forma, depois de a ter imerso ligeiramente em água quente, e cortar a cassata em fatias, acompanhando-a com um molho de frutos avermelhados.