



CUCINA GIRAMONDO  
& SENZA GLUTINE

---

# IL VINO NEL PIATTO

Forchettinagiramondo & GingerGlutenFree

in collaborazione con:

Cucina Lorenzo de' Medici - Mercato Centrale - Oxfam Italia

# Risotto al Chianti e Pecorino

Per 4 persone:

320gr. Riso Carnaroli

Brodo vegetale

2 cucchiaini di olio extravergine

1 cipolla bianca

Vino Chianti Classico 200ml.

3 cucchiaini di Pecorino toscano (stagionato tipo pienza)

Prezzemolo per guarnire

sale, pepe

(burro o olio extra vergine per mantecare)

Iniziate tagliando a dadini la cipolla e fatela rosolare a fuoco basso in una pentola con l'olio extravergine.

Quando inizierà ad essere morbida ed appassita, aggiungere il riso e tostarlo a fuoco vivo. Attenzione che la cipolla non bruci.

Il risotto risulta tostato quando i bordi del chicco appaiono trasparenti, e rimane il centro del cuore bianco.

A questo punto sfumare con il vino: buttatelo tutto insieme e iniziare a girare delicatamente. Quando si sarà assorbito, proseguire la cottura a fuoco medio, allungando via via con il brodo vegetale caldo.

Proseguire la cottura girando piano e costantemente. Dopo circa 12 minuti, quanto il riso sarà vicino alla cottura, abbassate la fiamma al minimo, regolate di sale e pepe e passate alla mantecatura. Potete farla o alla maniera classica con burro (20gr. circa), o con due cucchiaini di olio extravergine. Aggiungere quindi il pecorino grattugiato e girare bene per amalgamare.

Spegnere il fuoco e lasciare riposare 1 minuto prima di impiattare. Si può servire con del prezzemolo tritato fresco in superficie.

# Filetto di Maiale con salsa al vino

Per 4 persone:

Filetto di maiale (1 di media grandezza o due piccolini)

400gr. Bacon (o pancetta affumicata)

150gr. Prugne secche

4 spicchi Aglio

Un mazzetto di rosmarino e salvia

olio extravergine

sale, pepe

Vino Chianti DOCG 500 ml.

Sciacquare la carne eliminando gli eventuali residui di sangue e tamponare bene in modo da togliere tutta l'umidità.

Stendere un foglio di carta forno o stagnola e disporre sopra le fette di pancetta o bacon in modo da creare un letto ben chiuso.

Disporre in modo omogeneo sopra di queste le prugne tagliate a piccole listarelle e quindi sopra di queste il filetto. Massaggiatelo bene con un trito di aglio, rosmarino, salvia, sale e pepe in modo da ricoprirlo. Aiutandovi con la carta, avvolgete completamente il filetto con le fette di pancetta e poi con molta delicatezza, trasferitelo in una teglia unta di olio.

Infornata a 170 °C per circa 30 minuti: la carne risulta cotta quando la forchetta affonda senza trovare attrito. Attenzione perchè i tempi di cottura dipendono dalla grandezza del filetto: dovrà rimanere leggermente al sangue, se cuoce troppo la carne tende ad asciugarsi e diventare dura.

Quando avrete cotto il filetto, lasciatelo al caldo e preparate la salsa al vino: recuperate il fondo di cottura, trasferitelo in una padella ed unire due bicchieri di vino Chianti. Lasciare ridurre a fuoco medio finchè la salsa non si sarà rappresa. Filtrarla prima di servire in accompagnamento al filetto

# Bread Pudding Mela e Cannella

Per 4 budini

200 gr. di pane raffermo

400 ml. di latte

200 ml. di Whisky (oppure vinsanto o altro vino dolce)

1 cucchiaino di zucchero grezzo

1 Uovo

Uvetta

Pinoli

1 Mela

Cannella

Burro per imburrare lo stampo

# Bread Pudding

Iniziate mettendo in ammollo il pane tagliato a fette o tocchetti nel latte e nel whisky (può essere lasciato anche molte, ore o una notte intera se il pane fosse molto duro),

Quanto sarà ben ammorbidito, strizzare l'eventuale liquido in eccesso se fosse rimasto. e sbriciolare il pane con le mani. Metterlo in una ciotola ed aggiungere lo zucchero e l'uovo. Amalgamare bene e aggiungere la mela tagliata a piccoli tocchetti, i pinoli, le uvette ed un pizzico di cannella.

Mescolare bene in modo da ottenere un impasto omogeneo e versarlo in 4 stampini monodose leggermente imburrati.

Completare con una spolverata di zucchero in superficie ed infornare a 180 °C per 15 minuti circa. Si consumano tiepidi.

In alternativa, si possono usare cacao e frutta secca (albicocche, prugne, goji, etc...) o fresca in stagione.

# Ci Venerdiamo in Cucina

8 incontri Cucina Giramondo & Senza Glutine



## 4 APPUNTAMENTI SENZA GLUTINE

by **GingerGlutenFree** ([www.gingerglutenfree.com](http://www.gingerglutenfree.com))

9 Ottobre - Pane e pizza

16 Ottobre - Focacce, schiacciate e snack

6 Novembre - Dolci e frolle

14 Novembre - Gnocchi e pasta fresca

## 4 APPUNTAMENTI CUCINA CONSAPEVOLE e GIRAMONDO

by **Forchettinagiramondo** ([www.forchettinagiramondo.wordpress.com](http://www.forchettinagiramondo.wordpress.com))

23 Ottobre - Quinoa dall'antipasto al dolce

30 Ottobre - Vino nel piatto e nel bicchiere

20 Novembre - Cioccolato e Caffè tra dolce e salato

27 Novembre - Menù di Cous-Cous

Info e prenotazioni: [giramondosenzaglutine@gmail.com](mailto:giramondosenzaglutine@gmail.com)

Si ringraziano per la collaborazione:



#sfidalafame #giramondosenzaglutine

