

LA CUCINA ITALIANA, LE RADICI DELLA NOSTRA CULTURA CULINARIA



STRANGOLA PRETI RICETTA TRENTINA



La storia della cucina italiana ha subito l'influenza di tutti i popoli che, nel corso dei secoli, hanno lasciato il loro segno, non solo artistico e culturale ma anche gastronomico. •

STRANGOLAPRETI

RICETTA TRENTINA



In un tegame versare un filo di olio e un pochino dei 100 gdi burro, aggiungere la cipolla tritata e lasciarla imbiondire. Strizzare bene gli spinaci e tritarli grossolanamente, poi metterli nel tegame e lasciarli rosolare per una decina di minuti o fino a quando saranno ben asciutti. Lasciarli intiepidire. Strizzare il pane e metterlo in una grande ciotola, aggiungere gli spinaci, il Grana grattugiato, un'abbondante grattata di nocemoscata (si deve sentire bene, regolatevi), una spolverata di pepe, le due uova e la farina, quindi mescolare bene con un mestolo di legno.

Dovrete ottenere un impasto abbastanza compatto. Io solitamente faccio una prova e provo a lessare un paio di strangolapreti per vedere se l'impasto rimane insieme o si spappola, eventualmente, se fossero troppo molli, aggiungere ancora un pochino di farina. Porre sul fuoco una capace pentola piena di acqua salata e portarla a bollore. Inumidirsi le mani e formare gli strangolapreti, la forma tipica è quella a cilindro di circa 5 cm di lunghezza e 3 cm di larghezza.

Preparazione: Lavare gli spinaci e lessarli per una decina di minuti in poca acqua salata. Scolarli e lasciarli nel colapasta in modo che perdano più acqua possibile.

Un paio di ore prima di preparare gli strangolapreti, spezzettare il pane e metterlo in una ciotola in cui avrete versato un bicchiere di latte. Mescolare il pane e lasciarlo in ammollo per un paio di ore. Ogni tanto mescolatelo così si bagna bene tutto.

STRANGOLAPRETI

RICETTA TRENTINA



Gli strangolapreti sono un'antica ricetta trentina, si dice che erano il piatto preferito dai Prelati durante in Concilio di Trento del (1545-1563) e furono chiamati così in quanto la loro famosa ingordigia li portava a mangiarne talmente tanti da strozzarsi..... sono un piatto molto semplice e di una bontà unica, conditi con abbondante burro e salvia e cosparsi con il Grana sono strepitosi, vediamo come prepararli.

Preparazione:

30 minuti più due ore di ammollo del pane Minuti

Cottura:

10 Minuti

Difficoltà:

Bassa

Porzioni:

6 persone

Costo:

Basso

Ingredienti

1 kg spinaci freschi

500 g pane raffermo (tipo rosette)

2 uova medie

120 g Farina 00

200 g Grana (+ quello per il condimento finale)q.b. Noce moscatamezza cipolla100 g Burro (di ottima qualità)1 rametto grande di salviaq.b. Latteq.b. sale, pepe, olio extravergine di oliva

Preparazione: Lavare gli spinaci e lessarli per una decina di minuti in poca acqua salata. Scolarli e lasciarli nel colapasta in modo che perdano più acqua possibile.

Un paio di ore prima di preparare gli strangolapreti, spezzettare il pane e metterlo in una ciotola in cui avrete versato un bicchiere di latte. Mescolare il pane e lasciarlo in ammollo per un paio di ore. Ogni tanto mescolatelo così si bagna bene tutto.

A mano a mano che formate gli strangolapreti metteteli nell'acqua che bolle. Quando verranno a galla, calcolate un paio di minuti dal bollire e scolateli subito.

Nel frattempo, avrete sciolto il burro con le foglie di salvia (tante), il burro dovrà essere leggermente dorato.

Cospargere gli strangolapreti con il burro e abbondante Grana, buon appetito!

STRANGOLAPRETI RICETTA TRENTINA

