

IDEA	CONSIGLIO
Acciughe fresche	se piccolissime fritte intere, se medie si puliscono togliendo testa, visceri e spine e si friggono con pastella, se più grosse si eviscerano e si fanno alla griglia (in grigliette che si possono girare) farcite di foglie di menta.
Acciughe salate	non piccolissime, non troppo grosse, insomma quelle di cetara, la pasta di acciughe si aggiunge in cottura di nascosto
Aceto balsamico	Quello vero si chiama tradizionale più o meno invecchaito è buonissimo su tutto. Non è solo di Modena c'è anche quello di Reggio.
Acqua di cottura	Tenere l'acqua di cottura della pasta, se questa si ripassa in padella aggiungere un po' d'acqua di cottura, che contiene amido e forma la crema.
Amatriciana destrutturata	saltare la pancetta o il guanciale a striscette su piastra o cubetti in padella gettare l'accessorio di grasso, pomodori a pezzetti salati in padella con cipolla inbiondita, poco peperoncino piccante. Bucatini. Pecorino.
Anatra con le pere	Cotta tra le pere con brodo e spezie, Togliere la pelle
Anatra confit	Scottare le cosce in padella che siano ben rosolate fuori, poi in forno a 100 gradi per 2 ore su letto di aromi. Patate a pezzetti di cm 3 x 3 trattate allo stesso modo.
Anatra petto	Scottato in padella molto calda, finire in forno a 180 gradi per pochi minuti, Dentro semicrudo.
Antidepressivi	Dolci alla crema, cioccolato, paste lievitate, formaggi piccanti, acciughe salate (magari un po' piccanti)
Arrosto di codino	Si scotta bene in padella si cuoce in forno a 100 gradi per 2 ore. Ottimo farcito con un rognoncino e funghi.
Asparagi alla crema	Sbattere uova, formaggio grattato e spezie, aggiungere burro fuso, fa rapprendere mescolando sul fuoco, deve restare cremoso non cotto, Attenzione tolto dal fuoco per un minuto continuano a rapprendersi. Versare su asparagi cotti (poco) e cosparsi di gran grattato finire con chips di grana
<b>Attrezzi e attezini da cucina</b>	
Baccalà	Ben dissalato, o se secco rinvenuto (lo vendono già a posto), mantecato (montato con l'aglio), crocchette, in forno con patate e cipolle, cotto nel pomodoro, nel latte....
Bagnacauda	Verdure varie scottate in acqua (peperoni, cavoli, carote, carciofi, cardi a cui si toglie la costa, topinabur,...) la salsa e fatta con acciughe, aglio e brodo vegetale. Le verdure tiepide vanno in una zuppiera da porre a centro tavola, ognuno ha un apposito attrezzo con vaschetta per la salsa sospesa sopra un fornellino con sotto una candelina. E' come una fonduta, di verdure, ma al contrario.
Barbabietole rosse	A me piacciono in insalata con la mozzarella a bocconcini e la mentuccia. Le uso frullate per riddare colore rosso ai crauti rossi o al radicchio usato in cottura.
Besciamella	Si può fare con farina latte e burro oppure olio e brodo. Scaldare la parte grassa e aggiungere la farina, poi il liquido caldo, fluidità a piacere.
Birre, Vini, bicchieri e accostamenti	Birre e Vini rossi su piatti forti in bicchieri grandi e aperti. Birre e vini chiari (non troppo freddi), contrario. Sul pesce al sugo ci va qualcosa di colorato.
Bistecche ai vari sughi	Alte 1 cm cotte poco sulla piastra, sugho alle acciughe oglio e aglio, ristretto di brodo di verdure con vari aromi, ristretti di vino aromatizzato. Alla fine a fuoco spento al sugo aggiungere una noce di burro che fa la crema. Pepe.
Bollicine italiane francesi satin	Italiane trentine Brut, venete charmat, lombarde Satin, Francesi brut, dry, pas dosè. Buoni i rosè.
Brodi	Per averli limpidi sia di verdure, sia di carni (aggiungere una fetta di salame o di pancetta), sia di pesci (con le carcasse non le pelli), mettere il tutto in acqua fredda e bollire a fuoco basso. Aromi: cipolle, carote sedano, pomodoro, aglio, alloro, pepe in grani, gambi di prezzemolo.
Brodo concentrato	Si chiama Maggi è liquido si trova in vasetto e si usa al posto del sale
Brodo granulare	Ogni tanto ce vo'. Non per fare il brodo ma da aggiungere in qualche preparazione (come per la pasta di acciughe sempre di nascosto)
Brodo in terza	Pollo, Manzo, Vitello. Lasciare raffreddare e sgrassare, Partire con acqua fredda e fuoco basso. Solite verdure. Brodo da ravioli (marubin), Cuocere la pasta nel brodo, scolarla e servirla con brodo non usato per la cottura (è limpido)
Brovada	Sembrano verze cotte ma sono rape. Si accosta al musetto (salamino da pentola)
Bruschette	Pane grosso a fette tostato, attenti che brucia subito, con aglio spazzato sopra, e verdure varie. (Anche acciughe salate), Provate a strofinarci sopra un pomodoro.
Burro	Di panna di affioramento (il migliore) o di panna di centrifuga (si trova anche salato)
Burro chiarificato	Per friggere, far sciogliere il burro a bagno mari per 1/2 ora non raccogliere il fondo. Non si scurisce in cottura.
Burro nocciola	Far rosolare in padella fino a quando non spuma più
Burro tartufato	Costa meno dei tartufi
Caffè	Mi piace amaro, poco ristretto con la crema, schiuma di latte e spolverata di cacao amaro e poco zucchero al velo. Se si mette lo zucchero si deve mescolarlo e si smonta il tutto (orrore)

Carbonara	Sbattere le uova (1 per 2 persone) con formaggio e pepe nero (effetto carbone) Saltare la pancetta a cubetti in padella senza olio. Pasta spaghetti o torciglioni. Lasciare raffreddare la pasta un attimo prima di aggiungere all'uovo e mescolare subito deve fare al cremina non i grumi. Aggiungere l'apnecetta e del pecorino grattato, direttamente sul piatto. Non mescolare nel piatto.
Carciofi	Solo i cuori con il gambo sbucciato, passati in acqua e limone. Crudi alla giulienne, Fritti infarinati, salattati in padella molto calda e poco olio. Menta.
Carne bovina e pollo alla griglia	Carne bovina fuoco alto cottura breve , pollo(meglio tagliato) fuoco basso cottura lunga (tende a restare crudo sull'osso)
Castagne	Ottime quelle congelate già sbucciate (vedi varie ricette). Fare un purè e con passapate creare una montagnola da coprire di fili di cioccolato fuso e panna montata. Con la farina fare una farinata (vedi farinate)
Cavoletti di Bruxelles castagne e maiale	Lessate a parte i cavoletti, le castagne (quelle congelate già pulite si cuociono veloci). Salamini verzini.Unire il tutto e legare con verze (non crauti) cotte, spezzettate e ripassate nel burro.
Carvato gratinato	Lessare poco in acqua salata. (Aggiungere ad acqua bollente). Pirofila, besciamella, spolverizzare di formaggio e pane grattato. Forno ben caldo per 1/2 ora.
Chiacchiere o lattughe	
Chips e cestini di grana	
Cioccolato	Maschile per me solo fondente, amgari con le nocciole. Femminile quella in tazza. Attenti a non farlo bruciare in cottura.
Cocktail	Prendetevi un libro. Vi mancherà sempre qualche ingrediente. Negronski: Vodka al posto del Gin, Bianco Sarti al posto del Campari, Martini Dry al posto di quello Bianco, fetta Limone al posto dell'arancia (Il tutto fredissimo anche il bicchiere, non ghiaccio). Kir: vino frizzante o fermo ben freddo e crema di Cassis (se fatto con un Brtut si chiama Kir Royal)
Cocottiera	Vasetto di ceramica decorta con tappo, molto bello. Si immerge in acqua bollente per cuocere le uova si inburra e si aggiungono uova, pezzetti di formaggi e salumi, anche tartufi o burro tartufato. Ci vuole un po' di più delle uova alla cocque (ca 10'). Ci sono da1, 2 e 4 uova. Si può usare anche per aromatizzare con erbette varie a caldo una robiola fresca.
Coda di bovino	Ben cotta in acqua con vari aromi. Poi passare in sugo o di pomodoro e verdure o zuppa di verdure. Quella nel sugo di pomodoro si può spezzettare fine e usare come ragù per pasta o farcia per paste farcite
Coltelli	Servono tutti. Ma devo essere ben affilati. Il manico deve contenere l'anima di acciaio. Attenti al pollice quando fate la giulienne. Per i pomodir usate quello microseghettato. Per il pane quello a sega. Per le carni crude lunghi a lama larga, Per le carni cotte lunghi a lama stretta. Per gli affettati lunghi a lama molto stretta. Per sfilettare il pesce stretti a lama molto flessibile. Per le verdure crude in ceramica (nera), non ossidano. Per i formaggi duri si usano le punte a lama larga. Per quelli semiduri lunghi a lama larga e dritta.
Congelatore e frigo	Sempre ben puliti. Cibi per tipo in piani separati. Cambiare spesso le pellicole che mettete su salumi e formaggi a pezzi, non usare la stagnola e inutile. La congelazione non è eterna.
Cotechino e agrumi	Provate. Agrumi a pezzetti tagliati a vivo e bucce tagliate a filo. Buttare la parte bianca.
Cottura	Orienteale pezzi piccoli cotti poco. Occidentale pezzi grossi cotti molto. Lesso: aggiungere ad acqua bollente con verdure e aromi, lasciare sbianchire e poi abbassare la fiamma. Al forno ben cotto: scottare bene la carne in padella molto calda e passare in forno a bassa temperatura pwr lungo tempo. Cotto al sangue: scottare in padella molto calda e passare in forno caldo per poco tempo. Le verdure da mangiare a pezzi sono da cuocere poco. Anche il pesce va cotto poco, i crostacei piccoli meno.
Cottura delle verdure	Quelle che crescono sotto terra vanno in acqua fredda, le altre si buttano in acqua calda. Non salare l'acqua dei fagioli.
Cottura nel forno	Ben caldo. No tenere troppo tempo aperto quando si controlla la cottura o si aggiungono ingredienti.
Cotture delle patate	Bollite sempre con la buccia. Al forno a pezzetti come volete, ma se medio-piccole intere con la buccia pulita con la paglietta. Fritte a bastoncino usate quelle surgelate le altre si smollano, oppure tagliate a fettine con la affettatrice, il robot o la mandolina. Rosti. giuline fine di patate salatat in padella con olio o burro, l'amido che esce ne fa un tortino.
Crema di cavoletti di Bruxelles castagne e zenzero	Lessare bene i cavoletti frullateli aggiungete brodo vegetale e burro. Servite con pezzetti di castagne lessate, spolverato di zenzero in polvere.
Crema funghi e castagne	Porcini passati in padella, frullati in brodo vegetale e castagne bollite. Servire con pepe, goccia d'aglio e rametto di timo o rosmarino.
Crema inglese	Rompere un rosso d'uovo, mescolare bene con 1/2 cucchiaino di zucchero, latte 1/2 bicchiere bollente con i semini di 1/4 di bacca di vaniglia o buccia di limone grattata; non scaldare sul fuoco. Filtrare.

Crema pasticciera	Rompere un rosso d'uovo, mescolare bene con 1/2 cucchiaino di zucchero, aggiungere 1/4 di cucchiaino di farina, latte 1/2 bicchiere e i semi di 1/4 di bacca di vaniglia o buccia di limone grattata; scaldare sul fuoco mescolando fino a quando si addensa. Non filtrare semi e grumini di buccia di limone non si sentiranno.
Cucina destrutturata	Cuocere tutti gli ingredienti tradizionali di una ricetta a parte: un po' lessi, un po' in padella, un po' fritti, secondo fantasia ed unire artisticamente nel piatto. Le salse sempre sotto. Se si è soli a cucinare preparare max per 4 persone. Si fredda tutto nella preparazione dei piatti.
Cucina molecolare	Cotture strane. Bolliture a -80 gradi, o frittiture nello zucchero.
Cuocere gli spinaci o no	Prenderli piccoli e cuocerli direttamente in padella di preparazione, Se piccolissimi vanno in insalata. Per le farcie usate quelli surgelati.
Cuocere i crostacei	Poco in padella molto calda, 1 gameroni con al coda avvolta in lardo. Con le teste si fa il brodo di crostacei (detto bisca)
Dispensa	2. Una vicino alla cucina (armadietti). L'altra ampia, comoda con molti scaffali aerata e facile da pulire.
Elettrodomestici	Robot multifunzione anche per impastare e sfogliare. Mixer a immersione con il motore che si sgancia. Affettatrice seria da tenere ben pulita.
Fagiolini con le cotiche	Per il 2 di novembre. Lessare i fagiolini rigorosamente quelle dell'occhio in acqua non salata con aromi. Bollire le cotiche (senza pelle) in acqua e alloro, Fare un sughetto leggero di pomodoro e brodo vegetale a aggiungere i fagioli e le cotiche. Prezzemolo che "sgasa" i fagioli.
Farinate	Di farina ceci, di farina grano, di fariancastagne, frullate con acqua e olio. Ci vuole una ampia teglia di rame stagnata e un frono ben caldo meglio a legna si cuociono fino a che i bordi sono sbruciacchati. La teglia non si lava mai ma si pulisce con carta e si lascia oliata. Ogni tanto si toglie l'ossido con sale grosso.
Farine e cacao non fare i grumi	Aggiungere poco liquido freddo e fare una crema. Poi il resto sempre freddo. Per i fondi con farina se si parte a caldo aggiungere liquido caldo.
Finocchi e arancia	Crudi con arancia tagliata a vivo. Olio sale e pepe.
Fois e tartufi	Fois a fette saltate in padella, tartufo a rondelline e fondo ritagli d'anatra ristretto.
Fondi	Brodi molto ristretti.
Fonduta buorghignon (con olio, brodo o piastra)	Ci vuole la sua pentola (e tutte le forchettime) con il fornellino sotto, se con olio metterci dentro una patata, col brodo non serve, potete usare la pietra apposta arroventata nel forno, attenti alla tovaglia. La salsa bourghignon e a base di vino di borgogna. Ci vuole un salsa al pomodoro, una al formaggio, una tonnata, e poi a fantasia. Molto divertente preparare e inventare le salse.
Formaggi	Mitterand diceva a Pertini che è difficile governare un popolo che conosce 400 formaggi. Pertini rispose pensò che i miei ne conosco più di mille. Uno su tutti Grana Reggiano, Vernengo Stravecchio delle Vacche Rosse. Con i ritagli della lavorazione del grana si fa il provolone padano, che si raccoglie in bocchette o forme enormi oblunghe o a mandarino.
Formaggi grattati	Fateveli sempre magari poi congelateli. Non uniteli assieme in cottura perchè filano, ma in sequenza.
Frattaglie	Vitello cuore e fegato poco cotti in padella ben calda con olio. Rognone di vitello più cotto, ottimo quello di ovino anche alla brace. Cervello e animelle non mi piacciono.
Frittata di agretti	Gli agretti vanno ben lavati e si usa solo la parte più tenera. Altrimenti sanno di terra. Per la frittata vedi poi
Frittata patate e cipolle	Le verdure si cuociono prima. E' buonissima anche fredda.
Fritto dolce salato amaro e aromatico	Friggere senza farina, patate a fettine sottili, zucca ben dolce e asciutta a lunette, le bucce di pomodoro che si colorino un po, alla fine la salvia e il basilico leggermente infarinati. Per fare bene i fritti bisogna essere vecchi.
Frutta esotica	Mi piace tutta meno che l'ananas ha un odore acidino e un sapore pungente che non mi piacciono, Non fate le solite macedonie tutte impastate.
Frutta secca e candita al cioccolato	Fondete a bagno mari un cioccolato fondente al 60% e allungate con poco latte, stendete la frutta ben pulita, aggiungete bucce di arancia caramellate, su una spianatoia lucida e rivestite di cioccolato tenendo ben separati i pezzi, fare freddare e raccogliere.
Ganache	Ciocolato fondente (al 60%) fuso a bagno maria e panna montata. Aggiungere prima un cucchiaino di la panna montata e agitare con una frusta con media forza, poi il resto della panna mescolando piano dal basso in alto.
Gelati	Prendeteli già fatti in gelateria artigianale. Le gelatiere domestiche funzionano ma sono delicate (servono per ricette particolari), quelle professionali costano.
Gelato salato	Come quello dolce alla frutta, ma con verdure centrifugate e senza zucchero. Si fanno delle knelle di guarnizione ad antipasti e secondi.
Gli affettati pronti	Se siete in pochi e non avete l'affettatrice. Non quelli sottovuoto ma solo quelli soffici.
Gli agrumi	Succo per salse varie. Buccia grattata, a filo o a giulienne. Buccia caramellata. Spellati a vivo.

Gli asparagi	Si spezzano piegandoli con le mani. Si cuociono in piedi al vapore (poco, se non si vuol fare una crema). Con i gambi si puo fare un brodo. Una volta mio nonno trovava dei germogli di rovo che assomigliavano alle punte di asparagi, li chiamava "uartis"
Grana chips	Grana grattato, passato in forno a microonde (al max) su carta da forno in strato sottile, si lasciano freddare e si spezzettano o ancora caldi si modellano su una scodella rovesciata. Se mettete nel forno a microonde la crosta e la lasciate gonfiare bene alla fine diventa come una meringa.
Graten di verdure varie	Verdure sbianchite in acqua bollente passate in forno con besciamella arricchita di fontina e gratin sopra. Le patate le potete mettere a rondelle crude nel forno con formaggi vari e gratin sopra.
Gratin	Frullate i salatini
Gratinare i frutti di mare	Si usano i bivalvi aperti con il coltello o con leggero passaggio in padella. Aromini vari buccia di limone, olio e poco pane grattato. In forno caldo pochi minuti
Gulashuppe	Cane di vitellone a pezzettini piccoli scottati in padella e poi cotti in un brodo a fuoco basso con pezzettini di verdure derivanti da un soffritto. Schiumare bene. Aggiungere vari aromi: cannella chodi di garofano, semi di finocchio, cumino e paprica dolce. Quando al carne e tenera aggiungere delle patate tagliate a pezzettini piccoli. Deve essere brodosa.
Hamburger completo	Ci va tutto. Hamburger, uovo fritto, pancetta croccante, formaggio filante. Il pane deve essere quello suo con i semini sopra, passato nel tostapane, Si aggiunge senape o chetcup. SI Prepara nel piatto perché non è trasportabile. Si aggiungono patatine fritte a a bastoncino. Birra o Cocacola. (ci starebbe anche della cipolla appassita o maionese alla cipolla.
IgorKebab	E' un panino che si fa in casa. Con pane arabo leggermente scaldato al microonde, cipolla fresca e verdure varie, salsa allo Yogourth e salsa al pomodoro + o - piccante. Per la carne, visto che in caso nessuno ha la carne giusta ed il relatvo attrezzo rotante, si usa una carne tagliata per carpaccio saltata senza olio in padella inaderente. Il sapore lo fanno le salse e la cipolla.
Insalate: di mare, di riso, di verdure, a fette, di carne, pollo ecc.	Pochi elementi, magari fate più insalate, usate vari tipi di riso (bianco, giallo, verde, nero), non mescoltaci le uova, impastano tutto, aggiungetele nel piatto alla fine.
Lenticchie	Le faccio senza sugo di pomodoro. Buono anche il purè.
Maccheroni ripieni	Paccheri o simili ripieni di ragù di coda o di pesce in zuppa spezzettato. Per riempirli usate la sac a poche
Maiale	Stupendo tutto. Fresco, Salato, Affumicato. E' un animale molto intelligente, una volta i contadini prima di ucciderlo gli facevano fare un giretto per i campi per distrarlo.
Marmellata di cipolle con pinoli	Cuocere le cipolle di trope a fettine in sugo d'arancia, con buccie di arancia a filetto, sale pepe e un po di zucchero. Ci stanno bene pinoli tostati magari su una base di brisè
Matarrocco	Falde di pomodoro ben sodo, spellato, pulito e tagliato a cubettini. In Una terrina si mette il pomodoro, l'aglio schiacciato, le foglie di basilico, i pinoli, sale, pepe, olio. Si lascia riposare qualche ora. Si usa su pasta, bruschetta o si mangia a cucchiariate
Melanzane o zucchine in padella	Padella antiaderente bollente, niente olio, verdure a pezzettini. Fare saltare fino a cottura. Poi condire.
Merighe	Albumi montati a neve con zucchero in grani, al velo o sciroppo. Non si cuociono in formano ma vanno praticamente fatte essiccare a 50 gradi circa. Bella l'idea della cottura flottante appoggiando dei fiocchi di meriga su uno sciroppo e passando sempre in forno, qui a temperatura più alta, ma si mangiano subito. Due merighe con panna e crema in mezzo si chiamano Meriglie.
Messicani	Fettine di carne avvoltole su un cetriolo con una acciuga, Cotte in sugo rosso piccante e piselli.
Millefoglie salati e dolci	Fare delle sfoglie di pasta in forno (sfoglia, brise, pasta all'uovo) e servire alternando con creme e frutti per i dolci, salse e verdure per i salati
Minestre zuppe ribollite acqua cotta pappa pomodoro	
Mini valdostane	Due settime sottili di lonza di maiale, dentro prosciutto cotto e formaggio. Impanare con uovo e pane (si trova anche una panatura a base di farina di mais che da un bel colore) e pressare bene, Friggere in burro charificato
Mostarda di frutta	Di frutta mista cremonese (se è piccante occhio al mandarino), di melecotogne mantovana. Si usa come accompagnamento a carni e formaggi, oppure nelle farcie. Quella cremonese è bellissima, quella mantovana è più facile da mangiare.
Nuda frita lessa e frittata	Avannotti di pesce (sardine, triglie) detti anche bianchetti o rossetti, si fanno fritti, lessi in insalata, in frittata.
panini	
pankakes	
Panna	Liquida, poco montata, mediamente montata, bene ferma. Quella ben ferma si fa anche con il sifone ad aria compressa

Parmigiane	DI verdure varie. Io uso le verdure (zucchine solo al aprte esterna, melanzane a cui tolgo un po' di pelle) crude e tagliate sottili, Salsa di pomodoro ben asciutta, formaggio vario, gratin.
Passatelli	100 gr di grana grattato, 100 grammi di pane grattugiato, 2 uova, noce moscata, buccia di limone, si fa un impasto che si schiaccia con il passapate direttamente nel brodo,. Poi si mangiano in brodo o si gratinano in forno.
Pasta aglio oglio e peperoncino	Mettere in una terrina l'olio, l'aglio schiacciato ed il peperoncino spezzettato, tutto a freddo, Aggiungere gli spagehthi bollenti, mescolare e coprire un minuto.
Pasta della pizza anche fritta	Ci sono vari modi di farla anche in casa o si compra quelle già fatta. In una terrina mettere il passato di pomodoro o pomodoro in scatola spezzettato, aggiungere, aglio schiacciato in poltiglia, olio, origano secco, pepe sale e mescolare. Stendere la pasta, aggiungere il pomodoro, e gli altri ingredienti a piacere, poi forno ben caldo per poco tempo. Se la volete alta non spianatela troppo e dopo aver messo il pomodoro lasciatela rilevitare un'oretta. Si possono fare anche dei bastoncini che si friggono in olio (donzelle in Maremma)
Pasta gratinata	Pasta corta o lunga, ripassata in forno con besciamella arricchita di formaggio e gratin.
Pasta tonno e origano	Torciglioni, tonno in scatola, origano, olio, pepe, succo di limone.
Paste in brodo	Paste ripiene di carne, formaggio, di taglia piccola pasta all'uovo a tagliolini, riso, pasta secca piccola e spezzettata. Brodo in terza, non quello di cottura.
Paste ripiene	
Pastella	Con farina e acqua, con e senza uovo, Ma sempre ben fredda, così il contrasto con l'olio la fa gonfiare.
Patate e porri	Cuocere assieme patate a pezzi e porri (ben lavati), frullare con brodo vegetale. Pepe, olio, crostini
Pentole	
Pesce alla griglia	Il branzino è troppo delicato, va bene orata, dentice e sarago. Spolverare il pesce con sale di salina o sale raffinato nel mixer. Mettere sulla griglia fuoco medio basso, quando si stacca senza tirare, girarlo, quando si stacca dall'altra parte è cotto.
Pesto grigliato	Peperone grigliato e spellato, pinoli tostati, basilico, oglio aglio, frullare poco.
Piatti	
Polente anche in dolce	La migliore farina è quella rossa di Storo. In veneto si usa anche quella baina da accostare a paifti a base di pesce. A bergamo si usa la bramata. Si fa più o meno dura, a me piace dura, e fatta sul fuoco a legna, quando si versa tiene la forma del paiolo. Si tagli con il filo, Con quella che avanza si fanno fette e si abbrustoliscono al fuoco, oppure si impasta con zucchero e si fa un tortino che si frigge in burro. Quella taragna e fatta con tre farine di cui una di grano saraceno, si aggiunge formaggio semiduro (il Latteria), e burro, si serve cosparsa di burro nocciola. Quella uncia si passa in forno con sugo di pomodoro, funghi e carni carie.
Polipo cotture	Se piccolo si fa in padella o anche alla brace, se grosso si cuoce partendo da acqua ghiacciata. Si può passe al sugo di pomodoro (polipo murato), o in insalata da servire tiepida con patate o fagioli.
Polipo tagliato sottile	Si fa bollito, si mette in una bottiglia di plastica, si fa quasi congelare, si toglie dalla bottiglia, si taglia con l'affettatrice.
Polpette e crocchette	Di carni varie con salumi e formaggi, magari con un pezzetto dentro intero a sorpresa, ben calde, non troppo grosse (usate un coppasta come misura) ben aromatizzate.
Pomodorini confit a metà o interi	Pomodocini ciliegino tagliati in due e messi in forno a 100 gradi per 2/3 ore con aromini vari, zucchero, sale oglio, si accomodano in un vaso con aglio e basilico si copre d'olio. Oppere interi si bucherellano e si passano in forno come i precedenti poi si congelano
Pomodoro	Belli faldosi, si buttano in acqua bollente e si danno 10 muniti, si spellano, si separano semi e acqua. Le falde in forno a 100 gradi per 4 ore con sale, zucchero, aromini e bucce di limone. L'acqua si emulsiona con olio di basilico. Le bucce si friggono. I semi ben asciutti si saltano in padella con olio e semi di sesamo. Si usano come guarnizioni varie.
Pure di patata, sedano, topinambur, zucca	Patata bollita con la buccia poi schiacciata con passapate in tegame si aggiunge latte e si cuoce, alla fine: parmigiano grattato e burro, si può montare con un frullatore ad immersione, si può fare nel mixer aggiungendo alle patate il burro, il formaggio ed il latte bollente, viene molto cremoso. Se lo lasciate duro potete fare delle knelle. Si possono aggiungere dei topinambur bolliti, danno carattere. Si puo fare con il sedano rapa o con la zucca che deve essere molto asciutta e dolce.
Risi e bisì	Risotto alla parmigiana, cotto con brodo di verdure a cui si aggiungono i baccelli dei piselli. I piselli cotti poco a parte si aggiungono alla fine.
Risi in brodo	Alle verze, in minestrone, con frattaglie, con stracciatella d'uovo, con legumi, con cozze e fagioli.
Riso nero e trota affumicata	Riso venere bollito, salatato di verdure con piselli, servire su un letto di fette di trota salmoneata.

Risotti	Riso Carnaroli, tostato in tegame (ne uso uno di rame) nel soffritto, sfuma e con vino bianco, e poatare a cottura con brodo un po' alla volta. Il brodo di verdure, di carne o di pesce secondo l'ingrediente principale del risotto (carni, verdure o pesce, se alla parmigiana brodo di carne). L'ingrediente principale lo cuoccio a parte e lo aggiungo quasi alla fine. A fuco spento grana grattugiato e burro per mantecare (no grana per pesce, ci puo' stare il burro se è pesce d'acqua dolce se no olio, si grana per i funghi). Tenere un po' di brodo alla fine per regolare la consistenza deve essere all'onda. A quello con asparagi aggiungo un rosso d'uovo intero direttamente nel piatto facendo una conchetta nel riso. A quello con il radicchio una cucchiata di barbabietola rossa frullata. A quello con i finghi ci può stare un po' di burro tartufato. Quelli di carne e verdure si possono servire in cestinetti di grana.
Salsa di patate allo zafferano	Patate lesse frullate con brodo, burro e zafferano, deve essere fluida.
Salsa verde e rossa.	Salsa verde frullare prezzemolo acciughe, olio, aglio. Salsa rossa, peperoni spellati, pomodori spellati e confit, olio aglio. Regolare la fluidità con l'olio.
Salumi	Il mio preferito è il culatello tagliato a fette non troppo sottili, e servito con riccioli di burro e pane di pasta dura. Mi piace il salame morbido a fetta grossa. Il crudo quello di Sauris (San Daniele) tagliato a mano. Mortadella di Bologna e focaccia quando si ha molta fame. Mortadella di fegato con purè. Violino di capra in carpaccio. Coppa di parma che profumo, con appena appena sformato. Il cotechino deve essere di sola cotica.
Sapori separati	Importante nelle insalate e nelle macedonie, mescolare sempre poco.
Scatolame	C'èdi tutto. Il tonno deve essere ben sodo ed in scatole grandi. La carne fredda d'estate è un vero ristoro. Sardine e sgombri sono veramente succulenti, magari con cipolle spente in un po' di acerto, in insalata con uova, formaggio duro e fagioli. I legumi si mangiano così come sono noe c'è bisogno di cuocerli. I crauti si comprano sempre già fatti. Bisogna provare vari marchi ci snon molte differenze. Non fateveli in casa sono pericolosi usate quelli industriali.
Seppie	Quelle piccole solo scottate se più grandi cotte a lungo. La buridda ligure e fatta con seppie ben cotte (burrose) in sugo di pomodoro con olive nere e pinoli.
Sfromati e sformatini	Meglio sformatini più facili da gestire e più eleganti.
Spellare i peperoni	Spennelate con olio un peperone intero, mettetelo in forma a 130 gradi fino a quando si accascia un po'. Poi si spella facile, Il tutto senza sporcare troppo.
Spezie	Una volta c'era il Suki in bustina ottimo su uova e carni. Adesso si può fare con cannella e noce msocata. La cannella, i semi di finocchi ed i chiodi di garofano non possono mancare. Le spezie in semi si fanno saltare in po' in padella (es semi di sasamo e di senape) Buona la senape in polvere da densità Lo zafferano non è solo colore.
Spume dolci e salate	Ci vuole il sifone e la gelatina, possono essere dolci e salate, fredde e calde. Fanno un figurone perché danno verticalità ai piatti.
Stinco di manzo	Affumicato della val di Fassa, arrosto o zuppa di verdure.
Succo di pomodoro	
Supermercato	Solo quelli che non puzzano
Tagliare affettare	
Tagliata al brodo	Fettine un po' più spesse del carpaccio, cotte un attimo nel brodo, Si immergono con delle pinze e si condiscono con qualche fondo concentrato
Tagliatelle ai piselli	Sembra facile, ma se le tagliatelle sono fatte in casa come si deve (1 uovo 1 etto di farina e ben tirate), il burro è di panna di affioramento (aggiugerlo non fuso ma a temperatura ambiente), il grana è quello che ho già descritto ed i piselli sono freschi e teneri...
Tagliolini alla bottarga	Tagliolini fini all'uovo (la bottarga sono uova, meglio di muggine), fondere del burro con aglio e peperoncino piccante in polvere, condire i tagliolini con il burro coprire con la bottarga abbondate grattugiata. (attenti che la bottarga è salata, io non salo l'acqua della pasta)
Tartare	Filetto di manzo ben refilato, tagliato con un cutter a piccoli impulsi per poco. Condire con senape media, worchester sauce, acciughe sminuzzate, poco succo di limone. Servire formando con un coppapasta e aggiungere sopra un rosso d'uovo leggermente salato
Tartellette	
Tartine gelatinate	
Terrine (di testina, di piedino)	
Tiramisù e dolci veloci	
Tonno fresco e pomodoro	Cobetti di tonno fresco di 3/4 cm marinate da un parte con olio aromini e buccia di limone, per 1 ora, scottate dall'altre in padella caldissima, servire con il pomodoro destrutturato come descritto prima.
Torrone	Frabile, con mandorle pelate, di solo miele. Aromatizzato all'arancia
Torta cioccolato e cocco	Si prende l'impasto già pronto per la torta stracciatella si aggiunge la farina di cocco si cuoce nello stampo per plumacake.

Torta cioccolato e pasta brise	Fondo di pasta brise ben cotto. Si sciolgono a bagno maria 400 gr di cioccolato fondente al 60%. Si fa spiccare il bollire a 400 grammi di panna. Si aggiunge al cioccolato. Si aggiungono due uova intere, Si mescola bene. Si mescola bene e si versa nello stampo di pasta. Poi in forno a 120 gradi per 30/40 minuti. La cottura si vede dal cioccolato che si è rappreso.
Torta crema e pasta brise	Fondo di pasta brise ben cotto. Fare una crema pasticciera. Aggiungere gli albumi montati a neve. Mettere in forno a 120 gradi per 30/40 minuti. La cottura si vede dalla crema che si è rappresa. Spolverare di zucchero di canna, e sbruciacchiare con una fiamma.
Torta di nerone	Verdure varie a strati, passate in forno con aggiunta di salsa di pomodoro come legante.
Torta di panzanella	Strati di pane tipo piadina, alternati da mozzarella, pomodori, basilico, condire con olio, bagnare un po' con l'acqua della mozzarella, il tutto in una terrina. Metterci sopra un piatto con un peso e lasciare riposare un'oretta. Girare estrarre dalla terrina, dovrebbe essere come una torta a strati da tagliare con il coltello.
Torta frittata al forno	Uova, grana, farina sciolate nel latte, sbattere il tutto. Mettere in una padella oliata ben calda, aggiungere prosciutto cotto a fette e formaggi a fette, poi il rimanente del composto. Mettere il tutto in forno a 170 gradi fino a quando si vede che è tutta solida. Si alza molto e va mangiata subito tipo soufflé. La padella deve andare in forno, alle mie si stacca il manico.
Torta mele e cannella	Si prende l'impasto già pronto per la torta con pezzetti di mele, si mette in uno stampo per plumcake, si aggiunge sopra cannella e si fa un po' penetrare nell'impasto si cosparge di zucchero semolato, volendo nell'impasto si può aggiungere dell'uvetta non troppo secca ed infarinata (per non farla affondare) e dei pinoli o noci.
Torte salate	preferisco la pasta brise alla sfoglia, contenuto asciutto ma con un legante (es. uova sbattute con latte o besciamella con formaggio)
Tortelli di zucca	Pasta all'uovo classica tagliata a strisce larghe ca 10 cm. Polpa di zucca ben asciutta e dolce cotta al forno mescolata con parmigiano grattato, amaretti frullati, noce moscata, mostarda di mele mantovana. Disporre la farcia a blocchetti sulla striscia di pasta, Poi arrotolare la pasta sul alto stretto attorno alla farcia, pressare bene con le mani attorno ai blocchetti per far uscire l'aria. Tagliare con uno sponcino da pasta i tortelli che risulteranno circa quadrati. Cuocere in acqua salata, 2/3 minuti. Per sugo quello classico per gli gnocchi. Sugo di pomodoro e burro fuso con salvia e uno spicchio d'aglio, Servire in zuppiera con abbondante parmigiano grattugiato.
Tost	Imburrare e senapare il pane, farcire con una fetta di formaggio semiduro una di prosciutto cotto, fare tostare in forno, riaprire e farcire con fettine di pomodoro o sottaceti (non sottolio), Cospargendo sopra un formaggio semiduro tagliato a trucioli si ottiene un croque monsieur. Oppure si può bagnare il tost in un po' sbattuto e farlo friggere in burro chiarificato (da non farcire)
Tovaglie	
Trippa con fagioli bianchi	Trippa ( si trova il foio già pulito quasi cotto tagliato a listarelle) al sugo di pomodoro con fagioli bianchi di spagna. I fagioli cotti a parte in acqua non salata. La trippa cotta nel sugo. Prezzemolo per i fagioli.
Uovo in raviolo	Su una striscia di pasta all'uovo larga circa 10 cm fare con un sac a poche dei cerchi con un impasto di ricotta ben soda aromatizzata alle erbe con aggiunto in po' di albume, al centro dei cerchi mettere un rosso d'uovo, coprire con una altra striscia di pasta fare aderire spennellando bianco d'uovo e couppare la pasta attorno ai cerchi di ricotta. Cuocere in poca acqua salata un raviolo alla volta (2/3 minuti). Servire con una salsa di burro al tartufo e spolverare di grana.
Zampone e zabaione	Estivo, freddo con zabaione (lo zampone non è grasso se è vero zampone è quasi tutta cartilagine)
Zucchero	Semolato si può aromatizzare con cannella o vaniglia aggiungendo le bacche nella zuccheriera, di canna demerara ottimo per flambare, al velo più o meno aromatizzato per spolverare o fare il burro pomata, in sciroppo di varia gradazione, caramellato di varia durezza e colore.
Zuppa di gamberi e asparagi	Pulire i gamberi e con le teste fare un brodo da far ridurre alquanto. Lessare poco le punte degli asparagi bianchi e metterli da parte. Con i gambi degli asparagi e altri aromi, verdure e patate fare un brodo che per la patata sarà un po' denso. Aggiungere al brodo bollente prima le code dei gamberi e poi a seguire gli asparagi e quindi spegnere il fuoco. Il calore del brodo cuocerà i gamberi e scakcherà gli asparagi. Serve in ciotoline aggiungendo sopra dei fili del brodo ridotto fatto con le teste dei gamberi al quale avrete emulsionato un po' d'olio. Decorare con erbe fresche.
Zuppa di pesce	Fatela destrutturata così ogni ingrediente ha la sua cottura