

Soufflé



POESIA | LA CUCINA ITALIANA | LE MIGLIORI RICETTE

Editoriale di saluto

DI GIOVANNI BETTINZOLI

Eccomi ritornato cari lettori con l'ultimo editoriale. Presto infatti vi scriverò dal Mantegna e allora potrete gustare le mie ricette dal vivo. Continuate a leggere Soufflé e a scegliere il cibo italiano...

A proposito del cibo italiano. Non per vantarmi, essendo del Belpaese, ma il cibo italiano è il migliore al mondo.

Una cosa che mi dà fastidio è quando rovinano i piatti italiani... va bene che gli stranieri ritengono che pensiamo solo al cibo, ma almeno lo sappiano preparare come noi!

Comunque ci può stare che pensiamo solo al mangiare: abbiamo i migliori alimenti del mondo quindi...

Ora gentili stranieri perché rovinate il nostro cibo? Che senso ha? Faccio un esempio. Pensate se agli inglesi, nel mitico tè delle cinque, invece che mettere lo zucchero, mettessimo della caffeina oppure al posto della tradizionale bustina ci mettessimo il tè in polvere... Voi britannici non vi sentireste incavolati perché stanno rovinando qualcosa che per voi è importante! Questo è quello che proviamo quando vediamo gli stranieri che rovinano i nostri piatti. Un altro aspetto sono i cuochi italiani. Cosa dovrebbero pensare a vedere gli italici piatti rovinati?

Per esempio, quando ad un pizzaiolo a Napoli arriva un ordine con scritto: *una margherita con ananas e prosciutto...* probabilmente vorrebbe andarsene dalla pizzeria e tirare un pugno al cliente! Fare una pizza del genere a Napoli è indecente. Quindi cari stranieri di tutto il mondo: **NON ROVINATE I NOSTRI PIATTI!**



Pasqua per me.

DI GIOVANNI BETTINZOLI

Buongiorno, buon pomeriggio oppure buona sera in base all'ora in cui leggerete questo articolo. Come avete letto dal titolo questo pezzo parla della mia Pasqua. Sono Giovanni Bettinzoli e questo è ciò che mangio a Pasqua. Tutto inizia alle 8:30 perché vi chiederete? Perché devo fare il chierichetto cioè quello che a messa "dà una mano" al sacerdote, mi alzo e vedo mio papà che è fuori in terrazza a fare lo spiedo e mia mamma che prepara la tavolata. Recandomi in cucina faccio colazione con la colomba. Mi lavo, mi vesto e mi dirigo in chiesa. Arrivato, mi preparo, cioè indosso il camice, ed infine prendo, come consueto, il turibolo ovvero un strumento che sparge fumo tramite dei carboncini e grazie all'incenso emana profumo. Tutto questo è una bellezza. Finita la messa vado a casa e subito dopo vado con mia sorella dai miei nonni per prendere la colomba con la crema... un capolavoro. Naturalmente faccio anche gli auguri ai miei nonni (solo dopo aver preso la colomba).

Dopo le chiacchiere torniamo a casa troviamo la tavola apparecchiata e mio papà che continua a fare lo spiedo. Io aiuto mia mamma a fare la polenta perché amo cucinare. Arrivano gli invitati che in sintesi sono i parenti di mio papà e di mia mamma.

Intanto mangiamo gli stuzzichini e parliamo di qualsiasi cosa. Finito tutto questo assisto alla scena più bella del mondo: mio papà, mio fratello e mio zio mentre tolgono lo spiedo dalla macchina e vi giuro... credo di non aver mai visto niente di così bello e stupendo. Dopo averlo messo in ciotole e nei piatti mia mamma passa con la polenta e il burro e io le dico di metterne tanto (sfortunatamente lei ne mette sempre poco).

Vi assicuro che ne mangio tantissimo fino quasi allo sfinimento. Arrivano poi i formaggi ed infine la frutta.





Adesso arriva il piatto forte... tenetevi pronti: la colomba con la crema chantilly (e ve lo dico anche se l'ho già detto prima) che rimane un piatto mirabolantemente galattico.

Finito tutto questo mi viene da dormire. Quando mi sveglio vedo che c'è la mia famiglia e i miei parenti che giocano a Taboo (se non sapete cos'è Taboo andate nel precedente numero di Soufflé dove lo spiego), ma bando alle ciance andiamo avanti. Finito Taboo ci prendiamo un tè o un caffè e gli adulti cioè quelli sopra i diciotto anni prendono dei bicchierini di liquore. Terminato tutto questo, arriva la fatica. Vi assicuro che odio mettere in ordine e infatti cerco di "imboscarmi" però non ci riesco. Una cosa importante non è dire se si preferisce il Natale o la Pasqua l'importante è stare in compagnia. Dopo questa frase ad effetto da poeta: questo è stato la mia Pasqua e BUONA FUTURA PASQUA A TUTTI

"Intanto mangiamo gli stuzzichini e parliamo di qualsiasi cosa. Finito tutto questo assisto alla scena più bella del mondo: mio papà, mio fratello e mio zio mentre tolgono lo spiedo dalla macchina"

INSERTO AD EFFETTO

DAL VOSTRO CHEF

La pizza italiana

LE RICETTE DELLE MIGLIORI PIZZE





ITALIAN RESTAURANT

APPETIZERS

WINGS

butter, garlic & Parmesan-glazed
wings

\$34

FRIED CALAMARI

served with our homemade spicy
marinara sauce

\$34

MOZZARELLA CAPRESE

vine-ripened tomatoes, fresh mozzarella,
fresh basil & basil-infused olive oil

\$34

FRIED CALAMARI

served with our homemade spicy
marinara sauce

\$34

SPECIALTY PASTA

LASAGNA

towering layers of meat sauce, ricotta,
mozzarella, provolone & Parmesan

\$34

BAKED RIGATONI

spicy Italian sausage & meat sauce
tossed & topped with mozzarella,

\$34

SHRIMP FRA DIAVOLO

garlic shrimp & crushed red pepper with
penne in spicy rosa sauce

\$34

PENNE SAN REMO

chicken breast, artichoke hearts, sun-dried
tomatoes & peas in white wine cream sauce

\$34

FOLLOW US
Giovanni Bettinzoli



IL DONO DELLA PIZZA

di Giovanni Bettinzoli

La pizza non è un cibo, ma **un dono** che dovrebbe essere considerata come una delle sette meraviglie del mondo. La pizza non è il cibo che preferisco in assoluto perché il piatto da me più amato è lo spiedo (Vi rimando al precedente numero di Soufflé), però fidatevi, quanto mi trovo davanti una bella pizza, mi si scalda il cuore con la sua mozzarella bella filante, con il pomodoro immerso in un impasto perfetto. Vorrei quindi fare un appello a tutti gli Stati. Se portassi **un hamburger** vegetariano in America cosa succederebbe? Per noi italiani la pizza non è un cibo è una tradizione. La pizza inoltre è decisamente buona dopo gli allenamenti. Quando torno a casa e i miei genitori mi dicono: "Abbiamo ordinato la pizza... Faccio sempre un salto di gioia perché ho sempre voglia di pizza dopo gli allenamenti. Cari lettori stranieri, vi ricordo che rovinare la pizza con l'ananas (come scrivevo anche nell'editoriale) quindi fidatevi e sappiate che vi preparerò una pizza che non vi scorderete mai perché **LA PIZZA E' SACRA**.



**RICETTE VELOCI
PIZZA PER TUTTI**

Pizza con pancetta

Ingredienti:

400 gr. di pasta per pizza 4 cucchiaini d'olio d'oliva sale 300 gr. di funghi 1 cucchiaino di origano 1 spicchio d'aglio 150 gr. di pancetta affumicata 200 gr. di mozzarella

Preparazione:

Pulite i funghi e poi tagliateli a fettine. Dorate l'aglio in 2 cucchiaini d'olio e metteteci per 5 minuti i funghi. Tagliate a fettine la pancetta e rosolatela. Lavorate la pasta per qualche minuto su una tavola infarinata, ungete una teglia con l'olio e metteteci la pasta allargandola e lasciandola più spessa nei bordi. Metteteci sopra i funghi, la pancetta, la mozzarella a pezzi, l'origano, il sale e l'olio. Infornate per 20 minuti.



Pizza ai formaggi

Ingredienti:

400 gr. di pasta da pizza 1 cucchiaio di farina 2 cucchiai d'olio d'oliva
sale pepe 80 gr. di pancetta affumicata 2 uova 100 gr. di emmental
salvia 100 gr. di fontina

Preparazione:

Tagliate a cubetti la pancetta e rosolatela per 5 minuti. Lavorate la pasta per qualche minuto su una tavola infarinata, ungete una teglia con l'olio e metteteci la pasta allargandola e lasciandola più spessa nei bordi. Tagliate a fettine i formaggi e metteteli sopra la pizza, aggiungete la pancetta e infornate per 10 minuti. Intanto sbattete le uova con sale e pepe, tritate la salvia e mettete il tutto sulla pizza. Infornate per altri 10 minuti



Pizza allo speck

Ingredienti:

5 cucchiai di olio d'oliva, 400 g polpa di pomodoro, 300 g di asparagi freschi sbollentati, sale, 250 g di mozzarella, 100 g di speck affettato. Per l'impasto: 1 cucchiaino colmo di sale, 1 cucchiaino raso di zucchero, 300 g di farina, 1 bustina di lievito pizzaiolo, 2 cucchiai di olio d'oliva e 175 ml di acqua.

Preparazione:

Setacciare la farina in una terrina larga, aggiungere sale, zucchero ed il lievito setacciato, mescolare bene, quindi unire l'olio e un pò per volta l'acqua, amalgamando il tutto con una forchetta. Lavorare velocemente con le mani leggermente unte d'olio, fino ad ottenere un impasto ben amalgamato. Con un matterello stendere l'impasto in una sfoglia rettangolare e trasferirla su una lastra da forno (30 x 40 cm) unta con 2 cucchiai d'olio, distribuirvi polpa di pomodoro ed asparagi e salare a piacere. Cuocere nella parte inferiore del forno preriscaldato a 200-220° per 10 minuti circa. Distribuire infine sulla pizza la mozzarella a dadini e 3 cucchiai d'olio e cuocere per altri 5 minuti circa. Aggiungere lo speck e servire.



Pizza alla cipolla

Ingredienti:

400 gr. di pasta di pizza sale grosso 4 cipolle 3 cucchiaini d'olio d'oliva
10 foglie di salvia

Preparazione:

Affettate le cipolle e lavate la salvia. Lavorate la pasta per qualche minuto, aggiungendo 2 cucchiaini d'olio d'oliva su una tavola infarinata, ungete una teglia con l'olio e metteteci la pasta allargandola e lasciandola più spessa nei bordi. Metteteci sopra le cipolle e la salvia e una manciata di sale grosso. Infornate per 20 minuti





***NON SONO UN
INGORDO: SONO
UN ESPLORATORE
DEL CIBO.***

GIOACHINO ROSSINI



LA MIA GRANDE PASSIONE

di Giovanni Bettinzoli

Una delle mie passioni è la cucina perché mi sembra di stare in paradiso, ogni volta che cucino sono felice. Infine il mio corpo si tranquillizza. La cucina è un posto, in senso figurato, che ti può dare felicità, ma, allo stesso tempo, tristezza. Quando però hai finito di cucinare; quando sai di aver fatto un piatto e di averlo impiattato in modo straordinario... lì sì che ti viene una carica indescrivibile perché sai di aver svolto un buon lavoro. Sei anche felice perché la soddisfazione di aver preparato un buon piatto è gustosa più della pietanza preparata.

La *top tre* dei cibi preferiti sono:

- Lo spiedo è un piatto tipico bresciano con una sfiziosità di carni
- L'arancino è un piatto tipico siciliano fritto in cui al suo interno c'è ragù e del riso ma può avere molto varietà di gusto
- La pizza è un piatto tipico napoletano e sinceramente se sei italiano devi avere almeno la pizza nella tua top 3

Adesso possiamo passare alle conclusioni: il cucinare spero sarà la mia vita perché è una delle cose più belle del mondo (parere mio). Quindi non ne sono sicuro che la cucina possa essere il mio lavoro, ma di una cosa ne sono certo... la amerò per sempre!



*"Non
faccio arte.
Faccio
sushi."*

MASAHARU MORIMOTO





DI GIOVANNI BETTINZOLI

APPELLO ALLE MAMME

Care mamme è una cosa che odio tornare a casa e trovare il minestrone per cena. Adesso vi elenco alcuni motivi:

- Quando torno da allenamento ho una fame che mangerei tutto... tranne ovviamente la minestra di verdure
- Il minestrone non piace a nessuno, tranne ai vegetariani o vegani.

Questi sono alcuni motivi per cui non dovete far trovare il minestrone a tavola però, se c'è, o siete arrabbiate con il mondo, noi cosa abbiamo fatto di male?

Care signore le spiegazioni sono due:

- Da giovanissime prendevate tantissimo minestrone quindi adesso lo riversate su di noi
- Siete vegane o vegetariane

Vi scongiuro dunque non fate trovare a tavola un minestrone, una minestra, a vostro figlio o a vostra figlia (a meno che non siano in punizione).

Se leggete questo articolo care mamme vi devo dire che siete gentilissime e bravissime però quando fate il minestrone vorrei mandarvi a quel paese quindi... NO MINESTRONE DOPO ALLENAMENTO PERCHE' TI ROVINA L'APPETTITO!



La migliore alimentazione per gli sportivi

DI GIOVANNI BETTINZOLI

L'alimentazione per uno sportivo è importante perché se mangi bene puoi fare più possibilità di avere un fisico migliore e giocare meglio in base allo sport che fai giochi meglio. Per esempio io che gioco a basket la mia alimentazione è: se gioco sabato presto cioè subito dopo scuola mangio un risotto in bianco perché è facile da digerire e un po' di sazia, se invece gioco la domenica mattina faccio una colazione abbondante ma non troppo esagerando perché se no dopo non corro più e invece per ultimo se gioco sabato/domenica puoi "mangiare" bene nel senso che puoi mangiare normale come mangi ogni giorno l'importante non mangia troppo. Anche se non siete sportivi avere una buona alimentazione è sempre una cosa buona averla, perché se non c'è l'hai potresti ingrassare e come dice mia mamma: "E' meglio prevenire che venire" cioè vuol dire di non mangiare troppo perché se pesi troppi chili rispetto al normale è difficile dimagrire. Quindi potete scegliervi una dieta cioè quando mangi tanto un giorno a pranzo, puoi mangiare meno a cena.

Quindi cari lettori questa è la mia alimentazione sportiva e io vi ho dato dei consigli che userete fanno la differenza, io gli ho usati e hanno fatto la differenza e fate sport che può darvi emozioni che non avete mai provato.



Il piatto per placare la fame da Lanzichenecchi

Durante le vacanze di Natale sono andato in vacanza a Campitello in Val di Fassa.

Tra i tanti piatti che ho potuto assaggiare ci sono i canederli, dei grossi gnocchi a base di pane tipici della cucina trentina e tedesca.

In origine i canederli o knödel, consistevano semplicemente in palle di pane raffermo fatto a cubetti e tenuto insieme con latte o acqua e uova, un piatto povero con il quale i contadini bavaresi riutilizzavano gli avanzi.

Il termine tedesco infatti è **knödel**, da **“knot”** che sta per “grumo”, da cui poi hanno origine i canederli appunto.

Nella cappella del **castello di Hocheppan**, vicino a Bolzano, ci sono una serie di affreschi del 1180, e in uno di questi è raffigurato un pentolone in cui cuociono 5 canederli e una cuoca che ne assaggia uno.

Una leggenda narra che un giorno dei feroci soldati **mercenari Lanzichenecchi** arrivarono in un maso altoatesino e minacciarono di saccheggiare e appiccare il fuoco alla casa, se le donne non gli avessero subito preparato qualcosa da mangiare.

Le contadine si misero al lavoro con i pochi ingredienti che avevano a disposizione: pane, uova, cipolle, speck, latte e farina.

Con questi pochi ingredienti fecero un impasto a forma di pallette, le misero a cuocere in acqua e le servirono ai soldati che sazi si addormentarono. Al loro risveglio se ne andarono e il comandante **lasciò alle cuoche** anche un paio di monete d'oro come ricompensa.

Noi non sappiamo quali ingredienti venivano utilizzati per preparare i canederli a quel tempo, ma se una volta erano un “piatto povero”, oggi sono considerati un piatto prelibato.

Come ogni ricetta tradizionale esistono diverse versioni e **innumerevoli varianti**: verdi agli spinaci, rosa alle bietole, ai formaggi, ai funghi...

Ci sono anche le versioni dolci a base di ricotta, farciti di mele o frutti di bosco, ma l'ingrediente principale è sempre il pane. Per chi volesse **provare a cucinarli**, la preparazione è molto facile e veloce.

Nella ricetta tradizionale bisogna mettere in una terrina il pane vecchio tagliato a pezzetti e lasciarlo ammorbidire con il latte tiepido per alcuni minuti.

Nel frattempo, rosolate in una padella lo speck tagliato a dadini e la cipolla.

Conta i Canederli

LO CHEF

GABRIELE GATTI

Mescolare insieme aggiungendo due uova, due cucchiaini di farina, una presa di sale e un po' di prezzemolo tritato o erba cipollina, mischiare bene e amalgamare tutti gli ingredienti.

Fare delle palle di circa 5 cm di diametro e cuocere per 20 minuti nel brodo di carne.

Generalmente i canederli vengono serviti in brodo, ma vi assicuro che sono buonissimi anche conditi con il burro fuso.

Non mi resta che dirvi, Buon appetito!





*L'ingrediente
principale per una
buona cucina è
l'amore verso coloro
per cui cuciniamo*



RISOTTI

CHE FRAGOLA FA

Di Sara Beatrice Bello

Foto di Anna Balestra e Lisa Paolucci

RISOTTO ALLE FRAGOLE

INGREDIENTI:

250g di fragole
25g di cipolla
1 dado
300g di riso
150g panna da cucina

PROCEDIMENTO

Lavare le fragole

- 1) Mettere 300 ml di acqua a bollire con l'aggiunta del dado.
- 2) In una casseruola ,rosolare la cipolla con un cucchiaino di olio extravergine di oliva e poco alla volta aggiungere il brodo.
- 3) Aggiungere 300 g di riso con l' aggiunta del brodo, poco alla volta.
- 4)Frullare le fragole con la panna.
- 5) Quando il riso sarà cotto, aggiungere la crema di panna e fragole e mescolare velocemente.

Il risotto alle fragole uscirà cremoso e con un gusto delicato. La fragola, è ricca di vitamina C e potassio e soprattutto, aiuta il cervello ad eliminare sostanze tossiche.

Ogni volta che la nonna mi prepara questo risotto sono felice. Il colore rosa della fragola con la panna mi piace tantissimo.

Dolcemente

DOLCI PER TUTTI I GUSTI



Tiramisù!

Di Sara Baresi



Il tiramisù è un dolce e prodotto agroalimentare tradizionale diffuso in tutto il territorio italiano, le cui origini sono dibattute e attribuite soprattutto al Veneto e al Friuli-Venezia Giulia. È un dessert al cucchiaio a base di savoiardi (oppure altri biscotti di consistenza friabile) inzuppati nel caffè e ricoperti di una crema, composta di mascarpone, uova e zucchero, che in alcune varianti è aromatizzata con il liquore.

Per prepararlo secondo la ricetta originale servono i seguenti ingredienti: biscotti savoiardi, uovo, zucchero, caffè, mascarpone e cacao in polvere. Non è previsto il liquore, tuttavia se si vuole aggiungere, il più indicato è il Marsala.

La forma originale del dolce è rotonda, anche se la forma dei savoiardi favorisce l'uso di una pirofila rettangolare o quadrata, diffondendo l'immagine classica "a mattonella". Tuttavia è spesso assemblato anche all'interno di bicchieri di vetro rotondi, che mostrano i vari strati, o a piramide.

INGREDIENTI

- 3 uova
- 100 gr di zucchero
- 500 gr di mascarpone
- 300 gr di savoiardi o pavesini
- 250 ml di caffè
- cacao amaro qb

Ancora Tiramisù

QUESTA TORTA È LA CLASSICA TORTA IDEALE PER LE FESTE

PREPARAZIONE

Preparate il caffè. Una volta pronto, aggiungete un cucchiaino di zucchero e fatelo raffreddare in una ciotolina. Separate gli albumi dai tuorli e montate bene questi ultimi con 3 cucchiaini di zucchero, tenendo da parte gli albumi, che serviranno anch'essi nel tiramisù. Aggiungete il mascarpone alla montata di uova, amalgamando dal basso verso l'alto per non far smontare il composto. Fate attenzione ad utilizzare uova e mascarpone a temperatura ambiente. A questo punto, montate a neve ferma gli albumi e aggiungeteli alla crema di mascarpone appena preparata sempre mescolando delicatamente dal basso verso l'alto. Aggiungete un pizzico di sale agli albumi per facilitare l'operazione. Componete il tiramisù nella pirofila o nel bicchiere alternando strati di crema al mascarpone a strati di pavesini o savoardi imbevuti nel caffè.

Coprite la pirofila con un foglio di carta argentata e fatelo riposare qualche ora in frigorifero prima di servire. Prima di servirlo, spolverate il tiramisù con cacao amaro setacciato. Se volete renderlo più bello dal punto di vista estetico potete formare tanti piccoli ciuffetti di crema al mascarpone con un sac à poche.

Il tiramisù è un dolce buonissimo e che a casa mia non può mai mancare. Lo cuciniamo ad ogni festa ed a ogni compleanno è un dolce semplice e veloce che non smetteremmo mai di cucinare. È uno dei miei dolci preferiti.

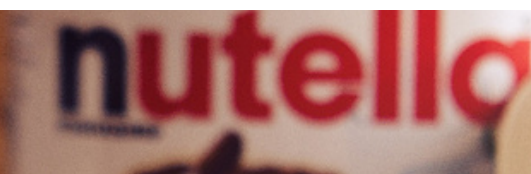
SOUFFLÉ



Poesie sulla bella Nutella

DI GIOVANNI BETTINZOLI

La Nutella
così dolce e bella,
si mangia con il pane e la frittella.
Amo la Nutella,
ma se ne mangiate troppa
chi tra voi sarà più snella?
Fatta con le nocciole e il cioccolato
una vera delizia per il palato!!





Torta alla ricotta

LA RICETTA
SELEZIONATA DA
SOUFFLÉ

di Gloria Rossi

INGREDIENTI

Gli ingredienti della torta di ricotta sono:

Farina con lievito: 250g

Zucchero: 200g

Ricotta: 250g

Burro: 80g

Tuorli d'uovo: nr 2

Bustina vanillina: nr 1

Un pizzico di sale

PROCEDIMENTO:

Lavorare la ricotta con lo zucchero, i tuorli ed il burro sciolto e freddo, il sale e la farina con il lievito, vanillina e scorza di limone. Dopo aver amalgamato il tutto, versare il composto in uno stampo imburrato e infarinato, quindi inserirlo nel forno già preriscaldato. Tempo di cottura di circa 30/35 minuti a 180°.

Questa torta è molto importante, mi ricorda tanto la mia infanzia, l'ho sempre cucinata con mia nonna, anche perché è molto semplice e per me, che ero piccola quando ho imparato a farla era più semplice. Adesso ho imparato a farla da sola e la cucino io; quando ci sono i pranzi e le cene speciali non può mai mancare la torta di ricotta.

Ogni volta infatti che c'è qualcosa di speciale il nostro asso nella manica è proprio questa torta...

Le torte
rendono
tutti
felici.



NON SAI CHE LIBRO LEGGERE?

CERCALO SU FRENGUS

READ NOW

