

# Ricette dal mondo

(a cura di Salvatore)

## Pancake

I pancake sono un dolce tradizionale per la prima colazione dell'America settentrionale. Si tratta di frittelle simili alle crepes, solo che sono più spesse e più morbide e un po' spugnose perchè devono assorbire lo sciroppo d'acero che di solito viene aggiunto sopra.

Dosi per 15 pancake circa

Tempo di preparazione: 1 ora circa

### Ingredienti

- Farina 00gr
- Zucchero 25gr
- 2 uova
- Latte (intero) 200gr
- Lievito in polvere 6gr
- Burro 25gr

### Procedimento

Sciogliere il burro nel forno microonde. Separare i tuorli dai bianchi dell'uovo. Aggiungere lo zucchero ai tuorli e mescolare finché è ben amalgamato. Unire il bianco al composto, aggiungere la farina e mescolare, aggiungere il latte. Aggiungere il lievito e il burro, mescolare il composto con la frusta. Se il composto è troppo denso aggiungere un filo di latte. Prendere una padella piccola e bassa, (fiamma media) far sciogliere un piccolo pezzo di burro per evitare che il composto si attacchi alla padella. Prendere il composto con un piccolo mestolo mettendo nella padella cercando di formare un cerchio. Si formeranno delle piccole bolle sulla superficie. A quel punto girare il pancake con una spatola. Servire accompagnati da cioccolato fuso o sciroppo d'acero.



Annalisa

# Samosa

I samosa sono un antipasto tradizionale dell'India e delle isole Mauritius.

Dosi per 4 persone

Tempo di preparazione: 2 ore e 30

## Ingredienti

Per la pasta:

- 385g di farina
- 1 cucchiaino di sale
- 125 ml di acqua
- 125 ml di olio



Per il ripieno:

- 3 patate medie
- 1 cipolla tritata
- 115 g di piselli
- 1 cucchiaio di curry
- 2 cucchiaini di salsa pomodoro

## Preparazione

Per la pasta: mescolare tutti gli ingredienti e formare un panetto. Stenderlo con il mattarello.

Per l'impasto: preparare l'impasto scaldando in una padella tutti gli ingredienti per il ripieno. Poi con un piccolo cucchiaino mettere piccole quantità di ripieno sulla pasta, tagliare e ripiegare la pasta formando dei triangolini lunghi circa 5/6 cm. Dopo aver creato le vostre samosa, se si vuole mangiarle subito, devono essere fritte in una padella finché diventano dorate. Altrimenti si possono mettere dentro dei sacchetti di plastica nel freezer.

A piacere si possono aggiungere delle salse.

Salsa yoghurt (Ingredienti: 1 vasetto di yoghurt magro, 1 cetriolo). Mettere in una ciotola bianca lo yoghurt, poi tritare grossolanamente le 10 fette di cetrioli, poi aggiungere allo yogurth con un pizzico di sale. Mescolare tutto insieme.

Salsa pomodoro: (Ingredienti: un mazzetto di prezzemolo, 10 pomodorini rossi). Frullare i pomodorini e le foglie del prezzemolo, aggiungere un pizzico di sale.

# Arepas

Le Arepas sono un piatto tipico venezuelano.

Dosi per 8 persone

Tempo di preparazione:

Ingredienti

- farina di mais 500g
- acqua 500ml
- un cucchiaino di sale
- un cucchiaino di burro
- montasio a fette

Procedimento

- scaldare acqua, quando è tiepida aggiungere un cucchiaino di sale e scogliere molto bene, mescolare con la farina di mais fino a formare una massa omogenea.
  - quando si forma la massa, aggiungere il cucchiaino di burro sciolto e mescolare con le mani.
  - formare delle palline e lasciarle riposare per alcuni minuti
  - appiattirle con le mani o con l'aiuto di due piatti fino a formare un panino un po' grosso
- Mettere il panino in una padella e cucinare su entrambi i lati a fuoco basso finchè si dori.
- aprire il panino e riempire con il formaggio, mettere in forno a 180° per 10 min, finchè il panino finisca di cucinarsi insieme al formaggio.
  - infine, mettere un pò di burro, un pizzico di sale e gustarsi le proprie Arepas.



Melisa

# Baozi



Il “Baozi” è un piatto cinese. Si presenta come un pane rotondo, un po’ come il tipico panino, ma è di colore bianco. La particolarità di questo piatto è la cottura, infatti viene cotto a vapore. In Cina viene mangiato sia durante i pasti principali, sia a colazione. Ci sono vari tipi di baozi.

## **Ingredienti:**

500gr farina

Un cubetto di lievito di birra

Una ciotola di acqua tiepida

Un po’ di sale

Un bicchiere di latte

Un cucchiaino di olio di girasole

Due cucchiaini di vino di riso.

Impastare, dividere in panini tondi e lasciare lievitare per 1 ora e mezza finchè raddoppia il volume

## **Ripieno**

può essere di verdure o di carne o di entrambi ( cavolo, carne di maiale, funghi e carote etc.)

## **Cottura**

Far bollire l’acqua in una pentola e porre sopra il cestello facendo cuocere i baozi per 15 minuti . Spegnerne il fuoco e lasciare i baozi senza aprire il cestello per altri 5 minuti.

Devono essere serviti caldi

