

Ricette da Jasminum a Juniperus

Le ricette in bianco non mostrano il testo di ingredienti e preparazione perché pur facendo parte del nostro data base sono inserite in lavori specifici aventi finalità editoriali attualmente in corso, e quindi non ci sembra rispettoso riportarle in anticipo sul sito. Queste ricette saranno comunque presenti in questa sezione non appena possibile. Nel frattempo chiunque ne avesse bisogno per qualsiasi uso può contattarci e provvederemo, senza alcun aggravio se per iniziative non commerciali, a inviargliele via mail.

Jasminum officinale - Gelsomino

Sorbetto al gelsomino*

50 g di fiori di gelsomino, mezzo litro d'acqua, 150 g di zucchero, 4 uova, un bicchierino di rum

Far macerare nell'acqua i fiori di gelsomino freschissimi per qualche ora. Filtrare e portare l'acqua aromatizzata ad ebollizione. Aggiungere lo zucchero semolato e mescolare finché non si sia completamente sciolto. Far raffreddare lo sciroppo, incorporare gli albumi ed il bicchierino di rum. Porre il composto nel congelatore o nella gelatiera per il tempo necessario ad ottenere un morbido sorbetto. Servire spolverizzato con cannella in polvere.

**Ricetta tipica siciliana*

Juglans regia – Noce

Frittata alle noci

4 uova, 10 gherigli di noci, sale, un pizzico di pepe, una carota tritata fine, una noce di burro
Sciogliere il burro in una padella antiaderente e mettere a cuocere la carota nel burro. In una



terrina sbattere le uova col sale e i gherigli di noce macinati finemente. Quando la carota è cotta, aggiungere il composto con le noci. Far prendere colore alla frittata, girandola da entrambi i lati. Cospargere un poco di pepe prima di servire.

Pesce piccante all'araba

1 o più pesci del peso di un chilo e mezzo (cernia, orate o simili), 300 g di noci sgusciate, 1 mazzetto di coriandolo o di prezzemolo, una decina o meno spicchi d'aglio, 7 cucchiaini di olio extravergine d'oliva, il succo di 2 limoni, sale, 1 cucchiaino di pepe di Caienna

Pulire e asciugare, accuratamente il pesce. Adagiarlo in una teglia da forno. Tritare le noci insieme al coriandolo o al prezzemolo e poi aggiungervi gli spicchi d'aglio schiacciati. Mescolare il trito, aggiungere olio, il succo dei limoni, sale, pepe e passare il composto al mixer dopo averlo diluito con un po' d'acqua. Porre una parte della salsa all'interno del pesce usando la rimanente per coprirlo e infornare a 180 °C per una quarantina di minuti. Servire il pesce sia caldo che freddo a seconda del gusto. Si può aggiungere alla salsa i chicchi interi di mezza melagrana o il loro succo.

Pesto di noci

Polvere di Venezia

Mallo di alcune noci, salvia, ruta

Seccare il mallo di alcune noci, la salvia e la ruta. Macinare finemente e miscelare in eguale quantità. Conservare in un barattolo di vetro al riparo dall'umidità e dalla luce. Usare questa polvere per arrosti, verdure o sughi al posto del pepe.

Risotto con le noci

350 g di riso, due manciate di gherigli, una cipolla bianca media, due cucchiaini di olio extravergine d'oliva, due noci di burro, vino bianco

Rosolare la cipolla nell'olio, aggiungere il riso, bagnare con mezzo bicchiere di vino bianco e quando è evaporato aggiungere man mano brodo vegetale bollente fino a raggiungere la cottura come per tutti i risotti. Aggiustare eventualmente di sale. Mescolando incorporare il burro e le noci tritare fini. Aggiungere il parmigiano e fare mantecare, portando poi subito in tavola.

Spaghetti con le noci

400 g di spaghetti, 400 g di noci, 1 spicchio di aglio, una manciata di mollica di pane, 100 g di panna, olio extravergine di oliva, sale, noce moscata

Sgusciare le noci. Pestarle in un mortaio insieme con lo spicchio di aglio, mollica ammollata in un poco di acqua o latte e strizzata e una presa di sale. Pestare fino ad ottenere una crema. Porre la crema su fiamma moderata e diluirla con la panna e qualche cucchiaino di olio senza farla sobbollire. Lessare gli spaghetti e scolarli al dente. Condire con la salsa di noci, aggiungendo una spolverata di noce moscata prima di servire.

Sugo di noci

50 g di gherigli, 25 g di pinoli, 30 g di burro, un cucchiaino di prezzemolo, sale

Tritare noci e pinoli finissimamente. Scaldare in una padella antiaderente il burro a fuoco molto basso e unire le noci ed i pinoli in modo da ottenere un composto omogeneo. Aggiustare di sale e condire con la salsa pastasciutte, nel formato preferito e aggiungendo magari del prezzemolo tritato.

Tagliatelle alla borragine con sugo di noci

Per 4 persone: 350 g di farina, 3 uova, una manciata abbondante di gherigli di noce e almeno 20 g di pinoli, olio extravergine di oliva, prezzemolo tritato, sale e pepe q. b.

Lessare la borragine in abbondante acqua salata. Scolarla, conservando l'acqua di cottura, strizzarla per bene e passarla al passaverdura o frullarla per aggiungerla



all'impasto preparato con farina, uova, poca acqua e una presa di sale. Tirare la sfoglia e ricavare delle larghe tagliatelle che andranno cotte nell'acqua di cottura della borragine rimessa sul fuoco. Soffriggere nel frattempo in una padella per qualche minuto i gherigli di noce e i pinoli sottilmente pestati. Togliere dal fuoco, unire il prezzemolo tritato e aggiustare di sale e di pepe. Scolare le tagliatelle, passarle velocemente nel sugo di noci in padella per insaporire servire ancora caldo.

Torta di noci

Torta di noci e carote

250 g di noci sgusciate, 250 g di carote, 200 g di zucchero, 100 g di fecola di patate, la scorza grattugiata di 1 limone, 1 bustina di zucchero vanigliato, burro, farina, zucchero a velo, sale

Sbattere i tuorli d'uovo con lo zucchero, aggiungendo una presa di sale, la scorza di limone e lo zucchero vanigliato, sino ad ottenere una crema. Aggiungere le carote grattugiate e la fecola alle noci macinate. Montare gli albumi a neve ben ferma ed amalgamarli all'impasto. Porre il composto in uno stampo imburrato e infarinato e cuocere in forno per circa trenta minuti a 180 °C. Far raffreddare e cospargere la torta di zucchero a velo prima di servire.

Torta di noci rustica

Zelten

200 g di farina, 100 g di fichi secchi, 100 g tra noci e nocciole sgusciate, 60 g di burro, 50 g di

uvetta, 50 g di pinoli, 50 g di scorza di arancia candita, 20 g di lievito di birra, 1 uovo, 2 tazzine di latte, 2 cucchiari di miele, vaniglia, noci e mandorle sgusciate per decorare, sale

Fare rinvenire l'uvetta e i fichi secchi tagliati a pezzettini in acqua tiepida. Mescolare con la farina un pizzico di sale, il lievito fatto sciogliere con un po' di acqua tiepida e un cucchiaino di miele e fare riposare la pastella per circa mezz'ora. Unire alla pastella il burro, il miele rimasto, l'uovo e un po' di latte. Lavorare fino ad ottenere un composto cremoso e molle. Incorporare a questo punto l'uvetta e i fichi scolati e strizzati, i pinoli, le noci e le nocciole tritare, l'arancia candita tritata grossolanamente. Coprire l'impasto e fare riposare per un paio di ore. Disporre l'impasto in una teglia imburata e infarinata, decorando la superficie con mandorle spellate e gherigli di noce. Cuocere in forno caldo per circa un'ora. Gli zelten si consumano almeno 36 ore dopo la cottura. Se ben conservati si conservano a lungo.

Juniperus communis – Ginepro

Lonza al ginepro e birra

700 g di lonza, 1 cucchiaino di bacche di ginepro pestate, 4 cucchiari d'olio, 1 foglia di alloro, 2 porri, mezzo litro di birra

Rosolare con l'olio in una casseruola la lonza, per bene su tutti i lati; salare e pepare, distribuendovi sopra le bacche di ginepro pestate. Aggiungere la foglia di alloro, la parte bianca dei 2 porri tagliata a rondelle sottili e la birra. Cuocere per circa un'ora e mezza, girando di tanto in tanto la carne. Affettare la lonza non troppo sottilmente, eliminando la foglia di alloro e frullando il fondo di cottura fino a ridurlo in salsa. Servire la lonza su di un piatto di portata ricoperta dalla salsa ben calda.

Marinata aromatica per grigliata

Un cucchiaio di bacche di ginepro, 1 bicchiere di olio extravergine di oliva, 2 cucchiari di aceto aromatico, 2 foglie di alloro, sale, 1 peperoncino rosso

Emulsionare l'olio con l'aceto e un pizzico di sale. Unire alla salsina le bacche di ginepro,



l'alloro e il peperoncino sminuzzati. Lasciare riposare la carne nella marinata per circa 30-40 minuti prima di cuocerla alla griglia.

Pane al ginepro

600 g di farina 00, 200 g di farina di segale, 200 g di farina integrale, 400 g d'acqua, 100 g di latte, alcune una manciata di bacche di ginepro (poche), lievito di birra, sei cucchiari di olio extravergine di oliva, due cucchiaini di sale

Pestare per bene le bacche di ginepro in un mortaio. Sciogliere il lievito nel latte tiepido e poi impastare come d'uso le farine con l'acqua, il latte, l'olio, il sale e le bacche di ginepro pestate. Lavorare a lungo il pane e quando lievitato cuocere nel forno a 200 gradi per 45 minuti. Si accompagna soprattutto con la selvaggina.

Salsa al ginepro

2 mele gialle, 20 bacche di ginepro fresche, un limone, zucchero

Porre in un tegame due mele sbucciate e tagliate a tocchetti con un fondo d'acqua. Aggiungere le bacche di ginepro e lasciare sobbollire fino a ridurre il tutto a una densa purea. Stemperare la purea con il succo di un limone, aggiungere uno o due cucchiari di zucchero e lasciare addensare. Servire questa antica salsa, di origine medioevale, come contorno alla carne di maiale arrosto.