

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.

<i>Misticanze e miscugli</i>		
Acquacotta alle erbe		
Caciucco di ceci		
Chifel con formaggio fresco alle erbe primaverili		
Cioncia della Valdinievole		
Crêpes alle erbe selvatiche		
Crescione		
Erbe di campo maritate		
Erbe e patate		
Erbe ripassate con uvetta e pinoli		
<i>Erbi</i>		

<i>Erbolat</i>		
Fiori ghiacciati		
Frittata alle erbe 1		
Frittata alle erbe		
Flan di verdure selvatiche		
Focaccia ripiena alle erbe		
Gnocchi al ragù con le erbe		
Insalata di ravanelli ed erbe selvatiche		
Insalata mista 1		
Insalata mista 2		
Insalata mista con fiori		
Insalata mista di erbe di campo		
Insalata primaverile 1 *		

Insalata primaverile 2		
Insalata speciale		
Insalata di fine inverno		
Minestra alle erbe		
Minestra di erbe selvatiche		
Minestra di fagioli ed erbe selvatiche		
Minestra selvaggia		
Misticanza con parietaria		
Misticanza ricca con pimpinella, silene alba e tarassaco		
Misticanza speciale*		
Pancotto alle erbe		
Pancotto con verdure di campo		

Pansotti in salsa di noci		
Passato di erbe selvatiche 1		
Passato di erbe selvatiche 2		
Pici alle erbe		
<i>Pizze e fojje</i>		
Polenta incatenata		
Polpettine di erbe selvatiche e mozzarella		
Preboggion (piatto tipico ligure)*	<p>Misticanza di erbe spontanee, fra le quali, le più importanti sono: <i>Reichardia picroides</i> (meglio se abbonda), <i>Sonchus oleraceus</i>, <i>Urospermum dalechampii</i>, <i>Taraxacum officinalis</i>, <i>Borago officinalis</i>, <i>Urtica dioica</i>, <i>Sanguisorba minor</i>, <i>Hyoseris radiata</i>, <i>Papaver rhoeas</i>, ecc.; olio e limone.</p>	<p><i>Pulire accuratamente le verdure e cuocerle in acqua bollente salata. Si può scolare e condire con olio e limone o si può consumare in minestra, con poca acqua, condita con olio extravergine di oliva. Si possono unire patate, lessate eventualmente anche a parte, e ripassare in padella. Può accompagnare le tipiche focacce liguri e essere utilizzato, ben asciutto e insaporito per il ripieno dei noti pansotti liguri.</i></p> <p>* E' una delle tante versioni quanto a composizione di erbe (tutte comunque abbastanza somiglianti)</p>

Purea di patate e parietaria		
Rotolo di vitello farcito al <i>preboggion</i>		
Salsa alle erbe selvatiche		
Semolino alle erbe selvatiche		
Spaghetti alle erbe selvatiche		
spaghetti alle erbe primaverili		
Torta alle erbe selvatiche		
Torta salata alle erbe selvatiche		
Zuppa con fagioli gialloni della Tuscia e erbe di campo		
Zuppa d'erbe		
Zuppa di erbe di campo e patate		

Zuppa di erbi		
Zuppa rustica alle erbe		