

SALUTIAMOCI: mangiar bene per stare bene
<http://lericettedisalutiamoci.blogspot.it/>

MANGIARE BENE PER STARE BENE



Ottobre 2012: le ricette con CASTAGNE

<http://www.kitchenbloodykitchen.com/2012/10/salutiamoci-di-ottobre-le-castagne.html>

Con castagne e marroni:

PRIMI:

1. Riso integrale mirto e castagne - Stella di Stelladisale

<http://www.stelladisale.it/2010/01/riso-integrale-mirto-e-castagne/>

Dal tempo delle castagne ne avevo ancora un po' in freezer già cotte, per la verità non sanno di niente, proverò l'anno prossimo a congelarle crude, messe nel riso però danno quel tocco di dolcezza che col mirto ci sta bene. In Sardegna a settembre tra le altre cose avevo preso delle bacche di mirto secche senza sapere poi cosa farne, in pratica, allora ho pensato ad un decotto, e ci ho cotto il riso, ovviamente integrale.

Il riso l'ho cotto come al solito facendogli assorbire tutta l'acqua di cottura (circa un litro di acqua per tre pugni scarsi di riso). Ci mette circa 50 minuti ma dipende dal riso, io ho usato un baldo integrale biodinamico. Al bollore dell'acqua, prima di mettere il riso, ho messo due bustine di quelle per il tè piene di bacche di mirto e le ho fatte bollire col riso, togliendole però dopo una decina di minuti, per paura che diventasse troppo amaro. Il mirto dà al riso quel sapore inconfondibile amarognolo che magari da solo potrebbe essere troppo preponderante ma che con qualcosa di dolce ci sta bene (castagne, ma anche zucca, carote).

Mentre il riso cuoceva ho scaldato dell'olio evo in padella ed ho cotto dello scalogno tritato a fuoco basso, ho aggiunto le castagne tagliate a pezzetti, un pizzico di un mix di spezie fatto al momento (pepe nero, peperoncino, coriandolo, anice, cumino, chiodo di garofano), un pizzico di sale affumicato, un bicchierino di liquore di mirto rosso e del pepe rosa intero che mi piace trovare sotto i denti ma che al limite si può pestare col resto delle spezie. Non ho aggiunto altro. Il sale nell'acqua del riso non lo metto mai, secondo me rovina il sapore ma son gusti. Quando il riso è stato cotto l'ho aggiunto al condimento in padella, girato, lasciato riposare un minuto e servito.

2. Tagliatelle di castagne con sugo di chioggia - Stella di Stelladisale

<http://www.stelladisale.it/2009/10/tagliatelle-di-castagne-con-sugo-di-chioggia/>

Per le tagliatelle ho fatto una normale pasta all'uovo ma con le castagne (bollite pelate e tritate).

Ho impastato 100 gr di farina 0, 100 gr di castagne, 2 uova intere e un pizzico di sale, aggiungendo altra farina fino ad arrivare alla consistenza giusta. Poi ho lasciato riposare in un sacchettino di plastica un'oretta.

Ho steso la pasta abbastanza grossa e tagliato le tagliatelle, con la macchina, le ho messe subito in freezer come sempre. Il sugo l'ho preparato la sera prima, ho scaldato olio evo con aglio e zenzero grattugiati e un po' di anice, cumino, pepe rosa (ultimamente m'è presa la mania del pepe rosa), ho aggiunto la Chioggia tagliata a listarelle e salato, abbassato il fuoco e cotto 5 minuti. Il giorno dopo mentre cuocevano le tagliatelle ho scaldato il sugo (secondo me riscaldato è più buono) con un po' di acqua di cottura, ho aggiunto in padella le tagliatelle al dente, spento, aggiunto del pecorino grattugiato (ma van benissimo anche delle mandorle tritate fini) e mescolato bene. Un altro sugo che con queste tagliatelle ci sta benissimo è quello classico dei pizzoccheri.

3. Crema alla zucca e funghi con castagne - Xcesca di La tana del riccio

<http://latanadelriccio.wordpress.com/2011/09/23/crema-alla-zucca-e-funghi-con-castagne/>

una bella fettona di zucca delicata

una piccola cipolla dorata

una tazzona colma di acqua di cottura dei funghi (o due pugni di funghi di bosco)

dado vegetale in polvere

qualche ago di rosmarino

7-8 castagne cotte al forno

pepe nero e olio evo

Rosolare in un cucchiaino di olio e uno di acqua la cipolla tagliata sottile e qualche ago di rosmarino. Aggiungere la zucca sbucciata e tagliata a cubetti, lasciare stufare un po' dopodiché aggiungere il brodo dei funghi bollente (o stufare i funghi assieme alla zucca e bagnare con brodo vegetale). Coprire la pentola e lasciar cuocere a fuoco lento aggiungendo solo gli ultimi 5 minuti il dado vegetale in polvere. Frullare la minestra, versarla in una ciotola e completare con le castagne sbriciolate, un giro di olio evo e pepe nero.

4. Vellutata di zucca e castagne -Claudia di Scorza d'arancia

<http://scorzadarancia.blogspot.it/2012/10/i-colori-caldi-dellautunno-e-le.html>

per due persone:

500 g di zucca pulita

10 castagne

50 g di nocciole tostate

1 cucchiaino raso di curry

pistilli di zafferano

sale

pepe

olio extravergine d'oliva

Togliete il guscio alle castagne e lessatele in acqua leggermente salata. Nel frattempo tritate finemente la cipolla, mettetela in un tegame di coccio e dorate a fuoco dolce. Aggiungete la zucca tagliata a dadi, mescolate e diluite con 250 ml di acqua calda, cuocete per circa 15 minuti. Eliminate la pellicina dalle castagne, mettetele nel tegame insieme alle nocciole e al curry . Portate a cottura, aggiustate di sale e riducete in purea con un frullatore a immersione. Pepate, aggiungete un giro d'olio crudo e impiattate decorando con lo zafferano.

5.Vellutata di porri, spinaci e castagne – Francesca di I paciocchi di Francy

<http://www.paciocchidifranc.com/2012/10/vellutata-di-castagne-porri-e-spinacie.html>

Ingredienti per una persona:

50 gr di castagne già lessate

1 pezzo di porro

2 manciate di spinaci freschi

olio

1 foglia di alloro

sale rosa (o comune sale grosso)

Preparazione

In una padella dai bordi alti fate rosolare lo scalogno affettato a velo con un po' di olio. Aggiungete le castagne e fate insaporire a fuoco basso per qualche minuto. Aggiungete l'alloro sminuzzato, gli spinaci e due tazze di acqua (magari iniziate con una sola, tenendo l'altra pronta da aggiungere). Fate cuocere per circa 50', aggiungendo acqua qualora dovesse consumarsi troppo. Alla fine frullate col mixer fino ad ottenere una vellutata liscia ed omogenea. Per la decorazione: tagliate due o tre castagne a metà, cospargetele con sale rosa e mettetele su una teglia coperta di carta da forno. Prendete qualche fogliolina di spinacino fresco, lavata ed asciugata e mettetela anch'essa sulla teglia con un po' di sale anch'essa. Fate passare in forno (o nel microonde, funzione grill) fino a quando gli spinaci e le castagne non saranno croccanti (gli spinaci fanno prima, ovviamente). Versate la vellutata nei piatti e decorate con le castagne e gli spinaci croccanti al sale.

6.Ravioli di castagne con sugo di seitan e funghi - Stella di Stella di sale

<http://www.stelladisale.it/2012/10/ravioli-di-castagne-con-sugo-di-seitan-e-funghi/>

per la pasta:

250 gr di farina 2

2 uova

1 cucchiaino di olio e.v.o.

una presa di sale

pepe nero

per il ripieno:

castagne bollite e pelate

noci tritate

spezie miste tritate (cannella, vaniglia, chiodi di garofano, pepe lungo, pepe rosa)

sale rosa

per il sugo:

olio e.v.o.

aglio e zenzero

cipolla e carota

gambi di prezzemolo

semi di finocchio e di cumino

seitan

funghi porcini secchi ammollati

sale rosa

origano

curry piccante

passata di pomodoro
per il finto-parmigiano:
noci tritate
lievito alimentare in scaglie
(tutti gli ingredienti tranne i funghi e le castagne sono biologici)

La pasta, la solita pasta, la faccio così: setaccio la farina in una ciotola, aggiungo le due uova intere, l'olio, sale, pepe. Dovrebbe non esserci bisogno di aggiungere acqua ma dipende dalla farina. Mischio bene con una forchetta e poi con le mani, impasto velocemente e lascio riposare qualche ora la pallotta infarinata in un sacchettino.

Il ripieno l'ho fatto tritando le castagne bollite (che si fanno bollire facendo prima un taglietto e poi in acqua salata con alloro e semi di finocchio) con le noci e un po' di spezie, le dosi a occhio.

Il sugo: ho messo un giro d'olio evo in pentola (di ghisa) con aglio intero e zenzero tritato, ho aggiunto semi di finocchio e di cumino, la cipolla e la carota tagliate a dadini piccoli (ma se preferite tritateli), lasciato insaporire bene e poi unito il seitan tagliato a dadini piccoli anche lui (si può anche tritare a coltello) e i funghi ammollati, strizzati e tagliuzzati fini. Le dosi a occhio pure qui.

Ho salato, aggiunto origano e curry piccante, fatto cuocere un'oretta aggiungendo un po' di acqua dei funghi.

Poi ho aggiunto la passata di pomodoro e cotto ancora qualche minuto. Ho lasciato riposare perché è più buono riscaldato.

Si cuociono i ravioli al dente (io li congelo appena fatti e li butto congelati nell'acqua), si mettono nella padella col sugo riscaldato, si gira e si spegne. Si serve con una spolverata di noci tritate cui è stato aggiunto un po' di lievito alimentare in scaglie (per una manciata abbondante di frutta secca mezzo cucchiaino di lievito, più o meno).

7. Zuppa di cicerchie e castagne - Elvira di Un filo d'erba cipollina

<http://unfiloderbacipollina.blogspot.it/2009/11/la-castagna-e-la-cicerchia-una-storia.html>

Ing: (per 2 persone)

200 g di cicerchie cotte *

100 g di castagne lesse spellate**

un mazzetto aromatico formato da rosmarino, salvia, timo e maggiorana ***

2 cucchiari di olio extravergine di oliva

mezzo scalogno

sale, pepe macinato al momento

*Per cuocere le cicerchie: tenerle a bagno in acqua fredda per 24 ore, poi scolarle, metterle in una casseruola con abbondante acqua fredda, uno spicchio di aglio, un gambo di sedano, un pomodorino tagliato in quattro e cuocere a fuoco lento per almeno un'ora.

**Per lessare le castagne: togliere la buccia esterna e metterle in acqua fredda con un pizzico di sale ed un paio di foglie d'alloro. Cuocere a fuoco medio per circa 20-30 minuti. Eliminare la pellicina mentre sono ancora calde.

***Ehm...dunque...io pensavo che fosse maggiorana il rametto che ho preso dalla piantina spuntata tardivamente sul mio balcone (dopo due anni come posso ricordarmi che semini avevo piantato?), ma Enza dice che no, non è lo ve lo dico appena lo scopro, ma senza saper ne' leggere ne' scrivere direi che la maggiorana va bene comunque. In una pentola far soffriggere brevemente lo scalogno tritato con l'olio ed il mazzetto di erbe legato con uno spago da cucina, poi aggiungere le cicerchie e le castagne spezzettate, aggiungere acqua fredda a filo, salare, pepare e cuocere a fuoco basso per 30.

A fine cottura eliminare il mazzetto aromatico, frullare parte della zuppa col minipimer in modo da renderla più cremosa.

Si può mangiare subito (mmmhhhhh, avete letto sopra???, ma con un riposo di mezza giornata (o anche un giorno intero) diventa eccezionale, i sapori si uniscono alla perfezione.

8. Avena con castagne e cavolo romano - Lo di Galline 2ndlife

<http://galline2ndlife.blogspot.it/2012/10/fare-limpossibile.html>

per 4 persone:

250 gr di avena decorticata

1 cipolla rossa

1 cavolo romano

15\20 castagne

alloro

semi di finocchio

olio extravergine d'oliva

sale

prezzemolo

1 spicchio d'aglio

Lessare l'avena in pentola a pressione per 20 minuti, dopo averla lasciato in ammollo almeno 6 ore* e averla lavata sotto l'acqua corrente.

Tagliare la buccia delle castagne e farle bollire in acqua insieme all'alloro e ai semi di finocchio per 15 minuti. Quindi sbucciarle, eliminando anche la pellicina* e tritarle grossolanamente.

Scottare in acqua bollente i ciuffetti di cavolo romano per circa 5 minuti e scolarli. Sminuzzare con il coltello i ciuffi di cavolo.

Nel frattempo tritare con il coltello la cipolla rossa e rosolarla nel wok con un cucchiaio di olio extravergine d'oliva e un pizzico di sale. Una volta appassita aggiungere il cavolo sminuzzato e le castagne, insieme allo spicchio dell'aglio schiacciato. Rosolare per un paio di minuti e unire l'avena cotta. Aggiungere mezzo bicchiere d'acqua e proseguire la

cottura per altri 10\15 minuti. Una volta spento distribuire generosamente il prezzemolo tritato ed eventualmente aggiustare di sale.

* si può evitare l'ammollo aumentando i tempi di cottura

* questa operazione viene benissimo fino a che le castagne sono calde

9. Zuppa di riso, castagne e zucca - Greta di Cuoca Mattarella

<http://www.cuocamattarella.it/ricettario/35-ricetta/370-zuppa-di-riso-castagne-e-zucca.html>

INGREDIENTI per 4:

3 pugni di riso semintegrale

2 pugni di castagne bollite

1 cucchiaino di pinoli

200 g di zucca

1 carota

mezza cipolla

1 rametto di rosmarino

1 rametto di timo

2 foglie di salvia

1 cucchiaino di prezzemolo tritato

sale integrale ed olio e.v.o. q.

Bollite le castagne, fatele intiepidire e sbucciatele, tenendo la polpa da parte.

Soffriggete la cipolla tagliata a dadini con la carota a tocchetti e con le erbe aromatiche. Unite il riso semintegrale e tostato per bene, come se steste facendo un normalissimo risotto.

Unite la zucca tagliata a dadi, saltate anch'essa per qualche minuto per poi coprire tutto con dell'acqua salata, o, se l'avete, con del brodo vegetale.

Fate cuocere per una ventina di minuti; aggiungete anche le castagne e lasciate sobbollire il tutto per ancora una decina di minuti; il pericolo che scuocia il riso non c'è perché il riso semintegrale ha dei tempi di cottura più lunghi e tende comunque a rimanere dritto. La zuppa non dev'essere troppo brodosa ma nemmeno asciutta: fate attenzione al liquido, non deve evaporare tutto e se dovesse accadere, aggiungetelo poco alla volta.

Spegnete la fiamma, preparate le porzioni nelle fondine e spolverate col prezzemolo tritato, condite con un filo di olio crudo e mangiate.

10. La zucca magica di Lory - Alex di Foto e fornelli

<http://fotoefornelli.com/2010/11/ispirata-alla-minestra-magica-di-lory/>

Ingredienti per 2-3 persone

1 lattuga romana (media)

1 patata grande

una quindicina di castagne precotte

120 gr di spaghetti spezzati o pasta corta

1 rametto di rosmarino

1 spicchio d'aglio

1 scalogno

1/2 bicchiere di vino bianco

brodo vegetale qb

olio d'oliva

noce moscata

Pulire e lavare la lattuga e tagliarla poi a striscioline sottili. Sbucciare lo scalogno e tritarlo finemente. Schiacciare lo spicchio d'aglio. Pelare la patata e tagliarla a cubetti.

In una pentola mettere a soffriggere in un po' d'olio l'aglio, lo scalogno ed il rametto di rosmarino in un po' d'olio d'oliva.

Aggiungere la lattuga, i cubetti di patata e le castagne (intere o a pezzetti) e lasciar cuocere per 5 minuti girando continuamente. Aggiungere a questo punto la pasta e sfumare con il vino bianco. Versare poco alla volta il brodo e portare a cottura. Condire alla fine con un po' di noce moscata grattugiata e un filo d'olio a crudo.

11. Zuppa di ceci e castagne -Isabella di Cotto al vapore

<http://cottoalvapore.blogspot.it/2012/10/salutiamoci-la-mia-zuppa-di-ceci-e.html>

La ricetta è facilissima, ma un pelino lunga, o meglio, richiede qualche passaggio da fare in anticipo. Ovviamente l'ammollo dei ceci (biologici), di almeno 12 ore. Poi la cottura degli stessi, che anche in pentola a pressione richiede il suo tempo (anche un'ora o più, dipende quanto vi piacciono teneri). In ogni caso ho fatto una zuppa di ceci semplice: ceci, scalogno e uno spicchiello di aglio, 2 foglie di alloro, poco sale marino integrale solo a cottura ultimata. Step one, concluso.

Le castagne: la sera prima abbiamo fatto cena a caldaroste e quelle rimaste le ho sbucciate bene e conservate in un contenitore ermetico fino al giorno successivo, ma naturalmente possono essere abbrustolite apposta durante la cottura dei ceci e poi sbucciate. Metto sovente le castagne nelle zuppe quando è stagione, ma aggiungerle arrostiti anziché bollite ne cambia, e direi migliora, decisamente il profumo.

Infine, ho affettato 2 porri e li ho fatti rosolare molto velocemente a fiamma viva, lasciandoli croccanti e profumanti.

Ultimo step: versare la zuppa di legumi sui porri rosolati (o viceversa) ed aggiungere le castagne "brusate".

Per le quantità non posso che dire di andare ad occhio e poi nulla di vieta di mettere più castagne e meno ceci o viceversa. Fate vobis.

Sembra un lavoro inutile, ma consente di avere porri profumati, ma ancora croccanti e non "squagliati" nella zuppa e castagne cotte, ma ben sode e soprattutto profumatissime!

12. Risotto di zucca e castagne alla salvia - Lo di Galline 2ndlife

<http://galline2ndlife.blogspot.it/2012/10/stranamente-mangiando.html>

per 4 persone:

250 gr di riso integrale
1\2 zucca delica
1 cipolla rossa
sale marino integrale
olio extravergine di oliva
acidulato di umeboshi
4\5 foglie di salvia
1 litro di acqua
20 castagne

Mettere in ammollo il riso in acqua e poi lavarlo accuratamente sotto l'acqua.

Sbucciare le castagne eliminando anche la pellicina, tritarle grossolanamente con il coltello.

Lavare la zucca spazzolandola accuratamente per togliere qualsiasi residuo di terra, tagliarne una metà a cubetti dopo aver eliminato i semi.*

Pulire e tritare la cipolla

Mettere in pentola a pressione riso, cipolla, zucca, castagne, un pizzico di sale e l'acqua. Cuocere per 30 minuti dal fischio a fiamma bassa.

Questo piatto si può preparare in anticipo e lasciarlo in pentola pressione con coperchio chiuso fino al momento di gustarlo, in questo modo la cottura continuerà e il riso risulterà più morbido e cremoso.

Prima di servire mantecare con 2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva e la salvia sminuzzata con la mezzaluna.

Aggiustare di sale se necessario, io ho usato l'acidulato di umeboshi.*

*La buccia della zucca è commestibile, usatela quando la cucinate! Vi perdono solo se desiderate ottenere un effetto cromatico di "total orange" per un risotto speciale.

*L'acidulato di umeboshi deriva dalla fermentazione delle prugne umeboshi, è un condimento che sostituisce il sale più che l'aceto e che ha ottimi benefici: è alcalinizzante e bilancia l'eccessiva acidità, favorisce la digestione, aiuta l'intestino, depura il fegato, aiutando l'eliminazione delle tossine.

13. Zuppa di castagne, lenticchie e riso integrale - Azabel di Kitchen Bloody Kitchen

<http://www.kitchenbloodykitchen.com/2012/10/salutiamoci-di-ottobre-le-castagne.html>

Ingredienti per 2/3 porzioni:

250 gr di lenticchie
250 gr di castagne, già lessate e sbucciate
100 gr di riso integrale
circa 100 gr di mela, al netto degli scarti
1 grossa cipolla
2 spicchi d'aglio
2 foglie di alloro
3 foglie di salvia, tritate
rosmarino fresco, tritato
brodo vegetale
pepe nero
olio extravergine

Tritare finemente cipolla e aglio, quindi soffriggerli con un goccio d'olio, salvia e rosmarino tritati.

Dopo 15/20 minuti, quando saranno diventati morbidissimi, aggiungere le lenticchie ben sciacquate, l'alloro e coprire abbondantemente con brodo vegetale.

Cuocere per 30 minuti, a fuoco lento, aggiungendo acqua o brodo se fosse necessario.

Nel frattempo lessare il riso in abbondante acqua salata.

Aggiungere alle lenticchie le castagne spezzettate grossolanamente e la mela tagliata a dadini, regolare il sale e cuocere per altri 10/15 minuti.

Passare una parte della minestra, lasciando comunque una buona parte di pezzi interi.

Aggiungere il riso e far insaporire qualche minuto, regolando il sale se necessario.

Nel frattempo soffriggere uno spicchio d'aglio intero e del rosmarino tritato in un paio di cucchiaini d'olio, evitando che raggiunga temperature troppo alte.

Eliminare gli aromi ed usare l'olio per condire la zuppa, assieme ad una spolverata di pepe nero.

14. Zuppa d'orzo, castagne, porcini e patate - Katy di GiroVegando in cucina

<http://girovegandoincucina.blogspot.it/2012/10/zuppa-dorzo-con-castagne-porcini-e.html>

Ingredienti per 4-5 persone:

300 gr orzo mondo bio
250 gr castagne già cotte e spellate
3 patate medie
25 gr porcini secchi

un porro
una costa di sedano
timo, rosmarino
olio evo
acqua calda salata o brodo vegetale in rapporto 3:1 rispetto all'orzo

Procedimento:

Il giorno prima laviamo sotto acqua corrente l'orzo e mettiamolo in ammollo in una ciotola con abbondante acqua pulita per 12 ore. Passato questo tempo rilaviamolo e iniziamo a preparare la zuppa.

Mettiamo i porcini in una ciotola di vetro con abbondante acqua calda e riserviamoli.

Intanto tagliamo molto sottilmente il porro, compresa la parte verde; tritiamo gli aghi di un rametto di rosmarino e qualche rametto di timo; mettiamo il tutto in un tegame dal fondo spesso con 2-3 cucchiaini di olio e facciamolo soffriggere a fuoco basso finché il porro non diviene dorato.

Mettiamo anche l'orzo e facciamolo tostare per qualche minuto mescolando con un cucchiaino di legno.

Aggiungiamo l'acqua o il brodo caldi e la costa di sedano spezzettata, chiudiamo la pentola col coperchio e facciamo cuocere a fuoco basso per 20 minuti dall'inizio del bollore.

Intanto tagliamo le patate a pezzi piuttosto regolari e, dopo i 20 minuti, aggiungiamole all'orzo in cottura.

Intanto sgocciamo i porcini senza gettare l'acqua di ammollo, ma filtrandola con l'aiuto di un passino ricoperto di carta assorbente. Mettiamola in un tegamino e scaldiamola.

Trascorsi 15 minuti dall'aggiunta delle patate, uniamo nel tegame anche i porcini, le castagne e circa 300 ml dell'acqua calda d'ammollo dei funghi (riserviamo la restante).

Facciamo cuocere sempre a fuoco basso e con il coperchio per altri 40 minuti circa, aggiungendo l'acqua calda dei funghi se la zuppa dovesse asciugarsi troppo. Invece, se a cottura ultimata dovesse risultare troppo liquida, stemperiamo un cucchiaino di amido di mais in un bicchiere di acqua fredda e aggiungiamolo alla zuppa, mescoliamo, riportiamo a bollore e facciamo cuocere per pochi minuti.

Serviamo con un filo d'olio a crudo e timo fresco.

15. Zuppa di castagne, funghi e zucca - Lydia di Natura e mente in cucina

<http://naturaementencucina.wordpress.com/2012/10/22/zuppa-di-castagne-funghi-e-zucca-per-salutiamoci/>

Ingredienti (per 3-4 persone)

500 gr di castagne
1/2 zucca media
300 gr di funghi (io ho usato dei chiodini)
1 cipolla
1 spicchio d'aglio
olio, sale, pepe e prezzemolo q.b.

Cottura castagne, zucca e funghi

Mettere le castagne in una casseruola coprendole con acqua abbondante e cuocere per circa 25-30 min

Lavare la zucca e infornare a 180 gradi per circa 30 min

Nel frattempo pulire i funghi

Pulire lo spicchio di aglio e tritarlo finemente

In una casseruola bassa mettere un filo di olio e soffriggere l'aglio a fiamma bassa

Aggiungere i funghi e saltarli a fuoco vivo per qualche minuto. Aggiungere sale, pepe e del prezzemolo secco.

Abbassare la fiamma e continuare la cottura per circa 10 min

Al termine della cottura togliere la zucca dal forno e lasciarla raffreddare

Togliere la buccia della zucca e tagliarla a dadini di poco più di 1 cm

Togliere le castagne dall'acqua, lasciarle intiepidire e sbucciarle (non importa se rimangono intiere o rotte perchè finiranno nella zuppa!)

Preparazione zuppa

Pulire e tritare la cipolla

In una casseruola alta fare un soffritto con il trito di cipolla. Aggiungere sale e pepe e cuocere per circa 5-10 min (una bella cottura iniziale dovrebbe rendere la cipolla più digeribile)

Aggiungere la zucca a dadini, le castagne e i funghi. Coprire tutti gli ingredienti con acqua (aggiungete la quantità di acqua che preferite in modo da avere una zuppa più o meno brodosa)

Aggiustare di sale e pepe e cuocere per 15-20 min

Servire calda calda e .. Buon appetito!

16. Crema di zucca e castagne - Terry di Crumpets & co.

<http://crumpetsandco.wordpress.com/2012/10/23/crema-di-zucca-e-castagne-il-ritorno-chestnut-and-pumpkin-soup/>

Per 2/3 persone:

400 gr di zucca già pulita e tagliata a tocchetti
250 gr di castagne lessate (io le trovo già pronte sottovuoto al supermercato)
1 cipolla rossa piccola
1 spicchio d'aglio
1 pezzo di zenzero fresco (1, 5 cm circa)
1 cucchiaino raso di cannella
600 ml di brodo di verdure

olio evo
sale e pepe
250 ml di yogurt bianco intero
1/2 cucchiaino di cumino in polvere

Scaldare 2 cucchiai d'olio in una casseruola, unire la cipolla tritata finemente, lo spicchio d'aglio tritato, lo zenzero grattugiato e la cannella, mescolare bene e far soffriggere il tutto per qualche minuto.
Unire la zucca tagliata a tocchetti, mescolare bene e versare poi il brodo di verdure.
Far prendere bollore e lasciare cuocere 20 minuti circa o finché la zucca sia tenera.
Trascorsi 15 minuti circa dalla cottura della zucca unire le castagne già cotte (io ho usato delle castagne cotte che vendono sottovuoto e le ho prima sciacquate brevemente sotto l'acqua corrente).
Togliere dal fuoco e frullare tutto con un frullatore ad immersione.
Rimettere sul fuoco far sobbollire appena, giusto per far addensare la crema quanto serve, aggiustare di sale dare una macinata di pepe fresco e spegnere.
Preparare lo yogurt al cumino, mescolando semplicemente i due ingredienti insieme.
Servire la crema nei piatti con un cucchiaino di yogurt al cumino al centro.

17. Briciole di caldarroste sulla pasta - Ale di Golosità vegane <http://golositavegane.blogspot.it/2012/10/briciole-di-caldarroste-sulla-pasta.html>

Ingredienti per 2 persone
- 120g di sedanini di grano duro alla canapa
- 100g di tofu autoprodotta
- olio evo
- latte di soia
- castagne
- sale grosso
- sale nero
- Grana Vegan

Per prima cosa vanno fatte le caldarroste: fate dei tagli sulle castagne e fate arrostire a fuoco basso su tutti i lati. Mettete a cucinare i sedanini in acqua salata, intanto schiacciate il tofu in una padella, aggiungete un filo d'olio e cucinate a fuoco basso, aggiungete del sale nero ed un goccio di latte di soia per rendere il tofu cremoso, scolate i sedanini, versateli in padella e "mantecate" mescolando la pasta con il tofu.
Impiattate, cospargete di Grana Vegan, sbriciolate le caldarroste, cospargetele sopra la pasta e buona degustazione!
Poi ho rielaborato questa ricetta anche con altri ingredienti:

Ingredienti per 2 persone
- 120g di sedanini di grano duro alla canapa
- 100g di tofu autoprodotta
- olio evo
- latte di soia
- 1/2 cipolla rossa
- 1 carota
- una manciata di olive nere
- un pezzetto di pane vecchio
- castagne
- sale grosso
- sale nero
- Grana Vegan

Il procedimento è lo stesso, preparate le caldarroste e cucinate la pasta in acqua salata. Mettete in padella la cipolla tagliata a fettine con le carote tagliate fine ed un filo d'olio, cucinate a fuoco basso, aggiungete quindi il tofu schiacciato con la forchetta ed il pane a pezzetti, si ammorbidirà un po' in padella, prenderà i sapori e sarà bello gustoso nell'insieme. Quando pronto aggiungete le olive tagliate a pezzetti e la pasta scolata, aggiungete un po' di latte per rendere più cremoso il condimento e fate insaporire per bene la pasta.
Impiattate, cospargete di Grana Vegan e di caldarroste a pezzetti.

18. Vellutata di zucchini in fiore e castagne - Twostella di Il giardino dei ciliegi <http://giardinociliegi.blogspot.it/2012/10/vellutata-di-zucchini-in-fiore-e.html>

ingredienti per 4 persone
zucchini teneri e i loro fiori 6 (a km 0 di Fernanda)
castagne fresche una ventina
patata 1
rosmarino un rametto
foglie di basilico fresco 6
foglie di alloro 2
olio extravergine di oliva
sale marino integrale
pepe nero

Sbucciare le castagne e privarle anche della seconda pellicina e lessarle in acqua salata e aromatizzata con le foglie di alloro per circa 15 minuti (dipende dalla dimensione, devono essere cotte ma rimanere croccanti).
Su fuoco vivace, in un tegame con poco olio e.v.o. e rosmarino tritato rosolare gli zucchini tagliati a tocchetti. Dopo un paio di minuti unire la patata a cubetti e salare. Coprire con acqua calda e cuocere a fuoco dolce per 10-15 minuti. Dopo aver controllato la cottura verificando con una forchetta se le verdure sono diventate tenere, frullare con il minipimer aggiungendo i fiori di zucca tagliati a pezzetti (privati del pistillo interno) e le foglie di basilico.
Abbatte la temperatura mettendo il tegame in acqua e ghiaccio (la vellutata rimane tiepida ma si ferma la cottura per conservare sapore e colore) per un paio di minuti.
Servire in cocotte, unendo i pezzetti di castagna e finire con un po' di pepe, foglioline tenere di basilico, e olio e.v.o. a piacere

19. Orzo d'autunno - Crisferra di CookingCri

<http://cookingcri.blogspot.it/2012/10/orzo-dautunno.html>

INGREDIENTI

150 g di orzo decorticato
10 castagne
1 manciata di porcini secchi
2 funghi shiitake
1 spicchio d'aglio
poco prezzemolo
una spruzzata di vino bianco
olio evo
1 pizzico di sale marino integrale
poca panna di soia
una manciata di nocciole

PREPARAZIONE

Mettere a mollo l'orzo decorticato in acqua la sera precedente, poi lavarlo e cuocerlo con un pizzico di sale a fuoco basso per 45 minuti circa. Una volta cotto, scolarlo dall'acqua residua e rimetterlo nella pentola.
Cuocere le castagne facendole bollire per una mezz'ora in abbondante acqua con un pizzico di sale.
Una volta cotte e sufficientemente raffreddate, pulirle e schiacciare la polpa a formare una purea grossolana.
Nel frattempo, ammollare in una tazza d'acqua tiepida i porcini e i shiitake.
Una volta ammollati, scolare i funghi, tenendo da parte l'acqua.
Tagliare i funghi a piccoli pezzi, eliminando i gambi legnosi dei shiitake, poi trifolarli in una padellina con un giro di olio, l'aglio privato dell'anima e ridotto in piccoli pezzettini (se gradito, altrimenti potete lasciarlo intero e toglierlo una volta insaporito il tutto), una manciata di prezzemolo tritato e un pizzico di sale.
Sfumare i funghi con una spruzzata di vino bianco e poi aggiungere poca acqua di ammollo, facendo attenzione a non muovere il deposito sul fondo che non deve finire nella pentola.
Cuocere i funghi coperti finché il liquido di cottura non si è quasi del tutto consumato.
Preparare le nocciole tostandole in forno e tritandole fino ad ottenere una granella non troppo fine.
A questo punto, prendere l'orzo cotto e unire i funghi trifolati, la purea di castagne, un filo di olio e poca panna di soia, mescolando il tutto con cura. Se occorre, aggiustare di sale.
Servire l'orzo d'autunno cospargendolo con la granella di nocciole.

20. Gnocchetti di patate e castagne con sugo di porcini - Stella di Stelladisale

<http://www.stelladisale.it/2012/10/gnocchetti-di-patate-e-castagne-con-sugo-di-porcini/>

230 gr di patate cotte e schiacciate (al vapore con rosmarino e salvia tritati)
80 gr di castagne bollite e tritate
2 cucchiari di olio e.v.o.
1 presa di sale rosa
1 presa di spezie miste (pepe lungo, pepe rosa, chiudi di garofano, cannella, vaniglia)
100 gr di farina di ceci
farina tipo 0 q.b.
olio e.v.o.
aglio
peperoncino
zenzero
funghi porcini freschi
sale rosa
farina di castagne
lievito alimentare in scaglie
prezzemolo tritato
(tutti gli ingredienti tranne castagne e funghi sono biologici)

Ho unito patate, castagne, olio, sale, spezie e farina di ceci.
Poi sulla spianatoria ho aggiunto farina 0 e impastato fino alla consistenza giusta non appiccicosa.
Ho fatto i rotolini e tagliato a pezzettini di un paio di centimetri al massimo.
Li ho cotti in acqua bollente salata e mentre bolliva l'acqua ho preparato i funghi.
Ho messo nella pentola di ghisa olio, aglio, zenzero e peperoncino, ho scaldato e aggiunto i funghi, salato, fatto cuocere a fuoco alto mescolando per non far attaccare e quando son stati cotti al dente, ho aggiunto un mestolo di acqua di

cottura degli gnocchi e una spolverata di farina di castagne, mescolato bene, aggiunto anche i gnocchetti, spadellato un minuto e cosperso di prezzemolo tritato che avevo in freezer e lievito alimentare in scaglie, mescolato bene e mangiato.

21. Minestra di lattuga e castagne - Brie di Briggishome

<http://briggishome.wordpress.com/2012/10/24/lettuca-chestnut-soup-zuppa-di-lattuga-e-castagne-it/>

300gr di lattuga

300gr di castagne

2 scalogni

mezzo porro

500ml di acqua

1 cucchiaio di dado vegetale home made

timo selvatico (ne vado pazza, lo raccolgo nella camminate su per Brenzone dove cresce sui lastroni al sole)

misto di semi vari (zucca, sesamo, lino etc)

Incidere le castagne e se avete il camino acceso arrostiti sul fuoco, se no in forno 250°C per 20min.

Pelare e mettere da parte

in una pentola far appassire i scalogni e porro a rondelle con un cucchiaio di dado.

aggiungere le castagne sbriciolate e far insaporire.

Aggiungere la lattuga tagliata grossolanamente (con un coltello di plastica per non ossidarla)

Far insaporire mescolando continuamente per non far attaccare tutto.

Aggiungere l'acqua e cuocere per un 20min a fuoco vivace finché l'acqua sia quasi evaporata.

Servire caldissimo con i semini cosparsi sopra.

22. Zuppa di lenticchie, castagne e mele - Arianna di Bambini golosi

<http://bambinigolosi.blogspot.it/2012/10/zuppa-di-lenticchie-castagne-e-mele-per.html>

50 gr di lenticchie piccole

50 gr di lenticchie rosse decorticate

una decina di castagne del bosco

una foglia di alloro

una piccola mela dell'orto

una cipolla

una carota

una costa di sedano

olio extravergine di oliva 100% Italiano Dante

sale marino integrale

un pizzico di pepe

Ho sbucciato le castagne e le ho lessate in acqua bollente con un pizzichino di sale fino a quando sono diventate morbide, le ho lasciate raffreddare e poi ho tolto anche la pellicina interna. In un tegame ho scaldato due cucchiai d'olio con la foglia di alloro e un trito fatto con sedano, carota e cipolla. Ho lasciato stufare qualche minuto ed ho versato le lenticchie ben lavate e due belle tazze d'acqua calda, ma non bollente. Nel frattempo ho tagliato la mela a cubetti e l'ho fatta cuocere pochi minuti in un piccolo tegame con due cucchiai d'acqua. Dopo circa mezzora le lenticchie erano cotte ed era rimasto ancora un pochino di liquido, quindi ho salato, messo un pizzico di pepe ed aggiunto le mele e le castagne. Ho servito nei piatti con ancora un filo d'olio a crudo e come accompagnamento dell'ottimo pane fatto in casa!!!!

23. Gnocchi di castagne alle nocciole - Irene di Cucina senza senza

<http://www.cucinasenzasenza.com/?p=3241>

Ingredienti per 4 persone:

400 gr di castagne

200 gr di farina di farro integrale

50 gr di nocciole

il verde di 2 cipollotti

4 cucchiai d'olio extra-vergine d'oliva

1 cipolla

1 carota

1 gambo di sedano

1 chiodo di garofano

rosmarino

salvia

timo

sale fino marino integrale

semi di senape

Preparare un abbondante brodo di verdura con una carota, un gambo sedano, una cipolla steccata con il chiodo di garofano. Far bollire 20 minuti. Poi filtrare e rimettere in caldo.

Lessare le castagne, sbucciarle, ridurle in farina, aggiungere la farina, 2 cucchiai d'olio, e tanta acqua fino ad ottenere un impasto elastico e liscio. Lasciare riposare, intanto mondare, lavare il verde dei cipollotti affettarli grossolanamente, metterli a soffriggere con timo, rosmarino, salvia. Tritare grossolanamente le nocciole e unirle al soffritto.

Creare dei cilindri con l'impasto alle castagne, con il coltello ricavare dei gnocchi. Bollirli nel brodo di verdura finché affiorano e condirli con il trito al cipollotto e nocciole. Spolverizzare di semi di senape.

24. Vellutata di lenticchie rosse, castagne ed erbe di Provenza - Lisa Amatista

Ingredienti:

200 gr lenticchie rosse

1 manciata di erbe di Provenza

10 castagne

olio di sesamo/evo

2 cipolle

2 cucchiaini scarsi di amido di mais (ma va bene anche fecola o farina...basta che addensi un po')

acqua

sale

3 bicchieri di acqua

Procedimento:

Affettare finemente le cipolle e farle andare con l'olio, il sale e le erbe. Aggiungere poca acqua e farle ammorbidire.

Nel frattempo lavare bene le lenticchie e poi aggiungerle. Far cuocere circa 20 minuti, aggiungendo l'acqua (eventualmente aggiungerne via via se serve).

In contemporanea far cuocere le castagne. Io le ho fatte a vapore, ma va bene anche bollite.

Quando le lenticchie sono pronte, addensare con l'amido, per dare un po' di consistenza. Questo passaggio si può anche omettere. Io avevo aggiunto troppa acqua e allora ho preferito fare così.

Aggiungere le castagne cotte (dopo averle sbucciate e private della pellicina).

Frullare il tutto con il minipimer. La prima sera l'ho mangiato così. Il giorno dopo, poichè era rimasto pochino, ci ho aggiunto del riso integrale avanzato ed era buonissimo.

25. Zuppa di azuki e castagne - Elena Mariani

Ingredienti per 2 persone:

1T di fagioli azuki già cotti

1 piccola zucca trombetta

10-12 castagne già cotte

15 spaghetti integrali

Sale, poco shoyu

Procedimento:

Mettere in una casseruola gli azuki e le castagne sbriciolate a mano grossolanamente, poi coprire di acqua (eventualmente anche con un po' di brodo di cottura degli azuki).

Portare a bollore e aggiungere gli spaghetti spezzettati a mano. Cuocere circa 10 minuti aggiustando di sale e di shoyu.

Da ultimo unire la zucca trombetta tagliata a piccole rondelle e passata brevemente al vapore (il passaggio serve a farle mantenere il suo bel colore verdino brillante senza farla scurire cuocendo nel brodo di azuki).

Si otterrà una zuppa densa e cremosa da servire fumante in ciotole di terracotta.

SECONDI E CONTORNI:

26. Lenticchie con castagne - Nadir di Nadirblog & Sister

<http://nadirblog.blogspot.it/2012/10/salutiamoci-le-castagne.html>

Dosi per 4:

300 gr. di lenticchie

200 gr. di castagne

1 spicchio d'aglio

un po' d'olio evo

un rametto di rosmarino sale q.b.

Lavate e mettete le lenticchie in una pentola capiente con abbondante acqua, lasciate cuocere quindi aggiungete un filo di olio, il sale e il rosmarino. Nel frattempo intaccate le castagne e passatele in forno, come si fa di norma quindi sbucciatele e poi rimettete le lenticchie sul fuoco aggiungendovi le castagne, fate insaporire per alcuni minuti, mettete altro rosmarino aggiustate di sale e BON APPETI.

27. Spigola con fagioli e castagne - Claudia di Scorza d'arancia

<http://scorzadarancia.blogspot.it/2012/10/autunno-ripa-di-mare.html>

una spigola o branzino che dir si voglia

150 g di fagioli già cotti

6 castagne

2 foglie di alloro

3 cm di zenzero grattugiato

acqua

olio extra vergine d'oliva

sale e pepe

Eviscerate il pesce, lavatelo, eliminate le squame, asciugatelo e mettetelo da parte. Levate la scocchia alle castagne, lessatele in acqua salata con una foglia di alloro, scolatele, eliminate la cuticola e tritatele grossolanamente. In una ciotola mescolate insieme i fagioli, lo zenzero, le castagne e una macinata di pepe. Sporcate di olio il fondo della tajine,

adagiate il pesce, salatelo leggermente sia dentro che fuori e riempite la sua pancia con un po' di condimento e una foglia di allora lavata e asciugata. Distribuite il resto dei fagioli conditi ai lati della spigola, versate circa 40 ml di acqua, chiudete con il coperchio e cuocete 15 minuti. Spegnete il fuoco e fate riposare ancora dieci minuti. Servite già sfilettato su un letto di fagioli oppure per chi ama sfilettare pazientemente il pesce direttamente su un piatto grande.

28. Insalata belga con castagne e fichi - Alex di Foto e fornelli

<http://fotoefornelli.com/2012/10/insalata-belga-con-castagne-e-fichi/>

Ingredienti per 1 persona

1 cespo di insalata belga

1 manciata di rucola

1 manciata di castagne cotte

2 fichi

2 cucchiaini di aceto (io ho usato aceto di noci)

1 cucchiaino di olio d'oliva

fleur de sel

1 pizzico di semi di cardamomo pestati al mortaio

1 presa di polvere d'arancia (o una grattugiata di buccia d'arancia non trattata)

Mondare e lavare l'insalata belga e tagliarla a fettine sottili. Lavare e asciugare la rucola. Mischiare le due insalate, aggiungere le castagne tagliate grossolanamente. Condire con olio, aceto, sale, cardamomo e polvere d'arancia. Disporre sul piatto e guarnire con i fichi tagliati a spicchi.

29. Insalata di faraona con castagne e uva - Cindy di Cindystar

<http://cindystarblog.blogspot.it/2012/10/insalata-di-faraona-con-castagne-ed-uva.html>

Per 6/8 persone:

una faraona o un pollo bio

1 costa di sedano

1 carota

1 cipolla

olio extravergine di oliva

dado homemade o sale

- Cuocere la faraona in acqua con le verdure e il dado o sale come per fare il brodo, ci vorrà circa un'ora (o mezzora in pentola a pressione).

- Fare intiepidire, scolare la faraona, lasciarla raffreddare e spolparla. Metterla in una ciotola e ricoprirla di olio: in questo modo si può preparare anche con qualche giorno di anticipo, conservandola ben chiusa in un contenitore ermetico in frigo.

20 castagne

1 grappolo di uva bianca o rosata

qualche gheriglio di noce tritato

olio extravergine di oliva

aceto di mele

sale

insalata preferita

30. Zucca e castagne saporite al forno - Marta di Mangiare è come viaggiare

<http://viaggiarecomemangiare.blogspot.it/2010/12/zucca-e-castagne-saporite-al-forno.html>

Ingredienti :

una zucca media (io ho usato una mantovana),

400 gr. di castagne sbucciate e lessate, (Oppure due confezioni di castagne),

1 cucchiaino di semi di coriandolo,

1 cucchiaino di semi di finocchio,

1 cucchiaino di origano secco,

1/2 cucchiaino di sale grosso,

peperoncino secco a piacere,

una spolveratina di cannella,

olio, sale.

Preparazione : scegliere una zucca dalla buccia sana e senza ammaccature, (meglio biologica) lavarla bene e tagliarla prima a metà e poi a fette. Scavare i semi e metterli da parte per un'aperitivo. Mettere nel mixer i semi, il peperoncino, il sale grosso e frullare lasciando grossolano l'insieme. Versarlo sulle fette di zucca, spolverare con la cannella, aggiungere le castagne e oliare bene il tutto, l'ideale ora sarebbe mescolare con le mani di modo che tutte le parti della zucca si insaporiscano, ma decidete voi se usare in alternativa due cucchiaini.

Infornare a 200 gradi per circa 20 minuti e comunque finché la zucca sia tenera.

31. Crocchette di miglio e castagne - Nicole di Ricetteveg

<http://www.ricetteveg.com/2012/10/crocchette-di-miglio-e-castagne.html>

250 gr di miglio già cotto (bio)

200 gr di castagne già cotte e sbucciate (raccolte nel bosco!)

2 patate di Entracque già cotte e sbucciate (bio)

1 manciata abbondante di lievito alimentare in scaglie (bio)
1 manciata abbondante di germe di grano (bio)
1 manciata di rosmarino tritato (raccolto in balcone!)
1 pizzico di cannella (bio)
farina di mais per la panatura (bio)
odori/spezie a piacere per la panatura (tutti sul balcone!)
alloro q.b. (raccolto dalla finestra!)
sale integrale di Trapani e pepe q.b.
olio evo q.b. (bio)

Anzitutto cuocere le castagne secondo ricetta tradizionale: un poco lenta come operazione, ma nulla di troppo astruso. Dopo averle ben pulite, incidere la buccia delle castagne lungo il loro lato piatto, quindi cuocerle per circa 40 minuti in acqua bollente, aromatizzando con qualche foglia di alloro, un pizzico di finocchio selvatico ed una presa di sale. Una volta cotte sarà sufficiente privarle della buccia esterna, della pellicina marrone interna e passarle al setaccio al fine di ottenere una purea compatta ed omogenea.

Nel frattempo cuocere le patate ed il miglio, badando a seguire attentamente i consigli di cottura del produttore di questo "semi-cereale": spesso molte persone, infatti, lamentano di non amare il miglio a causa della sua consistenza "papposa", passatemi il termine, risultato di una cottura errata.

Il metodo migliore per ottenere un miglio cotto a puntino e ben sgranato, sta - anzitutto - nel lavarlo accuratamente prima di bollirlo, quindi nel farlo asciugare e nel tostarlo in un tegame dal fondo spesso, dopodiché basterà portarlo a bollore in misura pari ad una tazza di miglio su due tazze (massimo due tazze e mezzo se lo si vuol cremoso) di acqua leggermente salata. Una volta portato a bollore è sufficiente abbassare di molto la fiamma, perfetto l'uso di una spargifiamme, e lasciarlo cuocere dolcemente per una ventina di minuti a tegame coperto, senza mai rimstarlo.

Una volta pronti miglio, patate e purea di castagne, preparare il composto delle polpette: impastare assieme purea di castagne, miglio cotto, patate bollite e schiacciate, lievito alimentare in scaglie, germe di grano, rosmarino tritato al momento, cannella ed aggiustare si sale e pepe, fino ad ottenere un impasto ben compatto ed omogeneo, le germe di grano in questo aiutano molto!

Inumidendo le mani formare delle polpette della dimensione preferita, non troppo piccole per evitare che secchino oltremodo durante la doratura: nell'alta cucina ho visto pesare le polpette affinché pesassero 36 gr, non uno in più, non uno in meno!

Pronte le polpette, spennellarle con un filo di olio su tutta la superficie, quindi panarle in farina di mais leggermente salata ed aromatizzata dagli odori/spezie preferiti: ripetere l'operazione di spennellatura con l'olio e di impanatura per un paio di volte, in questo modo si otterrà una doratura perfetta in cottura.

Posizionare le polpette in una teglia rivestita di carta forno, dare un giro veloce di olio evo ed infornare a 250°, rigirandole ogni tanto, giusto il tempo necessario a dorare uniformemente tutta la loro superficie.

32. Caldarroste, mele e cavoletti con profumo di sesamo - Acquaviva di Acquaviva scorre

<http://acquavivascorre.blogspot.it/2012/10/imparare-dalle-castagne.html>

ingredienti per 4 persone come contorno, per 2 come piatto principale:

350 gr. di castagne fresche
1 mela di Valtellina
450 gr. di cavoletti di Bruxelles
1 gambo di sedano
1 foglia di alloro
1 piccolo ramo di rosmarino
2 cucchiaini di olio di sesamo
sale grosso

Incidere le castagne ed arrostarle sul fuoco di legna in una padella dal fondo forato fino a che sono morbide internamente e la buccia si stacca facilmente. In alternativa stenderle su una griglia da forno e cuocere 5 minuti a 220° statico e poi a 200° per altri 15-20 minuti.

In entrambi i casi cospargere le caldarroste appena pronte con una manciata di sale grosso e chiuderle in un canovaccio bagnato (in famiglia da bambina ricordo che si usava vino bianco, qui è solo acqua), lasciandole riposare qualche minuto, quindi sbucciarle e spellarle.

Incidere i cavoletti alla base con un taglio a croce e cuocerli a vapore per 10 minuti con una foglia di sedano nell'acqua. Tagliare il gambo del sedano a listarelle; lavare bene la mela e tagliarla a cubetti senza sbucciarla.

Scaldare l'olio di sesamo in un ampio tegame e saltarvi il sedano con alloro e rosmarino a fuoco vivace per un minuto.

Unire le castagne, le mele ed i cavoletti, mescolare bene, salare leggermente e padellare per qualche minuto sempre a fuoco deciso fino a che è tutto ben insaporito e la mela comincia ad ammorbidirsi, allungando se serve con un goccio di acqua perchè resti tutto bello morbido. Ho avuto la tentazione di aggiungere anche un pizzico di semi di sesamo ma all'assaggio i distinti sapori erano sufficientemente legati dal profumo dell'olio da non richiedere ulteriori sottolineature.

33. Insalata di quinoa e spinaci con castagne e carote glassate - Patrizia di Via delle rose

<http://myviadellerose.wordpress.com/2012/10/24/insalata-di-quinoa-e-spinaci-con-castagne-e-carote-glassate-allarancia/>

Per 4 persone occorre:

100 gr di quinoa
10 castagne arrostate
80 gr di spinaci freschi (foglioline piccole)
2 spicchio d'aglio

3 carote (possibilmente di tre colori arancio, nere e gialle)
10 cranberries
8 noci
3 cucchiaini di aceto di malto
succo d'arancia senza zucchero (se trovate delle belle arance succose molto meglio)
olio extra vergine d'oliva
sale e pepe

Procedimento:

Fate cuocere la quinoa tostandola preventivamente in poco olio in un pentolino antiaderente (come si fa per il risotto) nel frattempo scaldate metà acqua e metà succo d'arancia con il quale coprirete la quinoa lasciandola cuocere fino a che il liquido venga completamente assorbito. (10 minuti circa) Le dosi sono un bicchiere di quinoa due bicchieri di liquido per cui regolatevi in base alla quantità di quinoa che andrete a cuocere) salate e riservate.

In una padellina fate rosolare lo spicchio d'aglio, aggiungete gli spinaci dopo averli lavati e senza asciugarli versateli nella padella, si cuoceranno a fuoco lento nel loro liquido di cottura, incoperchiate per circa due minuti, nn di più.

Aggiungete la quinoa e mescolate aggiustando di sale e pepe. Riservate la preparazione nel piatto di servizio.

Tagliate le carote a bastoncini, nella padellina, fate rosolare l'aglio in due cucchiaini d'olio evo ed i bastoncini di carote a fuoco dolce, aggiungete le castagne, i cranberries, mescolate spesso per far insaporire le verdure. Salate e sfumate con l'aceto di malto (sostituibile con aceto di mele) poi aggiungete infine due dita di succo d'arancia e fate cuocere per un minuto a fuoco dolce. Spegnete la fiamma. Le carote dovranno risultare croccanti.

A questo punto versatele sulla quinoa e servite cospargendo di noci e generosamente di olio extra vergine d'oliva.

34. Insalata autunnale di uva, cavolfiore e castagne - Roberta di Cobrizo

<http://cobrizoperla.blogspot.it/2012/10/insalata-autunnale-duva-cavolfiore-e.html>

un cavolfiore medio (comprese le foglie più tenere)

un grappolo d'uva bianca pizutella (o altra uva dolce con buccia sottile)

8-10 grossi datteri

una manciata di castagne arroste o bollite oppure di anacardi non salati (o nocciole, noci, ecc.) o entrambi

olio extra vergine d'oliva q. b.

sommacco

sale e pepe

Lessare il cavolfiore al dente, diviso in cimette. Lessare anche le foglie verdi (quelle più belle e tenere), quindi una volta fredde, tritarle finemente a coltello.

Lavare l'uva e staccarne gli acini. I più meticolosi, elimineranno anche i semi. Io no. ;-)

Denocciolare i datteri e tagliarli a dadini.

Spezzettare le castagne arroste o tostare a secco in un padellino gli anacardi.

Condire tutto in un'insalatiera con olio, sale, pepe e sommacco, girando delicatamente.

35. Seitan brasato alle castagne e porcini - Azabel di Kitchen Bloody Kitchen

<http://www.kitchenbloodykitchen.com/2012/10/brasato-seitan-porcini-castagne.html>

Ingredienti per 4/6 porzioni

400 g di seitan al naturale, in 4 o 5 pezzi

200 g di castagne crude, sbucciate e pelate

80 g di vino bianco

30 g di shoyu (salsa di soia)

20 g di porcini secchi

3 scalogni

4 foglie di salvia

1 rametto di rosmarino

1 spicchio d'aglio

q.b. olio extravergine

q.b. sale

q.b. pepe nero

Procedimento:

Mettere in ammollo i funghi per almeno 15 minuti in acqua tiepida.

Affettare lo scalogno e tritare finemente aglio, salvia e rosmarino. Scaldare un paio di cucchiaini d'olio in una cocotte di ghisa (da 24 cm è perfetta) e soffriggervi gli aromi.

Aggiungere il seitan in 4 o 5 pezzi, senza affettarlo o ridurlo in bocconcini. Lasciarlo insaporire qualche minuto, coperto e a fuoco bassissimo.

Aggiungere le castagne, i funghi tritati, il vino e lo shoyu. Coprire e far cuocere per 15 minuti a fuoco lento.

Aggiungere mezzo bicchiere d'acqua, coprire nuovamente e proseguire la cottura a fuoco lento per 30 minuti o finché le castagne diventano tenere, ricordandosi di girare il seitan di tanto in tanto. Aggiungere un goccio d'acqua nel caso fosse necessario.

Salare (non dovrebbe essere necessario) e pepare.

Estrarre gran parte delle castagne e il seitan dalla cocotte, affettarlo e disporlo sul piatto da portata.

Frullare leggermente il sughetto ai funghi, basterà qualche breve colpo di frullatore ad immersione.

Versare il sughetto sul seitan e servire con polenta.

36. Insalata belga ripiena di pere e castagne ai semi di finocchio- Francy di I paciocchi di Francy

<http://www.paciocchidifrancy.com/2012/10/indivia-belga-ripiena-di-castagne-pere.html>

Ingredienti per una persona se piatto unico o due se contorno

2 cespi di insalata belga

4 castagne già lessate

1/2 pera

uvetta q.b.

semi di finocchio

olio

sale

Preparazione

Lavate l'insalata belga, togliete le foglie esterne più brutte e tagliatela a metà. Mettete da parte la parte superiore (utilizzatela per altre preparazioni) mentre userete solo quella dove c'è l'attaccatura, dato che servirà da coppetta.

Usando un coltellino, scavate l'interno della belga, in modo da ricavare un contenitore il più possibile spazioso e tenete da parte quanto prelevato. Fate saltare brevemente in un padellino appena unto di olio, la pera tagliata a dadini, la belga prelevata col coltellino e tagliata, l'uvetta e le castagne spezzettate. Salate appena. Riempite con questo composto le "coppette" e mettele in una pentola a bordi alti in cui avrete messo un goccio di olio, un dito di acqua o di brodo vegetale e qualche seme di finocchio. Accendete il fuoco e fate cuocere coperto e lentamente per 15' circa, facendo attenzione che l'acqua non si consumi e che le coppette non caschino.

Quando l'insalata sarà cotta e il fondo di cottura ristretto, togliete dal fuoco, impiattate cospargendo con semi di finocchio e un po' di sughetto e servite.

37. Pollo con cipolle rosse, uva e castagne - Cindy di Cindystar

<http://cindystarblog.blogspot.it/2012/10/pollo-in-agrodolce-con-cipolle-rosse.html>

Ingredienti:

petto di pollo, a cubetti

cipolla rossa, a fettine

uva bianca

uva rosata

castagne

olio extravergine di oliva

aceto di mele

sciroppo di mele concentrato

poca farina o semola di grano duro

birra o vino bianco

sale

- Infarinare leggermente i cubetti di pollo e metterli a rosolare in una padella con un goccio di olio. Quando si sono ben rosolati sfumare con un goccio di vino o birra e portare a cottura, abbassando il fuoco e coprendo con un coperchio. Se asciuga troppo aggiungere un goccio di acqua. Salare e pepare, se piace.

- Lavare ed asciugare l'uva, tagliare gli acini a metà e togliere i semi. Rosolare la cipolla in un goccio di olio a fiamma vivace per un paio di minuti, salare, aggiungere l'uva e le castagne (precedentemente sbollentate), far insaporire e sfumare con qualche cucchiaino di aceto e uno o due cucchiaini di sciroppo di mele. Ridurre il sugo a fiamma media per un minuto, unire i bocconcini di pollo, spadellare il tutto e servire.

38. Cavolo rosso con castagne - Brii di Briggishome

<http://briggishome.wordpress.com/2012/10/27/red-cabbage-with-chestnuts-cavolo-rosso-con-castagne-it/>

1 cavolo rosso tagliato finemente

1 cucchiaino di olio di oliva extravergine

2 cipolle piccole o una grande

1 spicchio di aglio

1/4 di cucchiaino di coriandolo (macinato fresco)

2 pere a fette

200gr di castagne cotte, pelate e tritate grossolanamente

dado vegetale home made

pepe e pepe di cayenna

2 cucchiaini di aceto di vino rosso.

una manciata di uvetta grossa

Bollite le castagne o cuocetele al forno (20min 250°C)

Pelate e tritate grossolanamente.

In una pentola grande fate appassire la cipolla tritata (io la taglio a fette) con il coriandolo e l'aglio nell'olio.

Quando è appassito tutto, aggiungete il cavolo affettato sottile, il dado, chiudete con un coperchio e fate cuocere a fiamma bassa per 20min.

Aggiungere le pere tagliate a fette (lasciate la buccia, così non si spappolano), le castagne, l'uvetta, l'aceto e proseguite la cottura per altri 10min. (non fate cuocere troppo le pere devono rimanere intatte)

DOLCI:

39. Mousse di castagne, datteri, latte di mandorle - Stella di Stelladisale

<http://www.stelladisale.it/2012/10/mousse-di-castagne-datteri-latte-di-mandorle/>

170 gr di castagne bollite e pelate
100 gr di datteri denocciolati
500 ml di latte di mandorle*
mezzo cucchiaino piccolo di vaniglia in polvere
20 gr di kuzu**
1 pizzico di sale rosa
(Tutti gli ingredienti tranne le castagne sono biologici)

Le castagne le avevo cotte la sera prima. Si fa un taglietto, si mettono in abbondante acqua con un paio di foglie di alloro e qualche seme di finocchio e si fanno bollire. Poi si pelano tenendole in caldo.

Ho tritato tutti gli ingredienti insieme e ho messo in un padellino a bollicchiare a fuoco basso fin quando si è addensato.

Tutto qui. Con queste dosi vengono 4 porzioni.

Ho aggiunto al momento di servire, per ogni porzione, un cucchiaino di malto d'orzo e un dattero tagliato a pezzettini, ma secondo me era più buona senza, meno dolce.

40. Bicchierini dolci di yogurt e castagne - Elena di Zibaldone culinario

<http://zibaldoneculinario.blogspot.it/2012/10/bicchierini-dolci-golosi-e-salutari.html>

Ingredienti per 4 bicchierini
250g di yogurt naturale
10 castagne
1 cucchiaino di malto biologico di riso
25g di cioccolato fondente
granella di nocciole
1 foglia di alloro
1 pizzico di sale

Pelare le castagne e lessarle in acqua, a cui è stato aggiunto il sale e l'alloro, per circa mezz'ora.

Far raffreddare e togliere la pellicina.

Spezzettare il cioccolato e scioglierlo in una ciotolina, con l'aiuto del microne (bastano pochi secondi 30sec a 650w di potenza), mescolando con cura. Inserire 80g di yogurt e amalgamare, formando la crema marrone.

In un'altra ciotola sciogliere il malto in 80g di yogurt formando la crema beige.

Assemblare i bicchierini: spezzettare le castagne, mettendole sul fondo, inserire uno strato di yogurt naturale bianco, poi la crema beige e infine quella marrone; decorare con una castagna e abbondante granella di nocciole.

41. Crema di castagne alla cannella - Katy di GiroVegando in cucina

http://girovegandoincucina.blogspot.it/2012/10/crema-di-castagne-alla-cannella_8072.html

Ingredienti per 2 vasetti piccoli:
500 gr di castagne (al lordo della buccia)
200 gr succo concentrato di mela
1 cucchiaino di cannella in polvere
un pizzico di vaniglia in polvere

Procedimento:

Come prima cosa con un coltello incidiamo le castagne lungo il loro lato piatto, poniamole in un tegame coperte di acqua fredda e portiamole a bollire. Facciamo cuocere per 60-80 minuti (a seconda della grandezza).

Scoliamole e sbucciamole sia dalla buccia che dalla pellicina interna.

Riduciamole in purea con un passaverdure.

Poniamole in un pentolino assieme al succo concentrato di mele, alla cannella e alla vaniglia. Poniamo su fuoco basso e mescolando continuamente cuociamo finché non si crea una crema omogenea.

Versiamo la crema bollente in vasetti sterilizzati e capovolgiamoli per creare il sottovuoto.

La crema è pronta da subito, ma consiglio di aspettare qualche giorno per fare amalgamare i sapori.

42. Torta di castagne con cioccolato fondente e frutta secca - Roberta di Facciamo che ero la cuoca

<http://facciamocheerolacuoca.blogspot.it/2012/10/salutiamoci-di-ottobre-e-la-mia-torta.html>

Ingredienti:
450 gr castagne bollite
200 gr ricotta biologica
2 cucchiaini di farina di riso biologica
1 uovo biologico
50 gr cioccolato fondente
150 gr albicocche secche
1 manciata abbondante di mirtilli secchi
4 bacche di cardamomo
1 cucchiaino di polvere di vaniglia bourbon biologica
1 cucchiaio olio evo

Ho precedentemente tagliato le castagne sul lato piatto e le ho bollite in acqua con un cucchiaino di sale e pochi semi di finocchio per circa 40 minuti.
Le ho sbucciate (ancora calde...ahia!) e le ho schiacciate con lo schiacciapatate.
Siccome si impaccavano un po', per aiutarmi nell'operazione parea e fare meno fatica le ho mescolate con un goccino di latte.
Poi ho aggiunto la ricotta ed ho amalgamato bene con un mestolo di legno.
Ho aggiunto anche l'uovo, l'olio, la vaniglia, la farina di riso e le bacche di cardamomo aperte e schiacciate.
Ho mescolato bene ed ho aggiunto anche le albicocche tagliate a piccoli pezzetti affinché dolcificassero bene il dolce, poi anche i mirtili ed il cioccolato a pezzetti.
Ho versato il composto in una teglia foderata di carta forno (diametro 18 cm) ho battuto la teglia per compattare bene l'impasto ed ho infornato a 180° per circa 30 minuti (faccio sempre la prova stecchino al centro per verificare la cottura).

43. Strudel di mele e castagne - Azabel di Kitchen Bloody Kitchen

<http://www.kitchenbloodykitchen.com/2012/10/strudel-di-mele-e-castagne.html>

Ingredienti per 2 strudel da 40 cm circa:

125 g di farina tipo zero
125 g di farina tipo due
150 g di acqua tiepida
20 g di olio extravergine
Un pizzico di sale
- Per il ripieno:
900 gr di mele, detorsolate ma con la buccia
1 limone, succo e zeste
500 g di castagne già lessate
150 g di uvetta
80 g di pinoli
2 cucchiaini di cannella macinata
1 rametto di rosmarino tritato
80 g di pangrattato
10 g di olio extravergine d'oliva
q.b. burro di cacao, facoltativo

Procedimento:

Setacciare le farine, aggiungere il sale, unire acqua tiepida e olio.
Lavorare per 20 minuti fino a ottenere un impasto liscio.
Dividerlo in due parti e formarle a palla, ungerle e lasciarle riposare mezz'ora sotto una ciotola tiepida: per intiepidirla riempirla con un po' di acqua bollente, lasciarla riposare qualche istante, svuotarla e asciugarla.
Mettere in ammollo l'uvetta con acqua tiepida e tostare i pinoli.
Tostare brevemente il pangrattato con l'olio, finché assume un colore dorato.
Tagliare le mele a cubetti, versandoli man mano in una ciotola piena d'acqua e succo di limone.
Scolare le mele e l'uvetta recuperando l'acqua di ammollo di entrambe (vedi nota sotto il titolo della ricetta).
Aggiungere le castagne a pezzetti, i pinoli, il rosmarino tritato finemente, le zeste di limone e mescolare bene.
Riprendere l'impasto, una palla per volta.
Stendere una tovaglia sul piano di lavoro e infarinarla per bene. Iniziare a stendere l'impasto con un matterello, ottenendo una sfoglia il più sottile possibile.
A questo punto finire di stendere la pasta con il dorso delle mani leggermente unte, infilando tra la pasta e la tovaglia e allargando con delicatezza.
Fare attenzione a non romperla, se necessario ungerla leggermente con pochissimo olio.
La pasta è pronta quando si riesce a leggere il testo stampato su un foglio posto sotto di essa.
Rifilare i bordi, che non verranno mai sottili come il resto della sfoglia, ed eliminarli.
Distribuire il pangrattato sui due terzi della pasta, lasciando libero il terzo in alto e tenendosi 5 cm distanti dal bordo.
Distribuire il composto di mele e castagne sul pangrattato. Ripiegare i bordi di pasta a destra e a sinistra sulle mele.
Arrotolare lo strudel partendo dal basso, aiutandosi con la tovaglia.
Sempre aiutandosi con la tovaglia, trasferirlo su una teglia coperta di carta forno.
Procedere con la preparazione del secondo strudel.
Praticare su entrambi gli strudel delle incisioni perpendicolari alla lunghezza, che taglino tutti gli strati di pasta: in questo modo si evita che il vapore laceri il dolce durante la cottura.
Cuocere a 180° per 40 minuti circa, finché la superficie risulta dorata.
Facoltativo: a metà cottura spennellare la superficie con burro di cacao fuso.
Lasciar raffreddare gli strudel su una griglia.

44. Torta di mele, castagne, pinoli e uvetta - Stella di Stelladisale

<http://www.stelladisale.it/2012/10/torta-di-mele-castagne-pinoli-e-uvetta-senza-zucchero/>

250 gr di farina tipo 2
150 gr di castagne bollite e tritate
2 mele del tipo "le uniche che c'erano nell'azienda agricola bio dove vado a fare la spesa"
140 gr di uvetta
40 gr di pinoli
4 cucchiaini di olio e.v.o.
1 bustina di cremor tartaro di quello già addizionato con bicarbonato che per la verità contiene anche amido di mais

1 cucchiaino piccolo di cannella tritata
1 pizzico di sale rosa
250 ml di succo di mela limpido (quello che si beve così com'è, unico ingrediente le mele)
un paio di cucchiaini di succo di mela concentrato (quello sciropposo che si deve allungare 8 a 1)
(tutti gli ingredienti sono biologici)

Ho messo a mollo l'uvetta nel succo di mela limpido con il pizzico di sale.
Ho mischiato la farina, le castagne, i pinoli, il lievito e la cannella.
Ho tagliato le mele a dadini lasciando la buccia.
Ho unito le mele al succo di mela con l'uvetta e poi all'altro miscuglio secco, senza mischiare eccessivamente.
Ho messo in una teglia coperta di carta forno bagnata e strizzata e ho cotto a 180 gradi circa 30 minuti.
Ancora calda ho cosparso con un paio di cucchiaini di succo concentrato di mela, che serve sia a dolcificare ulteriormente che a lucidare.

45. Ravioli dolci con datteri e castagne - Spighetta di La spiga di grano <http://laspigadigrano.blogspot.it/2012/10/ravioli-dolci-con-datteri-e-castagne.html>

Ingredienti:

200 g di farina zero
1 cucchiaino di malto di riso
1 pizzico di sale integrale
succo di mela limpido q.b.
olio evo q.b.
Per il ripieno:
4 datteri
10 castagne
2 foglie di alloro
1 pizzico di sale
qualche cucchiaino di latte vegetale (va bene di riso o soya)

Procedimento:

Lessare le castagne in pentola a pressione, dopo averle incise, con alloro ed un pizzico di sale, per circa venti minuti dal sibilo. Scolarle ed appena tiepide sbuciarle. Macinarle al passaverdure ed aggiungere i datteri denocciolati a pezzettini. Amalgamare con qualche cucchiaino di latte vegetale per rendere il ripieno ancora più cremoso. Impastare la farina con il malto, il sale, tre cucchiaini di olio evo e succo di mela limpido quanto basta affinché si formi una palla compatta ed elastica. Lasciar riposare in frigo per circa mezz'ora in una bull coperta da pellicola. Riprendere l'impasto e stenderlo sottilmente, ritagliarlo con il coppapasta a forma circolare posizionare il ripieno al centro e ricoprire con un altro cerchio di pasta. Sigillare bene i bordi, se sono troppo secchi aiutarsi bagnandoli con un goccio d'acqua. Spennellare i ravioli con olio evo ed infornare in forno preriscaldato a 150°. Quando doreranno sarà ora di toglierli.

46. Torta semplice di castagne - Lo di Galline 2ndlife <http://galline2ndlife.blogspot.it/2012/10/la-grande-citta.html>

280 gr di farina tipo 2
40 gr di amido di mais
200 ml di succo di mele
140 ml di latte di riso
70 gr di uva passa
100 gr di castagne bollite
60 gr di olio extravergine d'oliva
1 cucchiaino di polvere secca di buccia d'arancia (o la buccia di un'arancia fresca grattugiata)
1 pizzico di vaniglia in polvere
1 bustina di cremortartaro
sale

Preriscaldare il forno statico a 180°. Mescolare in una ciotola la farina, l'amido, il sale e il cremortartaro. Frullare l'uva passa, dopo averla lasciata in ammollo, con una piccola parte del succo di mele. In un'altra ciotola mescolare tra loro tutti gli ingredienti liquidi: olio, frullato di uva, succo di mele e latte di riso. Miscelare i due composti fino ad ottenere un impasto cremoso e fluido. Se è necessario aggiungete ancora un po' di latte di riso, l'impasto deve essere davvero morbido. Alla fine unire le castagne bollite, la scorza dell'arancia e un pizzico di vaniglia e amalgamare. Oliare e infarinare uno stampo per torte, versare l'impasto, livellarlo e cuocere per 40 minuti a 180° (fate la prova stecchino).

47. Castagne golose - Gioia di In cucina con gioia http://incucinacongioia.blogspot.it/2012/10/castagne-golose_23.html

Ingredienti

castagne
cioccolato fondente
granella di pistacchio
granella di nocciole

Fate delle piccole incisioni sulle castagne e preparate le caldarroste, fra una chiacchiera e l'altra girate spesso. Quando saranno pronte mettetele in un canovaccio e coprite per un quarto d'ora circa, così avranno tempo di raffreddare un po' e

si sbucceranno meglio.

Mettete a sciogliere la cioccolata adesso e poi versatela in diverse coppe (io d'acciaio per mantenere il calore. Sarebbe meglio usare l'apposito pentolino da fonduta con il fornello sottostante).

Distribuite la granella di nocciole e pistacchi in alcuni piattini. Prendete adesso finalmente le castagne, sbuccatele e pulitele con cura, infilatele in un bastoncino... tuffatele nella cioccolata fusa e passatele velocemente nella granella!

48. Mousse d'autunno - Feli di Le delizie di Feli

<http://ledelizedifeli.wordpress.com/2012/10/24/mousse-dautunno/>

Ingredienti:

250 ml di bevanda vegetale di cocco

250 ml di bevanda vegetale di riso

80 gr di farina di riso

200 gr di castagne cotte

4-5 cucchiaini di malto di riso

2 piccole mele golden

Procedimento:

In un pentolino versare la farina di riso, aggiungere le due bevande vegetali stemperando gli eventuali grumi, unire due o tre cucchiaini di malto di riso.

Cuocere a fuoco moderato per 15 min circa, si deve ottenere una crema densa e corposa. Se dovesse essere troppo densa basta allungarla leggermente con poca acqua o bevanda vegetale.

Unire poco più della metà di castagne cotte, rompendole grossolanamente.

Sbucciare e tagliare a cubetti le mele, spadellarle a fiamma moderata per pochi minuti, aggiungere un cucchiaino di malto di riso e far insaporire e dorare. Le mele devono rimanere croccanti, non si devono cuocere troppo, solo colorire e insaporire. Aggiungere poche castagne cotte sbriciolate, amalgamare e proseguire la cottura ancora qualche minuto. Far raffreddare.

Comporre il dolce: scegliere la coppetta che si preferisce, nella prima fotografia la coppa per le serate speciali, un calice antico destinato agli ospiti, oppure la coppetta per la famiglia, più pratica e comoda, ovviamente la bontà della mousse rimane invariata... Anche l'occhio vuole la sua parte.

Disporre sul fondo della coppetta uno strato di mele, ricoprire con due o tre cucchiaini di mousse, completare con qualche castagna cotta e un cucchiaino scarso di malto lasciato cadere a filo, giusto per lucidare la superficie del dolce e offrire un impasto dolce al primo assaggio.

49. Praline di castagne e mandorle - Ale di Golosità vegane

<http://golositavegane.blogspot.it/2012/10/praline-di-castagne-e-mandorle.html>

Ingredienti per 24 praline

- 125g di castagne lessate

- 60g di mandorle

- 60g di tofu bianco

- 1C di malto d'orzo

- cannella

- cardamomo

- un pizzico di sale

- cacao in polvere

Incidete le castagne e lessatele per circa 40 minuti. Aspettate che si raffreddino, quindi pelatele (il peso indicato si riferisce alle castagne lessate e pelate). Frullatele insieme tutti gli ingredienti tranne il cacao.

Formate delle palline le mani (le mie pesavano circa 13g l'una), passatele nel cacao in polvere e via, sono pronte! ^_^ indicato si riferisce alle castagne lessate e pelate). Frullatele insieme tutti gli ingredienti tranne il cacao.

Se volete rendere ancora più golosi questi dolcetti potete immergerli nel cioccolato fondente sciolto, metterli su carta forno finché il cioccolato si indurisce e creare così dei cioccolatini o dei pops croccanti.

50. Budino di cereali e castagne - Ramona di Sogni golosi

<http://sognigolosi.blogspot.it/2012/10/il-budino-dal-bianconiglio.html>

2 T di crema di cereali ottenuta facendo cuocere cereali integrali a piacere con rapporto 1 parte di cereali e 5 parti di acqua ... si cuoce coperto e a fuoco bassissimo, finché l'acqua sarà completamente assorbita. frullare e utilizzare :) (senza glutine per gli intolleranti)

¾ T di latte di riso

1 T di castagne lessate e schiacciate grossolanamente

¾ T di malto di riso (sciroppo di riso per gli intolleranti)

1 pizzico di sale

½ c di vaniglia in polvere

2 c di agar agar in polvere

½ T di malto d'orzo (sciroppo di riso per gli intolleranti)

1 pizz. Di sale

1 bel pizzico di cannella

Versare la crema di cereali in una casseruola, unire il latte di riso, le castagne, l'agar, il malto di riso, la vaniglia e il sale. Portare a bollire e cuocere su fiamma bassa per 5 minuti mescolando. Regolare di dolcezza a piacere. Lasciare

intiepidire.

Versare la crema in bicchierini trasparenti.

Nel frattempo versare in un tegamino il malto di orzo, il sale e la cannella. Portare a bollire e, sempre mescolando, lasciare sobbollire per 1-2 minuti, fino a cominciare un leggero processo di caramellizzazione.

Aiutandosi con uno spiedino di bambù, creare un solco e colare dello sciroppo nella crema attorno ai bordi, formando delle strisce più scure verticali. Finire la decorazione formando dei cerchi concentrici sulla superficie del dessert e strisciare con la punta dello spiedino per ottenere fantasiose decorazioni.

Servire a piacere con granella di nocciole o castagne caramellate al malto.

ALTRO:

51. Pane con le castagne - Stella di Stelladisale

<http://www.stelladisale.it/2008/10/pane-con-le-castagne/>

300 gr. di castagne bollite (in acqua salata e alloro facendo prima un tagliettino) sbucciate e tritate

400 gr. di farina 0

200 gr. di pasta madre rinfrescata (oppure una bustina di lievito di birra)

1 cucchiaino di malto

2 cucchiaini di olio evo

1 cucchiaino di sale

acqua tiepida

Ho impastato tutto tranne il sale, aggiungendo acqua fino ad avere un impasto morbido ma non appiccicoso, poi ho aggiunto il sale e impastato una decina di minuti, ho fatto le pieghe del primo tipo e lasciato a lievitare fino al raddoppio, alcune ore.

Poi ho diviso in 5 parti, fatto le pieghe del secondo tipo e formato 5 panini. Li ho lasciati a lievitare coperti per un'oretta e nel frattempo ho scaldato il forno a 180 gradi. Li ho pennellati con olio evo e cotti per 40 minuti circa.

52. Ballotte - Redsheen di Efforts

<http://vegefforts.blogspot.it/2012/10/ballotte.html>

Ingredienti:

15-20 castagne per persona

rametti di finocchio selvatico e/o semi di finocchio

sale marino

Procedimento:

Si sciacquano le castagne con acqua corrente per togliere l'eventuale sporco. Si mettono a bollire intere (con la buccia) in abbondante acqua, leggermente salata con i rametti di finocchio selvatico (ho la fortuna che nasce spontaneamente nell'orto), meglio se con dei semi. Lasciar cuocere per almeno 40 minuti, se si tratta di castagne molto grandi anche di più. Devono essere molto morbide all'interno.

Mangiare calde, per chi ha pazienza sbucciate, per gli altri semplicemente tagliate a metà.

53. Ballotte - Sandra di Indovina chi viene a cena?

<http://sonoiosandra.blogspot.it/2012/10/le-ballotte.html>

1 kg. di castagne pistolesi

1 pizzico di sale

finocchio selvatico secco

acqua

In una pentola di acqua abbondante aggiungete un pizzico di sale, il finocchio selvatico e le castagne.

Fate bollire per 25/30 minuti e assaggiate, dovrebbero essere cotte.

Mia mamma mi raccontava che lei da bambina le sbucciava insieme a suo fratello e poi le schiacciavano con una forchetta per formare una grande palla da cui ognuno prendeva un pezzo, un modo per mantenerle anche da fredde.

Ricordatevi che quando sono cotte dovete scolarle e sbucciarle ancora calde per togliere bene anche la pellicina. Come tutte le cose semplici sono buonissime.

54. Focaccia di castagne, patate e rosmarino - Stella di Stelladisale

<http://www.stelladisale.it/2012/10/focaccia-di-castagne-patate-e-rosmarino/>

150 gr di castagne bollite e tritate

150 gr di patate cotte (con salvia e rosmarino tritati) e schiacciate

4 cucchiaini di olio e.v.o.

1 cucchiaino di sale rosa

150 gr di pasta madre rinfrescata la sera prima

250 gr di farina tipo 0

250 gr di farina tipo 2

acqua q.b.

rosmarino fresco

altro olio e.v.o.

(tutti gli ingredienti tranne le castagne sono biologici)

La sera prima avevo rinfrescato la pasta madre e lasciata tutta notte a lievitare.

Ho unito le castagne, le patate, l'olio, il sale e mischiato bene.

Ho sciolto la pasta madre in 250 ml di acqua a temperatura ambiente, ho unito le farine setacciate e poi altra acqua per avere l'impasto morbido un po' appiccicoso ma non liquido che faccio sempre, ho impastato pochissimo, meno di un minuto, e lasciato qualche ora a lievitare, 4 o 5.

Poi ho versato il composto in due teglie coperte con carta forno bagnata a strizzata, livellato col dorso del cucchiaino, lasciato lievitare un'oretta ancora e nel frattempo scaldato il forno al massimo.

Ho semplicemente versato l'impasto molliccio, senza aggiungere farina e fare pieghe.

Prima di infornare ho cosperso di aghi di rosmarino fresco e un filo di olio, il sale me lo son dimenticato, di solito ci va.

Ho cotto fino a doratura, 15/20 minuti a 200 gradi.

Con le castagne secche:

PRIMI:

55. Vellutata di sedano rapa e castagne - Alice di Cotto e crudo

<http://www.cottoecrudo.com/it/2012/10/31/vellutata-di-sedano-rape-e-castagne-2/>

Ingredienti per 2-4 porzioni

100 g di castagne secche, lasciate in ammollo in acqua filtrata per 20 minuti

un sedano rapa medio, pelato e tagliato a pezzetti

sale marino integrale

6 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva

sale fine dell'Himalaya (o sale marino integrale), quanto basta

400 ml di acqua filtrata o di acqua di cottura del sedano rapa, se avanzata

400 ml di latte d'avena al naturale e senza zucchero aggiunto

pepe nero macinato fresco, quanto basta

olio di nocciole, a piacere

foglie di prezzemolo fresco, a piacere

Procedimento

Fate bollire le castagne in acqua filtrata e leggermente salata fino a quando saranno tenere (occorreranno non meno di 30 minuti). Appena pronte, sciacquate le castagne sotto acqua corrente fredda ed eliminate eventuali residui di pellicine.

Nel frattempo, sistemate il sedano rapa in un cestello per la cottura a vapore che avrete appoggiato all'interno di una pentola. Riempite la pentola di acqua, anche questa preferibilmente filtrata, fino ad arrivare alla base del cestello. Salate e portate a bollore poi abbassate la fiamma, coprite e cuocete per circa 15 minuti o fino a quando il sedano rapa sarà morbido. Togliete dal fuoco e trasferite il sedano rapa nel recipiente di un mixer, aggiungete le castagne, l'olio d'oliva, il sale, l'acqua e il latte d'avena e frullate fino ad ottenere una crema perfettamente liscia. Potete aumentare le dosi di acqua o latte per una vellutata più liquida (ovviamente l'impiego di più latte contribuirà a ottenere una consistenza leggermente più ricca rispetto all'uso di sola acqua). Riscaldare se necessario la vellutata e versatela nelle singole ciotole o piatti da portata e completate con il pepe, l'olio di nocciole e il prezzemolo prima di servire.

SECONDI:

56. Pollo allo zenzero con castagne, sedano e porro - Brii di Briggishome

<http://briggishome.wordpress.com/2009/02/01/fatti-prendere-in-castagna-un-menu-per-giulia/>

per 1 persona

100gr di petto di pollo

75gr di castagne secche

un pezzo di porro

qualche foglia di basilico

qualche foglia di sedano verde

un cucchiaino di dado vegetale

olio di oliva extravergine

vino bianco

zenzero fresco grattugiato (facoltativo)

tritare le foglie di sedano e basilico. tagliare il porro a rondelle sottili. tritare grossolanamente le castagne.

far appassire tutto, insieme al dado in un filo di olio.

sfumare con il vino bianco e continuare la cottura, finchè le castagne sono quasi morbide.

aggiungere eventualmente acqua se si asciuga troppo.

quando le castagne sono quasi pronte, aggiungere il pollo tagliato a striscioline.

alzare la fiamma e mescolando spesso, finire di cuocere.

prima di servire grattugiare sopra del zenzer fresco.

DOLCI:

57. Montnoir (montenero) - Ravello Curioso

<http://ravellocurioso.wordpress.com/2012/10/01/montnoir-montenero/>

500 gr di castagne secche bio

1 lt di latte di riso integrale bio

2 foglie di alloro (io uso quelle di Annalisa)

1 pizzico di sale integrale

Per insaporire le castagne, usate un bicchierino da 45ml pieno di:

olio di semi di girasole spremuto a freddo bio

sapa o cotto di fichi bio

malto di riso integrale bio

rum (il mio "Ron Zacapa Gran Reserva" – invecchiato 23 anni)

Il rum è certamente facoltativo ed è doveroso ometterlo se destiniamo il dolce a dei bambini. Inutile dire che, se intendete offrire questo dolce a dei commensali adulti, un velo di rum di pregio permetterà di aromatizzare degnamente il dolce.

Per la copertura:

3 C di crema di mandorle 100% bianca o scura bio

acqua

1 C di cacao in polvere o carrube bio

Procedimento:

Mettere in ammollo le castagne in acqua per almeno un giorno intero. Eliminare l'acqua e far cuocere le castagne in un litro di latte di riso, 2 foglie d'alloro e un pizzico di sale. Quando sono pronte (tempo previsto 1 ora), spegnere il fuoco: il latte risulterà assorbito quasi tutto.

Mettere nel mixer le castagne ancora calde e l'eventuale latte di cottura rimasto e ridurre a purea: assaggiare e decidere la giusta modulazione di ulteriori note dolci. Io ho messo un velo d'olio per dare morbidezza, la sapa (o il vincotto di fichi) e il malto integrale per dolcificare ed, infine, il bicchierino di rum per aromatizzare e ho di nuovo azionato il mixer fino ad ottenere una pasta molto soda e compatta. Fare raffreddare completamente.

Prendere i piatti su cui servirete i dolci ed armati di uno schiacciapastate, formare i vermicelli di castagne direttamente sopra questi.

Ora preparate la copertura, bianca o scura a seconda dei gusti. In una tazza, mettete 3 C di crema di mandorle ed allungate con acqua, aggiungendone un s-o-l-o c-u-c-c-h-i-a-i-o a-l-l-a v-o-l-t-a. La vostra crema diventerà prima granulosa (avete presente la reazione che avete con il cioccolato fondente fuso quando si bagna con un goccio d'acqua?) e pian piano si trasformerà in una mousse vaporosa ed al contempo soda, che potrete spalmare al pari della panna montata.

A questo punto ricoprite interamente il vostro monte con la mousse di mandorle. Se la lasciate bianca, potete decorare il monte con tanti ciuffetti, usando una sac à poche, altrimenti rivestite con la crema scura come la nostra, aiutandovi con una spatola da pasticciere e poi spolverate con cacao amaro o polvere di carrube.

Fate riposare il dolce in frigorifero per almeno un giorno, perchè, solo a quel punto, diventerà BUONISSSSSSSSIMO.

Venendo a me: non ho mai apprezzato questo dolce in tutta la mia vita, mai, mai, mai, (lo trovo sempre troppo dolce o troppo "pannoso"), finchè qualche giorno fa ho deciso di farmelo da me ed è entrato subito nella top ten dei piatti dolci preferiti di casa Ravanello.

58. Composta dolce di castagne e mele - Brii di Briggishome

<http://briggishome.wordpress.com/2009/02/01/fatti-prendere-in-castagna-un-menu-per-giulia/>

300gr di mele (sbucciate e senza torsolo)

300gr di castagne secche

100gr di uvetta sultanina

cuocere le castagne coperte di acqua per ca 30min. poi aggiungere le mele a pezzi e l'uvetta.

quando si è assorbito tutta l'acqua (e le castagne e le mele sono morbide) togliere e frullare il composto.

buonissimo spalmato su dei biscotti secchi per una merenda veloce, oppure ancora più buono...insieme a dello yoghurt bianco cremoso, tutto spolverato con poca cannella.

59. Castagne e latte - Libera di Accantoalcamino's blog

<http://accantoalcamino.wordpress.com/2012/10/14/salutiamoci-accantoalcamino-con-qualche-castagna-secca-e-una-poesia-damore-per-me/>

Per farla andrò dallo zio e noleggerò il suo spolert, metterò le castagne secche in un tegame di coccio, le coprirò d'acqua fredda, aggiungerò un pizzico di sale, appoggerò il tegame lontano dai cerchi dello spolert, prenderò sulle ginocchia uno dei 3 gatti dello zio (faranno a turno) e aspetterò che siano pronte.

Ci vorranno ore e ore accantoalcamino per avere le castagne perfettamente cotte e asciugate dall'acqua che aggiungerò ogni qualvolta sarà evaporata.

Farò questa operazione finchè non vedrò le castagne diventare di un bel rosso amaranto scuro e quasi trasparenti, allora, ancora bollenti, le metterò in una scodella e le coprirò con il latte di soia, riso, di mandorle ecc, sarà un contrasto gradevolissimo, con la polenta noi facciamo il contrario, polenta fredda, latte bollente.

60. Zuppa di castagne in brodo di giuggiole - Saretta di Defelicitateanimi

<http://defelicitateanimi.blogspot.it/2012/10/colta-in-castagna-per-salutiamocivado.html>

140 gr di castagne secche bio

una manciata di giuggiole del giardino, magari un po' appassite che sono dolcissime!

500 ml di latte di miglio

un pizzico di sale

qualche foglia di alloro, magari del vaso

Mettete in ammollo le castagne in acqua tiepida per una notte. Al mattino, se non si saranno staccate tutte le pellicine sbollentatele per qualche minuto.

Ponetele quindi in un tegame con il latte, il sale, l'alloro e le giuggiole (vedete voi se snocciolarle, le mie non lo erano). Portate a bollire e fate cuocere per una mezz'ora, sino a che il latte si sarà un po' ridotto ed addensato, e la frutta ammorbidita per bene.

61. Crostata di castagne - Ravanello curioso

<http://ravellocurioso.wordpress.com/2011/11/11/crostata-di-castagne/>

Ingredienti per la frolla:

300 gr di farina integrale bio

4 C di olio di girasole deodorato bio

2 C di malto di riso bio

1/2 bustina di cremor tartaro bio

1 pizzico di sale integrale di Sicilia

latte di soia o succo di mela bio qb (scegliere il succo di mela se si preferiscono i dolci ... più dolci)

Ingredienti per il ripieno:

250 gr di castagne secche bio

2 foglie di alloro bio

2 chiodi di garofano bio

1 C di malto di riso bio

500 ml di latte di soia o di riso bio (scegliere il latte di riso, se ... come sopra ;-D)

Mettere in ammollo le castagne secche per qualche ora (meglio tutta la notte).

Preparare la frolla:

In una ciotola versare la farina ed il pizzico di sale e mescolare con una forchetta. Aggiungere l'olio, mescolare ed unire il malto. A questo punto armarsi delle proprie mani e sbriciolare un poco l'impasto; poco alla volta unire il liquido prescelto fino a che l'impasto risulta elastico e compatto. Aggiungere in ultimo il lievito. Coprire con un pò di pellicola e mettere in frigorifero per almeno 30 minuti.

Per il ripieno:

Mettere le castagne ammolate in una pentola con il latte di soia (o di riso), le foglie d'alloro, i chiodi di garofano, un pizzico di sale ed 1 C di malto e far bollire a fuoco dolce fino a quando le castagne non sono morbide (ca 30-40 minuti).

Eliminare l'alloro ed i chiodi di garofano e frullare tutto con il minipimer. Far raffreddare.

Preriscaldare il forno a 200 gradi. Preparare una tortiera di ca 26 cm, unta con batuffolo imbevuto d'olio ed infarinata.

Dividere l'impasto della crostata in due parti. Stendere la base e foderare con essa la tortiera. Versarvi sopra l'impasto delle castagne e sigillare con l'altra metà della pasta frolla. Infornare per circa 30 minuti.

Far raffreddare e consumare, preferibilmente, il giorno dopo.

62. Latte di castagne e biscotti di castagne - Daria di Gocce Daria

<http://www.goccedaria.it/item/latte-e-biscotti-di-castagne.html>

Ingredienti (per mezzo litro circa):

100 gr di castagne secche

500 ml acqua

1 cucchiaino di malto a piacere

Procedimento facilissimo:

Mettere ad ammolare le castagne secche in acqua per un giorno. Scolarle, metterle nel frullatore e aggiungere 500 ml di acqua ed eventualmente un cucchiaino di malto. Frullare per bene. Filtrare con un passino e un tovagliolo pulito.

Recuperare il trito che ne rimane che servirà per i biscotti. Il latte è buono, ma va consumato subito, al massimo entro 24 ore, per questo vi consiglio di non prepararne troppo!

Con la farina di castagne:

ANTIPASTI E STUZZICHINI:

63. Biscottini di castagne, anacardi e prezzemolo - Cami di Una V nel piatto

<http://www.unavnelpiatto.it/ricette/finger-food-aperitivi/biscottini-di-castagneanacardi-e-prezzemolo.php>

200 gr di okara (il trito di castagne che vi rimane dal latte) di castagne

170 gr di farina tipo 2 (semintegrale di grano tenero) bio

3 cucchiaini di malto di riso

4 cucchiaini di olio evo

1 pizzico di sale

1/2 cucchiaino di bicarbonato

All'opera!

Impastare tutti gli ingredienti, fare una palla e metterla a riposare in una ciotola coperta in frigo per un'oretta.

Riprendere l'impasto e in compagnia di balde aiutanti stendere la frolla col mattarello sul piano leggermente infarinato e fare i biscotti con formine a piacere.

64. Zucca serpente frita - Ravanello Curioso

<http://ravellocurioso.wordpress.com/2012/10/27/zucca-serpente-fritta/>

Ingredienti:

zucca serpente di Sicilia qb

farina di castagne qb

gofio qb

birra o acqua gassata qb

olio EVO per friggere

sale fino integrale

Preparazione:

Sbucciare la zucca e tagliarla a fette di circa 1/2 centimetro. In una ciotola capiente mettere le farine in pari quantità, un pizzico di sale e versare lentamente la birra o l'acqua gassata a filo, mescolando fino ad ottenere una pastella morbida e corposa.

Mettervi dentro un pò di fette, girandole bene.

Nel frattempo portare a temperatura l'olio quindi immergervi poche fette alla volta; far dorare da ambo i lati e mettere su un foglio di carta assorbente o carta paglia. Procedere fino ad esaurimento (o vostro o della zucca!).

PRIMI

65.Tagliatelle di castagne al sugo di funghi - Nadir di Nadirblog & Sister

<http://nadirblog.blogspot.it/2012/10/salutiamoci-le-castagne.html>

Dosi per 6:

150gr. di farina di castagne

350gr. di farina di frumento tipo "0"

1 cucchiaino di olio evo

acqua tiepida q.b.

sale q.b.

per stendere usate la farina di polenta o di semola

Tagliatelle

Mettete le due farine sulla spianatoia formando la solita fontana, versate il cucchiaino di olio, il sale e un pò di acqua, aiutatevi a mescolare inizialmente con una forchetta, versando mano a mano altra acqua, quando l'impasto comincerà a risultare compatto impastate con le mani fino a che otterrete un composto liscio e omogeneo. Deve risultare morbido.

Lasciate riposare per almeno 30 minuti. Stendete la pasta o con il matterello o con la macchina quindi tagliate le tagliatelle a uno spessore di 1/2 cm se le avete stese a mano, passatele nel rullo per tagliatelle se invece avete usato la macchina. Lessarle per due minuti e poi aggiungerle al sugo di funghi che avrete già preparato in precedenza.

Sugo ai funghi:

In una padella scaldare due cucchiai di olio evo, uno spicchio di aglio in camicia (cioè con tutta la pellicina, solo schiacciato) e fate rosolare, appena si è imbrunito togliete l'aglio e versate i funghi (potete usare sia quelli freschi sia quelli congelati,oppure i porcini) fate insaporire con un pò di vino bianco, lasciate evaporare, cuocere per una decina di minuti aggiustare di sale, pepe e prezzemolo. Io ho usato delle noci e un poco di pane grattugiato tostando il tutto in forno per dare un tocco di croccantezza al piatto.

Tagliatelle di farina di castagne ai profumi di autunno

<http://sonoiosandra.blogspot.it/2012/10/ci-vogliamo-salutare-e-colorare-di.html>

per le tagliatelle:

200 gr. di farina di castagne

250 gr. di farina di semola di grano duro

rimacinata

acqua naturale q.b.

1 albume

un pizzico di sale

Unire le farine settacciandole e aggiungere il sale. Fare una fontana e adagiare in mezzo l'albume d'uovo e cominciare ad incorporare pian piano l'acqua alla farina. Impastare bene e lasciare a riposare per qualche decina di minuti a temperatura ambiente coperto con pellicola.

Stendere la pasta, se volete farlo a mano o con la macchinetta, scegliete voi, in modo che le tagliatelle vengano spesse almeno 5 mm. Tagliare le tagliatelle (io le ho fatte con la macchinetta e sono venute tutte uguali) e disporle con un po' di farina su un tagliere di legno.

per il condimento:

2 funghi porcini freschissimi

250 gr. di gamberetti sgusciati

chicchi di melagrana

olio extra vergine di oliva

1 spicchio d'aglio

sale e pepe

fiori e profumi d'autunno

(fiori e foglie di nipitella, fiori di finocchietto selvatico)

Ho condito le tagliatelle con un paio di porcini freschissimi tagliati a fette piuttosto spesse cotti in olio evo e aglio che ho tolto in un secondo tempo. Sale e pepe e ho lasciato cuocere a fuoco vivace. A fine cottura ho aggiunto i gamberetti e i chicchi di melagrana e ho finito di cuocere per ancora un paio di minuti.

Non mi è rimasto che saltare le tagliatelle dentro il condimento e impiattare. Ho guarnito con fiori e foglie di nipitella e fiori di finocchietto selvatico prelevati direttamente fuori della porta di casa, nel prato sotto casa.

67. Mezzelune del bosco - Cucina della Capra

<http://lacucinadellacapra.wordpress.com/2012/10/16/mezzelune-del-bosco/>

Ingredienti per 4 porzioni:

200g di farina di castagne

100g di farina integrale + farina per infarinare

30g di funghi porcini secchi

250g di tofu frullato col minipimer

3 spicchi di aglio

un cucchiaio di prezzemolo tritato

noce moscata

olio evo

rosmarino

sale e pepe

Procedimento: per prima cosa preparate il ripieno con un po' di anticipo. Mettete i funghi in una terrina e copriteli con acqua fresca per mezz'ora, poi strizzateli e conservate l'acqua. In una padella spremete 2 spicchi d'aglio in un po' di olio e fate soffriggere, prima che l'aglio annerisca aggiungete i funghi e salate leggermente. Dopo qualche minuto, quando i funghi saranno insaporiti aggiungete il tofu frullato, saltate qualche istante e versate l'acqua dei funghi (2 mestoli circa). fate cuocere finché il composto risulta molto denso, aggiungete un pizzico di noce moscata e il prezzemolo, aggiustate di sale e pepe e lasciate raffreddare. Riponete in frigorifero. Preparate l'impasto per la sfoglia con le 2 farine e un cucchiaio di olio. Lavorate bene e lasciate riposare per mezz'ora al coperto. Stendete la pasta aiutandovi col mattarello o con la macchina apposita, creando delle strisce larghe. Prendete l'impasto e con un cucchiaino disponetelo al centro della sfoglia, creando mucchietti equidistanti tra loro. Piegate la sfoglia a metà avendo cura di sigillare facendo fuoriuscire l'aria. Con l'aiuto di un coppapasta o di un bicchiere ritagliate le mezzelune, sigillatele con l'aiuto di una forchetta e disponetele su un vassoio infarinato. Quando avete finito di prepararle lessatele in acqua bollente salata, e quando vengono a galla raccoglietele con una ramina e conditele con olio evo nel quale avrete soffritto uno spicchio di aglio con del rosmarino. Salate e pepate. Buon appetito!

68. Testaroli di castagne con pesto ai capperi - Xcesca di La tana del riccio

<http://latanadelriccio.wordpress.com/2012/10/17/testaroli-di-castagne-con-pesto-ai-capperi-per-salutiamoci/>

Ingredienti per due porzioni:

25 gr di farina di castagne

25 gr di farina del faraone

85 gr di acqua

un pizzico di sale

per il pesto:

2 cucchiaini di capperi

2 cucchiaini di pinoli

2 cucchiaini di patè di pomodori secchi

2 cucchiaini di prezzemolo

1 cucchiaio di olio evo

2 fili di erba cipollina

un pizzico di aglio in polvere

per completare:

pepe nero

pinoli

Mescolare tra loro le due farine con una presa di sale. Versare a filo l'acqua continuando a mescolare in modo da non formare grumi. Lasciar riposare per il tempo di preparazione del pesto.

Per il pesto frullare tra loro tutti gli ingredienti fino ad ottenere un composto uniforme.

Scaldare una padella antiaderente un'ungola molto leggermente. Versare metà della pastella e girarla solo una volta che si staccherà dal fondo cuocendola anche sull'altro lato. Ripetere l'operazione in modo da ottenere due crespelle abbastanza grosse.

Portare a bollire abbondante acqua salata, spegnere e tuffarvi i testaroli tagliati a rombi. Lasciar rinvenire per un minuto dopodiché scolarli e condirli con il pesto aggiustando la densità con qualche cucchiaio di acqua di cottura.

Spolverare generosamente di pepe nero e pinoli prima di servire.

69. Chicche di riso e castagne - Cami di Una V nel piatto

<http://www.unavnelpiatto.it/ricette/primi-piatti/chicche-di-riso-e-castagne.php>

Ingredienti per 4 persone:

500 g di patate

100 g farina di castagne

40 g di farina 0

1 uovo

8 noci

2 pugni di foglie di basilico

olio extravergine di oliva

sale marino integrale

Lavate e lessate le patate. Scolatele, sbucciatele e passatele allo shiacciapatatefinchè sono calde. Unite l'uovo e le farine setacciate. Salate, amalgamate bene gli ingredienti, prendete una piccola parte di composto e formate degli gnocchi di circa 2 cm. Infarinateli passandoli sulla spianatoia.
Mettete a bollire una pentola con abbondante acqua leggermente salata.
Nel frattempo fate il pesto. Mettete nel mortaio le noci, le foglie di basilico e l'olio e tritate il tutto. Salate. Aggiungete poca acqua di cottura per amalgamare bene gli ingredienti.
Lessate gli gnocchi, tuffateli in acqua fredda, quindi scolateli. Prima di servire trasferire il pesto in una pentola dal fondo in ceramica scaldatelo leggermente allungandolo con l'acqua di cottura, unite gli gnocchi, scaldate e servite.

70. Gnocchi di castagne con basilico e noci - Laura di Cucina dell'anima

<http://www.cucinadellanima.it/2012/10/gnocchi-di-castagne-con-basilico-e-noci/>

Ingredienti:

patate a pasta gialla - 350 gr
farina di riso biologica - 40 gr
farina di castagne - 100 gr
rametto di rosmarino (per la cottura delle chicche) - 1
cipolle rosse di Tropea del mio orto - 2 pz
aglio in polvere - q.b
origano secco - q.b
fantasia di pepe - q.b
sale marino integrale - q.b
olio evo bio e locale - q.b
ortica secca - 2 cucchiaini

Per prima cosa si lessano le patate con la buccia in abbondante acqua fredda. Dal momento del bollore si lasciano cuocere finché non risulteranno, infilzando al loro interno una forchetta, morbide e delicate.

Scolare le patate, sbucciarle e schiacciarle, insaporirle con un pizzico di sale integrale, una macinata di pepe ed un pizzico di noce moscata.

Mentre attendete che le patate, all'interno della ciotola, si freddino preparate il condimento.

Sbucciate ed affettate fine le due cipolle rosse, versatele in una padella, aggiungete dell'acqua, una macinata di pepe, una spolverata di origano e aglio in polvere, un pizzico di sale e lasciamo cuocere finché non si ammorbidiscono e l'acqua di cottura evapori completamente.

Una volta pronte, spegnere il fornello ed aggiungere olio evo a crudo e due cucchiaini di ortica secca o altra erbetta aromatica a scelta.

Pronto il condimento torniamo a preparare gli gnocchettiini, alle patate schiacciate unire la farina di castagne e poca per volta la farina di riso, potrebbe volercene anche di più, dipende dal tipo di patate impiegate e se volete un sapore meno castagnoso dimezzate le dosi della farina di castagne ed aumentate quella di riso. ;)

Impastate il tutto con le mani per far ben incorporare le farine alle patate.

Una volta che l'impasto è pronto sciacquatevi le mani, ungete con poco olio o inumiditele con acqua e prelevando piccole parti di impasto formate le vostre chicchette dando prima una forma sferica e poi cilindrica se vi piacciono come le ho fatte io, se no vanno benissimo anche delle semplici palline di impasto.

Una volta pronte le chicchette tuffatele in acqua bollente e salata (nella quale avrete anche aggiunto un rametto di rosmarino per aromatizzare il tutto).

All'inizio tenderanno a depositarsi sul fondo ma non appena l'acqua riprende il bollore torneranno in superficie, lasciatele cuocere dal momento del bollore 2-3 minuti.

Cotte le chicchette, scolatela lasciando poca acqua di cottura e tuffatele nella padella con il condimento di cipolle, ponete la stessa sul fornello a fuoco dolce e saltate le chicchette per pochi secondi con qualche cucchiaino di acqua di cottura proprio per creare una dolce crema che avvolga gli gnocchettiini.

Servite calde :D

SECONDI E CONTORNI:

71. Strudel salato castagnato - Daria di Gocce Daria

<http://www.goccedaria.it/item/facciamo-il-pane-a-bovolenta-e-uno-strudel-salato-castagnoso.html>

Ingredienti:

per la frolla:

190 gr di pasta madre avanzata (non rinfrescata)
2 cucchiaini di olio evo
1 pizzico di sale fino integrale
60 gr di siero di kefir di soia (o di siero di yogurt colato)
100 gr di farina di castagne
30 gr di farina tipo 2 (valutare se servono)

per il ripieno:

- salsa di kefir di soia:
500 gr di kefir di soia (o di yogurt di soia al naturale)
2 cucchiaini di olio evo
1 cucchiaino raso di sale fino integrale
origano, timo, maggiorana a piacere
-melanzane:
2 melanzane lunghe dell'orto
salsa shoyu

olio evo qb
1 spicchio d'aglio
2 foglie di salvia
All'opera!

Per prima cosa dovete avere pronto il kefir (o lo yogurt) colato, che io tengo spesso pronto in frigo in modo da non esserne mai sprovvista! Quindi mettete a colare in un telo o canovaccio o garza spessa (mi raccomando lavata con sola acqua, senza ammorbidenti e profumi vari) il mezzo kg di kefir di soia o lo yogurt. Basterà versarlo sul telo, legarlo ben stretto e appenderlo in frigo con sotto una ciotola su cui far sgocciolare il siero che non va buttato! Il giorno dopo aprite il vostro canovaccio e vi ritroverete con una sorta di formaggio spalmabile. Passatelo in una ciotola, aggiungete l'olio, il sale e le spezie e mescolate bene in modo da avere una bella crema. Assaggiare per valutarne il gusto. Mettete da parte in frigo.

Per seconda cosa preparate la frolla. Sciogliete il vostro avanzo di pasta madre nel siero di kefir (o di yogurt), aggiungete l'olio, il sale e la farina di castagne. Impastate bene eventualmente aggiungendo la farina tipo2 se l'impasto dovesse essere troppo appiccicoso. Se annusando vi sembra che l'impasto sia troppo acido potete aggiungere una punta di bicarbonato, mi raccomando poco!

Fate una palla e mettetela a riposare coperta a temperatura ambiente per un'oretta.

Nel frattempo preparate le melanzane, tagliandole a pezzetti (cubetti). In una padella in ceramica mettete un filo d'olio, un po' d'acqua, un paio di cucchiari di salsa shoyu, le due foglie di salvia e lo spicchio d'aglio tritato. Fare soffriggere per qualche minuto. Aggiungere le melanzane, coprire e lasciare andare finché le verdure saranno tenere. Aggiustare di sale. Lasciare raffreddare.

Passata l'ora riprendere l'impasto e stenderlo col mattarello su carta forno. Spalmare la superficie col formaggio di kefir e successivamente versare le melanzane. Prestando attenzione alle manine delle birbe golose e aiutandosi con la carta-forno arrotolare lo strudel e chiuderne le estremità. Accendere il forno a 180°, quando è in temperatura infornare per 30 minuti.

Servire tiepido.

DOLCI:

72. Castagnaccio senza zucchero - Lo di Galline 2ndlife

<http://galline2ndlife.blogspot.it/2012/10/salutiamoci-di-ottobre-la-castagna.html>

250 gr di farina di castagne
50 gr di farina di farro integrale
100 gr di uvetta
100 gr di pinoli
300 gr di succo di mele
4 cucchiari di olio extravergine d'oliva
1 pizzico di sale

Mettere 50 gr di uvetta in 50 gr di succo di mele e poi frullare il più finemente possibile. Unire alle farine, l'uvetta frullata e iniziare a mescolare bene con una frusta. Aggiungere poi a poco il succo di mele continuando a mescolare, per evitare di formare grumi. Bisogna avere un composto fluido e denso, non troppo liquido. Aggiungere i pinoli e l'uvetta, l'olio e il pizzico di sale.

Preriscaldare il forno a 200°. Ungere una teglia con dell'olio e versare l'impasto. L'altezza non deve superare i 3\4 cm. (Io in realtà lo preferisco molto più basso poco meno di 2 cm).

Cuocere per circa 40\50 minuti (dipende dall'altezza) fino a che la superficie è dorata e ci sono piccole screpolature.

73. Migliaccio fiorentino - Sandra di Indovina chi viene a cena?

<http://sonoiosandra.blogspot.it/2012/10/salutiamoci-di-ottobre-il-migliaccio.html>

250 gr. di farina di castagne
2 tazze medie di acqua o forse meno
un pizzico di sale
olio extra vergine di oliva
1 rametto di rosmarino
50 gr. di pinoli
5 o 6 gherigli di noce
una manciata di uvetta

In una terrina emulsionate la farina di castagne con l'acqua in modo che non si formino grumi. La consistenza deve essere un po' più solida di quella delle crepes. Non so la quantità precisa di acqua, io a un certo punto vado a "occhio". Mi ricordo sempre di mia nonna che quando glielo chiedevo mi diceva: lo vedi a occhio, Sandra, nè troppo lente nè troppo soda....

Aggiungete alla pastella un pizzico di sale e un C di olio extra vergine di oliva, unite metà pinoli e l'uvetta bagnata precedentemente nell'acqua e strizzata. Io non ce la metto, l'uvetta nei dolci è una delle poche cose che evito perché non mi piace la consistenza molliccia che acquista da cotta, ma voi mettetela perché nella ricetta tradizionale ci vuole. In un pentolino fate soffriggere gli aghi di rosmarino per qualche secondo con un giro d'olio d'oliva.

Foderate la teglia con un foglio di carta da forno e versateci sopra il composto, l'altezza decidetela voi, c'è a chi piace alto e a chi bassino: io sono per il bassino. Poi aggiungete i pinoli e i gherigli di noce spezzati grossolanamente sulla superficie e condite con l'olio e rosmarino.

Passate il tutto in forno a 200° per una ventina di minuti. Il migliaccio è pronto quando il composto forma tutte le screpolature in superficie. Ecco avete fatto, senza zucchero e con pochissimi grassi, un dolce povero della cucina contadina.

74. Castagnaccio - Passalamoda di Cucina di casa

<http://www.cibidicasa.com/2012/10/castagnaccio.html>

ingredienti:

500 gr. farina di castagne

acqua 800 gr.

uvetta ammollata

pinoli o noci

rosmarino fresco

2-3 cucchiaini d'olio EVO

sale

Si condisce la farina con un pizzico di sale e un cucchiaino d'olio, si bagna a poco a poco con l'acqua e si mescola bene per i grumi. Si lascia riposare, i vecchi la lasciavano anche per il giorno dopo.

Si unge una teglia bassa e si infarina o riveste di pangrattato secco.

Si versa l'impasto nella teglia e si dispone sopra l'uvetta, i pinoli, il rosmarino e un filo d'olio.

Si inforna in forno molto caldo, quando si sarà rappreso in superficie abbassare la temperatura a 150-180 e finire la cottura, in tutto circa 40 minuti.

Può piacere asciutto e quasi croccante o tenero e appena tostato in superficie, questo dipende dalla cottura ma soprattutto molto dallo spessore e quindi dalla misura della teglia. In appennino, che di pinoli non se ne vedevano se non al negozio, si usavano spesso le noci, ed era altrettanto buono.

75. Mousse di castagne e amasake - Roberta di Cobrizo

<http://cobrizoperla.blogspot.it/2012/10/salutiamoci-ottobre-e-le-castagne.html>

dose per 5 coppette:

100 gr di farina di castagne setacciata

500 gr di latte vegetale non zuccherato (io ho messo metà soia e metà riso, ma potrete scegliere il latte vegetale che più vi aggrada ed anche il latte di mandorle credo potrebbe andare più che bene)

un vasetto di amasake di riso integrale da 250 gr

2 cucchiaini colmi di crema di mandorle bianche

1 cucchiaino di caffè d'orzo solubile (facoltativo o sostituibile con una puntina di cacao)

1 cucchiaino scarso di vaniglia in polvere (quella vera, nera, non vanillina)

2 cucchiaini di buon rum (solo ovviamente nel caso il dolce sia destinato ad adulti)

malto di riso, noccioline tostate, cioccolato fondente a scaglie oppure un caco, per decorare

Setacciare la farina di castagne.

Stemperarla con una frusta nel latte. Aggiungere tutti gli altri ingredienti, mescolando bene. Lasciare riposare 15 min.

Riempire le coppette e cuocere a 20 min a bagnomaria (o nel forno a vapore).

Lasciar raffreddare e decorare con malto di riso, noccioline tostate, cioccolato fondente a scaglie.

Anche un caco maturo frullato fornirà un'ottima salsina di accompagnamento.

Il gusto guadagnerà molto se avrete l'accortezza di prepararlo con almeno mezza giornata o più di anticipo.

76. Crêpes di castagne - Barbara di Note di Cucina

<http://notedicucina.com/2012/10/13/crepes-di-castagne-vegan/>

INGREDIENTI (bio) x 2 crepes:

1 caco maturo

1 cucchiaino di succo di limone

una mela golden sbucciata e tagliata a dadini (200g circa)

50 g di succo di mela concentrato

un pizzico di vaniglia in polvere

1 g di agar agar

100 g di farina di castagne

1-2 cucchiaini di olio evo

180 ml di acqua circa

1 pizzico di sale integrale

cacao amaro qb

Frullare la polpa del caco con il succo di limone e mettere da parte il composto in una ciotolina. Frullare la mela con il concentrato, la vaniglia e un pizzico di sale. Trasferire la crema in un pentolino e, una volta portata a ebollizione, aggiungere l'agar agar sciolto in pochissima acqua. Mantenere sul fuoco mescolando per 1-2 minuti. Trasferire la crema in una terrina e far raffreddare.

Setacciare la farina di castagne e aggiungervi poco alla volta l'olio e l'acqua, mescolando con la frusta fino a ottenere un composto omogeneo e senza grumi. Regolare la quantità di liquido, aggiungendo o togliendo un po' d'acqua in base alla consistenza. Ungere con pochissimo olio evo una padella e cuocerle le crepes. Farcirle con la crema di mele, arrotolarle, tagliarle a metà e adagiarle sulla crema di cachi. Spolverizzare con cacao amaro a piacere.

77. Fiori di castagne e cocco con cuore fondente - Cami di Una V nel piatto

<http://www.unavnelpiatto.it/ricette/ricette-light/fiori-di-castagne-e-cocco-con-cuore-fondente.php>

Ingredienti:

farina di castagne bio - 120 gr

farina di riso bio - 30 gr

farina di cocco - 70 gr

fiocchi di avena bio - 30 gr
malto di mais bio - 3 cucchiaini colmi
olio di germe di mais biologico - 4 cucchiaini
lievito in polvere - 2 cucchiaini rasi
latte di riso bio - q.b
cioccolato fondente 70% bio - 30 gr

Instructions:

Setacciare la farina di castagne e quella di riso in una ciotola.

Aggiungere i fiocchi di avena, la farina di cocco ed il lievito.

Unire anche i cucchiaini di malto e di olio e cominciare ad impastare tutti gli ingredienti.

A questo punto, dopo una prima impastata, aggiungere poco latte di riso, poco per volta per non esagerare con le dosi.

Se il composto risultasse troppo mollo aggiungere altra farina di cocco.

Il risultato sarà un panetto leggermente appiccicoso ma compatto.

Adagiare il panetto su uno strato di carta forno e stenderlo leggermente con il matterello, lasciando un po' di spessore, infarinare con poca farina di riso sia il matterello sia il panetto per non farlo appiccicare a quest'ultimo.

Con una formina per biscotti a forma di fiore ricavare dal panetto tanti biscottini da adagiare nella teglia ricoperta con carta forno.

Rimpastate, ristendete, ritagliate e procedete così fino a fine ingredienti (con le dosi che vi ho fornito si ottengono circa 13 biscotti, io li ho fatti un po' cicciosi e corposi).

Infornate in forno caldo a 180° per i primi 5 minuti, dopodiché estraete la teglia con i biscotti dal forno e create con l'aiuto di un cucchiaino al centro di ogni biscotto, una fossetta rotonda come fosse un pistillo/stigma e rinfornate i biscotti per terminare la cottura per altri 8 - 10 minuti.

Io avendo il forno a gas a metà cottura, li ho girati per farli dorare anche in superficie.

I biscotti sono pronti quando sentirete un piacevole profumo di cocco uscire dal forno e i biscottini si saranno dorati.

Estrarli dal forno e lasciarli raffreddare su una griglia. Una volta ben freddi sciogliete in una ciotolina il cioccolato fondente e con l'aiuto di un cucchiaino, riempite le fossette centrali di ogni biscotto e lasciate ancora raffreddare.

I biscotti rimangono leggermente friabili ma morbidi dal sapore intenso di cocco ma dolci al punto giusto grazie al malto.

78. Cannoli di castagne al cacao - Angela di Io cucino senza

<http://iocucinosenza.blogspot.it/2012/10/cannoli-di-castagne-al-cacao.html>

Ingredienti (tutti biologici) per 7 cannoli:

100 gr di farina di castagne
100 gr di farina di mais fumetto
50 ml di latte di soia
1 uovo
20 gr di cacao
1 cucchiaino di cannella in polvere
2 cucchiaini di olio di girasole spremuto a freddo
20 ml di succo di mela
1 pizzico di sale

Ho impastato le farine con il resto degli ingredienti e ho lasciato riposare in freezer 15 minuti.

Poi ho diviso l'impasto in 7 pezzetti, ho steso ogni singolo pezzetto e con un coppapasta gli ho dato la forma circolare, ho avvolto lo stampo sagomato per cannoli e ho chiuso i due lembi dopo averli spennellati con latte di soia.

Ho messo i cannoli in forno per una decina di minuti in forno preriscaldato a 180° (andrebbero fritti, ma in tema di salute è certamente preferibile il forno). Li ho lasciati raffreddare e molto delicatamente li ho tolti dagli stampi.

Ingredienti (tutti biologici) crema:

500 gr di zucca cotta
70 gr di cacao magro
100 ml di succo di mela
100 ml di latte di soia
1 pizzico di cannella in polvere

Ho messo tutto nel frullatore fino a quando non è diventata crema.

Ho farcito i cannoli con un sac a poche e ho cosperso le due estremità con pezzetti di castagne cotte al vapore. Per ultimo una spolveratina di cacao.

79. Castagnaccio - La via macrobiotica

<http://blog.laviamacrobiotica.it/castagnaccio/>

300 g di farina di castagne
300 ml di latte di soia o di riso
200 ml d'acqua
2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
1 rametto di rosmarino
40 g di pinoli
50-60 g di uvetta
1-2 cucchiaini di malto di riso (facoltativo)
1 pizzico di sale

La farina di castagne tende a fare grumi, quindi conviene setacciarla. Poi aggiungi il sale, l'olio e poco per volta il latte e l'acqua, mescolando bene. Aggiungi l'uvetta e se vuoi ottenere un castagnaccio piuttosto dolce, anche il malto. Fodera una tortiera con carta forno, versa il composto e sistema l'uvetta con un cucchiaino in modo che sia distribuita uniformemente. Aggiungi sulla superficie i pinoli e le foglioline di rosmarino. Inforna per 40-45 minuti circa a 160°. Per dare un tocco speciale al tuo castagnaccio, prova ad utilizzare della scorza d'arancia al posto del rosmarino.

80. Castagnaccio con le mandorle - Ravanello curioso

<http://ravanellocurioso.wordpress.com/2012/10/18/castagnaccio-con-le-mandorle/>

Ingredienti per una teglia da 30 x 40 cm (viene un castagnaccio basso, più asciutto) od una teglia rotonda da 26 (si ottiene un castagnaccio più alto, ca 1 cm, e un pò più umido all'interno):

500 gr di farina di castagne bio
100 gr di mandorle bio
100 gr di uvetta bio
4 C di olio EVO spremuto a freddo
acqua qb (circa 750-1000 ml)
rosmarino qb
1 pizzico di sale integrale

Preparazione:

Mettere l'uvetta a reidratare in un bicchiere di acqua tiepida. Accendere il forno e portarlo a 180°. Tagliare le mandorle al coltello. In una ciotola capiente mettere farina, sale e rosmarino ed allungare, poco alla volta, con l'acqua per evitare la formazione di grumi, fino ad ottenere una pastella liscia e densa. Aggiungere le mandorle e le uvette scolate, avendo cura di tenerne da parte una manciata per la finitura del piatto e le decorazioni. Rivestire di carta da forno la teglia e versarvi dentro l'impasto.

Decorare la superficie con aghi di rosmarino, mandorle ed uvetta e mettere a cuocere per circa 40 min/1 ora.

E' pronto quando in superficie si formeranno delle piccole rughe e quando lo stecchino uscirà asciutto.

81. Pancake di castagne con salsa ai cachi - Xcesca di La tana del riccio

<http://latanadelriccio.wordpress.com/2012/10/24/pancake-di-castagne-con-salsa-ai-cachi-per-salutiamoci/>

Ingredienti per due porzioni:

50 gr di farina di castagne
70 gr di farina di farro semintegrale
un pizzico di sale
un pizzico di cannella
2 cucchiaini rasi di cremor tartaro
200 gr di latte d'avena
2 cucchiaini di olio evo

per la salsa:

2 piccoli cachi
un pizzico di vaniglia in polvere

Miscelare tra loro le farine con il sale e la cannella. Aggiungere a filo il latte di avena continuando a mescolare in modo che non si formino grumi. Incorporare infine anche l'olio. Lasciar riposare la pastella ottenuta in frigo per una mezz'ora. Preparare la salsa frullando tra loro la polpa dei cachi e la vaniglia.

Scaldare bene una padella antiaderente ungendola leggermente con l'aiuto di carta da cucina.

Riprendere la pastella, unire ad essa il cremor tartaro sbattendo con una frusta in modo da avere un composto uniforme.

Cuocere i pancake facendo cadere la pastella da un piccolo mestolo e senza distribuirla su tutta la padella. Quando sulla superficie si saranno formate tante bolle e il composto sarà più solido, girare il pancake per cuocerlo dall'altra parte.

Man mano che si preparano i pancake sovrapporli mettendo tra uno e l'altro una cucchiata di salsa di cachi.

Servire caldo.

82. Biscottini di castagne e crusche al sesamo - Dida di Gli amori di Dida

<http://gliamorididida.blogspot.it/2012/10/mangio-sano-quindi-strano-ma-nooo-e.html>

4 cucchiaini di crusca di avena
2 cucchiaini di crusca di grano
6 cucchiaini di farina di castagne
2 cucchiaini di malto d'orzo
1 cucchiaino di cremor tartaro
1 uovo di gallina felice
2 cucchiaini di ricotta fresca
1 cucchiaino di marmellata d'arance biologica senza zucchero
una manciata di nocciole tostate tritate grossolanamente
semi di sesamo

Senza procedure particolari, ho semplicemente riunito tutti gli ingredienti in una ciotola (tranne il sesamo che ho tenuto da parte in un piattino) come faccio per prepararmi i biscottini previsti nella dieta ed ho iniziato ad amalgamare con una forchetta.

Nel frattempo ho riscaldato il forno fino a 180° e con l'aiuto di due

cucchiaini ho formato delle piccole quenelle allungate e le ho passate nel sesamo e poi adagiate sulla placca del forno.

Cuocere per circa 15\20 minuti e lasciar raffreddare.

83. Torta di carote, mandorle e castagne - Brii di Briggishome

<http://briggishome.wordpress.com/2012/10/17/carrot-almond-chestnut-cake-tortina-di-carote-mandorle-e-castagne-it/>

300gr di carote
300gr di mandorle
1 piccola banana
100gr ca di farina di castagne
latte di mandorle non zuccherato
30ml succo di mela concentrato (anche no, è dolce già di suo)
poco olio di mais per ungere le formine

Tritare carote e mandorle grossolanamente, aggiungere la banana e frullare.

Aggiungere la farina di castagne e poco latte alla volta per avere un'impasto bello appiccicoso.

Assaggiare e se non vi sembra dolce abbastanza aggiungere un pochino di succo.

Versare (con fatica perché si attacca ovunque ;-D) l'impasto nelle formine e cuocere a 180° per ca 35-40min.

84. Tartellette di colori e sapori autunnali - Neofrieda79 di Passato tra le mani

<http://passatotralemani.wordpress.com/2012/10/27/tartellette-di-colori-e-sapori-autunnali/>

Ingredienti per 6 tartellette:

Per la frolla:

125 gr malto di mais
100 gr farina castagne (macinata a pietra, proveniente dal territorio di Lucca)
80 gr farina mais – da autoproduzione!
65 ml bevanda di riso bio al naturale
50 gr amido mais bio
2 cucchiari olio di mais bio dedorato
2 cucchiari vino bianco secco – da autoproduzione!
sale marino integrale, un pizzico
noce moscata, un pizzico

Per il ripieno:

200 ml zucca cotta al vapore (C.maxima, quella tonda)
3 cucchiari malto di riso
2 cucchiari bevanda di avena al naturale
2 cucchiari uvetta rinvenuta nel succo d'arancia
1 cucchiario fecola di patate
buccia grattugiata di mezza arancia
un pizzico sale marino integrale
una spolverata cannella e vaniglia

Procedimento:

Per la frolla:

sciogliere il malto nella bevanda vegetale a fiamma bassa, lasciar raffreddare. Mescolare tutti gli ingredienti liquidi e versarli in quelli in polvere, a loro volta ben setacciati e mescolati. Impastare rapidamente, come si fa per una normale frolla, raccogliere a palla. Avvolgere in un telo bagnato di vino bianco e tenere al fresco per almeno mezzora.

Per il ripieno:

sciogliere il malto e la fecola nella bevanda vegetale, versare nella zucca. Frullare, portare a ebollizione. Unire i restanti ingredienti, a parte l'uvetta, e spegnere. Strizzare bene l'uvetta e mescolarla al ripieno. Attendere che intiepidisca mescolando spesso.

Comporre i dolcetti:

foderare stampini da muffin con la frolla stesa a uno spessore di 0,4-0,5 cm. Pennellare i bordi con un mix di bevanda vegetale e olio di mais bio deodorato. Versare il ripieno e infornare a 175° per 15'. Se i bordi asciugano troppo, all'uscita pennellare immediatamente con il mix sopra visto. Lasciar intiepidire, sformare. Consiglio di gustarli freddi.

85. Castagnaccio monoporzione (con farina di farro) - Cì di Il mondo di Cì

<http://ilmondodici.blogspot.it/2012/10/salutiamo-le-castagne-con-un-dolcetto.html>

Ingredienti:

(per 8 tortine o una teglia piccola)
100 grammi di farina di castagne biologica;
100 grammi di farina di farro biologica;
40 grammi di uvetta passa biologica da ammolare;
1 cucchiaino di olio EVO bio;
un pizzico di sale integrale;
un po' di vaniglia grattugiata (opzionale);
mandorle in scaglie e pinoli QB;
un ciuffetto di rosmarino;
circa 450 cc di acqua.

Come si procede

Per prima cosa si tagliano finemente metà delle uvette e si mettono tutte insieme ad ammolare in un bricco con una

parte dell'acqua. Si procede amalgamando le farine, con una frusta o anche solo una forchetta, aggiungendo poca acqua alla volta, facendo in modo che non si formino grumi, quando il composto è ben omogeneo si aggiunge un filo di olio EVO, giusto un piccolo pizzico di sale, e le uvette, si frusta ancora un po' e si trasferisce il composto nei singoli stampini (potete usare degli stampi in silicone per tortine o muffins, con l'accortezza di riempirli al massimo per un paio di cm in altezza, il castagnaccio perchè deve restare sottile), precedentemente spennellati con un po' di olio.

Prima di infornare in forno caldo (a 180 gradi, in modalità ventilato), aggiungere pinoli e mandorle in scaglie solo in superficie per decorare (se siete allergici all'una, all'altra o a tutta la frutta secca in genere, sappiate che metterne o meno cambia solo di poco il gusto e non occorrono sostituzioni per la buona riuscita della ricetta) e una leggera spolveratina di rosmarino fresco finemente tagliato al coltello al momento. Infornate e lasciate cuocere per circa 30 minuti. Se gli stampi sono molto piccoli dopo circa 25 minuti presidiate con attenzione il forno e guardate che non si bruci tutto!

A cottura ultimata servite freddi e gustate per merenda o quando più vi piace!

Tenete conto che è le castagne sono molto caloriche, le monoporzioni piccole saranno perfette e già sazianti!

86. Crêpes di castagne in salsa raw di caki - Marta di New Horizons

<http://humangraphia.com/newhorizons/crepe-di-castagne-in-salsa-raw-di-caki/>

Ingredienti per la farcia e la salsa raw:

2 mele golden

1 cucchiaio di uvetta

2 cachi

½ banana

½ cucchiaino di cannella

1 cucchiaino di succo di limone

Procedimento:

Preparate la pastella per le crêpes miscelando le due farine con il lievito per poi aggiungere acqua fino ad ottenere una cremetta morbida, liscia e senza grumi. Unite l'olio, rimestate e mettetela a riposare in frigo.

Sbucciate le mele, tagliatele a dadoni e fatela cuocere circa 10 minuti con un cucchiaio di acqua ed a tegame coperto. A fine cottura aggiungete l'uvetta ed un pizzico di cannella. Solo il contatto con la mela ed i succhi da essa rilasciati farà rinvenire l'uvetta che completerà ed addolcirà il composto.

Frullate invece a parte i cachi con la banana, il limone ed il resto della cannella (io in genere abondo perchè mi piace) e tenete da parte.

Procedete ora con le crêpes scaldando un padellino antiaderente, bagnate un tovagliolo di carta sporcandolo con poco olio e passatelo sulla superficie calda della pentola.

Rimestate la pastella recuperata dal frigo e versatene un mestolo per volta, al centro della padellina, allargate rapidamente il composto sulla superficie e lasciate cuocere pochi minuti. Rigidate dall'altro lato per un minuto e togliete dal fuoco. Proseguite fino ad esaurimento.

I passaggi sono diversi e sembrano lunghi mentre in realtà ci si mette davvero poco a realizzarli.

Siamo pronti ora a comporre la nostra merendona: in un piatto sistemate una crêpe, farcitemela al centro con un cucchiaio abbondante di mele ed uvetta, ripiegate a portafoglio e versate sopra abbondante crema di cachi. Due di queste vi assicuro che fanno quasi da cena!!

87. Cookies alla farina di castagne, noci, cioccolato e uvetta - Brii di Briggishome

<http://briggishome.wordpress.com/2012/10/31/cookies-with-chestnut-flour-nuts-chocolate-rasins-cookies-alla-farina-di-castagne-noci-cioccolato-e-uvetta-it/>

150gr di farina di castagne

50gr di farina 0*

50gr di cioccolato fondente

75gr di noci tritati

50gr di uvetta

70 gr di olio al girasole

90gr di acqua

Tritare le noci e la cioccolata grossolanamente, aggiungere le due farine, l'olio e l'acqua.

lavorare l'impasto finchè non è più appiccioso ed aggiungere l'uvetta

(ev aggiungere un altro pochino di farina per amalgamare meglio)

Lasciare riposare 2 orette e poi stendere e con un tagliabiscotto rotondo ritagliare biscotti.

Metterle ordinatamente in fila su una placca foderata di carta forno.

Infornare nel forno già caldo a 180°. Cuocere per ca 15min.

Controllate che non si abbronzano troppo, diventano più amari.

88. Torta mele e castagne - Lisa Amatist

Ingredienti:

200 gr farina di castagne

200 gr farina di riso

1 bustina di lievito

3 mele

1 bicchiere di latte di soia (o riso o qualsiasi latte vegetale)

1 cucchiaio di succo di mela concentrato

½ bicchiere di olio di mais

Olio di mais per ungere la tortiera

1 tazza di uvette
1 tazza tra pinoli e semi di girasole (avevo finito i pinoli)
Acqua q.b.

Procedimento:

Unire le due farine e il lievito in una zuppiera.
In un'altra zuppiera unire gli ingredienti liquidi, mescolarli bene e poi versarli sulle farine girando il tutto.
Far rinvenire l'uvetta in poca acqua tiepida e poi unirla al composto.
Sbucciare le mele e tagliarle a spicchi, e unirle al composto.
Unire infine anche i pinoli e i semi di girasole.
Se il composto risulta troppo denso, aggiungere acqua fino a renderlo più morbido.
Versare poco olio di mais sul fondo della tortiera e ai lati e versare il tutto.
Mettere in forno per circa 40' a 180 gradi, ma fare prova stecchino, perché dipende dal forno.

PANE:

89. Pane di castagne - Arianna di Bambini golosi

<http://bambinigolosi.blogspot.it/2012/10/pane-di-castagneper-salutiamoci.html>

100 gr di farina di tipo 2 biologica
100 gr di farina Enkir biologica (anche di farro va bene)
130 gr di farina di castagne di buona qualità
1 cucchiaino di cacao amaro in polvere bio
1/2 bustina di lievito di birra disidratato bio
2 cucchiaini di olio extravergine di oliva 100% Italiano Biologico Dante
1 cucchiaino di malto bio

un pizzico di sale marino integrale Gemma di mare

Ho messo nella planetaria le farine setacciate con il cacao, il lievito, il malto, l'olio e il sale. Ho iniziato ad impastare aggiungendo acqua tiepida necessaria ad ottenere un composto morbido ed omogeneo. Ho formato una bella palla e l'ho lasciata lievitare per due ore circa. Ho ripreso l'impasto, l'ho sgonfiato delicatamente ed ho fatto qualche piega, poi l'ho lasciato ancora riposare per un'ora e mezza. Trascorso questo tempo ho formato dei piccoli panini, li ho adagiati su una teglia ricoperta di carta forno infarinata e li ho lasciati lievitare coperti con un telo da cucina altri 40 minuti. Li ho cotti in forno caldo a 200° per i primi 10 minuti, poi ho abbassato la temperatura a 180° per altri 30 minuti circa!!! Sono venuti morbidissimi!!!

90. Pan d'autunno - Daria di Gocce Daria

<http://www.goccedaria.it/item/pan-d-autunno.html>

Ingredienti:

150 gr di pasta madre rinfrescata da 4 ore
100 gr di farina di castagne
100 gr di farina integrale di segale
350 gr di farina tipo2 (semintegrale)
1 cucchiaino di sale fino integrale
1 cucchiaino di malto d'orzo
300 ml di acqua

Sciogliere la pasta madre nell'acqua, aggiungere la farina di segale e quella di castagne e mescolare bene. Lasciare riposare per un'oretta coperto da un canovaccio. Riprendere l'impasto, aggiungere il malto, il sale e la restante farina un po' alla volta. Quando non si riesce più a mescolare col cucchiaio passare sulla spianatoia e impastare bene a mano. Tenete conto che l'impasto rimarrà sempre un po' appiccicoso per via della segale. Fate una palla e mettetela a riposare nella madia in legno.

Nel frattempo uscite a giocare con le bimbe e raccogliete una bella foglia di fico.

Lavatela e mettetela ad asciugare in un canovaccio piegato con un peso sopra in modo che stia ben dritta e non si accartocci. Riprendete l'impasto dopo 4 ore, lo troverete ben gonfiato.

Passatelo sulla spianatoia e fate un giro di pieghe. Mettete la foglia sul fondo di un cestino da lievitazione tondo infarinato.

Posateci sopra il pane con la chiusura delle pieghe verso l'alto. Riponetelo tutto (cestino compreso) a lievitare nella madia in legno.

Lasciate lievitare per 2-3 ore. Accendete il forno a 260° statico mettendo una ciotolina d'acqua sul fondo. Nel frattempo prendete la teglia del forno infarinatela leggermente e rovesciate il cestino sulla teglia.

Con delicatezza togliete la foglia di fico, rimarrà il disegno impresso:

Quando il forno è in temperatura infornate, abbassate a 240° e cuocete per 15 minuti. Poi abbassate a 200° e continuate la cottura per altri 30 minuti.

Estraete dal forno, togliete dalla teglia e rimettete in verticale a raffreddare nel forno spento. Eccovi il vostro pane d'autunno dove il gusto di castagna si fa sentire!

91. Pane martino alle castagne e noci - Terry di Crumpets & co.

<http://crumpetsandco.wordpress.com/2012/10/31/pane-martino-alle-castagne-e-noci-chestnut-and-walnut-bread/>

350 gr di farina 0
250 gr di farina di castagne
7 gr di lievito di birra secco (o 30 gr di fresco nella ricetta originale)
1 cucchiaio d'olio evo

400 ml acqua
1 cucchiaino di sale
250 gr di noci tritate grossolanamente

Impastate 50 gr di farina 0 con 50 gr di farina di castagne insieme al lievito e a 100 ml di acqua, lasciate lievitare il panetto in luogo caldo, coperto, fino al raddoppio. Impastare il panetto lievitato con le restanti farina e acqua, l'olio ed il sale. lavorare bene l'impasto poi metterlo a riposare e lievitare per oltre 2 ore o fino al raddoppio. Riprendere l'impasto incorporarvi le noci e formare un pane lungo, ovale e trasferitelo su una placca da forno, farvi con un dito dei buchi in superficie e lasciarlo riposare una ventina di minuti. Cuocerlo a 180° per circa 40 minuti.

92. Panone di castagne, semi di zucca e acqua riciclata - Mony di Gata da plar <http://gatadaplarr.blogspot.it/2012/11/panone-di-castagne-e-semi-di-zucca-e.html>

Ho usato la MDP (macchina del pane) inserendo gli ingredienti nell'ordine scritto qui sotto, ma nulla vieta di impastarlo a mano

1 cucchiaio di olio evo
1 cucchiaino raso (scarso) di sale fino
250 g di acqua di cottura delle carote nere
300 g di farina di granto tenero Tipo 2 Organic
dell'Azienda VALENTINO di Goffi Valentino di San Lorenzo in Campo (PU) comprata in occasione di una Fiera di prodotti tipici marchigiani
155 g di farina di castagne
2 cucchiaio di malto di riso (in sostituzione dello zucchero per favorire la lievitazione)
16 gr di lievito di birra disidratato
3 manciate di semi di zucca non salati
farina q.b. (la stessa di cui sopra, la Tipo 2)

Una volta inseriti gli ingredienti nella MDP ho impostato il programma "pizza" (che fa solo impasto e lievitazione) e dura 1 ora e mezza.

All'inizio dell'impastamento, tenete d'occhio la consistenza dell'impasto! Se vi sembra troppo duro, aggiungete un cucchiaio d'acqua di cottura delle carote (tenetene uno a disposizione) oppure, se troppo lento, aggiungete farina a pugnetti (un paio dovrebbero bastare ad arrivare alla giusta consistenza, che deve praticamente essere una palla di impasto morbido ma che "gira" bene nel contenitore della MDP senza restare troppo attaccato alle pareti o al fondo). Terminato il programma (l'impasto lievitato sarà arrivato quasi al bordo del contenitore) azzerate e fatelo ripartire e lasciate impastare ancora 5-10 minuti quindi fermate la MDP e trasferite l'impasto in una tortiera a cerniera dove avrete messo un foglio di carta forno.

Appoggiate la tortiera nel forno SPENTO e lasciate lievitare un'altra ora abbondante.

Dopo di che, tiratela fuori, portate il forno a 200° e quindi cuocete per 30-35 minuti o fino a quando vedrete la superficie bella cotta (la mia mi è un pò "scappata" e ho rischiato di bruciarlo... o.O')

Sfornate, estraete il Panone dalla tortiera ma lasciatelo nella sua carta forno.

Fatelo freddare bene su una gratella e quindi affettate e gustate sia con accompagnamenti dolci che salati! :)