

# Ricette

libro delle ricette da cucinare



- [friggitrice ad aria](#)
- [Uova in purgatorio](#)
- [Passata di verdure](#)
- [Spumanti](#)

# friggitrice ad aria



alimento	tempo (min)	temp. (gradi)	ricetta/note
bistecca 1 cm	4	230	girare a metà
bistecca 2cm	8	220	girare a metà
patine fritte	25	195	<ul style="list-style-type: none"><li>• pre-riscaldare la friggitrice.</li><li>• tagliare le patate a fettine sottili</li><li>• oliare</li><li>• non salare</li><li>• mettere a mollo in acqua salata per almeno 15-30 minuti</li><li>• a metà cottura muovere le patatine nel cassetto</li><li>• dopo la cottura salare</li></ul>

<b>alimento</b>	<b>tempo (min)</b>	<b>temp. (gradi)</b>	<b>ricetta/note</b>
<b>fettina di carne (scottona)</b>	4	195	<ul style="list-style-type: none"><li>• pre-riscaldare la friggitrice.</li><li>• direttamente dal frigor senza portarla a temperatura ambiente</li></ul>
<b>uova al tegamino</b>	8	180	<ul style="list-style-type: none"><li>• rompere l'uovo nel pirotono</li><li>• aggiungere acqua</li></ul>
<b>cosce di pollo</b>	24	195	il secondo va applicato dopo averle girate <ul style="list-style-type: none"><li>• Oliare</li><li>• polvere d'aglio</li><li>• origano</li><li>• sale</li><li>• paprika</li><li>• pepe nero</li></ul>
<b>alette di pollo</b>	20	190	il secondo va applicato dopo averle girate <ul style="list-style-type: none"><li>• Oliare</li><li>• polvere d'aglio</li><li>• origano</li><li>• sale</li><li>• paprika</li><li>• pepe nero</li></ul>

alimento	tempo (min)	temp. (gradi)	ricetta/note
<p><b>pesce spada</b></p>	13	180	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ spennella re il pesce spada con:</li> <li>○ olio d'oliva</li> <li>○ succo di limone,</li> <li>○ sale</li> <li>○ prezzemolo tritato.</li> <li>○ Distribuia mo una generosa quantità di semi di sesamo su ciascuno facendoli aderire.</li> </ul>
<p><b>fettine di pollo</b></p> 	12	190	
<p><b>Pezzi di carne di pollo</b></p> 	12	195	



# Uova in purgatorio



- 4-5 uova
- salsa di pomodoro (500g)
- 2 cipolle
- 1 aglio
- 1 peperoncino
- pepe
- una manciata origano

- formaggio grana o mozzarella(opzionale)
- 3 cucchiari di olio extra vergine
- basilico

1. In una pentola grande soffriggere le cipolle, una testa d'aglio e il peperoncino per 3-5 minuti
2. aggiungere la passata, mezzo bicchiere d'acqua, sale e l'origano far cuocere per 25 -30 minuti
3. dopo il tempo di cottura del sugo aggiungere le uova e farle cuocere nel sugo per 5 minuti, aggiungendo anche i pezzi di formaggio, aggiungere anche il basilico (abbassando la potenza dell'induzione)
4. aggiungere il pepe macinato

Da mangiare direttamente in padella facendo la scarpetta con del pane:



# Passata di verdure

- verdure fresche (testato con mix di: carote, verza bianca, cavolfiore, pomodori, rapanelli)
- sale grosso (una o due manciate)
- due tazze di acqua abbondanti (si deve vedere leggermente sotto lo strato)
- un cucchiaio di olio
- parmigiano (opzionale a piatto pronto)
- **1/2 bicchiere di vino rosso**

nella scodella per la pasta predisporre:

1) preparare un soffritto con cipolla e aglio abbondanti


2) aggiungere le verdure

3) una manciata di sale grosso (tipo pasta)

5) far cuocere per 40 minuti potenza 8

6) dopo averlo fatto raffreddare un poco farlo passare nel mixer alla velocità minima per 1 o 2 secondi.

# Spumanti

Foto	Marca	Nome	sito	voto (0-10)
	fossmarai	ROOS Spumante Brut rosato	<a href="https://www.fossmara&lt;br/&gt;i.com">https://www.fossmara i.com</a>	8