



UNIONE REGIONALE CUOCHI CALABRIA

Sede legale: Via Antonello da Messina 1^a trav., 5 – 89851 Ionadi (VV)
Cod. fiscale soggetto N. 97030790790 del Min. Finanze Anagr. Tributaria di VV



Associazione Provinciale Cuochi Catanzaro

Calabria

Cultura

Gastronomica

Mediterranea



XV Concorso Regionale

“Baccalà e Vegetali”

Dalla tradizione all'innovazione nella Gastronomia Calabrese

*Istituto Professionale di Stato Servizi per l'Enogastronomia
e l'Ospitalità Alberghiera Soverato - CZ*



23 Aprile 2013



L'UNIONE REGIONALE CUOCHI CALABRIA



L'Associazione Provinciale Cuochi Catanzaresi

In collaborazione con



**L'Istituto Professionale di Stato Servizi per l'Enogastronomia
e l'Ospitalità Alberghiera Soverato - CZ**

Organizzano

Martedì 23 Aprile 2013

c/o L'Istituto Professionale Alberghiero di Soverato

IL XV - CONCORSO GASTRONOMICO REGIONALE

“Calabria, Cultura Gastronomica Mediterranea”

Dal titolo

“Baccalà e Vegetali “

Dalla tradizione all'innovazione nella Gastronomia Calabrese

Finalità

L'Unione Regionale Cuochi Calabria, parte integrante della **Federazione Italiana Cuochi**, con la presente iniziativa, intende promuovere la conoscenza e la valorizzazione della nostra tradizione gastronomica tra tutti gli studenti dei corsi di cucina degli istituti alberghieri Statali e dei C.F.P. In particolare si intende:

- Riscoprire e valorizzare la cultura gastronomica del passato con le sue semplici e genuine preparazioni;
- Far conoscere ai giovani d'oggi, aspetti storico-culturali sugli usi e costumi della tradizione contadina, tutelando il territorio e l'economia della filiera agricola che sempre più risultano essere apprezzate dal turista attento alla conoscenza del prodotto tipico e della sua storia;
- Motivare gli allievi ad acquisire maggiore consapevolezza sull'evoluzione della cucina che diviene arte ancor più nobile, quando alla manualità si aggiunge la passione e la capacità di saper promuovere il prodotto gastronomico anche sotto l'aspetto antropologico.

SCUOLE PARTECIPANTI: -

ISTITUTO PROFESSIONALE ALBERGHIERO

Istituto d'Istruzione Superiore "Mancini"

COSENZA

NOME DEL PIATTO

BACCALLÀ COTTO IN CASSERUOLA, CON PASSATINA DI PEPERONI GIALLI E ROSSI, CIPOLLINE DI CAMPO IN AGRODOLCE, CARCIOFI D'ORATI E SALSA DI PATATE SILANE AGLI AGRUMI.

Ingredient	Dosi	Procedimento: tecniche e fasi di lavorazione
Baccalà dissalato	Gr.650	<p>Diliscare il baccalà già dissalato e cuocere in casseruola con un fondo di olio con mirepoix e una foglia di alloro, a fine cottura salare e pepare.</p> <p>Cuocere i peperoni in forno già caldo con sale, origano, uno spicchio d'aglio. Farli raffreddare, spellarli e frullarli, aggiustare di sale, legarli con un rosso d'uovo.</p> <p>Pulire le cipolline di campo e i carciofi, sbianchirli e terminare la cottura, le cipolline in acqua, aceto e zucchero; i carciofi passati in olio extra vergine d'oliva.</p> <p>Sbucciare le patate tagliarle a cubetti e cuocerli con un fondo di cipolla e una volta cotta passarli. Cuocere gli sformatini in forno a 160° per 15 minuti, infine comporre il piatto.</p>
Peperoni rossi e gialli	Gr. 360	
Carciofi	Gr. 150	
Cipolline di campo	Gr. 240	
Patate Silane Agria	Gr. 250	
Olio extra vergine	qb	
Farina 00	Gr. 30	
uovo	N° 2	
Peperoncino	Gr. 5	
Pepe nero	qb	
alloro	Foglie 1	
Aglio	Spicchio 1	
Sale	qb	
Sedano	Gr. 30	
Carote	Gr. 30	
Pepe	Qb	
Cipolla	Gr. 30	
origano	Qb	
Succo di arancia	ml. 10	
Aceto di mele	ml. 10	
Zucchero	Gr. 3	

Attrezzature usate

1 tagliere 2	7 frullatore	13 squiccer
2 trincianti 3	8 forno trivalente	14 colino cinese
3 spelucchino 2	9 frusta	15 cucchiali 4
4 pentolini 3	10 cucchiaione 3	16 forchette 3
5 padella antiaderente 3	11 bacinelle 3	17 mestolo 3
6 scolapasta 2	12 forme per sformatino	18 forchettoni 2

ISTITUTO ALBERGHIERO - LE CASTELLA (KR)

Istituto di Istruzione Secondaria - Polo di Cutro

NOME DEL PIATTO

Italiano

ZABAIONE DI CECI E BACCALÀ CON BIETOLE DA TAGLIO AL SENTORE D'ACCIUGA

Dialetto

M'PANATA I CICERI CU SECARI E ALICI SUTT'OGGHIU

Ingredienti	Dosi	
Baccalà ammollato	g. 800	<p style="text-align: center;">Procedimento: tecniche e fasi di lavorazione</p> <p>Preparare un brodo vegetale con un finocchio, una carota, 2 coste di sedano, mezzo porro e lessarvi 300gr di ceci. In una pentola a bordi alti portare un bicchiere di olio a 65°, spegnere e adagiarvi dei cubettoni di baccalà per 8 minuti. Dopo questo tempo saranno cotti, scolarli e raccogliere la crema bianca che si è formata sul fondo, è l'albumina del pesce.</p> <p>In un tegame a bagnomaria montare con 2 cucchiaini di olio, un cucchiaino di Porto, un cucchiaino di vino bianco e un cucchiaino di purea di ceci fino ad avere un composto ben gonfio.</p> <p>Dopo aver scolato i ceci ed eliminato le verdure, frullarli ed emulsionare con un filo di olio. Preparare le bietole: Sbollentare per un minuto la verdura e passarla velocemente in acqua ghiacciata. Sciogliere in un cucchiaio di olio caldo due acciughe e saltarvi le bietole.</p> <p>Impiattare versando sul fondo del piatto la crema di ceci e qualche cece intero, disporre sopra i dadi di pesce, distribuire lo zabaione e guarnire con la bietola.</p>
Sedano	g. 150	
Carote	g. 150	
Porro	g. 150	
Biete da taglio	g. 500	
Ceci ammollati	g. 500	
Olio EVO	litri 1,5	
Vino porto	dl. 1	
Vino bianco	dl. 1	
Aglio spicchi	n° 2	
Acciughe sott'olio	g. 60	
Sale grosso	g. 100	
Sale Fino	g. 100	
Pepe nero in grani	g. 15	
Pepe bianco in polvere	g. 5	
Maggiorana mazzetti	n° 1	
Rosmarino mazzetti	n° 1	

Attrezzature usate

1 Tagliere di colore bleu n° 1	7 pentole acciaio con manico	13 chinois n° 1
2 tagliere di colore verde n° 1	8 pinze per cucinare n° 1	14 biberon ml. 200 n° 1
3 trinciante medio n° 2	9 mestoli n° 1	15 scolapasta n° 1
4 spelucchini n° 2	10 cucchiaione n° 1	16
5 pelaverdure n° 2	11 padelle teflonate dm. cm 30 n° 3	17
6 palette in polipropilene n° 2	12 frullatore ad immersione n° 1	18

ISTITUTO ALBERGHIERO "DEA PERSEFONE"- LOCRI (RC)

SCHEDA ALLEGATO 2
da compilare esclusivamente in formato Word

IPSSAR - ISTITUTO ALBERGHIERO 'dea persefone' Locri - RC -

NOME DEL PIATTO

Italiano: Sfogliata di filetto di baccalà aromatizzato su crema di zucca gialla, con pastiglie di fave fresche, piselli e praline di baccalà fritte

Dialetto: Filettu i baccalà cu pani grattattu supa na crema i zucca gialla, cu pruppettini i baccalà, favi e poseja



Ingredienti per 1 porz.	Q.tà	Procedimento: tecniche e fasi di lavorazione
Pomodorini	30gr	<p>Tagliare il baccalà ammollato e poi incidere a pezzi ottenendo così la forma di un ventaglio. Infornare a 180° per circa 8 minuti, aromatizzandolo con olio, sale e pepe nero.</p> <p>A parte preparare il pane profumato con l'aggiunta di pomodori pachino tagliati a spicchi e capperi tritati ottenendo così il ripieno.</p> <p>Con i ritagli del baccalà impastare, con un uovo, del pane profumato e del formaggio ottenendo così delle praline. Nel frattempo mettere la dadolata di zucca a soffriggere con olio e aglio aggiungendo a sua volta il brodo vegetale, già preparato in precedenza.</p> <p>Ultimata la cottura, con il mix, trasformala in crema. Infine saltare in padella le fave, precedentemente private dell'involucro esterno, e i piselli con olio, aglio in camicia e con l'aggiunta di brodo vegetale.</p> <p>Friggere le praline in olio di oliva.</p> <p>Impiattare il baccalà già infornato e le praline e decorare il piatto.</p>
Baccalà	130gr	
Fave	35gr	
Piselli	35gr	
Zucca gialla	70gr	
Pane profumato	30gr	
Olio extra vergine d'oliva	20gr	
Formaggio pecorino	5 gr	
Uovo	0,5gr	
Sale, pepe e capperi	QB	

Attrezzature usate

1 Padelline n° 2	7 bastardelle n° 2	13 Mestolo n° 1
2 Pentolino n° 1	8 Cutter a immersione n° 1	14
3 Pentola n° 1	9 Forchettone n° 1	15
4 Spelucchino n° 1	10 cucchiaino n° 1	16
5 Tranciante n° 1	11 Teglia da forno 1/1 n° 1	17
6 Tagliere n° 1	12 Carta forno	18

ISTITUTO ALBERGHIERO “S. FRANCESCO” – PAOLA (CS)

NOME DEL PIATTO

Italiano - **ESPLOSIONE DI GUSTI MEDITERRANEI**
Dialecto - “A BOTTA DU MEDITTERANU”

Ingredienti: per una porzione

Baccalà	g 80
cipolla rossa di Tropea	g 15
fichi secchi	g 10
bietola	g 15
patate	g 30
pomodori secchi	g 10
zucchero	g 10
pecorino	g 10
olio evo	g 20
aglio	g 3
peperoncino	q.b.
acqua	q.b.
sale	q.b.
farina	gr15

Procedimento

-Pulire il baccalà, una parte tagliarla a brunoise e infarinarla, cuocerla ed aromatizzarla con l'alloro, il sale, l'olio e sfumarlo. La restante parte scalopparla ed adagiarvi sopra una foglia di bietola precedentemente lessata, farcirla con la brunoise ed il pomodoro secco. Intanto pulire le patate formare un rettangolo e stufarlo porlo al centro del baccalà, legarlo a forma di cilindro e cuocerlo in padella (o sotto vuoto) con gli aromi.

-Per la salsa verde: tagliare e julienne e cuocere la bietola in acqua salata, scolarla bene e passarla in padella con olio, aglio e cipolla. Frullare il tutto e mantenerla in caldo.

-Per il caramello: versare in un pentolino lo zucchero farlo sciogliere ed aggiungere i fichi tritati finemente, formare il caramello, su un foglio di carta forno formare una griglia che servirà per decorazione.

-Preparare la salsa rossa: in un pentolino porre i pomodori segnati con dell'acqua, i pomodori secchi terminata la loro cottura togliamo la pelle, i semi mettiamo nel frullatore con aglio, olio e sale. Far ridurre sul fuoco

Per la chips di patate: lessare le patate in acqua salata, terminata la cottura schiacciarle, aggiungere il pecorino, la farina ed il pomodoro secco tritato e un altro impasto con alloro formare un impasto semi duro porlo su carta forno, cuocerla in forno a 180° per 15 min crearne dei triangoli.

Dressage: porre il baccalà tagliato in due parti uguali, la chips in verticale al baccalà, guarnirlo con la griglia di caramello. Le due salse e dei semi di peperoncino

ISTITUTO ALBERGHIERO – POLISTENA (RC)

Istituto D'Istruzione Superiore (G Renda)

NOME DEL PIATTO

I SAPORI MEDITERRANEI (tra Cultura e Tradizione)

Ingredienti	Dosi	Procedimento: tecniche e fasi di lavorazione
Baccalà	Kg 1,200	Impastare il pane con il lievito madre e far lievitare, poi infornare.
Cipolla di Tropea	Gr 300	
Cicoria	Gr600	
Farina di mais	Gr 300	Sbollentare la zucca, saltare in padella, con olio cipolla salare e mettere da parte.
Farina (00)	Gr 500	
Lievito madre	Gr 200	Sbollentare fave e piselli e dividerli in 2 parti. Sbollentare la cicoria e saltarla in padella con olio peperoncino e aglio.
Olio extravergine	Cl 200	
Pomodorini freschi	Gr 200	
Pomodorini secchi	Gr 100	Spugnare il baccalà, mettere in un tegame di terracotta; versare olio, cipolla, peperoncino, pomodorini, pomodori secchi, olive, capperi, fave, piselli, origano, basilico.
Fave fresche	Gr 200	
Piselli freschi	Gr 200	
Basilico	Qb.	Cuocere il tutto.
Origano	Qb.	
Capperi	Gr 100	Ridurre il vino cotto con una cipolla. Preparare il pesto di fave piselli e basilico. Adagiare le 2 salse sul piatto unire il baccalà e i suoi contorni
Zucca	Gr 300	
Vino cotto	100 ml	
Olive pianote	Gr 200	
Aglio	Gr 100	

Attrezzature usate

1casseruola, pentola, padella	7 cucina, forno,	13
2scolapasta tagliere, spelucchino	8 frullatore	14
3cucchiaino, trinciante	9	15
4spatola, placca da forno	10	16
5pentola di terracotta	11	17
6forchette, ciotole	12	18

ISTITUTO ALBERGHIERO - SAN GIOVANNI IN FIORE (CS)

Istituto di Istruzione Superiore "Leonardo da Vinci"

NOME DEL PIATTO

Italiano: **TORTINO DI BACCALÀ E PATATE SU CREMA DI FUNGHI PORCINI**

Dialecto: **"TORTINO DI BACCALÀ E PATATE SU CREMA DI FUNGI PORCINI "**

Ingredienti	Dosi	Procedimento: tecniche e fasi di lavorazione
Baccalà-filetto dissalato	600 gr	<p>Per il Tortino: Mettere a bollire l'acqua in due pentole separate, in una fare cuocere le patate con tutta la buccia, mentre l'altra una volta raggiunto il bollore fare scottare il baccalà per qualche minuto. Lasciare raffreddare sia le patate, già pulite della buccia, che il baccalà.</p> <p>A questo punto in una bastardella preparare l'impasto con le patate schiacciate, il baccalà senza la pelle, il prezzemolo, il sale e il pepe nero e impastare il tutto con il mixer ad immersione.</p> <p>Ungere i pirottini con un filo d'olio e ricoprire la base e le pareti con il pan grattato. Con l'aiuto di un cucchiaio versare l'impasto nei pirottini e infornare a 160° per circa 20 minuti.</p> <p>Per la crema di funghi porcini: pulire i funghi porcini con un panno umido e tagliarli a julienne. Far riscaldare 1 dl d'olio E.V.O. in una padella e imbiondire l'aglio. Far rosolare all'interno i funghi fino a farli attaccare alla padella in modo che sfumandoli con il vino bianco possano formare la cremina, salare e pepare.</p> <p>Disporre la cremina alla base del piatto e adagiarvi sopra il tortino, spruzzare con un filo d'olio a crudo.</p> <p>Per la decorazione: Ricavare 6 spicchi di carote, 6 di patate e 6 di zucchine, tornirle e sbollentarle in acqua salata. Disporli nel piatto a ventaglio, con un filo d'olio a crudo.</p>
Patate	600 gr	
Funghi porcini	200 gr	
Pan grattato	100 gr	
Prezzemolo	100 gr	
Sale	200 gr	
Pepe nero	10 gr	
Olio E.V.O. "Ceraudo"	2 dl	
Vino bianco	2 dl	
Aglio spicchio	1	
Carote	180 gr	
Zucchine	180 gr	

Attrezzature usate

1 coltello trinciante	7 bastardella	13
2 coltello spelucchino	8 pentola acciaio 2	14
3 teglia da forno	9 padella alluminio	15
4 mixer ad immersione	10 forchetta	16
5 pirottini d'alluminio	11 cucchiaio	17
6 tagliere	12	18

ISTITUTO ALBERGHIERO - SERRA SAN BRUNO (VV)

Istituto di Istruzione Superiore "Luigi Einaudi"

NOME DEL PIATTO: BACCALÀ CON PATATE, OLIVE AL FORNO, PEPERONI, POMODORO E POLENTA.

INGREDIENTI	DOSI	Procedimento: tecniche e fasi di lavorazione 1. Tritare la mirepoix finemente e il prezzemolo. 2. Lavare e pelare le patate. 3. Tagliare a cubetti il filetto di baccalà. 4. Tagliare una parte delle patate a macedonia, l'altra metà affettate finemente a rombo per la decorazione. 5. Tagliare 100 gr di peperoni a macedonia, il rimanente da tritare finemente per la decorazione. 6. Preparare la polenta e stenderla con uno spessore di circa 2 cm su una teglia già oleata e lasciarla raffreddare. 7. Aprire i pomodori pelati,frullarli, metà di essi cuocerli in padella con uno spicchio d'aglio e un cucchiaino di olio extra vergine, la rimanente metà metterla da parte. 8. Con 2 dl di olio di oliva, e una parte di prezzemolo, preparare l'olio verde per la decorazione. 9. Sbollentare per pochi secondi, raffreddare e grigliare le patate tagliate a rombo per la decorazione. 10. In una padella fare rosolare bene 50 gr di mirepoix con 1 dl di olio di oliva,aggiungere 300 g di baccalà,metà delle patate a cubetti,il peperone già tagliato a macedonia ed un pizzico di prezzemolo, di pepe nero e di sale ,farli rosolare per circa 7-8 minuti, sfumare con metà parte del vino bianco e frullare il tutto, ottenendo una crema ben composta e lasciarla raffreddare. 11. In un'altra padella far rosolare l'altra parte di mirepoix,aggiungere il baccalà rimanente,delle patate a cubetti,le olive nere al forno, un pizzico di prezzemolo,di sale e di pepe nero,farli rosolare per circa 4-5 minuti,sfumare con il vino bianco e aggiungere la parte di pomodori pelati non cotti e una patata precedentemente bollita e fatta a purea,e lasciare cuocere per circa 15 minuti. 12. Aggiungere la salsa negli appositi stampi precedentemente oleati e infornare a 200 C° per circa 8-10 minuti. 13. Nel frattempo tagliare la polenta già preparata con dei coppa pasta a forma di goccia,togliere gli stampini dal forno e preparare il piatto come in seguito illustrato.
patate	600 gr	
baccalà filetto spellato	600 gr	
olive al forno	100 gr	
peperoni gialli	150 gr	
polenta	300gr	
pepe nero	q.b.	
mirepoix :	100 gr	
olio d'oliva	1 dl	
sale	q.b.	
prezzemolo	10 gr	
vino bianco	2 dl	
pomodori pelati	800 gr	
olio d'oliva per olio verde	2 dl	
Per decorare Patate Peperoni carote		

Attrezzature usate

1. Stampini (cartellette fest)	8.padelle antiaderente	15. Pinza
2. Vassoi	9. Placca	16. Polsonetto
3. Cucchiai e forchette	10. Piatti	17.Tegliette da forno
4. Zuppiera	11. Ragno da cucina	18. Pela patate
5.Coppa pasta	12. Pentole	19. Frullatore
6. Trinciante	13. Mestoli	20. Coltellino-splucchino
7. Tagliere	14. Scolapasta	21.Spago da cucina

ISTITUTO PROFESSIONALE ALBERGHIERO-TREBISACCE(CS)

NOME DEL PIATTO: IN & OUT IL GIOCO DEL BACCALÀ

ING x 5 PP

DOSI

Procedimento: tecniche e fasi di lavorazione

Baccalà	Kg 0.300	Preparate la sfoglia di pasta fresca con farina, uova, sale e acqua. Fate cuocere la sfoglia in una pentola d'acqua in ebollizione. Raffreddate e asciugate la sfoglia, e tagliate a forma rotonda. Spadellate il baccalà e zucchine precedentemente tagliate a cubetti, con olio e uno spicchio d'aglio. Terminare la cottura per circa 8/10 minuti a fuoco vivo, passate il tutto nel passaverdura. Comporre la Casagnetta e cuocere in forno a 200° pochi minuti. Sul piatto create uno specchio di pomodoro, adagiate la Casagnetta, decorate con foglia di basilico fritta, completate con olio extra vergine d'oliva, in fine rifinite con una nebulizzata di basilico.
Zucchine	Kg 0.400	
Panada dolce Sicilia	Kg 0.200	
Olio extra vergine d'oliva	ML 0.20	
Pomodori	Kg 0.400	
Sale	Q. 5	
Gialla	Kg 0.050	
Sedano	Kg 0.050	
Carote	Kg 0.050	
Aglio	1 spicchio	
Basilico	Kg 0.020	
Uova	N° 4	
Farina	Kg 0.500	
Parmigiano reggiano	Kg 0.100	

Attrezzature usate

1 Pentola	7 Trinciante
2 Casseruola	(Tagliere
3 Forno	
4 Teglia	
5 Macchina tirapasta	
6 Spelucchini	

IPSSARA “ENRICO GAGLIARDI” VIBO VALENTIA (VV)

NOME DEL PIATTO

<p style="text-align: center;">Italiano</p> <p>Trilogia di baccalà e verdure rivisitate a) Carpaccio di baccalà affumicato con cipolla di Amantea b) Cornettino di pane con baccalà alla ghiotta c) Croccante di patate rigate e baccalà d'orato</p>	<p style="text-align: center;">Forma dialettale</p> <p style="text-align: center;">Baccalà cu i jerbi comu si fa mo</p>
--	--

Ingredienti	Dosi	Procedimento: tecniche e fasi di lavorazione
baccalà	g.900	a) Carpaccio di baccalà al fumo con cipolla di Amantea tagliare a strisce il baccalà, marinarlo con gocce di bergamotto e olio E.V.O
Patate	g. 400	a parte spadellare le foglie di spinaci senza sale ,quindi lasciar raffreddare.
Pane bianco	g.200	b) Cornettini di pane con baccalà alla ghiotta
Capperi	g.40	Con l'ausilio di un matterello stendere il pane molto sottile,tagliare con uno stampo rotondo e formare dei conetti spennellando le estremità con del bianco d'uovo per dare
Olive verdi	g.50	Aderenza. e friggere in abbondante olio d'oliva fino ad ottenere un colore d'orato. per la farcia:
Olio d'oliva	g.50	In un tegame, rosolare una mirepoix vegetale con l'aggiunta di live,capperi,pinoli, e un filetto d'acciuga, sfumare con vino
Peperoncino	g.20	Bianco e lasciare evaporare. aggiungere il baccalà, le patate, una foglia d'all'oro e del brodo per completare la cottura.
Pinoli	g.30	A cottura ultimata tagliuzzare il tutto e con un sac a poche farcire i conetti.
Pomodorini	g.100	c) Croccante di patate rigate e falde di baccalà dorato
Peperoni friarelli	g.80	Tagliare le patate a fette rigate, bianchirle e friggerle in abbondante olio d'oliva aromatizzato al peperoncino,
Sale e pepe	q.b	Nello stesso olio friggere i peperoni e il baccalà infarinato e porre ad asciugare con carta assorbente
Olio di bergamotto	dl.1	
Farina 00	g.100	Composizione del piatto
Cipolla di Amante	g.100	A partire dalla destra del piatto, disporre le foglie di spinaci, adagiarvi sopra il baccalà marinato,econdire con olio di
Aceto bianco	dl.1	bergamotto e cipolla marinata. disporre 3 conetti farciti e decorali con peperoncino a filo. per ultimo formare un mille foglie
		Di patate e baccalà alternado a partire dalle patate per tre strati, completare con del peperone fritto croccarello

Attrezzature utilizzate

Piccole attrezzature

grandi attrezzature

1 tagliere	7 bagnomaria	1 cucina
2 coltello	8 tegame o bastardella	
3 mattarello	9 forchettone	
4 padella	10 scolafritto	
5 spatola di legno		

ISTITUTO ALBERGHIERO - VILLA SAN GIOVANNI (RC)

NOME DEL PIATTO

Sfogliata di baccalà croccante, alternata a borragine e cipolla di Tropea in agrodolce, su riduzione di vino fragolino.

Ingredienti per 6 pers.

Kg 1 baccalà ammollato;

Kg 1 borragine;

Gr 300 cipolla di Tropea;

Gr 500 farina per polenta;

Ml 100 olio d'oliva;

Gr 30 zucchero;

Ml 50 aceto bianco;

N 3 uova;

Lt 1 olio di semi;

N 1 limone;

N 1 porro;

Gr 100 ricotta affumicata

Ml 200 vino fragolino;

Gr100 carote;

Gr 100 sedano;

Gr 100 cipolla bianca;

Sale e pepe q.b.

Procedimento: tecniche e fasi di lavorazione

Preparare in una casseruola un court-boillon e quando è in ebollizione mettere il baccalà precedentemente ammollato in acqua corrente.

Fare cuocere per circa 10 minuti, scolare e fare raffreddare. Sfogliare il baccalà appende cotto e condire le lamelle ricavate con olio, pepe e buccia di limone.

A parte rompere le uova in un contenitore, passare il baccalà e panare nella farina per polenta almeno tre lamelle per persona.

Fare riscaldare in una padella l'olio di semi e friggere il baccalà dando un colore dorato e croccante. In una padella fare appassire la cipolla di Tropea tagliata a rondelle in modo sottile. Aggiungere lo zucchero e bagnare con l'aceto bianco.

In un'altra padella saltare con un filo d'olio d'oliva la borragine sbianchita precedentemente. In una teglia adagiare il baccalà ed alternare prima con la borragine e poi con la cipolla appassita. Versare sopra una grattugiata di ricotta affumicata e mettere in forno ad una temperatura intorno a 170c 5 minuti.

Servire in un piatto piano con una riduzione vino fragolino.



UNIONE REGIONALE CUOCHI CALABRIA

Sede legale: Via Antonello da Messina 1^a trav., 5 – 89851 Ionadi (VV)
Cod. fiscale soggetto N. 97030790790 del Min. Finanze Anagr. Tributaria di VV



Associazione Provinciale Cuochi Catanzaro



Calabria

Cultura

Gastronomica

Mediterranea

Un grazie di cuore alle scuole partecipanti:

- Istituto Alberghiero “Mancini” Cosenza CS
- Istituto Alberghiero “Le Castella” Cutro KR
- Istituto Alberghiero “Dea Persefone” Locri RC
- Istituto Alberghiero “San Francesco” Paola CS
- Istituto Alberghiero “G. Renda” Polistena RC
- Istituto Alberghiero “L. da Vinci” S. Giovanni in Fiore CS
- Istituto Alberghiero “L. Einaudi” Serra S. Bruno VV
- Istituto Alberghiero “E. Aletti” Trebisacce CS
- Istituto Alberghiero “Gagliardi” Vibo Valentia VV
- Istituto Alberghiero Villa San Giovanni RC

Istituto Alberghiero Soverato CZ - Scuola ospitante



23 Aprile 2013