

## Al MedDiet Meeting tutti pazzi per i cooking show

### LE RICETTE PROPOSTE DAGLI CHEF STYLIANOS BARMPEAS PER LA GRECIA E ANA RODRIGUEZ PER LA SPAGNA

Tutti pazzi per i cooking show degli chef internazionali ospiti del MedDiet Meeting che si è svolto ad Imperia il 15 e 16 novembre. Un pubblico entusiasta ha assistito alla realizzazione dal vivo di ricette delle cucine tradizionali di Spagna e Grecia, che sono due dei sei Paesi del Mediterraneo partner del progetto strategico "Mediterranean Diet and enhancement of traditional foodstuff - MedDiet", finanziato dall'Unione Europea nell'ambito del Programma ENPI CBC Bacino del Mediterraneo 2007-2013 con un budget complessivo pari a circa 5 milioni di euro e una durata di 30 mesi. I cooking show si sono svolti nell'area laboratori allestita in Calata G.B. Cuneo nella splendida cornice di una città in festa per due straordinari eventi: OlioOliva e Forum Dieta Mediterranea. Ai fornelli si sono esibiti chef Stylianos Barmpeas per la Grecia e chef Ana Rodriguez per la Spagna che si sono sfidati a colpi di padella, con ricette ispirate ai principi e agli ingredienti della Dieta Mediterranea. In seguito alle richieste di un pubblico entusiasta pubblichiamo qui le ricette greche e spagnole che sono state proposte dagli chef, in modo che possiate divertirvi a realizzarle anche a casa.

#### CHEF ANA RODRIGUEZ - SPAGNA

**Focaccia a base di sardine affumicate con burro olio d'oliva e paté di olive nere**

**Sardine affumicate**

**Burro di olio d'oliva**

**Paté di olive nere**

#### INGREDIENTI 4 PERSONE

**Per la focaccia:**  
80 gr pane a fette

**Per il burro di olio d'oliva:**  
100 ml olio extravergine di oliva  
50 gr burro di cacao  
5 gr sale

#### PREPARAZIONE

Tagliare il pane della dimensione di un filetto di sardina e arrostarlo fino a quando diventa croccante.

Fate sciogliere il burro di cacao a 35 ° C. Aggiungere l'olio e abbassare la temperatura della miscela a 2 ° C. Mescolare fino a quando non raggiunge i 15 ° C. Mettere da parte in un "sac à poche".

**Per il paté di olive nere:**

75 gr pasta di olive  
150 gr mele Golden  
90 gr zucchero

Per la salsa di mele. Mescolare la pasta di olive con lo zucchero. Cuocere a bassa temperatura per circa quattro ore finché l'impasto non raggiunge la consistenza desiderata

**Per le sardine:**

4 sardine  
1 ciuffo di timo  
Sale Maldon  
50 gr d'uva bianca  
Olio extravergine di oliva

Sfilettare le sardine e metterle su un piatto con il timo. Scottare la superficie con una fiamma ossidrica da cucina. Spennellare la pelle delle sardine con un po' di olio d'oliva.

**Per l'olio d'oliva di olive nere:**

50 gr olive nere  
50 gr olio extravergine di oliva

Snocciolate le olive e disidratatele. Frullarle insieme all'olio d'oliva.

**Impiattamento e presentazione:**

Preparare il pane mettendo uno strato di burro, uno strato di paté ed uno di sardine. Spargere dell'olio nero sulla base del piatto. Impiattare le fette di pane ed apporre i chicchi d'uva, cospargere qualche grano di sale Maldon.

**Zuppa alle polpette di aglio bianco**

**ZUPPA CON GELATINA D'UVA E ACCIUGHE ALLE POLPETTE DI AGLIO BIANCO**

**Gelatina d'uva**

**Semi caramellizzati**

**Sardine**

**INGREDIENTI  
4 PERSONE**

**Per la zuppa di aglio bianco:**

150 gr mandorle grezze  
50 gr mollica di pane bianco  
40 ml olio extravergine di oliva  
1 spicchio d'aglio  
15 ml aceto di sherry  
Sale  
Acqua

**PREPARAZIONE**

Sbucciare l'aglio, togliere l'asticella centrale e sbollentare. Tritare aglio, mandorle, pane precedentemente ammollato, sale e olio d'oliva. Aggiungere l'aceto e l'acqua per raggiungere la consistenza desiderata. L'obiettivo è raggiungere la consistenza di una zuppa molto densa.

**Per le polpette:**

1 l acqua  
5 gr di algin ?  
500 gr zuppa di aglio bianco  
10 gr di gluconolattato

Mescolare l'acqua con la gelatina e lasciate riposare in frigorifero per 24 ore.  
Mescolare la zuppa di aglio bianco con il gluconolattato cercando di incorporare meno aria possibile.  
Versate, con l'aiuto di un cucchiaino, la zuppa di aglio bianco nella algina. Lasciare riposare per qualche minuto fino a quando lo strato esterno si è gelatinizzato e rimuoverlo con acqua pulita.  
Conservare le polpette in olio d'oliva Arbequina fino a quando esse verranno servite.

**Per la gelatina d'uva:**

1 kg uva nera  
4 fogli di gelatina  
20 ml olio extravergine di oliva  
Arbequina

Asportare i semi dai chicchi d'uva e metterli da parte per la guarnizione. Schiacciare l'uva e allungarla. Mescolare con i fogli di gelatina precedentemente ammollata e riscaldarli fino a completa dissoluzione.  
Versare il composto in una ciotola o in un contenitore. Spennellare con qualche goccia di olio d'oliva prima di gelatinizzare.

**Per i semi e la mandorle caramellate:**

Semi di chicchi d'uva  
20g mandorle  
50g zucchero

Raffreddare fino a quando si formerà la gelatina. Riscaldare lo zucchero. Quando si sarà sciolto senza cambiare colore aggiungere le mandorle e mescolare fino a che esse non saranno ricoperte di zucchero caramellato.

**Altro (guarnizione):**

50g chicchi d'uva senza vinaccioli né buccia  
4 spicchi d'aglio  
8 anchovies  
Sale fino

**Impiattamento e presentazione:**

Versare la gelatina di uva sulla zuppa d'aglio che fa da base, apporvi le acciughe tagliate a pezzetti, l'uva pelata e tagliata a metà, le mandorle caramellate e dei germogli d'aglio. Aggiungere infine un pizzico di sale e dell'olio d'oliva Arbequina.

**CHEF STELIOS BARBEAS - GRECIA**

**CROCCHETTE DI BACCALA' CON CREMA AIOLI E SALSA DI POMODORO E CAPPERI CALDA**

Ingredienti:

1kg di baccalà  
1 mazzetto di cipollotti  
2 cipolle  
1 mazzetto di prezzemolo  
1 mazzetto di aneto  
qualche foglia di menta  
4 uova  
Olio di oliva  
sale & pepe  
1 testa d'aglio  
1kg di patate  
Vino bianco  
8 pomodori maturi  
4 cucchiari di zucchero  
1 vasetto di capperi  
2kg di farina 00  
2 limoni  
1 porzione di crostini da zuppa  
Olio di girasole (per la frittura)



**DESSERT**

**HALVA (budino di semolino) con noci e sciroppo di arancia e cannella**

Ingredienti :

300ml. olio extravergine di oliva

500gr. semolino fino

1kg. di zucchero

acqua

2 arance

cannella

2 bastoncini di cannella

100gr. mandorle

100gr. nocciole