

Cake estivo al mango & lime

Finalmente la seconda volta è andata meglio della prima :-)

Non che il cake in questione avesse delle difficoltà particolari, ma diciamo pure che alcune difficoltà di gestione "apotto in cucina" ce le ho avute io ;-)

Comunque, approfittando di una notte insonne, mi sono messa (da sola ahhh!) a fare intrugli ed ecco che il mio cake è stato sfornato come ai vecchi tempi, era un pò in effetti che non ne facevo uno e non potete immaginare che profonda soddisfazione ho provato :DD

L'idea di fare un cake con il mango mi è venuta perché al supermercato sotto casa li avevano messi in offerta, ce ne erano di belli rossi e maturi e mi sono fiondata a comprarne un pò. Dopo una scorpacciata "au nature", l'esigenza di finirli alla svelta mi ha fatto pensare ad un dolce che potesse avere, per quanto possibile, anche delle caratteristiche di freschezza e zac, l'ho accoppiato felicemente alla scorza di lime grattugiata.

Buono e gustoso, ci ha accompagnato per qualche colazione con caffèlatte, anch'esso in versione estiva:-)

ma i momenti in cui gustare questo dolce, manco a dirlo, possono essere i più svariati: come ce lo vedete servito con una pallina di gelato alla crema o al più fresco gusto di yogurt al maracuja ;-)

del gelataio di fiducia, Roberto di Via Matteotti???

A voi, come sempre, la scelta e buon fine giugno!!!

CAKE ESTIVO MANGO & LIME

 **Per uno stampo da 20 cm.**

230 g di farina "00"

150 g di zucchero

90 g di burro

2 uova grandi

70 ml di latte

10 g di lievito per dolci

2 g di sale

200 g di mango al netto degli scarti

1 lime

Sbattere i tuorli con lo zucchero e il burro a temperatura ambiente fino ad ottenere una crema, aggiungere il latte la farina e il lievito. Montare gli albumi a neve e poi su questi versare il composto dei tuorli e zucchero, amalgamate bene con una spatola facendo un movimento dal basso verso l'alto aggiungere il mango tagliato a cubetti e la buccia di lime grattugiata. Versare il composto in uno stampo da plumcake imburrato ed infornare. Cuocere in forno preriscaldato a 180°C per 60 minuti. Sfnare, togliere dallo stampo e lasciare raffreddare su una griglia prima di servire.

Mango & Lime Cake



—● For a plumcake mold of 20 cm.

230 g of flour "00"

150 g sugar

90 g of butter

2 large eggs

70 ml of milk

10 g baking powder

2 g of salt

200 g of peeled and stoned mango

1 lime

Beat the egg yolks with sugar and butter at room temperature until became creamy, add the milk, the flour and the baking powder and beat again. Beat the egg whites until stiff, then pour the yolks and sugar mixture on, mix well with a spatula by a movement from the bottom up, add the cubed

mango and lime zest grated. Pour the compound in a buttered mold and bake. Cook in preheated oven at 180 °C for 60 minutes. Remove from the oven, remove from the mold and let cool on a grid before serving.

[Polpo alle erbe](#)

La ricetta di oggi arriva direttamente da Roberta, l'ha lasciata nei commenti al post dell'[insalata di polpo](#). Ricordate? In quel post ho proposto, senza troppa convinzione ammetto, di raccogliere le ricette a base di polpo per poi realizzarne un pdf scaricabile per chi, come me, avesse la polpo-mania. Io non sono affatto brava né a partecipare a contest, giochi e raccolte, l'ho fatto all'inizio qualche volta, ma ho capito che non faceva per me. Allo stesso modo, a quanto pare, non sono neanche brava ad organizzali :D

L'unica ricetta che mi è arrivata è stata quella di Roberta, appunto :-)

Mi ha subito incuriosita (anche perché era l'unica ricetta :-) non è vero scherzo), il polpo in salsa di pomodoro e spinaci condito con zenzero, aglio e da una manciata di pinoli, come non provarlo subito??

Spettacolare!!! Non cambierei niente se non (dovevo pure cambiare qualcosa anche se poi in realtà non l'ho fatto:-) di mettere, la prossima volta, i pinoli tostatati.

Ringrazio Roberta per la ricetta e la invito ad indicarci eventualmente il libro da cui è stata tratta.

Per il resto, come potrete vedere, non sono molto produttiva in questo periodo ;-). Mancanza di voglia o di tempo per cucinare?

No, non è andata proprio così, anzi, dopo le "fatiche di Ercole" dei primi 2 mesi da mamma, un bel giorno mi alzo e dico "basta, è ora di rimettersi all'opera".

Con questo buon proposito comincio a spadellare e sfornare cose decisamente "immangiabili"!! Nooooooo cosa sta succedendo? Ma come è possibile?? Dopo l'ennesimo fallimento, sono stata seriamente tentata di "chiudere baracca e burattini"!!

Vi rendete conto, non mi è venuta bene neanche una marmellata???

Confesso di essere un pò depressa per i recenti insuccessi, ma ripensando alla scena di me che cucino intonando canzoni strampalate per intrattenere apotto scalcante in sdraietta, forse non dovrei neanche buttarmi troppo giù!

Bene, vi auguro un buon inizio settimana nella speranza di poter presto raccontarvi il cake estivo che ho in mente e che proverò per la seconda volta :-)

Incrociate le dita per me, please!!!

POLPO ALLE ERBE



Per 4 persone.

1 kg di polpo pulito (o 2 piccoli)

200 g di spinaci
2 spicchi d'aglio
1 pezzetto di zenzero
400 ml di passata di pomodoro
1 abbondante manciata di pinoli
sale e olio extravergine di oliva

Pulite i polpi, lessateli. In un pentolino mettete un goccio d'olio l'aglio toglietelo appena biondo, unite lo zenzero, aggiungete la salsa ed asciugate un pò. Cuocete a vapore gli spinaci strizzateli, tritatele grossolamente, passateli nella stessa pentola unite i pinoli, poi aggiungete i polpi.

Octopus with herbs of Roberta



— Serves 4.

1 kg of octopus clean (or 2 small)
200 g spinach
2 cloves of garlic
1 piece of ginger
400 ml tomato puree

1 large handful of pine nuts
salt and extra virgin olive oil
Clean the octopus and boil them. In a saucepan put a little oil garlic remove it as soon as blond, add the ginger, add the sauce and a little dry. Steam the spinach squeeze, chop coarse, pass them in the same pot add the pine nuts, then add the octopus.

Mercoledì: Frittata di "vitaglie"

Veramente l'ho fatta lunedì, ma solo ora trovo il tempo per raccontarvela.

Ero al parco "Talon" con i nonni, si insomma con i miei e con il pupo, per fare una passeggiata e ad un tratto mio padre richiama l'attenzione di mia madre indicandole quelle che secondo me erano erbacce, dicendo di avere trovato le vitaglie!!!

Per fortuna che c'è internet e che in internet si trova di tutto, se no sarebbe stata un pò dura risalire a qualcosa di più scientifico dai racconti non sempre concordi dei due nonni. Fatto sta che i miei hanno distolto l'attenzione dal loro adorato nipotino per fiondarsi a raccogliere questi germogli (si raccolgono solo le cime tenerissime, le parti più vecchie della pianta sono persino tossiche) che spuntano da delle siepi abbastanza grosse. Infatti trattasi della [Clematis Vitalba](#) considerata una pianta infestante del bosco, che in dialetto campano vengono appunto comunemente chiamate "vitaglie" ed in quello umbro "vitabbie".

Viene anche chiamata l'asparago dei poveri, ma sinceramente di asparago non sa proprio, anzi il sapore è molto delicato e gradevole, esagerando, quasi dolce. Il sapore mi ha sorpreso positivamente, pensando invece di trovare per esempio il gusto della cicoria selvatica (avete presente quella bella amara?).

Ovviamente questa "erbaccia" :-)) si mangia rigorosamente in frittata!

E frittata sia..

In internet si trovano molte ricette con o senza cipolla, pecorino, pancetta..... io ho seguito quella di mia madre che dice di non aggiungere niente in modo da assaporarne meglio il gusto. Aveva proprio ragione !



FRITTATA DI VITAGLIE

🔪 **Per 4 persone.**

4 uova

1 mazzetto di "vitaglie"

sale e olio extravergine di oliva

Lavare e pulire le vitaglie, stufarle in una padella antiaderente con un goccio d'acqua e dell'olio extravergine di oliva, aggiungere le uova sbattute e salate. Cuocere da ambo i lati. Si possono fare anche delle frittatine monoporzione, come ho fatto io. In questo caso, una volta stufate le vitaglie, dividerle in 4 padelline, aggiungere 1/4 di uovo sbattuto e cuocere.
