

# Torta alle pesche

**Ingredienti** (per una teglia da 24 cm)

- 1 Vasetto di yogurt bianco da 125 gr
- 3 Vasetti (dello yogurt) di farina integrale di grano tenero
- 2 Vasetti (dello yogurt) di zucchero di canna integrale
- 3 uova
- 3/4 Vasetto (dello yogurt) di olio extra vergine d'oliva
- 4 pesche
- 1 bustina di lievito per dolci



## Preparazione

Mettere in una ciotola le uova lo yogurt e lo zucchero ed amalgamare.

Aggiungere l'olio e lentamente la farina e continuare ad amalgamare fino ad avere un composto liscio e morbido. Aggiungere il lievito setacciato ed amalgamare ancora.

Eliminare la buccia dalle pesche e tagliarle a fette. Aggiungere al composto una pesca tagliata a piccoli pezzi.

Versare l'impasto nella teglia di cottura precedentemente imburrata e infarinata e distribuire sul composto le pesche rimaste.

Infernare a 160° nel forno ventilato per Circa 45 minuti (fare la prova dello stecchino).

Lasciare raffreddare e spolverare con lo zucchero a velo.

# Spiedini di frutta

## Spiedini di melone, feta e bresaola

Tagliate a dadini il melone e la feta: in uno spiedino infilate mezza fetta di bresaola arrotolata, un cubetto di feta e uno di melone.



## Spiedini di frutta di stagione

Lavate bene la frutta di stagione. Preparate la frutta sbucciandola (se necessario), eliminando il nocciolo (se necessario) e tagliandola a cubetti o a fette. Lasciate, invece interi i chicchi d'uva. Spremete il succo di limone in una ciotola e aggiungete poco zucchero di canna integrale; mescolate bene fino a farlo sciogliere. Versate ora il succo sulla frutta e mescolate delicatamente: in questo modo la frutta non si annerirà. Cominciate a comporre gli spiedini infilzando i pezzi di frutta, alternandoli, su stecchini lunghi di legno. Servite subito, oppure conservate per qualche ora in frigo prima di gustarli.



## Spiedini kiwi, salame e parmigiano reggiano

Pelate i kiwi, asciugateli con della carta assorbente e tagliateli a fette spesse un centimetro e mezzo circa, quindi dividetele in quattro. Tagliate il parmigiano reggiano in cubotti. Prendete il cacciatorino o un salame piuttosto stagionato e non fresco, tagliatelo a fette spesse un centimetro e dividetele in quattro. Componete gli spiedini alternando kiwi, salame e parmigiano reggiano.

# Risotto al melone

## Ingredienti

- 400 g Riso
- 1 Melone piccolo
- ½ Cipolla
- 4 cucchiaini Panna
- 1,5 l Brodo vegetale (o acqua)
- 50 g Olio extravergine d'oliva
- 3 cucchiaini Parmigiano reggiano
- Sale q.b.
- Pepe q.b.



## Preparazione

Tritate finemente la cipolla e fatela appassire in un tegame con 50 grammi di olio extravergine d'oliva. Prima che il soffritto prenda colore, unitevi il riso e tostatelo brevemente, rimestando con un cucchiaino di legno.

Quando sarà dorato, bagnatelo con un mestolo di brodo caldo (o acqua) e portate a cottura, mescolando e versando, poco per volta, il brodo rimasto. A metà cottura, aggiungete la polpa del melone, mondato e tagliato a cubetti. Appena il risotto sarà pronto, mantecatelo con la panna e il parmigiano reggiano. Salate, pepate e lasciate raffreddare un minuto prima di servire, decorando con la pancetta tagliata a strisce e rosolata in padella.



# Pollo all'uva

## Ingredienti

- 1 kg di spezzatino di petto di pollo
- 150 g di uva
- 20 g di burro
- 2 scalogni
- 1 limone
- 2 rametti di rosmarino
- 1/2 bicchiere di vino bianco secco
- Olio
- Sale
- pepe



## Preparazione

Spremete il limone, filtrate il succo e utilizzatelo per bagnare con molta cura lo spezzatino di pollo. In una Casseruola, che possa andare in forno, scaldate una noce di burro con poco olio e unitevi la carne. Lasciatela rosolare a fiamma alta girandola senza mai forarla. Sfumate con il vino bianco, fate evaporare la parte alcolica e aggiungete il rosmarino. Salate e pepate.

Trasferite il tutto nel forno già caldo a 180° e cuocete, mescolando di tanto in tanto, per circa 40 minuti.

In una padella fate sciogliere il restante burro e insaporitevi gli scalogni tritati, aggiungete gli acini d'uva lavati e asciugati. Cuocete il tutto a fuoco dolce per cinque minuti mescolando ogni tanto.

Al momento di servire sistemate il pollo in un grande piatto da portata, guarnitelo con il composto d'uva e sopra versate a filo la salsa di cottura.

