

# RICETTE DEL VIAGGIO A VEIHOLMEN

--

*RECIPES OF THE TRIP TO VEIHOLMEN*

*VITTORIO SERRITELLI*

*ERVIN TRUNGU*

*GIACOMO SCAVONE*





- ***CARPACCIO DI BACCALA'***
- ***SGOMBRO IN PANZANELLA***
- ***SGOMBRO AL VAPORE CON I PEPERONI***
- ***BACCALA MANTECATO***
- ***BRUSCHETTA POMODORO E BASILICO***
- ***ZUPPA DI LEGUMI***
- ***MERLUZZO ARROSTO***
- ***CREMA DI MASCARPONE CON SALSA ALL'ARANCIO E FRUTTI DI BOSCO***
- ***TIRAMISU' CLASSICO***

-----

- ***BACCALA' CARPACCIO***
- ***MACKEREL IN "PANZANELLA"***
- ***STEAMED MACKEREL WITH BELL PEPPERS SAUCE***
- ***BACCALA' MANTECATO***
- ***BRUSCHETTA WITH TOMATO AND BASIL***
- ***VEGETABLE SOUP***
- ***ROASTED COD***
- ***MASCARPONE CREAM WITH FRESH FRUIT, BERRIES AND ORANG SAUCE***
- ***TIRAMISU' CLASSICO***

***\*All the recipes has been made for 4 people***

## ***Carpaccio di baccala'***

- 200g di baccala dissalato tagliato a fettine sottili
- 200g di pomodoro datterino
- 50g di olio extravergine di oliva
- 30g di cipolla rossa di tropea
- 10 g di basilico fresco
- Sale di maldon
- Pepe
- Lime
- Tabasco
- 

### ***Pocedimento***

Profumare con la buccia del lime un piatto .

Aggiungere un filo di olio, sale , pepe, tabasco, sul fondo del piatto .

Posizionare le fettine di baccala' .

Aggiungere i pomodori tagliati in 4 il basilico e la cipolla tagliata a julienne

Finire con olio extravergine .

Decorare con dei petali di violetta.

## ***Sgombro con panzanella***

- 200g di filetto di sgombro salato, lavato, asciugato e tagliato a piccoli dadini

### Panzanella

- 100g di pane bianco
- 50g di olio extravergine di oliva
- 100g di pomodori rossi
- 20g di cipolla
- 10g di aceto di vino bianco
- Sale, pepe
- Basilico , tabasco

Passare tutto al tritacarne e far riposare un ora

## ***Procedimento***

Posizionare al centro di un piatto un cucchiaino di panzanella .

Posizionare i cubetti di sgombro sopra.

Irrorare di olio.

Aggiungere qualche goccia di tabasco e qualche petalo di violetta.

## ***Sgombro con salsa di peperoni***

2 sgombri cotti al vapore per 7 min e privati di tutte le spine

La salsa

50g di olio

50g di cipolla

200g di peperoni rossi o gialli

Sale, pepe, zucchero

prezzemolo

Preparazione:

Far cuocere a fuoco basso per 35 min facendo stufare, e aggiungere un po di acqua , frullare bene con un mixer ad immersione

### ***Procedimento***

Posizionare i filetti al centro del piatto.

Cospargere con la salsa.

Aggiungere qualche goccia di olio , prezzemolo e petali di violetta.

## ***Baccala mantecato***

200g di olio  
200g di stoccafisso idratato  
2 spicchi di aglio  
100g di patate  
50g di cipolla  
1 l di latte  
Sale, pepe

### ***Procedimento***

Prendere una casseruola e far stufare con olio la cipolla e l'aglio.  
Aggiungere lo stoccafisso salare e pepare .  
Bagnare con il latte e far cuocere per 30 min.  
Aggiungere le patate tagliate a fettine e fare cuocere per altri 15 min  
Mettere il composto in un cutter e far girare velocemente aggiungendo olio a filo.  
Far riposare per un ora in frigorifero.  
Servire con pane carasao, decorare con petali di violetta e gocce di olio.

## ***Bruschetta pomodoro e basilico***

4 fette di pane tostato sulla griglia  
150g di pomodoro rosso tagliato a cubetti  
20g di basilico  
50g di olio  
1 spicchio d'aglio  
Parmigiano a fette  
½ Cipolla rossa a julienne

### ***Procedimento***

Isaporire il pomodoro con sale, pepe, olio, aglio e basilico.  
Posizionare sulle fette di pane con e decorare con anelli di cipolla e fette di parmigiano.



## ***Zuppa di legumi pasta e merluzzo giallo***

50g di sedano tritato  
50g di cipolla tritata  
50g di carota tritata  
20g di prezzemolo  
10g di basilico  
2 spicchi di aglio  
100g di olio  
100g di fagioli già cotti  
100g di ceci già cotti  
100g di lenticchie già cotte  
100g di pomodoro passato  
Sale, pepe  
80g di pasta secca  
100g di merluzzo tagliato a cubetti  
Water q.b

### ***Procedimento***

In una casseruola fa rosolare sedano, carota, cipolla, aglio, prezzemolo, aggiungere il pomodoro sale e pepare.

Aggiungere i legumi.

Coprire di acqua e cuocere per 15 min .

Aggiungere la pasta e far cuocere per altri 8 min .

Verificare il sapore.

Saltare il merluzzo con olio sale pepe in una padella molto calda.

Posizionare la zuppa in un piatto fondo qualche cubetto di merluzzo sopra e cinire con un filo d'olio pepe e basilico

## ***Merluzzo arrosto***

200g di patate tagliate a fette  
400g di filetti di merluzzo  
150g di pane grattugiato  
50g di prezzemolo  
3 spicchi di aglio  
300g di olio  
2 bicchieri di vino bianco  
1 cipolla  
Sale, pepe  
4 pomodori rossi tagliati a metà  
50g rosmarino

### ***Procedimento***

Insaporire il pane con aglio tritato prezzemolo olio sale e pepe

Insaporire i pezzi di merluzzo e le patate con olio, sale, pepe, aglio, rosmarino.

Posizionare le patate in una teglia irrorare con vino bianco e un goccio di acqua, posizionare i pomodori cosparsi di pane sopra le patate e cuocere per circa 30 min.

Tirare fuori dal forno e aggiungere i tranci di merluzzo passati nel pane aromatico.

Rimettere in forno per 7-8 minuti

Servire in un piatto fondo con un leggero filo d'olio

## ***Crema di mascarpone con frutti di bosco e salsa d'arancio***

200g di mascarpone o altro formaggio spalmabile

200g di zucchero a velo

Zeste di arancia e limone

4 fragole tagliate a fette

4 lamponi

4 mirtilli

4 ribes

8 fettine di mango

8 foglie di menta , violette

menta

Salsa all'arancio

400g di succo d'arancia

200g di zucchero semolato

Zeste tagliate a julienne di due arance e due limoni

Cuocere tutto insieme dolcemente fino ad ottenere uno sciroppo

### ***Procedimento***

Con una frusta amalgamare bene il formaggio con lo zucchero e le bucce grattugiate ottenendo un composto liscio.

Con un cucchiaino posizionare al centro del piatto due quenelle di composto .

Decorare con frutta e i frutti di bosco sopra .

Irrorare di salsa.

Aggiungere qualche foglia di menta e petali di violetta.

## ***Tiramisù Classico***

500 g di mascarpone  
400 g di savoiardi  
100 g di zucchero  
6 uova  
caffè (12 tazze)  
cacao amaro  
scaglie di cioccolato

### ***Preparazione:***

Per prima cosa preparate il caffè zuccheratelo e lasciatelo raffreddare.

Montate i tuorli delle uova insieme e metà dello zucchero fino ad ottenere un composto omogeneo. In un'altra ciotola ora lavoriamo il mascarpone con un cucchiaino, unendo il composto di zucchero e tuorli di preparato prima e mischiamo bene. Montate ora gli albumi a neve e aggiungete l'altra metà dello zucchero, Aggiungete il composto di mascarpone e tuorli d'uovo fino ad ottenere una crema omogenea

Prendiamo dei bicchieri per assemblare il tiramisù.

fate una prima base di crema, sopra il primo strato di savoiardi.

Bagniamo velocemente nel caffè, e li disponiamo sopra.

Finito il primo strato di savoiardi, e copritelo con la crema.

Finiti i due strati, facciamo una leggera spolverare con cacao amaro.

Mettete in frigo, per un paio di ore.

## ***Carpaccio of baccala '***

- 200g of desalted cod, cut into thin slices
- 200g of cherry tomatoes
- 50g of extra virgin olive oil
- 30g of red onion
- 10 g of fresh basil
- Maldon Salt
- pepper
- lime
- Tabasco

### ***Pocess:***

Perfume with the peel of a lime the bottom of a plate.

Add a little oil, salt, pepper, Tabasco, on the bottom of it.

Place the slices of baccala '.

Add the tomatoes cut into 4 basil and onion cut into julienne strips

Finish with extra virgin olive oil.

Decorate with violet petals.

## ***Mackerel with Panzanella***

- 200g of mackerel fillet salted, washed, dried and cut into small cubes

panzanella

- 100g of white bread
- 50g of extra virgin olive oil
- 100g of red tomatoes
- 20g of onion
- 10g of white wine vinegar
- Salt, pepper
- Basil, tabasco

Put all the ingredients in a meat grinder or a mixer and let it rest for one hour.

### ***Process :***

Place the center of a flat plate a spoon of panzanella.

Place same mackerel on top.

A bit of oil.

Add a few drops of Tabasco and a few petals of violets.

## ***Mackerel with bell pepper sauce***

2 mackerel steamed for 7 min and deprived of all his bones

the sauce

50g of oil

50g of onion

200g of red or yellow bell peppers

Salt, pepper, sugar

parsley

preparation:

Cook over low heat for 35 min let stewing, and add a little water, mix well with an immersion blender.

### ***Process :***

Place the fillets in the center of the plate.

Sprinkle with the sauce.

Add a few drops of olive oil, parsley and violet petals.

## ***Baccalà mantecato***

200g of oil  
200g cod hydrated  
2 cloves of garlic  
100g of potatoes  
50g of onion  
1 liter of milk  
Salt and pepper

### ***Process :***

Take a saucepan and let stew the onion and garlic with same olive oil.

Add the cod, salt and pepper.

Add the milk and leave simmer for 30 min.

Add the sliced potatoes and cook for 15 min more.

Put the mixture into a cutter and running quickly adding same oil slowly.

Let it sit for an hour in the refrigerator.

Serve with flat local bread, decorate with violet petals and drops of oil.



## ***Bruschetta with tomato and basil***

4 slices of toasted bread on the grill  
150g of red tomato cutted in small squares  
20g basil  
50g of oil  
1 clove of garlic  
Parmesan slices  
½ red onion julienne

### ***Process:***

Season the tomatoes with salt, pepper, olive oil, chopped garlic and basil.  
Place the slices of bread and garnish with onion rings and slices of parmesan and olive oil.

## ***Vegetable soup with pasta and yellow cod***

50g of chopped celery  
50g of chopped onion  
50g of chopped carrot  
20g of parsley  
10g basil  
2 cloves of garlic  
100g of olive oil  
100g of cooked beans  
100g cooked chickpeas  
100g cooked lentils  
100g of tomato sauce  
Salt and pepper  
80g of dried pasta  
100g of cod, cut into cubes  
Water q.b

### ***Process :***

In a saucepan, sauté celery, carrot, onion, garlic, parsley, salt and pepper, after that add the tomato and the vegetables

Cover with water and cook for 15 min.

Add pasta and cook for another 8 min.

Check the taste.

Cook the cod with salt pepper oil in a very hot frying pan.

Place the soup in a bowl add over some cubes of cod and finish with a bit of o. Olio pepper and basil.

## ***Roasted cod***

200g of sliced potatoes  
400g cod fillets  
150g breadcrumbs  
50g parsley  
3 cloves of garlic  
300g of oil  
2 glasses of white wine  
1 onion  
Salt and pepper  
4 red tomatoes cut in half  
50g rosemary

### ***Process :***

Season the bread with garlic oil, chopped parsley salt and pepper  
Season the pieces of cod and potatoes with oil, salt, pepper, garlic, rosemary.

Place the potatoes in a baking dish sprayed with white wine and a little water, place the tomatoes sprinkled with bread on top of the potatoes and cook for about 30 min.

Pull out of the oven and add the slices of cod in the past in the aromatic bread.

back in the oven for 7-8 minutes

Serve in a bowl with same olive oil drops and same rosemary leaves

## ***Mascarpone cream with berries and orange sauce***

200g mascarpone or other cream cheese

200g sugar

Zest of orange and lemon

4 sliced strawberries

4 raspberries

4 blueberries

4 ribes

8 slices of mango

8 mint leaves, violets

orange sauce

400g orange juice

200g sugar

Cut into julienne zest of two oranges and two lemons

Cook everything together gently until the sauce became a bit thicker.

### ***Process:***

Mix well with a whisk the cheese with sugar and grated peel obtaining a smooth dough.

With a spoon placed in the middle of the plate two quenelle of the preparation.

Decorate with fruit and berries above.

Pour some sauce.

Add a few leaves of mint and violet petals.

## ***Tiramisù Classico***

500 g mascarpone  
400g of biscuits  
100 g of sugar  
6 eggs  
coffee (12 cups)  
cocoa  
chocolate chips

### ***Preparation:***

First prepare the coffee add some sugar and let it cool down.

Whip the egg yolks and half the sugar together until the mixture is smooth. In another bowl now work with the mascarpone cheese with a spoon, combining the mixture of sugar and yolks and prepared before we mix well. Now mount the egg whites until stiff and add the other half of sugar, add the mascarpone mixture and egg yolks until frothy  
Take the glasses or a square container to assemble the tiramisu.  
make a first cream base, above the first layer of sponge.  
Bathe in coffee quickly, and we have over them.  
After the first layer of sponge, and cover with the cream.  
Make two layers, sprinkle with cocoa.  
Put in the fridge for a few hours.