

Thermomix TM31

## Tostato di acciughe con soffritto di zucchine

Tempo totale di esecuzione: 2 h, Tempo di preparazione manuale: 20 min., Tempo di cottura in forno: 30 min. 225 °C, Tempo di attesa (riposo, lievitazione, refrigerazione...): 30 min., Tempo di utilizzo di Bimby: 40 min.

**Ingredienti** per 6 porzione/i:

### Per il pane tostato napoletano:

- 250 g di acqua
- 100 g di olio extravergine di oliva
- 40 g cubetto di lievito di birra fresco
- 1 cucchiaino di zucchero
- 600 g di farina
- 2 cucchiaini di sale
- origano secco q.b.
- latte q.b.

### Per il "soffritto di zucchine"

- 300 g di zucchine "brunoise" (vedi curiosità)
- 150 g di peperoni rossi "brunoise"
- 300 g di cipolle "brunoise"
- 100 g di olio extravergine di oliva
- 500 g di passata di pomodoro
- sale q.b.
- pepe q.b.

### Per le acciughe marinate:


- 80 g di olio extravergine di oliva
- 20 acciughe fresche

## Esecuzione

### Preparare il pane napoletano:

1. Mettere nel boccale acqua, olio, lievito e zucchero: **2 min./37°C/vel. 2.**
2. Aggiungere metà della farina: **8 sec./vel. 6.**
3. Aggiungere il resto della farina, il sale e 2 cucchiaini di origano, impastare: **2 min./vel. 6.**
4. Togliere l'impasto e dargli la forma di un panetto.
5. Bagnare la superficie con del latte e cospargere con molto origano.
6. Preriscaldare il forno a 50°, mettere il pane e lasciar lievitare per 30 min. Alzare la temperatura a 225° e cuocere ancora 30 min. Togliere dal forno e congelare immediatamente. Quando è congelato tagliare il pane con l'affettatrice (n° 4) o comunque a fette sottili, per il senso della lunghezza. Poi passare le fette in forno a 180° per tostarle e per conservare il prodotto.

### Preparare il "soffritto di zucchine":

7. Fare una brunoise di verdure tritandole: **6 sec./vel. 4.**
8. Unire l'olio e soffriggere **4 min./100°C/vel. 1.**
9. Aggiungere la passata di pomodoro, sale e pepe e cuocere: **30 min./Varoma/****/vel. 1.**

### Preparare le acciughe:

1. Scaldare l'olio: **3 min./50°/vel. 1.**
2. Pulire e filettare le acciughe e condirle con l'olio scaldato, lasciandole marinare per 30 min.
3. Disporre la fetta di pane tostato su un piatto, ricoprire con il "soffritto di zucchine" e finire con i filetti di acciuga, temperando un po' in forno prima di servire.

### Curiosità

"Brunoise" è un termine francese per indicare le verdure tagliate a dadini piccolissimi, che i grandi cuochi realizzano a mano col coltello.

Autore: Chef Enrico Cerea - Ristorante Da Vittorio - Brusaporto (BG)

### Informazioni

Bimby con: Varoma

Nutritional values per 1 porzione/i:

Valore nutritivo:	2160 kJ
Valore nutritivo:	516 kcal
Proteine:	13,6 g
Carboidrati:	51,8 g
Grassi:	19,8 g

Nutritional values per 100 g:

Valore nutritivo:	845 kJ
Valore nutritivo:	202 kcal
Proteine:	5,3 g
Carboidrati:	20,3 g
Grassi:	11,7 g

Grado di difficoltà: medio

Costo: medio

