

Thermomix TM31

Piccoli gamberi rossi di Mazara con cous cous alle mandorle e passata di pomodoro crudo

Tempo totale di esecuzione: 30 min., Tempo di preparazione manuale: 9 min., Tempo di utilizzo di Bimby: 21 min.

Ingredienti per 4 porzione/i:

- 1 carota media
- 1 zuccina media
- 2 patate medie
- 1000 g di acqua
- sale q.b.
- 150 g di olio extravergine di oliva
- 2 g di pistilli di zafferano
- 100 g di cous cous precotto
- 1 mazzetto di basilico, le foglioline lavate e asciugate
- 30 g di mandorle in scaglie
- 100 g di pomodori a grappolo, sbollentati in acqua bollente, pelati e tagliati a pezzetti
- pepe q.b.
- 800 g di gamberi rossi freschi, scottati in acqua bollente e sgusciati
- 1 limone, il succo

Esecuzione

1. Tagliare le verdure a dadini piccolissimi.
2. Portare a bollore 1 litro d'acqua salata nel boccale: **8 min./100°C/vel. 1.**
3. Disporre le verdure nel cestello, posizionare il cestello e cuocere: **5 min./100°C/vel. 1.** Scolare e tenere da parte.
4. Lasciare nel boccale 200 g d'acqua bollente aggiungere 20 g. d'olio d'oliva e i pistilli di zafferano, versare a pioggia con lame in movimento a **vel. 1** il cous cous e cuocere: **3 min./90°C/vel. 1.**
5. Versare in una ciotola, aggiungere al cous cous le verdure cotte, il basilico tagliato a striscioline e i filetti di mandorle, condire con 20 g. di olio e sale.
6. Mettere i pomodori a pezzetti nel boccale con 100 g. di olio, sale e pepe e mescolare: **5 min./vel. 2** (il composto dovrà risultare ben omogeneo).
7. Condire i gamberi scottati e sgusciati con 10 g. di olio, sale e succo di limone.
8. Disporre nel piatto il composto di cous cous formando un cerchio, sistemare al centro i gamberi conditi, formare un secondo cerchio con la salsa di pomodoro crudo e decorare con una foglia di basilico. (A piacere si può anche servire una granita di pomodoro, tritando del ghiaccio a vel. 5 e amalgamando una parte di passata di pomodoro).

Curiosità

Nessun altro piatto come il cous cous si lega alla storia e alle tradizioni religiose e conviviali delle popolazioni arabe, soprattutto del Maghreb. Un rito lontano dalla nostra cultura, eppure il cous cous è anche un po' nostro. Furono i Romani a trasformare il Nord Africa, la Sicilia e il Medio Oriente in un enorme granaio facendo del frumento il motore della loro conquista.

Autore: Chef Pietro D'Agostino - Ristorante La Capinera - Taormina Mare (ME)

Informazioni

Bimby con: Cestello

Nutritional values per 1 porzione/i:

Valore nutritivo:	2319 kJ
Valore nutritivo:	554 kcal
Proteine:	17,6 g
Carboidrati:	34,2 g
Grassi:	39,4 g

Nutritional values per 100 g:

Valore nutritivo:	510 kJ
Valore nutritivo:	122 kcal
Proteine:	3,8 g
Carboidrati:	7,6 g
Grassi:	8,7 g

Grado di difficoltà: medio

Costo: medio