

Thermomix TM31

Tortino di grano farro con fagioli Zolfini del Pratomagno e mazzancolle al lardo di Colonnata all'olio D.O.P Terre di Siena

Tempo totale di esecuzione: 1 h 30 min., Tempo di preparazione manuale: 1 h 25 min., Tempo di utilizzo di Bimby: 1 h 5 min.

Ingredienti per 4 porzione/i:

Per la crema di fagioli Zolfini:

- 1 cipolla piccola bionda
- 1 rametto di rosmarino fresco, gli aghi lavati e asciugati
- 30 g di olio extravergine di oliva D.O.P Terre di Siena
- 300 g di fagioli secchi, (ammollati, Zolfini del Pratomagno)
- 1000 g di brodo vegetale bollente
- sale q.b.
- pepe q.b.

Per il farro:

- 1000 g di acqua minerale naturale
- 1 carota
- 1 gambo sedano
- 1 cipolla
- 1 foglia di alloro
- sale q.b.
- 5 grani di pepe nero
- 150 g di farro della Garfagnana

Per le mazzancolle:

- 8 mazzancolle del Tirreno grosse sgusciate
- 1 rametto di aneto fresco
- 8 fettine di lardo di Colonnata sottili
- olio extravergine di oliva q.b.

Esecuzione

Preparare la crema di fagioli Zolfini:

1. Tritare la cipolla con il rosmarino: **5 sec./vel. 5**, unire l'olio e rosolare: **3 min./100°C/vel. 1**.
2. Unire i fagioli precedentemente ammollati, coprire con il brodo vegetale (circa lo stesso peso dei fagioli) e cuocere: **40 min./100°C/vel. 1**. Aggiustare di sale e pepe, tenere da parte al caldo 4 cucchiaini di fagioli e frullare i restanti: **20 sec./vel. 7**, in modo da ottenere una crema fluida. Se la densità lo richiede allungare con altro brodo vegetale e, prima di servire, emulsionare con l'olio e.v. D.O.P. Terre di Siena.

Preparare il farro:

3. Mettere nel boccale l' acqua minerale naturale con carota, sedano, cipolla, alloro, sale e pepe in grani.
4. Posizionare il cestello con il farro e cuocere: **15-20 min./100°C/vel. 1**. A fine cottura sgocciolare il farro, vuotare il boccale, rimettere il farro nel boccale e mantecarlo con un po' di crema di fagioli: **20 sec./vel. 1**.

Preparare le mazzancolle:

5. Pulire le mazzancolle, incidere il dorso e inserire all'interno il rametto di aneto, avvolgerle con il lardo di Colonnata e passarle in una padella antiaderente a fuoco dolce 1 minuto per lato, affinché diventino ben dorate.
6. Adagiare su ogni piatto ben caldo un cerchio senza fondo di 6 cm di diametro, inserire il farro mantecato comprimendo con un cucchiaio, versare la crema di fagioli attorno al tortino, adagiare sopra ogni tortino i chicchi di fagioli tenuti da parte e 2 mazzancolle. Condire con un filo d'olio e.v. d'oliva crudo.

Curiosità

I fagioli Zolfini del Pratomagno sono i più pregiati fagioli esistenti in Italia e sono una vera prelibatezza. Vengono coltivati ancora da pochissimi contadini nelle colline del Pratomagno, in provincia di Arezzo, in Toscana. Sono bianchi e molto teneri.

Autore: Chef Gaetano Trovato - Ristorante Arnolfo - Colle Val d'Elsa (SI)

Informazioni

Bimby con: Cestello

Accessori utili: padella antiaderente

Nutritional values per 1 porzione/i:

Valore nutritivo: 3064 kJ

Valore nutritivo: 732 kcal

Proteine: 40,5 g

Carboidrati: 66,1 g

Grassi: 35,6 g

Nutritional values per 100 g:

Valore nutritivo: 544 kJ

Valore nutritivo: 130 kcal

Proteine: 7,2 g

Carboidrati: 11,7 g

Grassi: 6,3 g

Grado di difficoltà: medio

Costo: elevato