



## **Le Ricette**

### ***Frittelle di erbette***

Unire in un contenitore un po' di farina, un uovo, delle erbette tagliate finemente, del sale e un po' d'acqua. Volendo si può aggiungere anche un poco di latte. Le quantità degli ingredienti ovviamente dipendono da quante frittelle volete cuocere. L'importante è che il composto risulti cremoso, né troppo liquido, né troppo pastoso. Scaldare dell'olio in una padella e, con un mestolo, versare le frittelle in modo che non risultino eccessivamente grandi.

Non necessariamente le frittelle devono essere di erbette. Si possono usare altri tipi di verdure, come i carciofi, le melanzane, i fiori di zucchine. Oppure si possono fare delle frittelle dolci, aggiungendo delle mele sminuzzate al posto delle verdure.

Per avere una cottura migliore friggere le frittelle in olio molto caldo.



### ***Acciughe ripiene***

Prendere delle acciughe, o in alternativa delle alici, non troppo piccole. Togliere alle acciughe la testa e la lisca e aprirle completamente.

Il ripieno è composto da erbette tagliate finemente, uova, aglio tritato, prezzemolo, sale, pepe, un poco di latte, pan grattato e formaggio grattugiato.

È importante che il ripieno sia morbido, amalgamabile e compatto.

Riempire le acciughe aiutandosi con una forchetta. Per una cottura più leggera è consigliabile cuocere le acciughe in forno. Ricoprire una teglia con uno strato di olio d'oliva e un pizzico di sale, appoggiare le acciughe ripiene sulla teglia ricordandosi di lasciare il ripieno rivolto verso l'alto. Infornare a 180° per una ventina di minuti. Per la cottura in forno è utile aggiungere un po' di olio anche al ripieno.

Altrimenti le acciughe possono essere fritte, procedendo a cuocere prima la parte con il ripieno e successivamente girarle.



## ***Coniglio arrosto***

Soffriggere in una pentola cipolla, rosmarino, alloro, prezzemolo e olio. Aggiungere al soffritto il coniglio tagliato in pezzi, non troppo piccoli, lasciare rosolare aggiungendo del sale grosso.

Quando il coniglio si starà asciugando aggiungere del vino bianco. Non è necessario annegare il coniglio!

Diluiamo soltanto il giusto perché non si bruci.

Coprire la pentola con un coperchio e lasciare cuocere per una trentina di minuti. Di tanto in tanto controllare il coniglio e aggiungere, se necessario, dell'acqua.

