



ALCUNE RICETTE



VALDOSTANE



Antipasti

- Involtini di mocetta, mele e Fontina

Ingredienti (4 persone):

12 fette di mocetta
12 fette di Fontina tagliata
12 bastoncini di mela Golden Delicious
finocchietto selvatico

Stendere le fettine di mocetta, adagiare sopra ognuna una fetta di Fontina della stessa grandezza, un bastoncino di mela di 1 cm e poco finocchietto selvatico. Arrotolare premendo bene e, se necessario, fermare con uno stecchino. Servire con crostini di pane alle noci e miele d'acacia.

- Prosciutto di Bosses con crostini

Ingredienti (4 persone):

Per i crostini:

300g di fegato di vitello
130g di burro
mezzo bicchiere di marsala secco
cipolla
rosmarino
salvia
due foglie di lauro
sale quanto basta

Tagliare a pezzettini il fegato e farlo soffriggere con la cipolla e le erbe aromatiche. A giusta cottura levare dal fuoco e passare il fegato al tritacarne, togliere le erbe aromatiche. Aggiungere il sale.

Far sciogliere 100g di burro e aggiungere al fegato amalgamando bene e versando il marsala.

Tagliare il pane integrale formando dei crostini triangolari, passarli in padella con un po' di burro in modo che vengano tostati. Spalmarli quindi con il pate' di fegato

Servirli con il prosciutto di Bosses.

- Tomini alle erbe di Peranche

Tomini freschi conditi con olio d'oliva

Aceto di vino

Pepe di montagna

Una briciola di noce moscata

Prezzemolo

Aglione

Peperoncino

Salvia

Sedano

Timo selvatico

Sale

Lasciar macerare per un paio d'ore i tomini nella salsa ottenuta tritando finemente i vari ingredienti miscelati nell'olio e nell'aceto

Primi Piatti

- Zuppa di cavolo verza, pane nero e Fontina con Fonduta

Ingredienti (4 persone):

200 g di pane nero

200 g di cavolo verza

200 g di Fontina

50 g di burro

½ dl di brodo di carne

noce moscata

1 lattina di Fonduta da 400 g

Tagliare il pane a fette e farlo abbrustolire in forno. Lessare la verza in acqua leggermente salata. Rivestire uno stampo con le foglie di cavolo. Alternare uno strato di pane, uno di cavolo e uno di Fontina fino a riempirlo. Terminare con il cavolo. Ricoprire con il brodo, una spolverata di noce moscata e il burro. Mettere in forno a 170° per 30 minuti. Rovesciare e contornare con la Fonduta.

Seupetta di Cogne

Ingredienti (6 persone):

12 pugni di riso Carnaroli
1 kg di pane
350g di Fontina
200 g di burro fuso
brodo di carne q.b.

Tagliare il pane a fette e friggerlo nel burro. Mettere poco burro in una casseruola e quando è rosolato aggiungere il riso, quindi aggiungere il brodo e lasciare cuocere. Prima che raggiunga la piena cottura togliere dal fuoco. Disporre in una pirofila uno strato di pane, uno di riso, e uno di fontina proseguendo a strati alterni e terminando con la fontina. Aggiungere un po' di brodo, del burro fuso e un profumo di noce moscata. Mettere in forno a 180° per 4 minuti e servire molto caldo.

- La Vapelenentse

Ingredienti (4 persone):

1 litro e mezzo di brodo di carne
4 etti di fontina
1 kg e mezzo di pane integrale di segale leggermente raffermo tagliato a fette
cannella in polvere
noce moscata grattugiata

in una pirofila disporre a strati il pane e la fontina terminando con lo strato di fontina . Aggiungere il brodo di carne e attendere che il tutto si ammorbida, aggiungendo poi il burro fuso molto caldo. Spolverizzare con cannella e noce moscata. Passare in forno già caldo e lasciare cuocere per circa 40 minuti, fino a che la fontina non diventa dorata ed inizia a formare una crosta. Servire calda

- Crespelle della Coumba Freida

Ingredienti (4 persone):

quattro uova
100g di farina bianca
300g di latte
30g di burro
otto fette di prosciutto magro di Bosses

otto fette di fontina
prezzemolo tritato
sale

Preparare la pastella per le crespelle sbattendo le uova intere in una terrina, aggiungendo sale, prezzemolo tritato e farina setacciata a pioggia; diluire con latte freddo. Scaldare una padella antiaderente unta con il burro e versare la quantità di pastella sufficiente a ricoprire la superficie della padella del diametro di 20cm. Cuocere a fuoco moderato da ambo le parti . Rosolare le fette di prosciutto al burro ponendole successivamente al centro della crespella e sovrapponendo poi la fetta di fontina. Arrotolare il tutto a cannolo e disporre su piatto di portata pennellato con burro; passare in forno caldo per pochi minuti.

- **Minestra di castagne**

Ingredienti (3 persone):

150g di castagne secche
un litro e mezzo di latte
100g di riso
due prese di sale
un cucchiaino di zucchero in polvere
due chiodi di garofano

Far bollire le castagne in una pentola con un po' di acqua salata. A parte, far bollire il latte. Quando le castagne sono cotte, scolarle bene, rimetterle nella pentola, versarvi sopra il latte bollente e far nuovamente riscaldare il tutto.

Quando il latte ricomincia a bollire, aggiungere il riso e i chiodi di garofano e far cuocere per circa 20 minuti. Al termine della cottura aggiungere un cucchiaino di zucchero in polvere e mescolare bene prima di servire.

- **Fesilsuppu**

Ingredienti (4 persone):

400g di fagioli
400g di riso
fettine di toma
burro fuso

Fare cuocere i fagioli in abbondante acqua, aggiungere il sale e quando i fagioli sono quasi cotti aggiungere il riso fino a termine cottura. Imburrare una pirofila e stendere a strati i fagioli, il riso e le fettine di toma. Terminare con lo strato di riso sopra il quale bisogna versare abbondante burro fuso con un rametto di salvia e passare in forno per circa un quarto d'ora.

- **La Sorça**

Ingredienti (3 persone):

600g di fagioli verdi
600g di patate
una fetta di lardo da 100g
50g di burro
una cipolla di media grandezza
un po' di sale
un mazzetto di erbe aromatiche (sedano, basilico, santoreggia)

Sgranare e lavare i fagioli. Sbucciare le patate e tagliarle a fettine sottili. In una casseruola abbastanza profonda mettere il burro e la cipolla tagliata a pezzetti, farla imbiondire facendo attenzione a non lasciarla bruciare. Sul fondo della casseruola disporre quindi i fagioli e poi la fetta di lardo; mettere le patate, salare leggermente, aggiungere le erbe aromatiche e ricoprire il tutto con acqua. Fare cuocere a fuoco lento, controllando che la casseruola sia sempre ben coperta, fino a che l'acqua sia ben consumata. Servire subito.

- **Zuppa alle mandorle**

Ingredienti (3 persone):

70g di mandorle dolci
3 o 4 bicchieri di acqua tiepida
zucchero in polvere
cannella in polvere
fette di pane
un po' di burro

Ammollare per alcuni minuti le mandorle in acqua calda per poterle sbucciare più facilmente. Dopo averle sbucciate, pestarle aggiungendo un poco alla volta i bicchieri di acqua tiepida, lo zucchero e la cannella. La quantità di zucchero può variare a seconda del numero dei commensali. Filtrare il tutto attraverso un passino molto fine. Far dorare nel burro alcune fette di pane molto sottili e sistemarle in una pirofila. Versare quindi l'acqua di mandorle, cospargere abbondantemente di cannella e passare al forno per circa 15 minuti. Servire subito.

- **Gratin Valdostano**

Ingredienti (3 persone):

due uova
mezzo litro di latte
3 grosse fette di pane integrale
200g di fontina
30g di burro

Sbattere le uova in una ciotola come per fare un'omelette. Aggiungere il latte intiepidito. Disporre le fette di pane, preferibilmente raffermo, in una terrina o in una pirofila . Versare molto lentamente il composto di latte e uova fino a che il pane l'abbia completamente assorbito. Per sveltire l'operazione, prima di versare il composto potete scaldarlo un poco.

Secondi Piatti

- **Fonduta**

Ingredienti (4 persone):

400g di fontina
latte quanto basta per coprire la fontina
una noce di burro
otto uova
pepe quanto basta

Tagliare a dadini la fontina e lasciarla a bagno almeno 2 ore o, meglio tutta la notte nel latte. Mettere al fuoco aggiungendo 2 tuorli di uovo ogni etto di fontina e una noce di burro. Mescolare continuamente a fuoco lento evitando l'ebollizione e quando il formaggio è fuso e ben amalgamato servire con polenta o patate lesse.

- **Polenta concia**

Ingredienti (4 persone):

polenta
8 etti e mezzo di fontina
2 etti di burro fuso

Preparare una polenta. A parte tagliare la fontina a fettine. In una terrina disporre uno strato di polenta e uno di formaggio continuando ad alternare formaggio con polenta, terminando

con il formaggio. Versare sopra il burro fuso mentre frigge. Mettere quindi in forno per 10 minuti e servire.

- Carbonada

Ingredienti (4 persone):

500g di fesa di manzo sotto sale
300g di cipolla
200g di burro
100g di pancetta di maiale
50g di farina
mezzo litro di vino bianco secco
noce moscata
cannella
pepe
sale

Mettere a fuoco burro, pancetta e cipolla a fettine. Far cuocere (non friggere) togliendo poi cipolla e pancetta . Aggiungere nel burro la carne tagliata a fettine piccolissime e a fuoco vivo farla solo venire bianca (non friggere) e nello stesso tempo condire con sale, pepe, noce moscata, cannella, e la farina. Aggiungere il vino bollente sino a che prende bollore e servire subito con la polenta.

- Bistecca alla valdostana

Ingredienti per ogni persona:

Una fetta di filetto di vitello
20g di burro
una fettina di prosciutto cotto
una fettina di fontina
sale quanto basta

Una fetta di filetto di vitello di circa un etto e mezzo per persona. Arrostire alla fiamma e farla friggere in burro sino a che sia ben colorita. Unire successivamente una fettina di prosciutto cotto con sopra una fettina di fontina. Infornare sino a che la fontina non è sciolta.

Servire caldo.

- Civet di camoscio

Ingredienti per 6 persone:

2kg di camoscio
ginepro
lauro
salvia
carota
sedano
un litro e mezzo di vino dell'Enfer
sale e pepe quanto basta

Far macerare per almeno 3 giorni il camoscio tagliato a piccoli pezzi con ginepro, lauro, salvia, carota, sedano ricoprendo il tutto con del buon vino, salare e pepare. Scolare poi il camoscio, asciugarlo ed infarinarlo leggermente; farlo rosolare e ricoprirlo con il vino e le verdure con le quali è rimasto a macerare. Cuocere per almeno 2 ore. Passare le verdure al setaccio per ottenere una salsa vellutata. Servire con polenta o patate alla valdostana cotte con acqua, salvia e tanto burro fuso.

- Trota al Petit Rouge

Ingredienti per 4 persone:

Quattro trote da 200g ciascuna
80g di burro
una grossa cipolla
aglio
una foglia di lauro
prezzemolo
un bicchiere di Petit Rouge
sale e pepe quanto basta

Preparare un soffritto con burro, aglio, abbondante cipolla e una foglia di lauro. Dopo aver ben pulito e ben lavato le trote infarinarle e passarle al burro. Disporle in una teglia con il soffritto aggiungendo un bicchiere di Petit Rouge, sale, pepe e un po' di prezzemolo tritato. Mettere in forno a temperatura moderata per 15 minuti e servire.

Dessert

- Crema di Cogne

Ingredienti (4 persone):

½ litro di panna
4 tuorli
100g di zucchero
25g cioccolato fondente
1 bustina di vanillina
1 bicchierino di rhum

Sbattere insieme i tuorli con lo zucchero fino a ottenere una crema omogenea, aggiungere la vanillina. Mettere la panna con il cioccolato tagliato a pezzetti sul fuoco e fare cuocere molto lentamente, la panna non deve bollire, poi aggiungere quando il cioccolato si è sciolto la crema e per ultimo ½ bicchierino di rhum. Servire in una coppetta con le tegole valdostane

- Tegole valdostane

200gr di zucchero
80 di nocciole
80 di mandorle bianche
60g di burro
60gr di farina bianca tipo 00
1 bustina di vanillina
4 albumi

Frullare con un mixer lo zucchero. le nocciole e le mandorle, aggiungere gli albumi, il burro a temperatura ambiente , la farina e la vanillina. Quando l'impasto è pronto stendere su una teglia sulla quale è stata posta la carta forno le tegole dandole la tipica forma.

Fare cuocere al forno a 180° da 7 a 10 minuti.

- Dolce di Saint-Pierre

Ingredienti (4/5 persone):

1.250 kg di mele renette
120g di zucchero
120g di burro
120g di pangrattato
quattro cucchiaini di marmellata
un cucchiaino da tè di cannella in polvere

Lavare le mele, sbuciarle, tagliare a fette e farle cuocere con poca acqua. Aggiungere metà dello zucchero, il pangrattato, il burro fuso e il rimanente zucchero, quindi mescolare il composto a fuoco lento. Imburrare una tortiera e disporvi degli strati, alternandoli secondo il seguente ordine: composto di pangrattato, mele cotte, marmellata, un sottile strato di cannella in polvere. Ricominciare con il pangrattato, continuare seguendo lo stesso ordine e terminare con il pangrattato.

Far cuocere in forno a calore moderato per circa mezz'ora. Ricoprire il recipiente con un piatto di portata e capovolgervi il contenuto. Servire con panna montata.

- **Pere “Martin Sec” alla panna**

Ingredienti (4 persone):

14 pere martine
14 cucchiaini di zucchero
½ litro di vino rosso
la scorza di un limone
3 o 4 chiodi di garofano
una stecca di cannella
panna montata
un po' di grappa oppure 50g. di torroncino tritato

Mettete le pere martine in una pentola, ricopritele con vino rosso, aggiungete lo zucchero, la scorza di limone, i chiodi di garofano e la cannella. Portate a ebollizione. Quando le pere sono cotte, fatele raffreddare e sistematele in un piatto di portata, guarnitele con panna montata a cui avrete aggiunto a piacere un po' di grappa o del torroncino tritato.

- **Mele renette alla montanara**

Ingredienti (4 persone):

4 mele renette di grandezza media
4 belle fette di mollica di pane
50g di burro
200g di zucchero in polvere

Sbucciare e svuotare le mele. Tagliare delle fette di mollica di pane delle stesse dimensioni delle mele e metterle in un recipiente ben imburrato che possa passare in forno. Mettere una mela su ogni fetta di pane e riempire la cavità con zucchero e fiocchetti di burro fresco. Far cuocere a fuoco lento, irrorando di tanto in tanto con un po' di acqua e a piacere aggiungere ancora zucchero. Al termine della cottura sistemare le mele e le fette di pane in una compostiera, irrorare con il succo di cottura e servire subito.

- **Monte Bianco**

Ingredienti (4 persone):

600g di castagne
50g di zucchero
20g di burro
un tuorlo d'uovo
50g di zucchero a velo
1 bastoncino di vaniglia
2 decilitri di panna
latte

Con un coltello incidete a croce le castagne e lessatele in acqua calda per 10 minuti. Scolatene un po' alla volta e privatele della buccia e della pellicina. Mettetele in una casseruola, copritele di latte, aggiungete la vaniglia e 50g. di zucchero . Cuocete a fuoco moderato per circa $\frac{3}{4}$ d'ora . Passate le castagne con un passaverdura e in una terrina aggiungetevi un po' di latte in modo da ottenere una crema morbida, ma consistente. Unite il tuorlo e il burro lavorato a crema. Mettete il composto su un piatto formando una montagna. Montate la panna con lo zucchero a velo e distribuitela sul dolce che terrete in frigo fino al momento di servire

- **Blanc Manger**

Ingredienti (6 persone):

Mezzo litro di panna
Quattro cucchiaini di zucchero
Due fogli di colla di pesce
Una stecca di vaniglia

Mettere in una pentola la panna con lo zucchero e la vaniglia. Portare ad ebollizione sbattendo sempre in modo molto energico. Mettere in acqua fredda la colla di pesce e lasciarla sino a che non sia sciolta ed unire la panna. Versare in uno stampo e mettere in frigo per un paio d'ore.

- **Dolce di Arey (ricetta di Courmayeur)**

Ingredienti (3 persone):

1 litro di latte
100g di zucchero
un bicchierino di liquore
50g di gherigli di noce tostati e tritati

50g di mandorle
100g di pangrattato
un bastoncino di cannella
un bastoncino di vaniglia
2 uova intere
un pizzico di sale

In una pentola, sbattere energicamente le uova con lo zucchero. Aggiungere quindi i gherigli di noce , le mandorle e il sale. Mettere sul fornello il latte con la vaniglia e la cannella e diluirvi il preparato. Fare cuocere a fuoco vivo e rimestare continuamente con un cucchiaino di legno. Quando il composto sarà prossimo all'ebollizione versare un etto di pane grattato e un bicchierino di liquore. Rimescolare bene e servire caldo

- La Rhotia

Ingredienti (4 persone):

4 uova
4 cucchiaini di zucchero
cannella
mezzo litro di vino bianco secco
pane tagliato a dadini o biscotti secchi
50g di burro fuso
grappa alla frutta

Sbattere energicamente in un pentolino le uova con lo zucchero e il profumo di cannella. Aggiungere lentamente mezzo litro di vino bianco secco fino ad amalgamarlo come si trattasse di uno zabaglione. A parte dorare in una padella del pane a dadi o dei biscotti secchi con 50g di burro fuso. Mescolare i dadini con la crema e far cuocere a bagnomaria fino a che il prodotto non sia ben denso. Durante la cottura allungare delicatamente con gocce di grappa alla frutta.

Digestivi

- Caffè alla valdostana

Ingredienti (4 persone):

4 tazzine di caffè
2 tazzine di grappa valdostana
8 cucchiaini di zucchero
scorzette di limone
scorzette d'arancio

Versare nella "Coppa dell'amicizia" il caffè che deve essere lungo e bollente, meglio se preparato per infusione diretta e non espresso, lo zucchero, le scorze d'arancio e di limone . Cospargere l'orlo della coppa con zucchero, bagnandolo con della grappa e si versi il resto nel caffè. Appiccicare il fuoco al liquido, rimestando con un cucchiaino e lasciando bruciare fino a che lo zucchero sul bordo non sia caramellato.

Quando il fuoco si è spento servire

- Lo Mandola

Ingredienti per ogni persona

Una tazza grande di caffè
Un cucchiaino raso di mandorle sbucciate
Un po' di burro

Prendere le mandorle sbucciate , tritarle e pestarle finemente in un mortaio. Preparare dell'ottimo caffè. Far fondere una noce di burro in un pentolino e aggiungervi le mandorle. Quando sono un pò rosolate, versarvi sopra il caffè ancora caldo . Quando il preparato sta per bollire versarlo nelle tazze. Servire immediatamente accompagnando con biscotti secchi.