



Le ricette speciali di [LIBRICETTE.eu](http://LIBRICETTE.eu)

# LE RICETTE PER PASQUA 2019



- **Cultura enogastronomica per il pubblico appassionato** •
- **Servizi di visibilità per le aziende del settore cibo e bevande** •

---

### Le ricette speciali di LIBRICETTE.eu LE RICETTE PER PASQUA 2019

Questa pubblicazione è stata realizzata da LIBRICETTE.eu powered by UP CONSULTING di Paola Uberti Impresa Individuale in collaborazione con il food blog [SLELLY – The Dark Side of Kitchen](#) di Paola Uberti.

#### Fonti dei testi e delle immagini contenuti in questa raccolta

Le immagini dei piatti finiti sono state liberamente concesse a LIBRICETTE.eu powered by UP CONSULTING di Paola Uberti Impresa Individuale dagli autori delle ricette, ai fini della realizzazione di questa pubblicazione e della sua distribuzione e pubblicizzazione, anche sul web. Gli autori delle ricette sono gli unici proprietari e responsabili delle immagini stesse e della loro autenticità. LIBRICETTE.eu non si ritiene responsabile in caso di contenziosi legati alle suddette ricette e immagini.

#### Disclaimer

È esclusiva responsabilità del lettore avere cura della propria alimentazione e di quella di eventuali altre persone alle quali egli destinerà i piatti scaturiti dalle ricette contenute in quest'opera, anche, ma non esclusivamente, in caso di specifiche esigenze e/o allergie e/o intolleranze alimentari.

LIBRICETTE.eu powered by UP CONSULTING di Paola Uberti Impresa Individuale e gli autori delle ricette non si assumono responsabilità in caso di errata interpretazione ed esecuzione delle ricette stesse o incauto utilizzo di ingredienti non consentiti a coloro che seguono un'alimentazione priva di determinate sostanze.

Più in generale, quest'opera è riguardata dal disclaimer disponibile sul sito [www.libricette.eu](http://www.libricette.eu) (link a fondo pagine): si raccomanda il lettore di consultarlo con attenzione.

#### Publicazione a diffusione gratuita – Aprile 2019

Quest'opera è stata rilasciata con licenza Creative Commons Attribuzione - Non commerciale - Non opere derivate 4.0 Internazionale. Per leggere una copia della licenza visitare il sito web <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/> o spedire una richiesta cartacea a Creative Commons, PO Box 1866, Mountain View, CA 94042, USA.

© 2019 LIBRICETTE.eu powered by UP CONSULTING di Paola Uberti Impresa Individuale.

LIBRICETTE.eu

**Cultura enogastronomica per il pubblico appassionato**

**Servizi di visibilità per le aziende del settore cibo e bevande**

powered by UP CONSULTING di Paola Uberti Impresa Individuale

Via Tirreno, 143/5 - 10136 Torino - Italia

Telefono: +39 335 77 01 901

e-mail: [info@libricette.eu](mailto:info@libricette.eu)

web: [www.libricette.eu](http://www.libricette.eu)





LIBRICETTE.eu, sito web fondato da Paola Uberti, nasce nel 2016 come naturale evoluzione professionale e commerciale del food blog [SLELLY - The Dark Side of Kitchen](#), creato nel 2011 dalla stessa titolare.

LIBRICETTE.eu ha una MISSIONE rivolta al PUBBLICO appassionato di cibo e cucina poiché diffonde contenuti legati all'enogastronomia di qualità e un CORE BUSINESS dedicato a creare progetti di visibilità per le AZIENDE del settore cibo e bevande di eccellenza.

Sul sito il PUBBLICO trova risorse e contenuti curati nei minimi dettagli, tra i quali gli eBook di cucina (gratuiti o a partire da 2,99 euro), realizzati con la collaborazione di food blogger indipendenti, selezionati per le loro qualità umane, per le loro competenze e perché condividono la filosofia e i principi sui quali si fonda il sito.

Oltre agli eBook di cucina, i lettori del sito possono trovare articoli di approfondimento, una selezione di ricette settimanale, consigli su prodotti, aziende e locali, organizzare eventi a domicilio oppure partecipare a lezioni di cucina (momentaneamente solo nella zona di Torino, ma sono in programma lezioni online).

Per quanto riguarda le AZIENDE, l'anima commerciale di LIBRICETTE.eu, è dare visibilità agli operatori del settore cibo e

bevande di alta qualità, attraverso diversi tipi di progetti e servizi creativi, concepiti e realizzati su misura, nel rispetto delle peculiarità e delle esigenze del Cliente. Dagli eBook di cucina dedicati ad aziende, produttori, artigiani, Consorzi, ai cooking show e dalle serate di degustazione alla gestione dei profili social, fino alla realizzazione di video ricette, alla scuola di cucina...LIBRICETTE.eu dà visibilità ai propri Clienti creando i progetti, mettendoli in pratica e rilanciandoli attraverso il web, i social media e il circuito dei food blogger.

LIBRICETTE.eu, inoltre, è il MEDIA PARTNER ideale per gli organizzatori di fiere ed eventi poiché crea piani di visibilità mediatica particolari e attraenti per il pubblico.

In LIBRICETTE.eu la professionalità, la serietà e la deontologia professionale sono al primo posto assieme alla componente umana ed emotiva perché, come afferma la fondatrice del sito, Paola Uberti, "senza emozione non può esistere un buon progetto".

#### **LIBRICETTE.eu**

LA PRIMA LIBRERIA ONLINE DEDICATA AGLI eBook DI CUCINA

Un mondo di eBook, ricette e cultura per il pubblico.

Servizi di visibilità per le aziende.

Siamo stati i primi e lo saremo sempre!





[www.libricette.eu](http://www.libricette.eu)

## LA MIA TORTA PASQUALINA

di Monica Martino  
del blog [BIONUTRICHEF](#)



LE RICETTE PER PASQUA 2019

## INGREDIENTI PER UNA TEGLIA CON DIAM. 28 CM

### Per la sfoglia:

400 grammi di farina di farro spelta bio + un po' per infarinare il piano di lavoro

4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva

200 millilitri circa di acqua a temperatura ambiente

30 grammi di prezzemolo fresco

Un pizzico di sale fino integrale

### Per il ripieno:

500 grammi di erbe fresche

Un porro

3 zucchini medi

2 uova di gallina

200 grammi di ricotta fresca da latte crudo

200 grammi di quartolino erborinato nostrale a latte crudo

60 grammi di Parmigiano Reggiano di montagna

12 uova di quaglia

Olio extravergine di oliva q.b.

Sale fino integrale q.b.

## PROCEDIMENTO

Iniziare preparando la sfoglia: l'impasto richiede riposo. Nella ciotola della planetaria porre la farina di farro e azionare la macchina equipaggiata con gancio K. Tritare finemente al coltello il prezzemolo e aggiungerlo alla farina. Unire l'olio e il sale, poi a filo l'acqua e continuare ad impastare a velocità media fino ad ottenere un panetto sodo ed elastico. Coprire l'impasto con pellicola alimentare e lasciare riposare a temperatura ambiente.

Per il ripieno, lavare e tagliare finemente il porro (sia parte bianca, sia la parte verde). Lavare e mondare le erbe, tagliarle grossolanamente al coltello e farle appassire assieme al porro in padella con olio e poca acqua. Prima di spegnere il fuoco, aggiustare di sale. Per evitare che la verdura nel ripieno rilasci acqua in eccesso e comprometta la stabilità dell'involucro di sfoglia, lasciare raffreddare la verdura facendole perdere i liquidi ponendola in un capiente colino a maglia stretta. Lavare e affettare finemente gli zucchini, saltarli nella stessa padella della verdura con poco olio e un pizzico di sale; lasciare raffreddare. Nel frattempo far rassodare in acqua bollente le uova di quaglia per 3 - 4 minuti: una volta raffreddate, eliminare il guscio.

In una ciotola, mescolare con una frusta la ricotta con le uova di gallina, il Parmigiano Reggiano e 100 grammi di quartolino grattugiato a grana grossa. Aggiungere le erbe e il porro e amalgamare il tutto con una spatola.

Riprendere il panetto di sfoglia e dividerlo in due parti (non perfettamente a metà). Stendere per primo l'impasto di dimensione più grande su una spianatoia infarinata: questa sfoglia servirà da base per la torta salata. La teglia, che deve avere bordi alti, si può ungere con uno staccante a base di oli vegetali o con parecchio olio d'oliva oppure ancora si può foderare con carta da forno. Inserire la sfoglia di base nella teglia, bucherellare con una forchetta e formare il primo strato di ripieno con una parte delle zucchine saltate in padella. Proseguire con la farcia alla ricotta ed erbe, livellando bene la superficie e inserendo le uova di quaglia. Ultimare il ripieno con le zucchine rimanenti e altro formaggio nostrale grattugiato.

Stendere la seconda sfoglia e coprire la torta; arrotolare i lembi delle due sfoglie verso l'interno in modo da chiudere perfettamente l'involucro. Bucherellare anche la superficie esterna della torta e ungerla leggermente con olio.

Cuocere in forno preriscaldato a 200°C per 40 - 50 minuti in modalità statica. Prima di servire la torta, lasciarla raffreddare completamente.

La Torta Pasqualina, una tradizione gastronomica del periodo di Pasqua, nel tempo è diventata l'*ingrediente* fondamentale per le gite fuori porta del periodo primaverile. La versione più nota è ovviamente quella ligure, ma può vantare diverse varianti in base alle tradizioni territoriali. Per esempio, nelle cucine genovesi di un tempo, la torta Pasqualina aveva un involucro costituito da 33 sfoglie, per ricordare gli anni di Gesù mentre oggi ne sono sufficienti 5; diversamente, nella provincia spezzina, le sfoglie sono due.

La base comune ruota attorno a tre ingredienti fondamentali: uova (simbolo di rinascita), erbe di campagna spontanee e formaggio, che in Liguria è generalmente rappresentato dalla Prescinsöa ma che in questa ricetta ho sostituito con un'ottima ricotta ottenuta da latte crudo.

La mia Torta Pasqualina è arricchita con zucchine per addolcire il gusto un po' amaro delle erbe. Un'altra chicca riguarda l'utilizzo delle uova di quaglia, più comode per farcire la torta rispetto alle uova di gallina.



**Le ricette speciali di LIBRICETTE.eu  
LE RICETTE PER PASQUA 2019**

Febbraio 2019

© 2019 LIBRICETTE.eu powered by  
UP CONSULTING di Paola Uberti Impresa  
Individuale.

---

Realizzato da LIBRICETTE.eu  
[www.libricette.eu](http://www.libricette.eu) - [info@libricette.eu](mailto:info@libricette.eu)

