

# ASKO

Inspired by Scandinavia

in collaborazione con



Slow Food® Italia



# La cucina a vapore

RICETTARIO





## Qualità svedese dal 1950

---

Da oltre 70 anni ASKO sviluppa elettrodomestici per la cucina di grande qualità, dalle performance elevate ed estremamente efficienti.

L'esperienza ha permesso ad ASKO di creare una gamma di apparecchiature innovative, dal design scandinavo elegante e minimalista e progettate con attenzione ad ogni minimo dettaglio.

ASKO si ispira alle apparecchiature professionali, funzionali e durature, alle quali combina un design in grado di integrarsi perfettamente sia negli interni contemporanei che in quelli più classici.

*Credits*

Styling: Manuela Cavallo - Foto: Michela Balboni

*L'arte di esaltare i sapori*

Caratteristiche dei forni combinati a vapore ASKO	4
---	---

*Non solo ricette*

I cuochi dell'alleanza	6
------------------------	---

*Trentino Alto Adige*

Asparagi con prosciutto cotto d'agnello di razza Villnösser Brillenshaf e salsa bolzanina	8
Canederli di ortiche	10
Manzo bollito	12
Crème brûlée al caffè di Huehuetenango	14

*Lombardia*

Ravioloni di barbabietola ripieni di cervo e verdure	16
--	----

*Piemonte*

Soffice pandispagna al caffè	18
------------------------------	----

*Liguria*

Cappon magro	20
--------------	----

*Emilia Romagna*

Panino ai 5 cereali con polpo	22
Panino imbottito alla pancia di mora romagnola	24

*Toscana*

Soufflé di porri con fonduta di pecorino	26
Rollè di agnello pomarancino con carciofi	28
Torta di pane marocca di Casola	30

*Lazio*

Pomodori ripieni di riso	32
Ratatouille	34
Baccalà al forno con patate	36
Tortino di alici e zucchine	38

*Campania*

Ravioli di baccalà al vapore	40
Baccalà con scarole	42
Caponata di stoccafisso con verdure	44

*Puglia*

Focaccia con cipolla bianca di Margherita di Savoia, olive Cellina di Nardò e pomodoro fiaschetto di Torre di Guaceto	46
Tiella di farro con verdure di stagione, cozze e totani freschi	48
Cartoccio di verdure al forno	50
Carciofi al forno	52

*Sicilia*

Pane fatto in casa con lievito madre	54
Sformatino di melanzane su fonduta di Piacentinu Ennese	56
Gnocchi di patate mantecati con fonduta di Vastedda del Belice e sauté di vongole veraci	58
Polpo arrosto su stracciatella di bufala e croccante di timilia	60
Pesce stocco cotto sottovuoto con cipolla di Tropea e pomodorini d'inverno	62
Polpettone in bianco con mortadella d'asino, uovo e Vastedda del Belice su crema di piselli novelli	64
Soufflé caldo al cioccolato di Modica e farina di grano antico siciliano di timilia	66

*Cottura a vapore*

*Forni combinati a vapore serie Elements*

	70
--	----

# L'arte di esaltare i sapori



## Preserva il gusto naturale dei cibi

Il vapore viene utilizzato quotidianamente dagli chef professionisti per esaltare al meglio i sapori dei cibi e per creare deliziose crosticine su pane e dolci. La cucina a vapore è delicata sui cibi e, rispetto alla classica bollitura, aiuta a preservare le vitamine e i nutrienti delle pietanze. Questo metodo non rilascia odori e non richiede l'aggiunta di sale nell'acqua o di erbe e spezie per insaporire. Carne, pesce e verdure possono essere cucinate simultaneamente: basterà impostare la durata della cottura in base alla pietanza che richiede maggiore tempo e non ci sarà nessun rischio di cuocerle troppo. Con i forni combinati a vapore ASKO è possibile combinare la cottura tradizionale col vapore in un solo programma, utilizzare solo aria calda oppure solo vapore.



## Cottura a vapore

I forni combinati a vapore offrono la massima flessibilità nella scelta delle modalità di cottura. È possibile cuocere utilizzando solo il vapore, combinare la cottura tradizionale assistita dal vapore, o scegliere le funzioni tradizionali. I forni a vapore ASKO sono dotati di generatore con sistema ciclonico che trattiene la condensa, immettendo nel vano solo vapore puro che viene erogato attraverso quattro punti. In questo modo, grazie alla distribuzione uniforme, si ottiene una cottura impeccabile.

## 5 zone di diffusione dell'aria calda

Tutti i forni ASKO presentano un vano interno ispirato ai forni a legna tradizionali. La forma dei forni e 5 zone di diffusione dell'aria permettono una circolazione più uniforme del calore, assicurando sempre una cottura perfetta anche su più livelli. Per migliorare ulteriormente la diffusione dell'aria, il vano interno e le teglie sono rivestiti con uno smalto pirolitico di alta qualità che assorbe e riflette efficacemente il calore, per una cottura sempre perfetta.



# Non solo ricette

Questo libro non è solo un ricettario: è il riflesso di diversi territori, di personaggi con le loro vite ed esperienze, di progetti interconnessi che muovono impegno, passione, creatività, conoscenza. I cuochi hanno messo al centro della scena le loro ricette, raccontandole e adattandole alle quantità familiari e alle cucine quotidiane. In queste ricette hanno elencato tra gli ingredienti i prodotti dei loro territori, quelli dei loro fornitori, contadini e artigiani con cui hanno un rapporto costante, più stretto di quello che normalmente lega chi vende e chi compra. Ed ecco gli altri protagonisti: i produttori locali e dei Presidi Slow Food. Sono tutti parte del grande progetto dell'Alleanza Slow Food dei cuochi.

Attiva in 25 Paesi del mondo, è una grande rete solidale composta da cuochi che scelgono di impiegare i prodotti dei Presidi Slow Food e delle comunità contadine locali, impegnandosi a farli conoscere e valorizzarli nel loro menu.

In Italia gli aderenti sono ormai centinaia. Nel momento in cui aderisce all'Alleanza, il cuoco o il proprietario di un ristorante porta a compimento un percorso che in molti casi aveva già intrapreso singolarmente: assicurarsi la materia prima più fresca e migliore, approfondire la cultura gastronomica tradizionale del territorio, farsene ambasciatore, promuovere i prodotti ad essa legati sono obiettivi che si pone chi vuol far bene il proprio mestiere di ristoratore. Aderire all'Alleanza Slow Food richiede un passo avanti sul terreno della consapevolezza e dell'impegno. Impegnarsi ad avere in menù i prodotti dei Presidi Slow Food vuol dire salvaguardare la biodiversità agroalimentare a rischio di scomparsa; ricercare ingredienti locali, sostenibili e di stagione, vuol dire diminuire l'impatto ambientale; ridurre al minimo gli scarti vuol dire combattere lo spreco alimentare; dare visibilità nel menu ai produttori locali vuol dire dare dignità e giusto valore al loro lavoro.

Non è di sicuro un percorso facile, tante scorciatoie garantiscono spesso maggiore guadagno e minor fatica, ma l'adesione convinta dei cuochi e la crescita del progetto in tanti paesi del mondo raccontano che appartenere alla rete di Slow Food è fonte anche di prestigio e di orgoglio, occasione di scambi culturali, esperienza di altre regioni, paesi e culture. È la possibilità di ricevere informazioni, suggerimenti, è possibilità di far tesoro delle conoscenze che aiutano ad applicare i modelli virtuosi.

Questo libro, appunto, non è solo un ricettario. È anche il risultato di una collaborazione tra Slow Food e ASKO che, dando voce a questi cuochi e al racconto dei loro piatti, vuole celebrarli e riconoscere il loro impegno verso un ideale comune: cambiare il mondo in meglio, una ricetta per volta.

Gli ingredienti che troverete in questo ricettario contrassegnati con  appartengono all'Arca del Gusto o ai Presidi Slow Food. Possono essere sostituiti con alimenti analoghi di buona qualità italiana.



Slow Food®  
**Alleanza dei Cuochi**

**Oskar Messner**



*Ristorante Pitzock  
Via Pizack, 30  
Funes (BZ)*

**Alessia Mazzola**



*Osteria Al Gigianca  
Via Broseta, 113  
Bergamo*

**Fabio Soldano**



*Osteria del Caccetta  
Piazza Generale Solaroli, 26  
Briona (NO)*

**Maurizio Pinto**



*Ristorante Voltalacarta  
Via Assarotti, 60/R  
Genova*

**Andrea Zondini e Matteo Gentili**



*Amburgheria Creativa  
Via Romeo Galli, 24  
Forlì (FC)*

**Gabriele Nanni**



*Ristorante Sirocco  
Viale Ovidio, 57  
Bellaria Igea Marina (RN)*

**Daniele Fagiolini**



*Antico Ristoro Le Colombaie  
Via Montanelli, 22  
Loc. La Catena - S. Miniato (PI)*

**Matteo Ballarini**



*Osteria del Velodromo Vecchio  
Via Genzano, 139  
Roma*

**Luigi e Consiglia Russo**



*Ristorante La Lanterna  
Via Colonnello G. Aliperta, 8  
Somma Vesuviana (NA)*

**Antonio Errico**



*La Locanda di Nonna Mena  
Via Edison, 30  
San Vito dei Normanni (BR)*

**Adriana Sirone**



*Casa & Putia Ristorante  
Via San Camillo, 14  
Messina*

# Asparagi con prosciutto cotto d'agnello di razza Villnösser Brillenschaf e salsa bolzanina

## Antipasto

Preparazione	Porzioni	Cottura
		
25'	4 persone	A vapore 100 °C

## Programmazione del forno **ASKO**



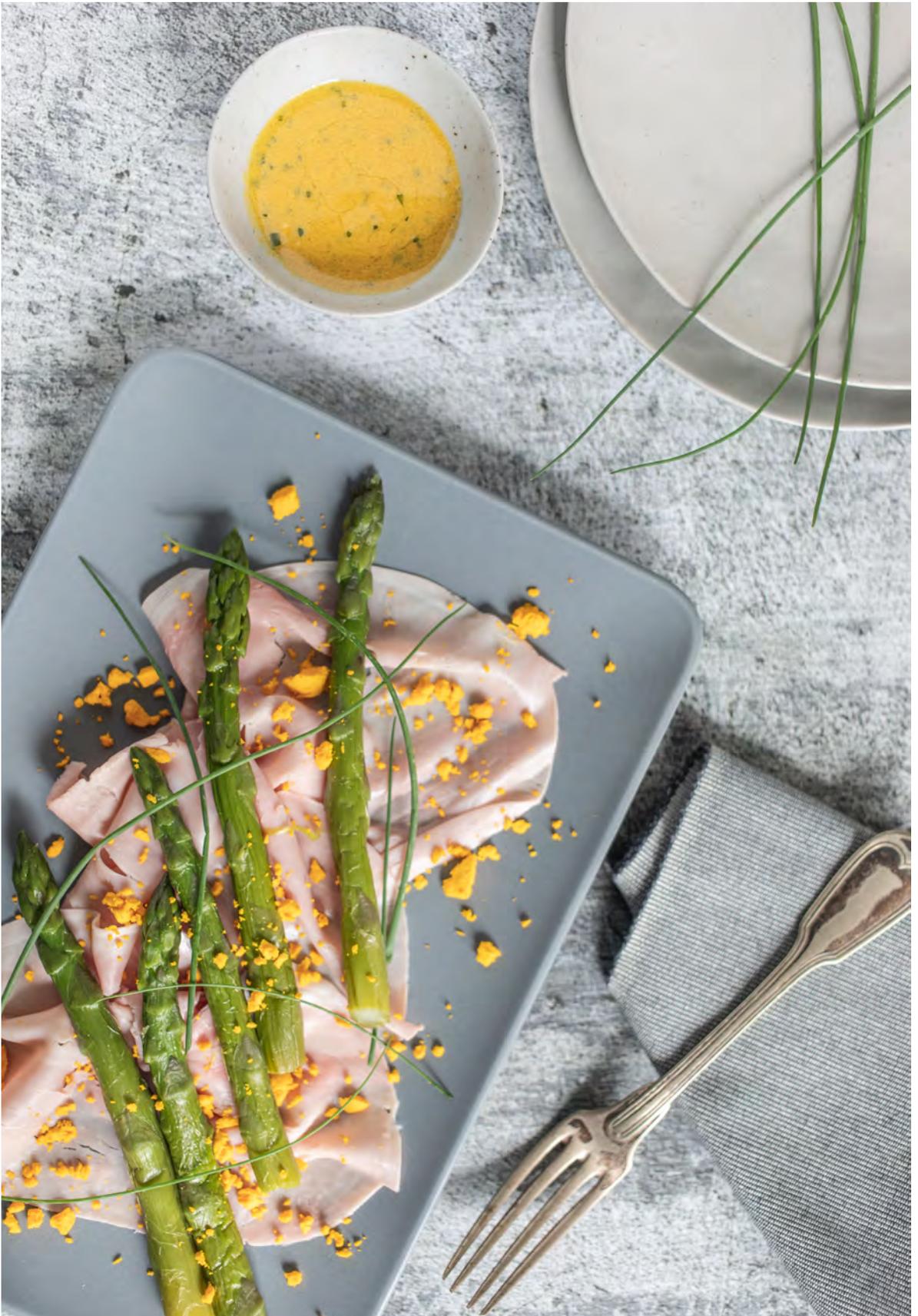
## Ingredienti

- 20 asparagi
- 40 g di burro
- 200 g di prosciutto cotto d'agnello della razza ovina Villnösser Brillenschaf 
- 4 uova
- 20 g di senape
- 80 g di olio di semi di girasole
- 20 g di olio extravergine d'oliva italiano 
- 5 g di aceto di vino bianco
- erba cipollina
- pepe nero
- sale

## Preparazione

Pulite gli asparagi e cuoceteli in forno a vapore a 100 °C per circa 15 minuti. Adagiate su di un piatto il prosciutto cotto, salate gli asparagi, disponeteli sopra il prosciutto e infine aggiungete un fiocco di burro. Lasciate da parte e preparate la salsa bolzanina facendo bollire le uova per 7 minuti, poi mettetele a raffreddare in acqua fredda. Togliete il guscio e separate i tuorli dagli albumi, tritate finemente questi ultimi. Mettete i tuorli in una ciotola, aggiungete la senape, il pepe, l'aceto, l'olio di semi, l'olio d'oliva e mescolate. Infine, aggiungete l'erba cipollina tritata finemente e gli albumi tritati e condite con sale.

Servite gli asparagi insieme alla salsa bolzanina.



# Canederli di ortiche

## Primo

Preparazione	Porzioni	Cottura
		
1 h	4 persone	A vapore 100 °C

Programmazione del forno  ASKO



## Ingredienti

- 300 g di pane bianco raffermo
- 250 g di ortiche
- 125 ml di latte
- 40 g di burro botiro di Primiero di malga 
- 1/2 cipolla
- 2 spicchi d'aglio
- 3 uova
- 1 cucchiaio di farina 00
- sale
- pepe nero di Rimbàs macinato 
- noce moscata
- parmigiano

## Preparazione

Lavate le ortiche, sbollentatele e una volta scolate spremetele bene in modo da togliere l'acqua.

Tagliate finemente la cipolla e gli spicchi d'aglio, stufateli nel burro, aggiungete le ortiche e fate saltare.

Versate quindi in un frullatore le ortiche insieme con il latte e frullate per 15 secondi.

Mettete il latte d'ortica sul pane raffermo, aggiungete le uova, condite con sale, pepe e noce moscata e impastate bene.

Cospargete con la farina e lasciate riposare il tutto per circa 20 minuti.

Formate con l'impasto dei piccoli canederli.

Metteteli su una teglia e infornate nel forno a vapore cuocendo per 15 - 20 minuti.

Potete servirli conditi con burro e parmigiano, facendo sciogliere il burro sul fuoco finché non raggiungerà un colore ambrato.



# Manzo bollito

## Secondo

Preparazione	Porzioni	Cottura
 2 h 10'	 4 persone	 A vapore 100 °C

## Programmazione del forno



## Ingredienti

- 800 g di punta di fesa di manzo di razza bovina grigio alpina 
- pepe nero di Rimbàs macinato 
- 1 cucchiaino di bacche di ginepro
- 2 g di pepe bianco in grani
- 2 foglie di alloro
- timo
- rosmarino
- 2 carote
- 100 g di sedano rapa
- 50 g di radice di prezzemolo
- 100 g di cipolla
- sale

## Preparazione

Per prima cosa pulite le carote, il sedano rapa, le cipolle e la radice di prezzemolo e tagliatele a cubetti.

Sciacquate la carne, asciugatela e conditela bene con sale e pepe.

Mettete la carne insieme alle verdure, i grani di pepe bianco, il ginepro, il timo, il rosmarino e le foglie di alloro precedentemente tritati in una teglia.

Aggiungete un po' di sale e cuocete a 100 °C per circa 2 ore nel forno a vapore.

Oltre alla carne, con il forno a vapore otterrete così anche un ottimo brodo.

Tagliate la carne cotta a fette sottili nel verso opposto a quello delle fibre muscolari e disponetele sul piatto da portata insieme alle verdure cotte.



# Crème brûlée al caffè di Huehuetenango

## Dolce

Preparazione	Porzioni	Cottura
		
1 h	4 persone	A vapore 85 °C

## Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

- 180 ml di panna
- 100 ml di latte
- 3 tuorli d'uovo
- 50 g di zucchero
- 1/4 di bacca di vaniglia
- 2 g di caffè di Huehuetenango 

## Preparazione

Riscaldare il latte con il caffè e poi lasciare raffreddare per 30 minuti.

Versare il latte in un colino con rete a trama molto fitta, in modo che tutta la polvere di caffè rimanga nel filtro e resti nel latte soltanto il sapore del caffè.

Mettere tutti gli altri ingredienti insieme con il latte in un frullatore e frullare per pochi secondi.

Versare in ciotole adatte alla crème brûlée.

Mettere le ciotole nel forno a vapore sistemandole sopra una teglia e coprirle con un'altra teglia o carta da forno in modo che l'umidità del forno non bagni il contenuto.

Regolare la temperatura a 85 °C e fare cuocere per 28 minuti.

Lasciare raffreddare le ciotole con la crema, quindi cospargere la superficie con zucchero di canna e caramellare usando una fiamma ossidrica (bruciatore Bunsen).



# Ravioloni di barbabietola ripieni di cervo e verdure

Primo

Preparazione



1 h 30'

Porzioni



4 persone

Cottura



A vapore 100 °C

Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

*Per la pasta*

- 200 g di farina di riso + 100 g di farina 00
- 100 ml di acqua tiepida
- 100 g di barbabietola bollita frullata
- 1 pizzico di sale marino di Cervia

*Per il ripieno*

- 500 g di carne di cervo tritata
- 1 cipolla bionda di Cureggio e Fontaneto
- 1 bicchiere di vino rosso
- 1 bicchiere di brodo vegetale
- sale

- 100 g di carote
- aceto
- 100 g di cipolla rossa
- 100 g di tarassaco sbollentato
- 100 g di asparagi sbollentati
- 200 g di pangrattato
- 200 g di parmigiano da vacca bianca modenese
- 2 uova
- 1 spicchio d'aglio
- pepe, noce moscata
- panna acida

## Preparazione

Rosolate con un filo d'olio la cipolla tritata finemente, aggiungete la carne proseguendo la cottura a fiamma vivace. Quando sarà dorata, sfumate con il vino rosso e terminate la cottura; quindi lasciate raffreddare.

Tagliate a cubetti le verdure e tritate il tarassaco. Saltate separatamente ogni verdura in padella con un filo d'olio, lo spicchio d'aglio e il sale, riunitele e lasciatele raffreddare. Unite le due preparazioni e aggiungete il parmigiano, il pangrattato e le uova, ottenendo un ripieno umido, aggiungendo eventualmente del brodo vegetale.

Formate con le due farine miscelate un cono concavo al centro e aggiungetevi l'acqua e la purea di barbabietola. Impastate formando un panetto compatto, avvolgete nella pellicola e lasciate riposare per 15 minuti.

Stendete l'impasto fino a ridurlo a un foglio sottile e con un coppapasta formate dei dischi su cui adagerete un cucchiaino di ripieno. Chiudete. Scaldate il forno a vapore a 100 °C e cuocete 5 minuti su una teglia antiaderente con un filo d'olio. Passate i ravioli in una padella antiaderente con poco olio e rosolate a fuoco vivo finché la base sarà dorata, sfumate con poco aceto e aggiungete mezzo bicchiere d'acqua salata e una noce di burro. Chiudete con il coperchio e lasciate cuocere almeno per 3 o 4 minuti. Adagiate i ravioli nel piatto da portata, versate il fondo di cottura e guarnite a piacimento con la panna acida, pepe e noce moscata.



# Soffice pandispagna al caffè

## Dolce

Preparazione	Porzioni	Cottura
		
50'	4 persone	Combinata a vapore 180 °C

## Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

- 4 uova intere + 2 albumi
- 100 g di zucchero a velo
- 50 g di farina
- 50 g di fecola di patate
- 8 g di cacao della Chontalpa 
- 15 g di caffè di Huehuetenango 
- 10 g di zucchero
- 1/2 bustina di lievito

## Preparazione

Montate gli albumi a neve assieme allo zucchero.

In seguito aggiungete al tuorlo lo zucchero a velo e scaldate il composto a 50 °C.

Montatelo poi con le fruste elettriche.

Utilizzate un setaccio per setacciare la farina, la fecola, il cacao, il lievito e il caffè e aggiungeteli delicatamente al composto di uova e zucchero.

A questo punto incorporate gli albumi montati a neve e cuocete il tutto nel forno combinato a vapore per 35 minuti a 180 °C.

Il pandispagna così ottenuto può essere utilizzato come base per realizzare delle torte farcite di creme o, in alternativa, per comporre un dolce al cucchiaio.



# Cappon magro

Piatto unico

Preparazione



3 h

Porzioni



8 persone

Cottura



A vapore 90 °C

Programmazione del forno **ASKO**



per i gamberi e gli scampi

## Ingredienti

- 500 g di calamari
- 1,5 kg di orata o ombrina
- 2 kg di cozze
- 500 g di code di gamberi
- 10 gamberi interi
- 6 scampi + 2 astici
- 5 carote + 5 zucchine
- 200 g di fagiolini
- 500 g di patate
- 4 carciofi + 1 cavolfiore
- 1 barbabietola cotta
- 2 gambi di sedano
- sale e olio extravergine d'oliva italiano 

- 2 uova sode
- 8 gallette del marinaio di San Rocco di Camogli
- 50 g di capperi + 80 g di olive
- 8 acciughe liguri dissalate
- 80 g di mosciame di tonno

*Per la salsa verde*

- 300 g di prezzemolo
- 400 g di olio extravergine d'oliva italiano 
- 2 tuorli d'uovo sodo
- 100 g di acciughe sott'olio
- 100 g di capperi
- 200 g di pane
- 120 ml di aceto bianco
- sale

## Preparazione

Per la salsa verde, bagnate il pane con l'aceto, sfogliate il prezzemolo e aggiungetelo al pane. Unite gli altri ingredienti e frullate aggiustando di sale e di aceto.

Pulite i calamari togliendo le interiora e la pelle esterna. Tagliateli a strisce e cuoceteli in forno a vapore per circa 8 minuti. Pulite il pesce bianco e sfilettatelo. Cuocetelo a vapore per circa 3 minuti a 90 °C, poi condite con un filo d'olio. Pulite le cozze togliendo il filetto centrale e fate aprire le valve in forno a vapore (circa 10 - 12 minuti). Sgusciate le code di gambero, pulitele togliendo il filetto centrale e cuocete a vapore per 3 minuti a 90 °C. Lasciate interi i gamberi e gli scampi, facendoli a loro volta cuocere nel forno a vapore a 90 °C per 4 minuti. Bollite gli astici in abbondante acqua per 9 minuti, poi tagliateli a metà e rompete le chele per ricavare tutta la polpa.

Tagliate le carote e le zucchine pelate in modo da formare delle rondelle ovali. Fatele cuocere a vapore per 6 minuti, quindi condite con olio e sale. Pulite i carciofi, tagliateli a spicchi e cuoceteli in forno a vapore per circa 35 minuti, conditeli con olio e sale. Pelate il sedano, tagliatelo a pezzetti e cuocetelo in forno a vapore per pochi minuti. Procedete allo stesso modo per i fagiolini calcolando 12 - 14 minuti in forno. Cuocete il cavolfiore tagliato a rosette nel forno a vapore per circa 8 - 10 minuti. Cuocete le patate sempre nel forno a vapore, per circa 30 minuti. Quando sono cotte, pelatele e tagliatele a fettine. Una volta pronti tutti gli ingredienti, passate alla composizione del piatto. Fate rinvenire le gallette in acqua e aceto e disponetele al centro del piatto. Disponete le carote e le zucchine in modo alternato lungo il bordo esterno. Mettete la salsa verde sopra le gallette e disponete in modo alternato pesce, verdure e salsa verde. Spinare le acciughe e distribuite i filetti a pezzi sopra gli ingredienti insieme a olive e capperi. Decorate con i crostacei, le cozze e le uova tagliate a spicchio. Finite con fettine di barbabietola e mosciame di tonno.



# Panino ai 5 cereali con polpo

## Piatto unico

Preparazione



1 h 30'

Porzioni



4 persone

Cottura



A vapore 100 °C

Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

- 4 panini ai 5 cereali da 95 g ciascuno
- 1 polpo da 1 kg circa
- 2 coste di sedano
- 100 g di capperi di Salina 
- 100 g di cipolla
- 1 acciuga
- 1 punta d'aglio
- prezzemolo + basilico
- limone
- olio extravergine d'oliva italiano 
- vino bianco o rosso
- olio di semi di girasole
- aceto
- sale e pepe

## Preparazione

Per la salsa verde, tritate i capperi con l'acciuga, poca cipolla e una punta d'aglio.

Aggiungete il prezzemolo con qualche foglia di basilico e amalgamate con poco succo di limone e olio extra vergine d'oliva versato a filo.

Pulite il polpo rovesciandolo e aprendo la testa. Eliminate il dente. Rosolatelo con olio in padella a fuoco alto e sfumate con vino bianco o rosso.

Una volta consumato il liquido, coprite e cuocete a vapore per circa 45 minuti. Lasciatelo poi raffreddare coperto.

Preparate la maionese di pesce filtrando il fondo di cottura del polpo che si è formato in seguito alla cottura a vapore, poi versatevi olio di semi di girasole a filo, aceto e limone.

Tagliate il pane a metà, scaldatelo a 180 °C per 3 minuti in forno.

In seguito, stendete un po' di salsa verde su una parte del panino, aggiungete l'insalatina di sedano condita con olio sale e pepe sulla quale adagerete il polpo precedentemente tostato e la cipolla caramellata. Nella parte superiore del pane spalmate la maionese di pesce.

Aggiungete la cipolla, i capperi di Salina e chiudete il panino.



# Panino imbottito alla pancia di mora romagnola

Piatto unico

Preparazione	Porzioni	Cottura
 15 h 30'	 8 persone	 A vapore 80 °C

Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

*Per i panini*

- 900 g di farina 00
- 100 g di farina tipo 1 o 2 macinata a pietra
- 10 g di lievito di birra fresco
- 50 g di zucchero
- 50 g di olio extravergine d'oliva italiano 
- 0,5 l di latte
- 20 g di sale

*Per la pancia di maiale*

- 1,5 kg di pancia di mora romagnola 
- 1 anice stellato

- 1 cucchiaino di finocchietto
- 1/2 spicchio d'aglio
- sale

*Per la guarnizione di verdure e salsa*

- 150 ml di aceto balsamico di Modena tradizionale
- 2 alici sott'olio
- 1/2 cavolo cappuccio viola
- 1/2 cipolla cruda
- 8 cucchiari di maionese
- 1 cucchiaino di salsa ketchup
- sale e pepe

## Preparazione

Tagliate la pancia di maiale a cubetti di circa 150 g ciascuno e metteteli a marinare sottovuoto per tutta la giornata con sale e spezie. Verso sera mettete direttamente il sacchetto del sottovuoto nel forno, per una cottura a vapore alla temperatura di 80 °C per 15 ore. Prima di togliere dal forno e lasciare raffreddare, controllate che la carne sia molto morbida, altrimenti continuate la cottura.

Per la preparazione dei panini, impastate le farine, il latte, lo zucchero, il lievito e il sale e quando l'impasto risulta legato ed elastico incorporate a poco a poco l'olio. Mettete l'impasto in un contenitore leggermente unto, coprite con pellicola e lasciatelo lievitare a temperatura ambiente. Dopo qualche ora il volume dell'impasto sarà raddoppiato. Formate delle pagnottine tonde da 120 g ciascuna, poi schiacciatele con un mattarello fino a formarne un'ovale piatto. Ripiegate su se stessa ogni porzione di pasta e adagiatele su una teglia rivestita con carta da forno, lasciando dello spazio tra loro. Coprite con uno strato di pellicola, attendete che raddoppino nuovamente di volume e infornate nel forno a vapore per 20 minuti a 100 °C. Affettate molto finemente cipolla e cavolo, aggiungete alici, sale e pepe. Lasciate riposare almeno 5 minuti. Formate a parte una salsa rosa aggiungendo maionese al ketchup e mescolando bene. Riscaldare il pane al vapore, passate sulla piastra la pancia di maiale con poco olio fino a formare una crosticina, salate e spennellate con aceto balsamico. Aprite ciascun panino, aggiungete le verdure, adagiatevi sopra la pancia e infine spennellate con la salsa rosa.



# Soufflé di porri con fonduta di pecorino

## Antipasto

Preparazione



2 h

Porzioni



8 persone

Cottura



Combinata a vapore 150 °C

Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

- 10 porri
- 8 tuorli d'uovo
- 200 g di parmigiano grattugiato
- 150 ml di olio extravergine d'oliva italiano
- sale e pepe

*Per la fonduta*

- 600 g di pecorino a latte crudo della Maremma

- 200 g di taleggio
- 250 ml di panna fresca
- 250 g di latte fresco

*Per la besciamella*

- 85 g di farina
- 200 g di pecorino a latte crudo della Maremma
- 100 g di burro a latte crudo dell'Alto Elvo
- 1 l di latte fresco

## Preparazione

Pulite bene i porri e tagliateli a rondelle fini. Metteteli in padella con olio, sale e pepe.

Cuocete a fuoco alto fino a che non avranno perso l'acqua di vegetazione e si saranno leggermente attaccati al fondo, senza farli bruciare. Togliete dal fuoco per 15 minuti, poi rimettete la padella sul fuoco e mescolate bene. Nel frattempo, preparate la besciamella. Fate sciogliere in un pentolino 100 g di burro, spegnete il fuoco e aggiungete tutta la farina. Mescolate con una frusta fino ad ottenere un composto dorato, accendete il fuoco e aggiungete un poco di latte precedentemente scaldato. Mescolate ancora per stemperare, versate il resto del latte fino a ottenere una crema piuttosto densa. Aggiungete infine il pecorino e salate.

In una teglia capiente mettete i porri, i tuorli, il parmigiano e frullate il tutto; aggiungete la besciamella, amalgamate bene e versate in una pirofila imburrata. Cuocete in forno combinato a vapore a 150 °C per circa 30 minuti. Quando la superficie diventerà marroncina e si gonfierà leggermente togliete dal forno e fate raffreddare a temperatura ambiente.

Dedicatevi quindi alla preparazione della fonduta mettendo a riscaldare il latte e la panna in un pentolino. Unite il taleggio e il pecorino tagliato a pezzetti mescolando con una frusta, sempre a fuoco basso, finché diventerà una crema. Frullate con il mixer. Versatela poi sul tortino.



# Rollè di agnello pomarancino con carciofi

## Secondo

Preparazione



1 h 30'

Porzioni



8 persone

Cottura



Combinata a vapore 160 °C

Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

- 1/2 sella di agnello di razza ovina pomarancina
- 6 carciofi
- 1 limone non trattato
- 2 rametti di rosmarino
- 1 ciuffo di salvia
- 1 ciuffetto di timo
- 1 spicchio d'aglio
- 200 ml di vino rosso
- 200 ml di vino bianco
- 200 ml di olio extravergine d'oliva italiano
- sale e pepe

## Preparazione

Preparate un trito di rosmarino, salvia, timo, uno spicchio d'aglio e un po' di scorza di limone.

Pulite bene i carciofi, tagliateli a fettine e metteteli dentro una bacinella con acqua e limone. Stendete la sella d'agnello su un piano di lavoro, passate il limone sulla carne, cospargete con una parte del battuto di erbe aromatiche e aglio, condite con sale e pepe. Scolate i carciofi, stendeteli sulla carne e arrotolate stretto utilizzando uno spago e legando bene come se fosse un salame.

Mettete il rotolo così ottenuto in una teglia, aggiungete olio, cospargete con il resto del battuto, aggiungete sale e pepe.

Fate cuocere in forno combinato a vapore a 160 °C per circa un'ora. A metà cottura sfumate con il vino.



# Torta di pane marocca di Casola

Dolce

Preparazione



1 h

Porzioni



8 persone

Cottura



Combinata a vapore 200 °C

Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

- 2 uova intere
- 200 g di zucchero
- 200 g di zucchero di canna
- 100 g di burro
- 400 g di pane marocca di Casola   
o pane con farina di castagne
- 500 ml di latte fresco
- 1 bustina di lievito
- 80 g di noci
- 70 g di mandorle senza pelle
- 50 g di pinoli
- 150 g di uva sultanina
- 50 ml di rum bianco
- sale

## Preparazione

Montate i tuorli con lo zucchero e il burro.

Separatamente montate gli albumi con un pizzico di sale e metteteli in frigorifero.

Fate rinvenire l'uva sultanina mettendola a bagno in acqua tiepida con il rum.

Tagliate il pane a fette sottili e mettetele in una casseruola con il latte; una volta che il pane avrà assorbito il latte, strizzate e amalgamate con le uova montate.

Aggiungete la frutta secca tritata grossolanamente e l'uva strizzata, mescolate, quindi aggiungete l'albume e il lievito.

Imburrate una pirofila e versatevi il composto uniformemente cospargendolo di zucchero di canna in superficie. Cuocete in forno combinato a vapore a 200 °C per circa 40 minuti, finché la torta assumerà un bel colore dorato.



# Pomodori ripieni di riso

## Piatto unico

Preparazione



1 h 40'

Porzioni



4 persone

Cottura



Combinata a vapore 180 °C

Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

- 6 antichi pomodori di Napoli di pezzatura grande
- 1 kg di patate
- 200 g di riso di Grumolo delle Abbadesse   
o, in alternativa, riso Vialone Nano
- qualche foglia di basilico
- 1 cipolla bianca
- 2 gambi di sedano

## Preparazione

Prendete i pomodori e tagliatene la parte superiore, svuotandone poi l'interno. Passate nel passaverdura la polpa dei pomodori unita con la cipolla e le coste di sedano tritate finemente e versate il composto in un recipiente. Aggiungete il riso con il basilico. Lasciate insaporire il tutto velocemente sul fuoco. Togliete dal fuoco, fate raffreddare per 15 minuti e procedete a riempire i pomodori. Infine, tagliate le patate a spicchi grossolani e mettetele in una teglia da forno. Disponete nella teglia, sopra alle patate, i pomodori e infornate tutto a 180 °C nel forno a vapore per circa 50 minuti.



# Ratatouille

## Contorno

Preparazione	Porzioni	Cottura
		
1 h 15'	4 persone	Combinata a vapore 210 °C

## Programmazione del forno



## Ingredienti

- 2 zucchine romanesche grandi
- 2 melanzane
- 2 patate novelle
- 300 g di pomodori rossi tipo ciliegino
- 1 cipolla bianca di Fara Filiorum Petri 
- qualche foglia di basilico
- qualche foglia di menta
- olio extravergine d'oliva italiano 
- sale
- pepe

## Preparazione

Dopo aver pulito e mondato le verdure, tagliatele a cubetti regolari.

Tagliate successivamente i pomodorini a metà.

Mettete le verdure tagliate in una teglia da forno e cospargetele di abbondante olio extravergine d'oliva.

Condite la ratatouille con sale e pepe; aggiungete qualche foglia di basilico e di menta.

Cuocete in forno combinato a vapore per circa 45 minuti a 210 °C.



# Baccalà al forno con patate

## Secondo

Preparazione



1 h 20'

Porzioni



6 persone

Cottura



Combinata a vapore 180 °C

Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

- 1 filetto di baccalà ammollato del peso di circa 800 g
- 400 g di patate novelle
- 200 g di pomodori freschi tipo ciliegino o datterino
- 2 cipolle bianche di Fara Filiorum Petri 🌿
- olio extravergine d'oliva italiano 🌿
- sale
- pepe

## Preparazione

Private della pelle il baccalà precedentemente ammollato.

Successivamente coprite la teglia con le patate tagliate a rondelle.

Adagiate il baccalà sulle patate, tagliate a metà i pomodorini e tagliate molto finemente le due cipolle.

Cospargete il baccalà con i pomodori e le cipolle appena preparate e condite con olio, sale e pepe.

Infornate il tutto a 180 °C nel forno combinato a vapore per circa un'ora.



# Tortino di alici e zucchini

## Secondo

Preparazione



1 h 20'

Porzioni



4 persone

Cottura



Combinata a vapore 180 °C

Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

- 1 kg di alici fresche disliscate di menaica
- 1 kg di zucchini romaneschi grandi
- 2 spicchi di antico aglio dell'Ufita
- olio extravergine d'oliva italiano
- sale
- pepe

## Preparazione

Affettate verticalmente le zucchini, adagiatele su una teglia da forno fino a coprirne tutta la superficie e disponetevi sopra le alici private della testa, delle viscere e della lisca. Condite con sale, aglio tritato di cui avrete in precedenza eliminato l'anima, pepe e olio. Ripetete coprendo le alici con uno strato di zucchini e poi di nuovo con uno strato di alici. Infornate a 180 °C in forno combinato a vapore per 25 minuti, finché la superficie si presenterà leggermente dorata. Lasciate riposare per 10 minuti fuori dal forno prima di tagliare le porzioni e servirle. Guarnite a piacere con qualche foglia di prezzemolo.



# Ravioli di baccalà al vapore

## Primo

### Preparazione



3 h

### Porzioni



5 persone

### Cottura



A vapore 100 °C

Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

### Per l'impasto

- 500 g di farina 00
- 1 cucchiaino di sale
- acqua q.b.

### Per il ripieno

- 400 g di filetto di baccalà
- 0,5 l di latte
- 150 g di burro
- 50 g di farina di riso

- noce moscata
- 1 scalogno piccolo
- 200 g di parmigiano reggiano grattugiato

### Per la salsa

- 500 g di piselli centogiorni 
- 1 scalogno
- olio extravergine d'oliva italiano 
- sale
- pepe

## Preparazione

Disponete la farina a fontana, al centro versate un po' d'acqua e il sale. Impastate fino a creare un panetto sodo, avvolgetelo nella pellicola e mettetelo in frigo per almeno 30 minuti. Per il ripieno, sciogliete in una padella un terzo del burro e fatevi imbiondire lo scalogno tritato. Immergetevi il filetto di baccalà precedentemente tritato e cuocete con coperchio per circa 15 minuti. Preparate quindi la besciamella facendo sciogliere a fuoco basso il restante burro e immergendovi la farina di riso tutta in una volta. Aggiungete poco per volta il latte e profumate con una grattugiata di noce moscata. Cuocete finché la besciamella diventerà cremosa. Unite il baccalà cotto alla besciamella, aggiungete il parmigiano, amalgamate bene e lasciate raffreddare.

Per la salsa di condimento, fate soffriggere lo scalogno tritato nell'olio, aggiungete i piselli e condite con sale e pepe. Fate cuocere e, una volta ultimata la cottura, frullate il tutto.

Recuperate il panetto di pasta che avevate messo in frigo e stendetelo finché la sfoglia avrà raggiunto uno spessore di circa un millimetro e mezzo. Per ottenere i ravioli, utilizzate l'apposito attrezzo riempiendo le parti concave con l'impasto di baccalà e coprendo via via con un altro strato di pasta tirata sottile. Una volta finito il ripieno, posizionate i ravioli in una teglia da forno forata e cuocete a vapore a 100 °C per circa 10 minuti. Riscaldete la salsa di piselli, posizionala come fondo in un piatto da portata ed adagiatevi sopra i ravioli di baccalà, aggiungete olio extravergine a crudo. Il piatto può essere decorato con baccelli di piselli lessati.



# Baccalà con scarole

## Secondo

Preparazione	Porzioni	Cottura
		
1 h	4 persone	A vapore 100 °C

## Programmazione del forno



## Ingredienti

- 800 g di filetto di baccalà
- 2 cespi di scarola
- 50 g di noci sgusciate
- 20 g di pinoli
- 1 cucchiaino di capperi
- olio extravergine d'oliva italiano 
- 100 g di olive nere denocciolate
- 1 spicchio d'aglio
- 4 filetti di alici di menaica 

## Preparazione

Mondate e lavate la scarola, lasciatela appassire in un tegame con coperchio ed eliminate l'acqua che produce.

Soffriggete l'aglio nell'olio, aggiungete i capperi, i pinoli, le noci, le scarole e le olive. Lasciate cuocere per circa 10 minuti.

Dividete il filetto di baccalà in quattro parti, mettetelo in una teglia da forno, cospargetelo d'olio e cuocetelo in forno a vapore a 100 °C per circa 15 minuti.

Impiattate le scarole e posizionatevi sopra il filetto di baccalà decorando con i filetti di alici.



# Caponata di stoccafisso con verdure

## Secondo

Preparazione	Porzioni	Cottura
 1 h	 4 persone	 A vapore 100 °C

## Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

- 4 friselle di pane cafone
- 400 g di stoccafisso
- 1 carota
- 1 zucchina
- 2 papaccelle napoletane, una rossa e una gialla 
- 1 gambo di sedano
- 150 g di olive nere e verdi denocciolate
- olio extravergine d'oliva italiano 
- aceto di vino
- qualche foglia di basilico
- sale

## Preparazione

Cospargete d'olio lo stoccafisso e infornate in forno a vapore a 100 °C per 13 minuti, aggiungete un po' di sale e controllate che sia cotto; la polpa deve dividersi facilmente. Lasciate raffreddare.

Tritate a cubetti le verdure, posizionatele in forno e cuocetele a vapore per circa 5 minuti a 100 °C. Lasciatele raffreddare e, una volta fredde, salatele, condite con l'olio e spruzzate con un poco di aceto.

Inumidite le friselle, ricopritele abbondantemente di verdure e posizionate sopra i filetti di stoccafisso.

Decorate con olive verdi e nere, aggiungete olio a crudo e foglie di basilico.



# Focaccia con cipolla bianca di Margherita di Savoia, olive Cellina di Nardò e pomodoro fiaschetto di Torre Guaceto

## Antipasto

Preparazione



5 h 15'

Porzioni



4 persone

Cottura



Combinata a vapore 180 °C

Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

- 250 g di farina 0
- 250 g di semola rimacinata
- 5 g di lievito fresco
- olio extravergine d'oliva italiano 
- 10 olive Cellina di Nardò denocciolate
- 8 pomodori fiaschetto di Torre Guaceto 
- 1 cipolla di media grandezza
- sale

## Preparazione

Sciogliete il lievito in acqua all'interno di una terrina e aggiungete le farine con mezzo cucchiaino di sale.

Mischiate il tutto fino a ottenere un impasto liscio.

Coprite con un canovaccio e fate lievitare 2 ore a temperatura ambiente.

Stendete poi l'impasto in una teglia precedentemente oliata e aggiungete la cipolla tagliata sottile, i pomodori a pezzi e le olive.

Aggiungete in superficie anche un po' di sale e olio.

Fate lievitare per altre 3 ore, quindi infornate a 180 °C per circa 30 minuti in forno combinato a vapore.



# Tiella di farro con verdure di stagione, cozze e totani freschi

## Piatto unico

Preparazione	Porzioni	Cottura
		
1 h 30'	4 persone	Combinata a vapore 150 °C

## Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

- 200 g di farro
- 10 pomodori regina di Torre Canne 
- 1 kg di cozze
- 500 g di totani
- 100 g di piselli
- 1 zucchina
- 1 patata media
- aglio
- cipolla rossa di Acquaviva 
- olio extravergine d'oliva italiano 
- sale
- pepe

## Preparazione

Pulite e fate cuocere le cozze in una padella coperta finché non si saranno aperte e non avranno rilasciato la propria acqua. Scolate le cozze e tenete da parte l'acqua di cottura. Cospargete d'olio e di aglio tritato il fondo di una teglia.

Adagiatevi la patata tagliata a fette, aggiungetevi le cozze a mezzo guscio e sopra queste mettete i piselli con i totani e il farro precedentemente lavato.

Aggiungete anche i pomodori a pezzi, la zucchina e mezza cipolla tagliata a fette.

Versate poi sopra tutti questi strati l'acqua delle cozze precedentemente conservata, aggiungete sale, pepe e infornate il tutto a 150 °C in forno combinato a vapore per 45 minuti.



# Cartoccio di verdure al forno

## Contorno

Preparazione



45'

Porzioni



4 persone

Cottura



Combinata a vapore 200 °C

Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

- 2 cipolle
- 500 g di patate
- 1 broccolo
- 4 carote di Polignano 
- olio extravergine d'oliva italiano 
- prezzemolo
- sale
- pepe

## Preparazione

Sbollentate il broccolo per circa 3 minuti. A parte, adagiate su 4 fogli di carta da forno le patate tagliate a fettine, le cipolle, le carote e poi aggiungete il broccolo sbollentato. Condite con olio d'oliva, sale, pepe e prezzemolo. Chiudete bene il cartoccio e cuocete in forno combinato a vapore per circa 30 minuti a 200 °C.



# Carciofi al forno

## Contorno

---

Preparazione	Porzioni	Cottura
		
1 h	4 persone	Combinata a vapore 180 °C

---

Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

- 16 - 20 carciofi a seconda della grandezza
- succo di limone
- pomodorini fiaschetto secchi di Torre Guaceto 
- olio extravergine d'oliva italiano 
- sale

## Preparazione

Pulite i carciofi e metteteli in un contenitore pieno d'acqua al quale aggiungerete il succo di limone. Questo eviterà che i carciofi si scuriscano. Sistemateli in una teglia e conditeli con olio extravergine d'oliva, sale e qualche pomodorino fiaschetto secco di Torre Guaceto. Infornate poi nel forno combinato a vapore a 180°C e lasciate cuocere per mezz'ora circa.



# Pane fatto in casa con lievito madre

Preparazione



18 h

Porzioni



4 persone

Cottura



Combinata a vapore 175 °C

Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

- 1 kg di farina di grani antichi (timilia, russello, maiorca) 
- 500 ml d'acqua
- 14 g di sale marino di Trapani 
- 5 ml d'olio extra vergine d'oliva minuta 
- 100 g di lievito madre secco

## Preparazione

Sciogliete il lievito nell'acqua tiepida per attivarlo lasciando un po' dell'acqua da parte per sciogliere un cucchiaino di sale.

In una ciotola grande mescolate velocemente con le mani la farina, l'acqua e il lievito.

Aggiungete l'olio. L'impasto sarà molto morbido e appiccicoso.

Verso la fine aggiungete l'acqua col sale tenuta da parte.

Non mettete tutto insieme perché il sale tende a bloccare l'azione del lievito.

Coprite e lasciate lievitare l'impasto a temperatura ambiente (intorno ai 20 °C) dalle 12 alle 18 ore.

Quando sarà aumentato di volume e apparirà alveolato, rovesciatelo su un piano infarinato. Spolveratelo con altra farina, quindi stendetelo e ripieгатelo su sé stesso: prima le due metà, e poi le due estremità.

Trasferite l'impasto in una pirofila dai bordi più o meno alti a seconda di quanta mollica vi piace nel pane. Fate proseguire la lievitazione per altre 2 - 3 ore.

Cuocete nel forno combinato a vapore a una temperatura di 175 °C per circa 50 - 55 minuti. Sfornate e lasciate raffreddare prima di tagliarlo.

È importante lasciare raffreddare il pane su una griglia: in questo modo il vapore che esce da tutta la superficie lo renderà morbidissimo, con una crosticina sottile.

Invece, se si vuole ottenere una crosta croccantissima con la mollica morbida bisognerà tagliare via le due estremità laterali, per fare uscire il vapore.



# Sformatino di melanzane su fonduta di Piacentinu Ennese

## Antipasto

Preparazione	Porzioni	Cottura
		
1 h 20'	4 persone	A vapore 90 °C

## Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

### Per lo sformatino di melanzane

- 3 melanzane
- 1 uovo biologico
- 20 g di mollica di pane di timilia 
- 10 g di parmigiano reggiano grattugiato
- olio extra vergine d'oliva minuta 
- 4 foglie di basilico
- sale marino di Trapani 
- pepe

### Per la fonduta di Piacentinu Ennese

- 200 ml di crema di latte (può essere sostituita dalla panna da montare)
- 200 g di Piacentinu Ennese 
- 4 pomodorini siccagni della valle del Belice 
- o pomodorini di Pachino
- sale marino di Trapani 

## Preparazione

Tagliate a metà le melanzane, passatele al forno a vapore a 90 °C per 15 - 20 minuti.

Togliete loro la buccia, mettetele nel mixer con la mollica, l'uovo, il parmigiano, il basilico, il sale marino di Trapani e il pepe.

Prendete degli stampini, ungeteli, riempiteli con il composto e passate nel forno a vapore a 90 °C per 40 - 45 minuti.

Mettete in una casseruola il Piacentinu Ennese a scaglie e la crema di latte e cuocete a fuoco moderato.

Appena il composto sarà tiepido e il formaggio si sarà amalgamato alla crema di latte, togliete dal fuoco e aggiungete il sale.

Componete il piatto mettendo alla base la fonduta e adagiandovi sopra lo sformatino.

Decorate con un pomodorino siccagno di Salina e servite caldo.



# Gnocchi di patate mantecati con fonduta di Vastedda del Belice e sauté di vongole veraci

## Primo

Preparazione	Porzioni	Cottura
		
2 h	4 persone	A vapore 100 °C

Programmazione del forno **ASKO**



per gli gnocchi

## Ingredienti

### Per gli gnocchi di patate

- 800 g di patate rosa
- 250 g di farina 0 (o farina di riso)
- sale marino di Trapani 

### Per il sauté di vongole

- 500 g di vongole veraci
- 1 bicchiere di vino bianco
- olio extravergine d'oliva minuta 
- prezzemolo

### Per la fonduta di vastedda del Belice

- 200 ml di crema di latte (può essere sostituita con la panna)
- 200 g di Vastedda del Belice 
- sale marino di Trapani 

## Preparazione

Fate cuocere le patate in forno a vapore per 40 - 45 minuti a 100 °C. Una volta cotte, pelatele e schiacciatele con l'aiuto di uno schiacciapatate, aggiungete la farina e il sale e impastate con le mani per ottenere un composto morbido ma compatto.

Prelevate una porzione di impasto per volta e stendetela con la punta delle dita per formare dei filoncini dello spessore di 2 cm. Tagliate i filoncini a tocchetti e passate ogni pezzetto di impasto sui rebbi di una forchetta, premendo leggermente con il pollice.

Dopo averle fatte spurgare in acqua, mettete le vongole in una padella con l'olio per farle aprire e sfumate col vino bianco. A fine cottura aggiungete il prezzemolo tritato e spegnete. Scolatele filtrando il fondo di cottura con un colino a maglie molto fitte e rimettetetele poi nel liquido filtrato. Tagliate a scaglie la Vastedda del Belice, unite la crema di latte e il sale e cuocete in una casseruola a fuoco moderato per ottenere la fonduta.

Cuocete gli gnocchi in forno a vapore per circa 15 minuti a 100 °C. Una volta cotti, poneteli nella casseruola insieme alla fonduta e mantecate il tutto. Adagiateli in un piatto fondo e aggiungete il sauté di vongole con il loro liquido di cottura. Servite ben caldo.



# Polpo arrosto su stracciatella di bufala e croccante di timilia

## Secondo

Preparazione



1 h 20'

Porzioni



4 persone

Cottura



A vapore 100 °C

Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

- 1 polpo del peso di circa 1 kg
- 100 g di stracciatella di bufala
- 30 ml di latte
- olio extra vergine d'oliva minuta 
- 4 fette di pane di timilia 
- sale marino di Trapani 

## Preparazione

Pulite il polpo e cuocetelo in forno a vapore per 60 minuti ad una temperatura di 100 °C.

Tostate il pane sulla griglia e conditelo con un filo d'olio.

Frullate la stracciatella di bufala con il latte e mettete da parte la crema ottenuta.

Tagliate i tentacoli del polpo una volta tiepido e arrostiteli sulla griglia da entrambi i lati.

Disponete sul piatto una fetta di pane tostato, la crema di bufala e due tentacoli di polpo, aggiungendo sale e olio.



# Pesce stocco cotto sottovuoto con cipolla di Tropea e pomodorini d'inverno

## Secondo

Preparazione	Porzioni	Cottura
 40'	 4 persone	 Sottovuoto 70 °C

Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

- 800 g di stoccafisso
- 10 pomodori "a scocca" (pomodori d'inverno)  
o 1 kg di pomodori ciliegini
- 2 cipolle rosse di Tropea
- 3 cucchiai di zucchero di canna o miele
- 6 cucchiai di aceto di vino bianco
- pepe nero
- olio extra vergine d'oliva minuta 
- zest di limone
- sale marino di Trapani 

## Preparazione

Mettete il pesce sottovuoto porzionato in quattro con un filo d'olio extravergine e pepe nero e cuocetelo nel forno a vapore per 20 - 25 minuti a 70 °C.

Nel frattempo, grigliare sulla piastra i pomodori interi che serviranno ad accompagnare il pesce. Pulite le cipolle e tagliatele a fettine non troppo sottili. In una padella versate dell'olio, fatelo scaldare e aggiungetevi le cipolle. Abbassate la fiamma, aggiungete il sale e lasciatele appassire a fuoco basso. Il segreto per preparare ottime cipolle in agrodolce è cuocerle lentamente in modo che cedano i loro aromi all'olio, diventino morbide e non si brucino. Non appena le cipolle saranno appassite (dopo 10 - 15 minuti), alzate leggermente la fiamma e aggiungete l'aceto, lo zucchero (o il miele) e mescolate. Non appena lo zucchero si sarà sciolto vedrete che le cipolle assumeranno un aspetto denso, quasi caramellato. Spegnete la fiamma, lasciate raffreddare e frullate.

Una volta cotto, togliete lo stoccafisso dal sottovuoto e impiattate le singole porzioni insieme ai pomodori e alla crema di cipolla, guarnendo il tutto con sale marino di Trapani, zest di limone e un filo d'olio.



# Polpettone in bianco con mortadella d'asino, uovo e Vastedda del Belice su crema di piselli novelli

## Secondo

Preparazione	Porzioni	Cottura
 1 h	 4 persone	 Combinata a vapore 160 °C

Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

- 600 g di manzo macinato
- 200 g di mortadella d'asino ragusano 
- 200 g di pane fresco di timilia   
o pane di grano duro
- 150 g di Vastedda del Belice a cubetti 
- 200 ml di latte intero
- 2 uova biologiche sode
- sale marino di Trapani 
- prezzemolo

- olio extravergine d'oliva minuta 
- pepe

### Per la crema di piselli

- 450 g di piselli freschi
- 1 cipolla bianca
- 50 g di parmigiano reggiano
- olio extravergine d'oliva minuta 
- sale marino di Trapani 

## Preparazione

Per prima cosa eliminate la crosta del pane fresco e tagliate a cubetti circa 150 g di mollica, mettetela in una ciotola assieme al latte in modo che lo assorba. Tagliate a cubetti la mortadella e la Vastedda del Belice. Versate la carne macinata di manzo in un'altra ciotola, poi unite la mortadella e la Vastedda, il pane ammollato nel latte e strizzato leggermente, le uova sode tagliate, qualche foglia di prezzemolo, sale marino di Trapani e pepe. Amalgamate il composto con le mani, formate un cilindro compattandolo bene. Adagiate il polpettone su un foglio di carta da forno, spennellatelo con olio d'oliva e tenetelo momentaneamente da parte.

Preriscaldate il forno a 160 °C in modalità combinato a vapore e passate alla preparazione della crema. Tagliate molto finemente la cipolla. Scaldate dell'olio extravergine d'oliva in una casseruola e aggiungetevi le cipolle, lasciatele appassire e unite i piselli. Salate e aggiungete abbondante acqua. Una volta che i piselli saranno ben cotti, trasferiteli con le cipolle in un frullatore ad immersione. Aggiungete alle verdure il parmigiano reggiano grattugiato, un po' d'olio e frullate fino a ottenere una vellutata. Ungete poi il fondo di una teglia, adagiate il polpettone nel centro e cuocete in forno combinato a vapore per 40 - 50 minuti. Sfornate il polpettone e servitelo a fette sulla crema di piselli ben calda.



# Soufflé caldo al cioccolato di Modica e farina di grano antico siciliano di timilia

Dolce

Preparazione



30'

Porzioni



4 persone

Cottura



Combinata a vapore 150 °C

Programmazione del forno **ASKO**



## Ingredienti

- 100 g di cioccolato di Modica
- 100 g di farina di grano timilia 
- 100 g di cacao amaro in polvere
- 50 g di zucchero di canna
- 2 uova biologiche
- 40 ml di latte
- 25 g di burro
- cannella in polvere
- zucchero a velo

## Preparazione

Mischiate lo zucchero e le uova.

Aggiungeteli al cioccolato che avrete prima fatto sciogliere a bagnomaria e mescolate delicatamente fino a ottenere una crema. Versatela in una ciotola insieme alla farina, al cacao, al latte e alla cannella.

Versate il composto dentro stampini in alluminio che avrete precedentemente imburato e spolverato con farina o zucchero di canna.

Cuocete in forno combinato a vapore a 150 °C per 20 minuti (valutate la cottura dal profumo e dall'aspetto).

Servite con dischetti di cioccolato di Modica e zucchero a velo a piacere.



# Cottura a vapore



## Temperature consigliate

Alimento	Temperatura	Tempo richiesto	Accessori
----------	-------------	-----------------	-----------

### Cottura a vapore

Broccoli	100 °C	12 - 16 min.	Teglia per cottura a vapore forata
Carote intere	100 °C	25 - 30 min.	Teglia per cottura a vapore forata
Verdure a fette (peperoni, zucchine, carote, cipolle)	100 °C	15 - 20 min.	Teglia per cottura a vapore forata
Fagiolini	100 °C	20 - 25 min.	Teglia per cottura a vapore forata
Asparagi verdi	100 °C	15 - 20 min.	Teglia per cottura a vapore forata
Patate sbucciate (tagliate in quarti)	100 °C	25 - 35 min.	Teglia per cottura a vapore forata
Filetto di pesce (spessore 2 cm)	80 °C	15 - 20 min.	Teglia per cottura a vapore forata su teglia per cottura a vapore non forata
Polipo	85 °C	100 - 110 min.	Griglia da forno
Cozze con guscio	95 °C	20 - 25 min.	Griglia da forno
Filetto di salmone (spessore 3 cm)	65 °C	100 - 110 min.	Griglia da forno
Gamberi	100 °C	10 - 14 min.	Teglia per cottura a vapore forata su teglia per cottura a vapore non forata
Petto di pollo	100 °C	23 - 28 min.	Teglia per cottura a vapore traforata su teglia per cottura a vapore non forata
Filetto di manzo cottura media (spessore 4 cm)	60 °C	110 - 120 min.	Griglia da forno
Agnello cottura media (spessore 3 cm)	65 °C	105 - 115 min.	Griglia da forno
Flan/crema (6 piatti da dessert, cad. 100 ml, coprire i piatti con della pellicola)	90 °C	20 - 30 min.	Teglia o griglia da forno

### Cottura combinata a vapore

Livello vapore

Verdure / patate gratinate	160 - 180 °C	2	35 - 50 min.	Griglia da forno
Pesce al forno	200 °C	3	20 - 25 min.	Griglia da forno / Teglia da forno
Pane casereccio	180 °C (preriscaldamento)	2	30 - 40 min.	Griglia da forno

# 10 vantaggi di un forno combinato a vapore ASKO



Il principale vantaggio dei forni combinati a vapore è che permettono di cucinare in maniera sana preservando le qualità nutrizionali degli alimenti, in particolare vitamine e minerali. Questo tipo di cottura mantiene intatta la consistenza delicata delle verdure e la morbidezza del pesce. Ecco in dieci punti tutto quello che c'è da sapere sui forni combinati a vapore ASKO:

## 1 – Qual è il vantaggio di avere un forno combinato a vapore?

È un forno 2 in 1 che consente di combinare le modalità di cottura tradizionali a quelle a vapore.

## 2 – Grande capacità di 73 l

Offre una superficie di cottura più ampia e permette di preparare grandi quantità di cibo nonostante le dimensioni esterne rimangano standard.

## 3 – Perché un generatore di vapore esterno?

Il forno è dotato di un generatore di vapore esterno che immette nel vano solo vapore puro grazie ad un sistema ciclonico che trattiene la condensa. In questo modo è possibile preservare il gusto naturale dei cibi, nonché le loro vitamine e i loro minerali.

## 4 – Quanto tempo occorre perché il forno arrivi a temperatura?

Basta qualche minuto. Il vapore viene erogato in maniera omogenea attraverso quattro punti a intervalli regolari e raggiunge il suo massimo molto velocemente.

## 10 – Programmazione, quale menu scegliere?

È possibile selezionare 17 modalità di cottura o lasciarsi guidare dalle ricette automatiche già presenti nel forno.



OCS 8678 G

## 5 – A quale temperatura è necessario cuocere gli alimenti?

I tempi della cottura a vapore dipendono dalle dimensioni e dallo spessore dell'alimento. Più è spesso, più la cottura sarà lunga. Si consiglia di utilizzare un piatto adatto all'alimento che si sta preparando, in modo tale che si bagni e cuocia nei suoi succhi.

## 9 – A cosa serve la sonda?

La sonda per la temperatura è lo strumento per eccellenza che assicura una cottura a puntino.

## 8 – Cottura a fasi combinate

È possibile combinare diverse modalità di cottura in tre fasi consecutive. Grazie alla cottura a fasi combinate 1-2-3 potete concatenare fino a 3 modalità di cottura, includendo la scelta della temperatura e dei tempi. Il display visualizza le impostazioni di cottura in corso.

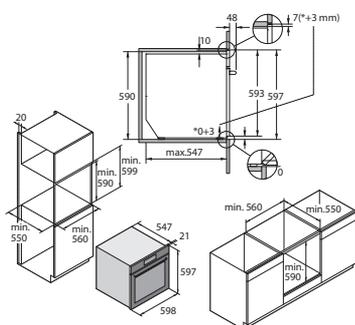
## 7 – Che tipo di piatti è possibile utilizzare nel forno a vapore?

Tutti i piatti resistenti al calore, purché abbiano delle dimensioni adeguate all'alimento per una cottura omogenea. I piatti e le teglie forati facilitano l'evacuazione e il recupero dei succhi di cottura.

## 6 – Che tipo di calore? Umido o secco?

La cottura a vapore è umida, qualità fondamentale per il rispetto degli alimenti.

# Forni combinati a vapore serie Elements



## OCS 8678 G

Forno combinato a vapore da 60 cm  
Vetro nero perlato Soft Black

### Caratteristiche

- Classe di efficienza energetica: A+
- Volume interno: 73 l
- Porta Ultra Cool Door con 3 vetri e riflettori di calore
- Smaltatura pirolitica ultraresistente e antiaderente
- Pulizia a vapore SteamClean

### Funzioni

- Generatore di vapore: permette di ottenere solo vapore puro grazie al sistema ciclonico che trattiene la condensa e la reimmette nel serbatoio
- 5 zone di diffusione dell'aria calda prodotta dalla resistenza circolare per una cottura omogenea
- Regolazione temperatura vapore: da 30°C a 100°C
- Regolazione elettronica della temperatura: da 30°C a 230°C
- 17 modalità di cottura



Resistenza superiore e inferiore, Resistenza superiore, Resistenza inferiore, Grill, Grill grande, Grill ventilato, Aria calda 3D e riscaldamento inferiore, Aria calda 3D, Aria calda 3D ECO, Riscaldamento inferiore ventilato, Pro Roast (Auto Roast), Cottura a vapore a 100°C, Aria calda 3D con vapore (tre intensità), Cottura a vapore a bassa temperatura, Cottura a vapore sottovuoto, Scaldavivande, Scaldastoviglie, Scongellamento, Preriscaldamento rapido, Pulizia a vapore SteamClean

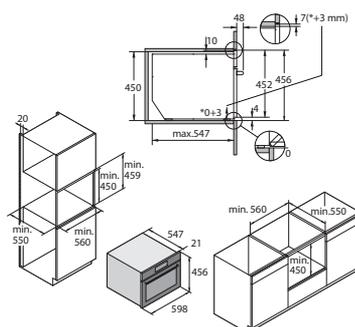
- Cottura 100% vapore con erogazione del vapore a intervalli regolari nel vano interno attraverso 4 punti
- Cottura a fasi combinate (è possibile combinare fino a 3 modalità di cottura)
- 160 programmi predefiniti
- Sonda per la temperatura
- Serbatoio d'acqua da 1,3 l per 80 min. di cottura
- 2 diversi grill per una doratura omogenea a 2700 W
- 5 posizioni di cottura

### Comfort / Sicurezza

- Display Touch TFT 4,3" a colori retroilluminato e interattivo
- Accesso diretto ai 3 menu principali: Modalità di cottura - Extra - Vapore
- Guide telescopiche su 3 livelli, completamente estraibili e rimovibili
- Apertura e chiusura delicate
- Doppia illuminazione alogena
- Interno porta completamente liscio, vetro rimovibile
- Indicatore di decalcificazione automatica
- Sistema di raffreddamento con ventilazione prolungata
- Cavo di connessione alla rete elettrica da 1,50 m con spina
- Piedini regolabili

### Accessori di serie

- 2 teglie
- 1 teglia profonda
- 1 griglia con blocco di sicurezza
- 1 teglia per la cottura a vapore XL in acciaio inox forata
- 2 teglie per la cottura a vapore XL in acciaio inox
- 2 teglie per la cottura a vapore (1/2 e 1/3) in acciaio inox forate



## OCSM 8478 G

Forno combinato a vapore e microonde da 45 cm  
Vetro nero perlato Soft Black

### Caratteristiche

- Classe di efficienza energetica: A+
- Volume interno: 50 l
- Porta Ultra Cool Door con 3 vetri e riflettori di calore
- Smaltatura pirolitica ultraresistente e antiaderente
- Pulizia a vapore SteamClean

### Funzioni

- 5 metodi di riscaldamento: Vapore / Convezione / Microonde / Convezione + Microonde / Convezione + Vapore
- Generatore di vapore: permette di ottenere solo vapore puro grazie al sistema ciclonico che trattiene la condensa e la reimmette nel serbatoio
- 5 zone di diffusione dell'aria calda prodotta dalla resistenza circolare per una cottura omogenea
- Regolazione temperatura vapore: da 30°C a 100°C
- Regolazione elettronica della temperatura: da 30°C a 230°C
- 20 modalità di cottura



Resistenza superiore e inferiore, Resistenza superiore, Resistenza inferiore, Grill, Grill grande, Grill ventilato, Aria calda 3D e riscaldamento inferiore, Aria calda 3D, Aria calda 3D ECO, Riscaldamento inferiore ventilato, Pro Roast (Auto Roast), Cottura a vapore a 100°C, Aria calda 3D con vapore (tre intensità), Cottura a vapore a bassa temperatura, Cottura a vapore sottovuoto, Microonde, Microonde e grill, Microonde e Aria calda 3D, Scaldavivande, Scaldastoviglie, Scongellamento, Preriscaldamento rapido, Pulizia a vapore SteamClean.

- Cottura 100% vapore con erogazione del vapore a intervalli regolari nel vano interno attraverso 4 punti
- Tecnologie con magnetron e antenna girevole per una cottura continua e omogenea
- Sistema inverter
- Potenza delle microonde: 6 livelli di potenza da 90 a 1000 W
- Cottura a fasi combinate (è possibile combinare fino a 3 modalità di cottura)
- 143 programmi predefiniti
- Serbatoio d'acqua da 1,3 l per 80 min. di cottura
- 2 diversi grill per una doratura omogenea a 2200 W
- 4 posizioni di cottura

### Comfort

- Display Touch TFT 4,3" a colori retroilluminato e interattivo
- Accesso diretto ai 4 menu principali: Modalità di cottura - Microonde - Vapore - Extra
- Apertura e chiusura delicate
- Doppia illuminazione alogena
- Interno porta completamente liscio, vetro rimovibile
- Indicatore di decalcificazione automatica
- Sistema di raffreddamento con ventilazione prolungata
- Cavo di connessione alla rete elettrica da 1,50 m con spina
- Piedini regolabili

### Accessori di serie

- 1 teglia
- 1 profilo di vetro
- 1 griglia con blocco di sicurezza
- 2 teglie per la cottura a vapore XL in acciaio inox
- 1 teglia per la cottura a vapore XL in acciaio inox forata
- 2 teglie per la cottura a vapore (1/2 e 1/3) in acciaio inox forate



ASKO

100°C  
100°C  
04:48

000



 **ASKO**  
Inspired by Scandinavia

In Italia con:

 **BSD**  
la Qualità per Scelta

via Enrico Mattei, 84/11  
40138 Bologna  
Tel. +39 051 60 39 111, Fax +39 051 60 39 112  
e-mail: [info@bsdspa.it](mailto:info@bsdspa.it), [www.bsdspa.it](http://www.bsdspa.it)