

Spiedino di Verdure

Ingredienti:

- Per 4 persone:
- 1 zuccina
- 1 melanzana media
- 8 pomodorini ciliegia
- 4 ciliegine di mozzarella
- olio extravergine d'oliva
- sale
- pepe in grani

Spuntate e tagliate a tocchi la zuccina, la melanzana poi cuocete tutto, sulla griglia calda, togliendo le verdure ancora al dente. Preparate poi 4 spiedini (noi abbiamo utilizzato bastoncini di liquirizia), infilandovi le verdure alternate con le mozzarelline e i pomodorini. Conditeli con un pizzico di sale, pepe macinato, un filo d'olio extravergine, passateli ancora sulla griglia per qualche minuto, il tempo necessario, cioè, a scaldare il formaggio ed i pomodorini.

Gerani Ricotta colorata:

Prendere della ricotta fresca, unire un cucchiaino di olio, un pizzico di sale, del pepe, dell'erba cipollina tritata finemente, mescolare bene. Prendere dei petali di geranio e tritarli grossolanamente, unirli al composto di ricotta e mescolare bene. Servire in ciotole rivestite con foglie di lattuga fresca.

Sugo ai garofani:

Preparare un trito con 1 cipolla, 1 gambo di sedano e 1 carota, mettere in una padella con olio e fare soffriggere, quando inizia a prendere colore aggiungere i petali di due garofani e della carne macinata e far colorare bene, bagnare con del vino bianco, un pochino di brodo, aggiungere del concentrato di pomodoro, un pizzico di sale e terminare la cottura. Nel frattempo cuocere la pasta, scolarla e farla saltare con il sugo, versare la pasta condita in un piatto di portata e guarnire con petali di garofano.

Lavanda Sugo di fiori di lavanda:

Pulire i carciofi, eliminare le foglie esterne, tagliare le punte dure con un coltello, tagliare su ogni lato le parti di foglie più dure, tagliarli a fette sottili e metterli in una ciotola con acqua e succo di un limone. Scolare i carciofi e metterli in una padella con un pochino di olio e di brodo vegetale, far cuocere per 10 minuti. Nel frattempo mettere della pasta a cuocere, scolarla al dente e farla saltare qualche minuto con i carciofi, spolverare con abbondante parmigiano reggiano grattugiato. Versare la pasta condita in un piatto di portata e guarnire con una manciata di fiori di lavanda.

Gratin di Verdure

Ingredienti:

- 500 gr di patate tagliate a fettine spesse 3mm
- 500 gr pomodori, tagliati a rondelle spesse 3mm
- 250 gr di melanzane, tagliate a rondelle spesse 3mm
- 80 gr burro
- 4 fette di pancarrè
- timo

- sale e pepe q.b.

Imbrattate una pirofila rotonda e sistematevi le fettine di verdure disponendole a spirale e alternando i colori. Passate al mixer il pan carré in modo da ottenere del pangrattato non troppo fine che mescolerete con il timo, il sale, il pepe ed impasterete col burro che avrete fuso. Sbriciolate sulle verdure quest'impasto di pane e infornate a 200 gradi per circa mezz'ora.

Risotto con le rose:

Affettare finemente 100 gr. di funghi coltivati, affettare finemente una cipolla. Prendere una padella e mettere un pochino di olio e di burro, aggiungere la cipolla e i funghi affettati, fare soffriggere, aggiungere 250 gr. di riso, bagnare con un bicchiere di vino bianco secco, lasciare evaporare e cuocere aggiungendo ogni tanto del brodo. Quando sono passati 10 minuti aggiungere due manciate abbondanti di petali di rosa canina ben puliti, mescolare e terminare la cottura. Tritare finemente dell'erba cipollina e aggiungerla al risotto, unire due cucchiaini di panna e abbondante parmigiano reggiano. Versare su un piatto di portata e guarnire con petali di rosa.

VERDURE CON QUATTRO SALSE

Per 4 persone:

- Sedano g 120
- Ravanelli g 120
- **Finocchi** g 120
- Carote g 120

Salsa di mandorle:

- Farina di mandorle g 100
- Aneto
- Zucchero
- Olio extravergine d'oliva
- Sale

Mousse di peperone:

- Peperone rosso a dadini g 400
- Pomodoro a fettine g 100
- Cipolla affettata g 100
- Vino bianco secco g 100
- Panna fresca g 50
- Colla di pesce in fogli g 15
- Cerfoglio
- Zucchero
- Olio extravergine d'oliva
- Sale

Pâté di fave:

- **Fave** sgranate g 370
- Rapa bianca mondata g 150
- Olio extravergine d'oliva

- Sale e pepe

Salsa all'uovo:

- 2 uova sode
- Brodo vegetale
- Menta
- Olio extravergine d'oliva
- Sale e pepe

Salsa di mandorle: stemperare la farina di mandorle con g 200 di acqua, unirvi sale, un pizzico di zucchero e lasciarlo riposare per 30 minuti circa. Infine filtrarlo, strizzandolo in un canovaccio fino a spremere tutto il liquido. Scaldare la salsa fino a che si alza il bollore, spegnere il fuoco, condirla con sale, un filo di olio e montarla con un frullino. Fredda, guarnirla con barbine di aneto.

Mousse di peperone: rosolare appena la cipolla in un velo di olio caldo, salarla, sfumarla con il vino bianco, unire quindi i peperoni e i pomodori, coprirli e lasciarli cuocere per 40 minuti circa a fiamma dolce. Una volta pronti, frullarli, unendo via via la colla di pesce ammollata e strizzata, sale, olio e un pizzico di zucchero. Incorporare infine la panna, montata. Servendosi della tasca da pasticciere distribuire la mousse nelle vaschette e guarnirla con foglioline di cerfoglio.

Pâté di fave: ridurre a cubetti la rapa, cuocerla a vapore, frullarla con g 350 di fave, lesse, olio, sale, pepe. Passare il composto al setaccio, trasferirlo nelle ciotole e guarnirlo con le fave rimanenti, sbucciate.

Salsa all'uovo: frullare le uova con olio, sale, pepe e tanto brodo vegetale quanto ne occorre per ottenere una salsa cremosa. Guarnirla con foglioline di menta fresca.

Servire le verdure fresche, ridotte a bastoncini o tornite a piacere, con le salse.

PASTICCIO DI VERDURE FRITTE

Ingredienti:

- Verdura a scelta
- 125 gr. di farina
- 3 uova intere
- sale
- 1 cucchiaino di lievito
- 1 bicchierino di grappa
- un goccio di latte per amalgamare

Mettete in un contenitore la farina, le uova, il sale, il lievito e la grappa. Mescolate bene aggiungendovi il latte, fino ad ottenere una crema piuttosto liquida. A questo punto tagliate molto sottili le verdure che avete deciso di friggere, passatele nella crema e mettetele in una padella con molto olio bollente. Se dovesse avanzarvi della crema non buttatela via, ma mettetela in padella (non più di un cucchiaio alla volta) e friggetela, uscirà una specie di focaccia o qualche cosa del genere, sicuramente commestibile.

ANTIPASTO ESTIVO DI RISO

Ingredienti:

- 400 gr. di riso cotto e lasciato raffreddare
- 100 gr. di zucchine

- 100 gr. di melanzane
- 1 peperone giallo
- 100 gr. di fagioli freschi
- 100 gr. di cetrioli
- 100 gr. di pomodori
- basilico a pezzetti
- salsa di olio
- succo di limone
- aglio
- origano
- sale e pepe

Lessare e far raffreddare gli zucchini e quindi tagliarli a fettine. Gratinare il peperone quindi spellarlo pulirlo dai semi e tagliarlo a fettine. Lavate e tagliate a dai le melanzane. Bollire i fagioli, sbucciare e affettare il cetriolo, e raggruppare insieme gli ingredienti, aggiungere il riso, il basilico e la salsa. Mescolare e servire.

CAPONATA DI MELANZANE

Ingredienti:

- 4 melanzane turche
- 500 gr. di sedano
- 100 gr. di olive bianche
- 50 gr. capperi sotto sale
- 1 cipolla
- 4 cucchiaini di olio d'oliva
- 500 gr. di pomodori a pezzi
- 1 tazzina d'aceto
- 1 cucchiaino di zucchero
- 250 gr. d'olio di semi
- 5 foglie di basilico
- sale e pepe

Tagliare le melanzane a dadini ed immergerle in acqua e sale per 10 minuti circa, scolarle bene e friggerle nell'olio di semi, tagliare il sedano a cubetti e farlo bollire per 10 minuti circa. In un largo tegame far soffriggere la cipolla nell'olio d'oliva quando sarà ben rosolata aggiungere il pomodoro a pezzi, il basilico, il sedano privato della sua acqua di cottura, i capperi ben lavati e sgocciolati e le olive tagliate a pezzetti. Far cuocere il tutto per 5 minuti, aggiustare di sale aggiungere un pizzico di pepe l'aceto, lo zucchero ed in ultimo aggiungere le melanzane precedentemente fritte, rimescolare il tutto per un minuto, versare in una ciotola e servire freddo.

COPPA DI RISO AI PEPERONI E MELANZANE

Ingredienti:

- 3 grossi peperoni rossi e/o gialli
- 1 melanzana
- 1 o 2 cucchiaini di succo di limone
- 300 gr. di riso
- olio di semi

- alcune foglie di lattuga
- foglie di basilico fresco
- olive snocciolate

Lavate due o tre grossi peperoni rossi e/o gialli e passateli in forno senza tagliarli, Quando saranno ben appassiti estraeteli e lasciateli raffreddare, affettate una melanzana, passate le fette in un po' di olio di semi e sale e cuocetele in padella o alla griglia. Quando sono pronte, disponetele in una terrina insieme ai filetti di peperoni e aggiungete un cucchiaino o due di succo di limone. Fate lessare due tazze di riso (300 gr.) scolatelo bene, passatelo sotto l'acqua fredda per arrestare la cottura e conditelo subito con un po' di olio di semi perchè non si attacchino i granelli, poi lasciate raffreddare bene. Preparate delle coppe foderate con una foglia di lattuga, disponete il riso e le verdure a strati e decorate con foglie di basilico fresco e olive snocciolate.

TESTE DI FUNGHI CHAMPIGNON RIPIENE

Ingredienti:

- 8 champignons medio-grandi
- 1 piccolo cespo di broccoletti
- 1 cipolla
- 1 patata
- 40 g di nocciole tostate
- 2 cucchiaini di olio extravergine d'oliva
- noce moscata

Pulire i funghi dal terriccio terminale, sciacquarli velocemente sotto l'acqua corrente, dividere le teste dai gambi e tritare finemente questi ultimi. Mondare e sbucciare la cipolla, affettarla finemente e rosolarla con l'olio, aggiungere i broccoletti divisi in piccole cimette, i gambi dei funghi tritati e la patata sbucciata e tagliata a dadini. Salare e cuocere per 20-25 minuti a fuoco medio bagnando con poca acqua calda se necessario lasciare intiepidire, frullare finemente le verdure e aggiungere le nocciole tritate. Salare internamente le teste dei funghi, riempirle con la farcia di verdure e cuocere in forno a 200 gradi per 10-15 minuti.

LASAGNE VEGETARIANE

Ingredienti:

- Ingredienti per 6 persone:
- lasagne precotte
- 1 melanzana
- 1 scatola di pomodori pelati a cubetti
- 1/2 bottiglia di salsa
- 400 gr. di ricotta magra
- ricotta marzotica (o ricotta romana) grattugiata
- aglio
- olio d'oliva
- menta e/o basilico

Tagliare le melanzane a cubetti e metterle in uno scolapasta con del sale grosso, in modo che perdano il sapore amarognolo (cacceranno un liquido marroncino); lasciarle per almeno un'ora. Poi soffriggere l'aglio in abbondante olio, aggiungere le melanzane (cercando di togliere il sale in

eccesso); dopo una decina di minuti, aggiungere i pomodori a cubetti. Dopo altri dieci minuti aggiungere la salsa e far cuocere il sugo. A cottura ultimata, aggiungere gli odori: basilico o menta, possibilmente freschi, imburrare una teglia da forno, metterci sul fondo un paio di cucchiaini di sugo (senza melanzane), quindi il primo strato di lasagne; condire con abbondante sugo (melanzane comprese), qualche cucchiaio di ricotta magra e nuna spolverata di ricotta marzotica. Continuare alternando lasagne e condimento, sino alla quinta sfoglia, che coprirete solo con sugo e una spolverata di ricotta marzotica, qualche fiocchetto di burro. Coprite con un foglio di alluminio e cuocete in forno a 180 gradi per 30 minuti. Quindi, togliete l'alluminio e continuate la cottura per altri 10/15 minuti.

LASAGNE DELLA RIVIERA (LIGURIA)

Ingredienti:

- 8 Sfoglie di lasagne secche
- 8 carciofi
- il succo di 1 limone
- 200 gr. di latte
- 50 gr. di burro
- 20 gr. di farina bianca
- noce moscata quanto basta
- 2 manciate di grana grattugiato
- 2 cucchiaini di olio d'oliva extravergine
- sale q.b.

Private i carciofi delle foglie piu' dure e dopo averne tornito i fondi e i gambi, tagliateli a spicchi e togliete l'eventuale fieno; mettelvi quindi a bagno in una terrina con acqua, salatela, aggiungete il rimanente succo di limone e i carciofi; lessateli per una ventina di minuti. Scolateli, schiacciateli con una forchetta per togliere il piu', possibile l'acqua rimasta e passateli al passaverdure direttamente in una casseruola. Cuocete le lasagne a 2 - 3 per volta in una pentola con acqua salata in ebollizione, con l'aggiunta dei 2 cucchiaini d'olio. Scolatele col mestolo forato e mettetele ad asciugare ben distese su un canovaccio da cucina. Accendete il forno a 200 gradi. Fate scaldare e asciugare il passato di carciofi con 40 gr. di burro, spolverizzatelo con la farina passata da un colino, insaporite per 5 minuti a fuoco moderato e, sempre rimescolando, versate il latte. Proseguite la cottura per altri 5 minuti. Regolate di sale e date una bella grattugiata di noce moscata. Imburrate una teglia rettangolare, sistemate sul fondo 2 lasagne, ricopritele con una parte di crema ai carciofi, spolverizzate con il grana e continuate gli strati fino ad esaurimento degli ingredienti, terminando con crema e formaggio. Mettete in forno gia' caldo per circa 20 minuti, finche' la superficie sara' gratinata. Lasciate riposare fuori dal forno per qualche minuto, quindi servite.

MACCHERONCINI ALL'ORTOLANA

Ingredienti:

- 100 gr olio di oliva
- 50 gr cipolla tritata
- 100 gr carote a cubetti
- 50 gr sedano a cubetti
- 100 gr zucchine a cubetti
- 100 gr melanzane a cubetti
- sale e pepe q. b.

- 20 gr basilico fresco
- 200 gr mozzarella a cubetti
- 20 gr prezzemolo
- 600 gr maccheroni
- 8 litri acqua bollente salata

Riscaldare l'olio nella padella. Aggiungere le verdure, una alla volta partendo dalle cipolle facendole rosolare bene. Salare e pepare. Cuocere la pasta nell'acqua bollente. Scolare la pasta. Unirla alle verdure. Spadellare unendo il basilico, il prezzemolo e la mozzarella. Servire dentro le cialde di formaggio. **Per le cialde:** Riscaldare per bene una padella antiaderente del diametro di 20 cm. Spolverare con 20 gr di formaggio grana. Quando il formaggio è sciolto e colorato, toglierlo dalla pentola e formarlo con una coppetta. Un migliore risultato si ottiene spolverando il formaggio su di un silpat (o carta da forno) e cuocere in microonde.

MINESTRA DI RISO CON LATTUGA E PISELLI

Ingredienti:

- Per 4 persone:
- 1 cespo di lattuga
- 2 cipolline
- 300 g di pisellini
- 70 g di burro
- 1.5 dadi da brodo vegetale
- 120 g di riso
- 4 cucchiaini di panna liquida
- basilico
- prezzemolo tritato
- 4 cucchiaini di Parmigiano grattugiato
- sale

Scaldare il burro, rosolarvi le cipolline affettate, unire la lattuga a striscioline e i pisellini. Cuocere coperto e a fuoco dolce per alcuni minuti. Unire il dado sbriciolato, il sale e 1.25 l di acqua calda. Quando bolle unire il riso e cuocere per 15 minuti, mescolare. Completare con basilico, prezzemolo, panna e Parmigiano. Mescolare e servire.

SPAGHETTI CON PETALI DI GIRASOLE, ROSA E GAROFANO

Ingredienti:

- Per 4 persone:
- 400 gr. di spaghetti
- 300 gr. di pomodori maturi tagliati a dadini
- 2 spicchi d'aglio
- i petali di un girasole spezzettati
- i petali di una rosa spezzettati
- i petali di un garofano spezzettati
- basilico abbondante
- vino bianco secco
- Parmigiano
- olio

- sale
- pepe

Rosolate l'aglio affettato in un tegame preferibilmente di terracotta con 4 cucchiaini di olio d'oliva. Aggiungete i tocchetti di pomodoro e i petali dei fiori, qualche bella foglia di basilico, salate e pepate e cuocete per un quarto d'ora, aggiungendo qualche sorso di vino se dovesse asciugare troppo. Cuocete la pasta, scolatela e versatela nel sugo preparato, portate in tavola spolverato di parmigiano grattugiato.

TAGLIATELLE AL RAGÙ DI VERDURE

Ingredienti:

- 350 g di tagliatelle secche
- 300 g di pomodori pelati
- 1 cipolla grossa
- 1 o 2 carote
- il cuore di un sedano con le foglie
- qualche gambo di prezzemolo
- 2 spicchi di aglio
- 20 g di burro
- 4 cucchiaini di olio extra vergine d'oliva
- 1 foglia di alloro
- foglie di basilico
- sale e pepe

Affettate sottilmente la cipolla, la carota, il sedano, i gambi di prezzemolo e gli spicchi d'aglio. Mettete le verdure in una casseruola con 2 cucchiaini di olio ed il burro, lasciandole appassire a fuoco basso. Unite l'alloro e i pomodori sminuzzati, fate prendere l'ebollizione, poi irrorateli con un mestolo d'acqua; insaporite col basilico, un'abbondante macinata di pepe e sale; mescolate, portate a bollore, mettete il coperchio e cuocete su fuoco per una mezzoretta, mescolando di tanto in tanto. In tempo utile mettete sul fuoco una capace casseruola con circa 4 litri di acqua. Quando la salsa sarà pronta, passatela al passaverdura con il disco fine, togliendo la foglia di alloro; se risultasse piuttosto liquida, sobbollitela nuovamente sino ad averla della densità voluta. Appena l'acqua alzerà il bollore, salatela; dopo alcuni istanti, immergete le tagliatelle e fatele cuocere leggermente al dente; scolatele in una zuppiera calda e conditele, prima col rimanente olio, poi con la salsa. Mescolate e servite.

ASPARAGI E PISELLI

Ingredienti:

- 800 g di asparagi verdi e sottili
- 500 g di pisellini dolci, con i baccelli ancora teneri
- 2 uova (facoltativa)
- 2 cucchiaini di succo di limone
- 1 cucchiaino d'aceto di vino bianco
- 1 cucchiaino di senape
- 1 cipollotto
- 1 mazzetto di dragoncello
- 3 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva

- sale q.b.

Mondate gli asparagi eliminando le parti fibrose, lavateli e immergeteli in acqua bollente con le punte rivolte verso l'alto. Lessateli al dente, quindi spegnete, lasciate intiepidire, scolateli e tagliateli a tocchetti lasciando le punte intere. Sgranate i piselli e lessateli in poca acqua salata insieme al cipollotto affettato. Scolateli e aggiungeteli agli asparagi. Fate rassodare le uova, raffreddatele sotto l'acqua corrente, sgusciatele e dividetele in spicchi sottili. Versate in una ciotola la senape, un pizzico di sale, il succo di limone e l'aceto. Amalgamate bene, quindi unite l'olio fino a ottenere un'emulsione. Unite le foglie di dragoncello spezzettate e versate il condimento sulle verdure, mescolando con cura. Decorate con gli spicchi d'uovo e qualche fogliolina intera di dragoncello.

BROCCOLETTI CON OLIVE E PROVOLONE

Ingredienti:

- Broccoletti di rape
- olive nere (40 g a persona)
- capperi
- provolone piccante (30-50 g a persona)
- olio extravergine d'oliva
- sale marino integrale
- peperoncino
- vino bianco

Tagliare i broccoletti in pezzi piccoli e disporli in un tegame di coccio con poco olio, molte olive snocciolate, capperi e fettine sottili di caciocavallo. Ricoprire con i broccoletti e versare un bicchiere di vino, regolare di sale e di peperoncino. Far stufare con coperchio e alla fine della cottura aggiungere olio.

FRITELLE SALATE CON I PETALI (CRISANTEMI, VIOLETTE, CALENDULE, FIORI DI GIUDA, FIORE DI BORRAGINE, ZUCCA)

Ingredienti:

- 150 gr. di farina
- 3 cucchiaini di olio d'oliva
- 3 dl di acqua ghiacciata
- 2 albumi montati a neve fermissima
- sale
- olio di girasole per friggere

Preparate la pastella con la farina, l'olio d'oliva, il sale e l'acqua. Lasciate riposare due ore, aggiungete gli albumi montati a neve fermissima, mescolate i petali dei fiori scelti e friggete a cucchiaiate in abbondante olio caldo, facendo attenzione a non farle bruciare.

FRITTURA DI TULIPANI (O FIORI DI ZUCCA O FIORI DI TRIFOGLIO)

Ingredienti:

- 200 gr. di farina

- 2 tuorli d'uovo
- 1 pizzico di sale
- 1/2 bicchiere di birra chiara
- 1 cucchiaio di prezzemolo tritato finissimo
- un po' di parmigiano grattugiato
- pepe macinato

In una ciotola mettere 200 gr. di farina, unire 2 tuorli d'uovo e un pizzico di sale. Unire a filo 1/2 bicchiere di birra chiara e mescolare meticolosamente per eliminare ogni grumo con un cucchiaio. Aggiungere un trito finissimo di prezzemolo (1 cucchiaio) e un po' di parmigiano grattugiato. Lasciar riposare la pastella per un paio d'ore. Staccare dai tulipani 24 petali. Montare a neve ferma i due albumi, salarli leggermente e incorporarli alla pastella delicatamente. Immergervi i petali dei tulipani e metterli a friggere in una padella antiaderente, con burro e olio. Scolarli sopra la carta assorbente e trasferirli sul piatto da portata cosparsi di pepe macinato al momento. Questa ricetta vale anche per fiori di zucca e fiori di trifoglio.

INSALATA DI PERE E RADICCHIO

Ingredienti:

- 4 pere medio piccole sode
- 100 g provolone piccante,
- 1 cespo di radicchio rosso
- 2-3 cucchiai di olio extravergine d'oliva
- 1/2 cucchiaino di buon aceto di mele
- sale marino

Lavare foglia per foglia il radicchio, sgrondarlo dall'acqua in eccesso, tagliarlo a fettine sottili e versarlo in un'insalatiera. Aggiungere le pere sbucciate, divise in 4, private dai semi interni e affettate finemente insieme al provolone tagliato in piccoli e sottili dadini. Condire con un pizzico di sale, poche gocce di aceto e 2-3 cucchiai d'olio d'oliva, mescolare e servire.

POMODORI VERDI FRITTI CON SALSA ALLA SENAPE

Ingredienti:

- 500 g di pomodori verdi
- 60 g di farina
- 2 uova
- 1 cucchiaino di zucchero
- 1 e 1/2 cucchiaino di sale
- paprika, origano e pepe
- pan grattato
- olio di mais
- Per la salsa:
- 1 cucchiaio di burro
- 1 uovo
- 50 g di zucchero di canna
- 3 cucchiai di zucchero
- 3 cucchiai di senape forte di Digione

- 1 cucchiaino di paprika piccante
- 1/8 di lt di aceto di mele.

Tagliate i pomodori in fette rotonde abbastanza spesse. Mischiate la farina con l'origano, paprika, pepe e mezzo cucchiaino di sale. Sbattete le uova con lo zucchero e il rimanente sale. Immergete le fette di pomodoro nel miscuglio di farina e poi nel battuto di uova ed infine nel pangrattato avendo cura di far aderire tutto molto bene. Fate friggere le fette di pomodoro nell'olio riscaldato in una padella grande; friggete per 3 minuti circa per lato o fino a quando non saranno ben dorate. Preparate la salsa di senape: sciogliete il burro in un tegame. Togliete dal fuoco e mettete da parte. Sbattete in una ciotola uovo, zucchero, zucchero di canna, senape e paprika; versate l'aceto e sbattete di nuovo. Aggiungete questo composto al burro tiepido e fate cuocere a fuoco basso, girando di tanto in tanto per 4 o 5 minuti per addensare la salsa che servirete calda sopra le fette fritte di pomodoro verde.

INSALATA MISTA DI FIORI DI FAGIOLO E DI PISELLO, GLICINE E VIOLETTE

Ingredienti:

- insalata mista
- fiori di fagiolo
- fiori di pisello
- glicine
- violette
- fiori e foglie di nasturzi
- foglie fresche e tenere di borragine
- fiori di tarassaco
- pimpinella maggiore
- acetosella
- olio
- sale
- aceto

Lavate l'insalata ed i fiori, condite l'insalata con olio, sale e aceto, i fiori aggiungeteli all'ultimo momento per non far perdere loro il colore.

INSALATA DI PASTA AL PESTO CON FIORI DI BASILICO

Ingredienti:

- Per 4 persone:
- 150 gr. di basilico
- 150 gr. di pinoli
- 3 cucchiaini di capperi
- 500 gr. pasta fresca del formato che preferite
- olio d'oliva
- fiori di basilico
- zenzero fresco
- sale

Preparate il pesto con il basilico, i pinoli e 2 cucchiaini di capperi, olio d'oliva quanto basta versato a filo. Lessate la pasta al dente in abbondante acqua salata con 1 cucchiaio d'olio d'oliva, scolatela,

fermate la cottura sotto l'acqua fredda, scolate bene. In una capace zuppiera condite la pasta con il pesto, il cucchiaino di capperi rimasto, lo zenzero mescolate accuratamente e decorate con i fiori freschi del basilico.

INSALATA DI PETALI CON PATATE E MELE

Ingredienti:

- 300 gr. di petali di crisantemo o calendula o malva
- 1 patata lessata
- 1 mela o 1 pera
- 1 mela o 1 pera
- olio
- limone
- sale
- pepe

Portate ad ebollizione una pentola d'acqua, spegnete il fuoco, versatevi i petali e scolateli immediatamente. Lasciateli raffreddare. Intanto tagliate a dadini la mela, o la pera, bagnandoli con il succo di limone perché non anneriscano. Tagliate anche le patate, riunite il tutto, con i petali, in una insalatiera, condite con olio, sale e pepe. Mescolate delicatamente e servite. Volendo, l'insalata può essere profumata con qualche foglia di menta.

FARFALLE CON FIORI DI ZUCCA E GINESTRE

Ingredienti per 4 persone:

- 300 gr farfalle
- 1 mazzetto di fiori di zucca
- 2 manciate di petali di ginestre
- 2 cucchiaini di semi di girasole pelati
- 2 cucchiaini di pinoli
- 1/2 bicchiere prosecco
- aglio q.b.
- sale q.b.

Preparazione:

Mentre la pasta cuoce, tagliate a striscette i fiori di zucca. Fate soffriggere l'olio e uno spicchio d'aglio e metteteci i filetti di fiori di zucca e i petali di fiori di ginestra, versate mezzo bicchiere di prosecco e aggiungete il sale.

Scolate la pasta e versatela velocemente nel condimento versando a pioggia una manciata di pinoli e una di semi di girasole.

Lavare con attenzione i fiori di zucca poichè al loro interno possono trovarsi degli insetti.

ZUCCHINE E FIORI DI ZUCCA AL FORNO

Per 4 persone:

- 800 gr di zucchine medie e dritte

- 100 gr di fiori di zucca con il peduncolo
- 100 gr di tonno
- 100 gr di ricotta
- 50 gr di pangrattato
- 80 gr di parmigiano grattugiato
- 50 ml di panna liquida
- 30 gr di burro
- 20 ml di olio d'oliva
- 2 uova
- 2 rametti di prezzemolo
- Noce moscata
- Sale e pepe

Portare a bollire 4 litri d'acqua nella casseruola, salare. Spuntare le zucchine con tagli piatti. Lavarle. Versarle nell'acqua bollente e cuocere per 5 minuti dal bollire. Scolarle e passarle immediatamente in acqua fredda. Tagliarle a tocchetti di circa 4 cm. Scavare ogni tocchetto, lasciando un piccolo strato sul fondo. Tenere da parte l'interno dei tocchetti. Eliminare il gambo ai fiori. Tagliare la parte superiore gialla dei petali, con le forbici, e tenerla da parte. Ricavare dai fiori delle scodelline alte come i tocchetti delle zucchine. Togliere i filamenti esterni e quelli gialli interni alle scodelline. Ridurre a striscioline la parte dei petali tagliata. Scaldare il forno a 200°. Tritare nel tritatutto l'interno delle zucchine, le foglie di prezzemolo. Versare il trito in una ciotola e unire il tonno, la ricotta, il pangrattato, la panna e le uova leggermente sbattute. Amalgamare con una forchetta, schiacciando bene gli ingredienti. Incorporare metà parmigiano, sale, pepe e noce moscata. Ungere con l'olio l'esterno delle zucchine e dei fiori. Riempire con il composto i tocchetti di zucchine e le scodelline di fiori. Appoggiare tocchetti e fiori nella teglia, con il ripieno verso l'alto. Versare un po' d'acqua sul fondo della teglia. Dividere il burro a fiocchetti e distribuirli sul ripieno. Cuocere le verdure in forno 25 minuti. Versare il parmigiano rimasto in un piatto e rotolarvi le striscioline di fiori. Sparger le striscioline sul ripieno delle zucchine e delle scodelline. Rimettere in forno e cuocere finché si è formata una crosticina. Togliere dal forno, far intiepidire e servire.

CAPRINO ALLA LAVANDA

Per 5 persone

- 5 fette di pane integrale
- 5 cucchiaini di miele millefiori
- 5 formaggi di capra mezza stagionatura
- 1 insalata
- 2 cucchiai di olio extra vergine di oliva
- 1 cucchiaino di senape
- 5 cucchiaini di mandorle in polvere
- succo di mezzo limone
- 4 pizzichi di fiori di lavanda

Preriscaldare il forno. Sulle teglie da forno ponete le fette di pane spalmate con il miele. Ponete il formaggio di capra sulle fette e infornate per 10 minuti. Lavate e asciugate l'insalata. In un'insalatiera condite con l'olio, il succo di limone e la senape. Tolto il pane dal forno cospargete leggermente con la polvere di mandorle e i fiori di lavanda; ponete le fette di pane in un piatto di portata cingendole con foglie d'insalata condite di salsa.

TORTINE AL FINOCCHIO E LAVANDA

Per la pasta:

115 g farina
1 pizzico di sale
50 g di burro
2 cucchiaini d'acqua fredda

Per guarnire:

75 g di burro
1 cipolla grande tagliata finemente
1 finocchio tagliato a pezzi
1 cucchiaio di lavanda essiccata spezzettata
15 cl di crema fresca
2 tuorli d'uovo

Impastate burro acqua e farina, stendete e ponete in quattro stampini col fondo amovibile di 7,5 cm di diametro. Forate il fondo con la forchetta. Riscaldate il forno a 200 °C. A parte in un tegame scaldate il burro e aggiungete cipolla, finocchio e lavanda. Fate cuocere coperto per 15 minuti a fuoco basso, fintanto che il preparato inizi a dorare. Ponete gli stampi in forno per 7 minuti.

Mescolate i tuorli d'uovo, la crema fresca.

Abbassate il forno e versate il composto a base di cipolla e di crema negli stampi.

Attendere 10 o 15 minuti togliere dal fuoco quando la guarnizione è gonfia e dorata. Decorare con fiori di lavanda, servire caldo o freddo.

FRITTELLE DI FIORI DI ZUCCHINE ALLA LAVANDA

500 g di fiori di zucchini
150 g di farina
2 cucchiaini di fiori di lavanda
1 litro d'olio da friggere
passata di pomodoro

Preparazione: 30 minuti

Preparate la pastella unendo acqua e farina, deve risultare morbida, un po' liquida, aggiungete i fiori di lavanda. Scaldate l'olio da friggere in una grande padella. Togliete dai fiori pistillo e la coda, devono rimanere solo i petali gialli. Passate prima nella pastella poi friggete. Servite con passata di pomodoro nel quale ciascuno inzupperà le frittelle.

TRECCIA DI SOGLIOLA E SALMONE, MANDARINO CANDITO AL VINO E LAVANDA

2 sogliole di 800 dr.
½ filetto di salmone

½ litro di brodo di pesce
½ di crema fresca
un pizzico di fiori di lavanda
20 g di burro
4 mandarini canditi
100 cl. di vino rosso

Marinate nel vino rosso per una notte i mandarini tritati.
Sfilettate la sogliola dividendola in due nel senso della lunghezza, intrecciate con strisce di salmone tagliate di uguale misura fissandole con uno stuzzicadenti.
Fare ridurre il brodo di pesce poi aggiungere la crema e un pizzico di lavanda.
Cuocere la treccia possibilmente a vapore.
Fare ridurre il vino rosso utilizzato per i mandarini, unire un pizzico di pepe e una noce di burro.
Infine unire nuovamente i mandarini. Controllare i condimenti quindi elaborare. Servire con piccoli legumi saltati.

POLLO ALLA LAVANDA

1 cucchiaio di burro
1 cucchiaio d'olio d'oliva
8 pezzi di pollo
8 scalogni
2 cucchiaini di farina
1 bicchiere di vino rosso
1 tazza di brodo di pollo
sale, pepe nero
2 cucchiaini di timo
2 cucchiaini di fiori di lavanda
arance

Per la decorazione

4 cucchiaini di fiori di lavanda
12 spighe di lavanda

saltare il pollo privato del suo grasso nell'olio e burro. Fare rinvenire lo scalogno nel grasso di pollo.

Aggiungere poi lo scalogno al pollo in cottura.

Unire alla farina il vino ed il brodo come per fare la besciamella, salare, pepare e versare nel pollo, unite i fiori di lavanda e il timo. Cucinare lentamente.

Mettere immediatamente in un piatto cospargendo leggermente di fiori di lavanda circondando il pollo con bucce d'arancia.

ARROSTO DI CAPRA ALLA LAVANDA

Preparazione per 4 persone
Cottura 40 minuti
Preparazione 10 minuti

800 g di cosciotto di capra disossato 6 mesi di vita (periodo ideale aprile marzo)

8 pezzi di lavanda
timo
1 bicchierino di acquavite
1 bicchierino di olio
4 pezzi di pane
3 spicchi d'aglio
sale, pepe

Stendete sul tavolo da lavoro il cosciotto. Apritelo e salate, pepate; mettete dentro anche la lavanda, spruzzate d'acquavite e cucite. Oliate, salate, pepate anche l'esterno e cospargete leggermente di timo. Preriscaldate il forno a 200 gradi. Cuocete per 40 minuti girando di tanto in tanto. Sfregate le fette di pane con l'aglio e ponetelo, durante la cottura nella teglia perché possa assorbire il sugo. Il pane verrà servito assieme al capretto tagliato a fette.

AGNELLO ARROSTO ALLA LAVANDA

Preparazione per 6 persone
1,4 kg cosciotto d'agnello
8 pezzi di lavanda fresca
timo
1 bicchiere di vino
6 grosse fette di pane
20 cl d'olio d'oliva
6 spicchi d'aglio
Sale e pepe.

Fare macerare una buona ora il cosciotto spennellato con un bicchiere di acquavite o di timo. Cospargete con i pezzi di lavanda la parte anteriore e posteriore. Quindi preriscaldare il forno a 210° C, sfregare ogni fetta di pane con uno spicchio d'aglio. Quindi sgocciolare il cosciotto, cospargerlo d'olio d'oliva, salare e pepare. Cospargere col timo fresco e metterlo sulla griglia al di sopra della leccarda sulla quale saranno sistemate le fette di pane. Cuocere 15 minuti. Spruzzare col liquido di macerazione restante. Rimettere al forno per 30 minuti a 180°C. Le fette di pane vogliono tostate e raccogliere il sugo di cottura del cosciotto: da servire sotto i pezzi dell'arrosto.

COSCIA D'ANATRA CANDITA AGLI AROMI, SMALTATA AL MIELE DI LAVANDA

Preparazione per 4 persone
4 cosce d'anatra timo
2 litri di gasso d'anatra miele di lavanda
1 cipolla cannella
1 carota noce moscata
1 testa d'aglio sale grosso
3 rami di alloro pepe
2 rami di sedano

Due giorni prima:

In un piatto, tappezzare il fondo e le cosce d'anatra, con sale grosso; lasciare nel frigo una notte.

Un giorno prima:

unire al grasso d'anatra, la cipolla, il sedano, la carota, l'aglio tagliato in due, il rosmarino, il timo e l'alloro; fare cuocere 30 minuti a fuoco basso.

Il giorno stesso:

Fare riscaldare il grasso d'anatra fino alla premitura (quasi bollire), sciacquare lavare e scolare le cosce d'anatra per togliere tutto il sale.

Mettere a cuocere assieme cosce e grasso per 2 ore. Togliere le cosce d'anatra e pulirle con carta assorbente. Disporle su teglia da forno e cospargerle leggermente con un pizzico di noce moscata e di cannella e nappare con un cucchiaino di miele di lavanda.

CIPOLLE CANDITE AL MIELE DI LAVANDA

Preparazione 20 minuti

Cottura 1 ora circa

1,5 kg di cipolle novelle piccole

500 g di mele

1 limone, 1 spicchio d'aglio, 1 scalogno

35 cl aceto di vino rosso vecchio, cannella in polvere

4 cucchiaini di miele di lavanda, sale e pepe

4 cucchiaini di passata di pomodori

Pulite le cipolle tagliatele in due per la lunghezza

Pulite e tagliate a pezzi le mele. Grattate la buccia di limone e spremete il succo. Tritate scalogno e aglio. Mettete tutti i suddetti ingredienti in una pentola d'acciaio con 30 cl d'acqua.

Portare all'ebollizione e abbassare la fiamma al minimo lasciando cuocere per 20 minuti, le mele e le cipolle devono essere ben fuse.

Aggiungete poi aceto e miele, un cucchiaino di cannella ed il passato di pomodori, salate e pepate. Continuate la cottura fino ad ottenere una marmellata spessa. Invasare dopo aver fatto riposare per 15 minuti.

Mettere in forno già caldo a 180 ° c perché caramellino in 5 minuti. Di tanto in tanto napparle con il miele fuso della pentola.

Mettere le cosce in un piatto di portata, diluire in una casseruola lievemente il sugo di cottura con acqua, con il sugo ottenuto nappare le cosce.

Primule Marmellata di primule:

Raccogliere circa 350 gr. di petali di primule, pulirli bene e metterli nel frullatore con 2 cucchiaini di zucchero. Preparare uno sciroppo con 800 gr. di zucchero e un bicchiere di acqua, farlo bollire, togliere dal fuoco e unire alle primule macinate, aggiungere qualche petalo intero di primula, mescolare e cuocere per circa 30 minuti mescolando bene. Versare la marmellata ancora bolente in vasi con chiusura ermetica e chiudere.

Primule candite:

Raccogliere dei petali di primula, lavarli bene e farli asciugare su un telo. Sbattere 2 albumi con 2 cucchiaini di acqua, immergere piano piano i petali, farli sgocciolare e passarli nello zucchero a velo e copriteli bene, appoggiarli su una carta da cucina e far asciugare per qualche giorno. Si usano per guarnire torte.

Dolce con le primule:

Sbriciolare 150 gr. di biscotti secchi e tritarli finemente insieme ai petali di 50 primule. Montare a neve ben ferma 400 gr. di panna, unire ai biscotti e mescolare bene, mettere il composto in una pentola e far bollire delicatamente, togliere dal fuoco e raffreddare, unire uno alla volta 4 tuorli, mescolare bene, aggiungere 100 gr. di zucchero e 2 cucchiaini di acqua di arancio, mescolare bene, versare il composto in una teglia precedentemente imburata e infarinata e far cuocere per 30 minuti in forno caldo a 180°. Togliere dal forno e fare raffreddare. Guarnire con panna montata e petali di primule.

Rose Liquore di rose:

Raccogliere delle rose rosse profumate, staccare i petali ed eliminare la parte finale bianca del petalo, raccogliete 40 gr. di petali e mettere in un bottiglione a chiusura ermetica con 1 litro di alcool 95° e una stecca di vaniglia, lasciare riposare per 20 giorni. Passato il tempo filtrare il liquido e aggiungere uno sciroppo fatto con 500 gr. di zucchero sciolto in 8 dl. di acqua, chiudere e lasciare riposare per 15 giorni. Filtrare e imbottigliare.

Una rosa nella grappa:

Prendere un bocciolo di rosa rossa con un pezzo di gambo e delle foglie, lavarlo bene e lasciarlo asciugare su un telo. Metterlo in una bottiglia alta e versare della grappa. Lasciare riposare per 15 giorni, i petali perdono il colore, ma la grappa assume un sapore delicato.

SALE ALLA LAVANDA

2 o 3 spighe di lavanda
250 dr. Sale grosso di mare
1 contenitore ermetico

Tagliare in sezioni le spighe e mescolarle con il sale, lasciare due settimane in un contenitore ermetico per due settimane. Trascorse le due settimane togliere la lavanda dal sale. Utilizzare questo sale normalmente o tritato direttamente nelle basi.

CREMA BRÛLÉE ALLA LAVANDA

Preparazione per 4 persone
Preparazione 15 minuti
Riposo 4 ore
Cottura 30 minuti
4 uova
100 dr. Zucchero in polvere
4 cucchiaini di zucchero rosso
50 cl. Crema fresca liquida
2 cucchiaini di fiori di lavanda
Riscaldare il forno a 160 gradi.

Riscaldare la crema, togliete dal fuoco e aggiungete la lavanda, lasciare infondere per 7 minuti. Assaggiare la crema e filtrare la crema quando il profumo è sufficiente e l'amaro non sia troppo pronunciato.

In un'insalatiera frustate energicamente le uova e lo zucchero bianco fino che diventi schiuma. Aggiungete la crema calda senza smettere di frustare.

Versare il preparato nei piatti per porzioni singole e infornare per 30 minuti. Lasciare raffreddare e mettere la crema in frigorifero.

Prima di servire cospargere la crema di zucchero e caramellare in forno vicino alla griglia ben calda.

DOLCE AL MIELE DI LAVANDA

Preparazione per 6 persone

250 g zucchero

125 g farina di castagne

125 g polvere di mandorle

250 g burro

250 g miele di lavanda

8 uova

Riscaldare prima a 5° poi 160° gradi il forno.

Filtrate lo zucchero, la farina e la polvere di mandorle.

Separate i tuorlo d'uovo. Fate fondere il burro, mescolate con i tuorli d'uovo.

Aggiungete il miele, lo zucchero, la farina di castagne e le mandorle, mescolate.

Montate le chiare a neve.

Unite al precedente composto senza agitare tanto per non smontare le chiare, fino ad ottenere un impasto uniforme.

Versate il tutto in uno stampo da dolci imburrato, fare cuocere per 30 minuti a 160° lasciare raffreddare abbondantemente e togliere dallo stampo.

CREMA ALLA LAVANDA

Preparazione: 10 minuti

Cottura: 25 minuti

Ingredienti per 4 persone:

50 g di fiori di lavanda

50 cl di latte

100 g di zucchero in polvere

3 tuorli d'uovo + 1 bianco.

Mettere i fiori di lavanda nel latte ed aggiungere lo zucchero.

Portare tutto ad ebollizione, e lasciar raffreddare.

Sbattere i tuorli d'uovo ed il bianco. Aggiungerli alla preparazione del latte.

Mettere in piccoli contenitori e fare cuocere a bagnomaria in un forno a 200 ° C per circa 25 minuti, servite con un velo di miele d'acacia.

ALTRA RICETTA DI CREMA ALLA LAVANDA

1 cucchiaio di fiori di lavanda essiccati

4 tuorli d'uovo

40 g di zucchero semolato

250 g di latte

330 g di crema liquida

Far bollire 250 g di latte in una pentola. Quando il latte bolle, aggiungere 1 cucchiata di fiori di lavanda essiccati, far dare un altro bollo, ritirare la pentola del fuoco, coprire e lasciare in infusione per 10 minuti.

In un'insalatiera, mescolare vigorosamente con l'aiuto di una frusta 4 tuorli d'uovo con 40 g di zucchero semolato fino a che il miscuglio sbianchi.

Quindi aggiungere 330 g di crema liquida e il latte con i fiori di lavanda.

Passare col passino il tutto per eliminare i fiori di lavanda; intanto scaldare il forno a 150°.

Disporre sul fondo di una pentola un cerchio di carta solforata dello stesso diametro della pentola; fare sulla carta alcune tacche, e disporre sopra i ramequins; versare quindi acqua fino a mezza altezza dei ramequins. Riempire i ramequins col preparato distribuendolo ben bene dentro.

Portare a un inizio di bollitura, quindi coprire, infilare la pentola nel forno e lasciare cuocere per 30 minuti a 150°c.

Tirare poi fuori dalla pentola i piccoli vasi di crema alla lavanda e lasciar raffreddare prima di servire.

GELATINA ALLA LAVANDA

1,8 kg di mele tagliate a pezzi

6 cucchiaini di fiori di lavanda

1,5 litro d'acqua di fiore di lavanda

1,3 kg di zucchero

Fatte cuocere le mele con l'acqua di fiore di lavanda e 4 cucchiaini di fiori.

Cuocere fino ad ottenere una purea.

Mettete in una sacca da gelato per estrarre il succo e lasciar scolare per più ore.

Guardare la quantità di liquido ottenuto e aggiungere 225 g di zucchero per 300 ml di succo.

Fate bollire fino a quando la gelatina si rapprende; togliete dal fuoco lasciar raffreddare +/- 20 minuti, togliete la schiuma, aggiungere i fiori di lavanda e versare in vasi di vetro prima sterilizzati, chiudere ermeticamente e conservare al fresco.

“TATIN” ALLE PESCHE ED AI FIORI DI LAVANDA

Preparazione: 30 minuti

Cottura 1 ora circa

Raffreddamento: 20 minuti

Ingredienti per 4 persone:

4 pesche gialle,

150g di burro,

75g di zucchero,

1 cucchiaino di fiori di lavanda essiccati,

150g di farina,

1 pizzico di sale.

Pelate le pesche e tagliatele in due, togliete i noccioli. Schiacciate i fiori di lavanda. Tagliate 75 g di burro a dadini, mettete metà dello zucchero ed i fiori di lavanda schiacciati in uno stampo à manqué.

Mettetevi le pesche stringendole ben bene sul fondo. Disponete sopra il pezzetti di burro passati nello zucchero. Mettete lo stampo su fuoco lento per circa 30 minuti per caramellare le pesche.

In un'insalatiera, versate la farina, il sale, il burro restante e 2 cucchiaini d'acqua. Impastate con la punta delle dita fino ad ottenere una pasta brisée. Arrotolatela e mettetela in frigorifero per 20 minuti. Preriscaldate il forno a 190°C. Dispiegatela sulla pasta e ripiegate tutto intorno. Cuocere al forno per 25-30 minuti, toglitela dallo stampo e servitela tiepida.

TORTA ALLA LAVANDA

175 g di burro dolce fuso
175 g di zucchero in polvere
3 uova leggermente sbattute
175 g di farina per dolci
2 cucchiaini di fiori di lavanda fresca o 1 cucchiaino di lavanda culinaria essiccata spezzettata
1/2 cucchiaino di estratto di vaniglia
2 cucchiaini di latte
1/2 cucchiaino d'acqua
alcuni fiori di lavanda fresca

Preriscaldate il forno a 180°. Ungete leggermente e infarinate uno stampo a savarin o uno stampo per dolci a fondo amovibile di 20 cm di diametro. Lavorate il burro e lo zucchero fino a ottenere un impasto di consistenza leggera e fioccosa. Aggiungete le uova sbattendo bene in modo che l'impasto diventi spesso e brillante. Aggiungete la farina, la lavanda, l'estratto di vaniglia ed il latte. Versate il tutto in uno stampo con l'aiuto d'un cucchiaino e cuocete per 1 ora al forno. Lasciate riposare 5 minuti, quindi tirate fuori dalla forma su una griglia e lasciate raffreddare. Mescolate lo zucchero gelato con l'acqua fino a ottenere una consistenza liscia ed omogenea. Versate sul dolce e decorate con fiori di lavanda fresca.

ANANAS COTTO IN PADELLA AL MIELE DI LAVANDA

Per 4 persone
Preparazione: 20 minuti
Cottura: 5 - 8 minuti
40 g di burro
2 cucchiaini di zucchero di canna
1 Ananas
2 cucchiaini di miele di lavanda
30 CL di vino bianco morbido 1/2 litro di gelato alla vaniglia.

Pelate e tagliate l'ananas a pezzetti dopo aver tolto il cuore. Spargete sul fondo d'una padella antiadesiva dello zucchero di canna. Fatte riscaldare a secco fino a quando lo zucchero non sia caramellato. Mettete i pezzi d'ananas. In una ciotola, stemperate il vino con il miele. Spruzzate i pezzi d'ananas con questo sciroppo. Lasciate cuocere per 8 minuti a fuoco medio rimescolandoli

delicatamente. Aggiungete il burro per legare il tutto. Servite l'ananas in piatti piani spalmati di sciroppo al miele ed accompagnate con una palla di gelato di vaniglia.

MELONE AL PROFUMO DI LAVANDA

Per 4 persone

Preparazione 15 minuti

Cottura 5 minuti

Macerazione 20 minuti

2 meloni di 800 g
2 spighe di lavanda in fiore
5 cl sciroppo di melograno
10 cl di vino bianco non secco
Succo di un limone

Mettere in casseruola a fuoco moderato portando all'ebollizione poi raffreddando il succo di limone, il vino, la lavanda e lo sciroppo di melograno.

Preparate con la polpa del melone delle biglie con l'ausilio di un cucchiaino parigino.

Versate nelle biglie lo sciroppo freddo, lasciare macerare 20 minuti. Servire.

PERE ARROSTITE AL MIELE DI LAVANDA

Ingredienti per 4 persone:

4 pere sode (ma mature) , 1 limone.

Sciroppo:

1/2 l d'acqua, 400g di zucchero
1/4 di spicchio di vaniglia, scorze di limone

Guarnizione:

200g di miele di lavanda
500g di gelato al torrone.

Decorazione:

Foglie di menta, cannella in polvere

Preparare lo sciroppo, fare bollire e lasciare raffreddare.

Pelate le pere e aromatizzatele col limone, togliete i semi ed il pericarpo (l'involucro dei semi) con l'aiuto di un cucchiaino. Affogare nello sciroppo ancora

fremente e lasciar raffreddare coperto. Tagliate parte delle pere a fettine sottili e disponetele a ventaglio in un piatto da gratin. Stendere il miele con un po' di sciroppo di cottura delle pere e spruzzare leggermente le pere. Passare al grill del forno o alla salamandra per caramellare la parte superiore. Disporre su un piatto piano

Nota: Le pere sono servite tiepide e i piatti devono essere conservati al freddo prima del dressage.

ZUCCHERO ALLA LAVANDA

1 cucchiaio di fiori di lavanda
1 kg di zucchero in polvere

Mescolate la lavanda con lo zucchero e versate in un vaso ermetico, di tanto in tanto agitate.

Sanbuco Marmellata di uva spina e fiori di sambuco:

Raccogliere 1 Kg. di uva spina e 8 gambi di fiori di Sanbuco, staccare i fiori dai gambi di Sanbuco e lavarli bene, metterli in un sacchetto di cotone. Lavare l'uva spina e cuocere con 7 dl. di acqua, quando i frutti iniziano ad ammorbidire schiacciarli, unire 700 gr. di zucchero e il sacchetto dei fiori di Sanbuco, bollire a fuoco medio e quando diventa una crema densa togliere il sacchetto

TÈ ALLA ROSA ED ALLA LAVANDA

1 tazza di tè all'arancio o al gelsomino
2 cucchiaini di tè alla maggiorana fresca o 1 cucchiaio di tè essiccato.
2 cucchiaini di fiori di lavanda freschi o 1 cucchiaio di fiori essiccati.
Un terzo di petali di rosa freschi o essiccati
Petalini di rose per decorare.

Per servire il tè, utilizzare 2 o 3 cucchiainate del miscuglio di tè per ogni tazza. Sciacquare prima la teiera con acqua bollente, aggiungere il miscuglio di tè e circa due terzi di tazza di acqua bollente per 1 tazza di tè.

Coprire e lasciare in infusione per 5-10 minuti.

Filtrare, decorare di fiori e gustare...

TARTUFI AL CIOCCOLATO ED ALLA LAVANDA

1 tazza di crema fresca
1 cucchiaino di tè di fiori di lavanda essiccati
900g di cioccolato metà-amaro, metà-dolce, finemente grattato,
2 cucchiaini da tavola di Gran Marnier
1 tazza di cacao in polvere non zuccherato
ciliege maraschine.

Fate bollire la crema fresca, aggiungetevi la lavanda.

Lasciar cuocere a fuoco lento per un minuto e ritirare dal fuoco. Aggiungere il

cioccolato e il Grand Marnier.

Mescolare ben bene. Fare riposare tre ore. Poi con l'aiuto di un cucchiaino caldo, prendete una noce del preparato, ricopriteci le ciliege e per finire fatele rotolare nel cacao e gustate.

TORTINE ALLE ALBICOCCHES ECCHES E LAVANDA

Per 4 persone

Preparazione: 25 minuti

Macerazione: 2 h

Cottura: 40 minuti

150 g. di albicocche secche (non trattate)
2 pezzi di lavanda con i loro fiori (non trattati)
250 g. di pasta sfoglia
20 g. di burro
1/2 chilo di gelato alla vaniglia
1 cucchiaino di zucchero gelato.

Immergete le albicocche in una ciotola d'acqua fredda con un pezzo di lavanda. Fate macerare per 2 ore. Fate cuocere le albicocche e la lavanda nella loro acqua di macerazione per 15 minuti. Scolatele e pulite con una carta assorbente. Tagliate le albicocche in due e gettate la lavanda. Preriscaldate il forno a 210°C. Imburrate quattro stampi da crostata. Stendete la pasta e ritagliatela sotto forma di dischi e guarnite gli stampi. Punzecchiate i fondi con la forchetta. Sfogliate il secondo pezzo di lavanda e conservate i fiori. Distribuite le albicocche cotte sui fondi degli stampi e cospargete di strati di lavanda. Cuocete le tortine per 20 minuti al forno. Spolveratele di zucchero gelato e cuocete per 5 minuti ancora. Togliete dalla forma le tortine sui piatti da dessert. Accompagnate con una palla di gelato alla vaniglia. Spargete di fiori di lavanda e servite.

CIALDES AL MIELE DI LAVANDA

Per 4 persone

Preparazione 20 minuti

Cottura: 15 minuti

Ingredienti: 100 g di praline.

Per la pasta da cialde:

50 g di burro,

125 g di farina
7 g di lievito chimico
5 g di zucchero vanigliato
1 uovo
25 cl di latte
1 pizzico di sale

Per la panna montata:

25 cl di crema fleurette
50 g di zucchero gelato.

Per il burro al miele:

50 g di miele di lavanda
100 g di burro fine
Il succo di 1 spicchio di limone.

Pasta per le cialde:

Far fondere il burro in una piccola pentola e lasciarlo raffreddare.

In una grande ciotola, mescolare la farina, il lievito e lo zucchero vanigliato. Formare un buco al centro e metterci il burro liquido ma freddo, l'uovo ed il sale. Mescolare bene il tutto.

Versare il latte e continuare a frustare fino a che la pasta sia perfettamente omogenea. Lasciare riposare la pasta al fresco per circa 2 ore.

Panna montata

Versare in una grande ciotola la crema fleurette e metterla su uno strato di ghiaccio. Con l'aiuto d'una frusta, battere regolarmente la crema, delicatamente all'inizio e più energicamente poi fino a quando la crema ispessisce. Smettete di sbattere la crema allorché essa raggiunge una consistenza sufficiente per mantenersi nelle lame della frusta. La crema deve raddoppiare di volume, il suo colore deve essere ancora brillante e la sua struttura liscia. Aggiungetevi quindi delicatamente lo zucchero gelato filtrato, senza frustare. Conservare al fresco.

Burro al miele

Mettere il miele in una piccola pentola e portare ad ebollizione. Togliere dal fuoco ed aggiungere il burro frustando. Quando l'impasto è liscio aggiungere il succo di limone.

Prima di servire: f

ar cuocere le cialde morbide e croccanti allo stesso tempo.

Sistemare le cialde su piatti piani individuali e cospargerle di burro al miele tiepido. Con l'aiuto di una tasca a busta scanalata, decorare le cialde di panna montata e mettere sopra qualche pralina.

BISCOTTI ALLA LAVANDA

Per 16 - 18 biscotti

115 g di burro dolce fuso

50 g di zucchero in polvere più 2 cucchiari da cospargere leggermente sopra.

175 g di farina

2 cucchiari di fiori di lavanda fresca o una cucchiata di lavanda essiccata spezzettata

Lavorate il burro e lo zucchero fino ad ottenere una consistenza schiumosa.

Versate la farina e la lavanda, dimenare per formare una palla. Coprite e mettete

15 minuti al fresco. Preriscaldate il forno a 200 . Stendete la pasta su una

superficie leggermente infarinata e ritagliate 18 biscotti, con l'aiuto d'un

perforatore a forma di cuore di 5 cm. Disponete su una piatto piano e fatte dorare

i biscotti per 10 minuti al forno. Lasciate riposare 5 minuti quindi, con l'aiuto d'una

paletta trasferite con precauzione su una griglia i biscotti e lasciate raffreddare.

Potete conservare i biscotti una settimana in un recipiente ermetico.

PROFITEROLES AL MIELE DI LAVANDA

Ingredienti (per 4 persone)

Gelato alla vaniglia

miele liquido

mandorle sbucciate

5 fili di lavanda

Per la pasta per bigné: 175 g di farina

125 g di burro

4 uova

sale.

Preriscaldate il forno a 210 ° C.

Per la pasta per bigné, portate ad ebollizione in una grande pentola l'acqua, il sale, lo zucchero ed il burro in pezzi. Togliete dal fuoco, aggiungete la farina in

una volta e, immediatamente, battete vigorosamente con la spatola, fino ad

ottenere una pasta omogenea. Rimettete sul fuoco lento, continuando a sbattere,

finchè la pasta si stacca dalla parete della pentola. Togliete nuovamente dal

fuoco ed aggiungete un uovo per volta, battendo in modo che essi siano

assorbiti. Lasciate raffreddare questa pasta, quindi fatene 5 piccoli bigné per

persona e cuocete per 30 minuti al forno. Mettete a bagno in 25 cl d'acqua i fili di

lavanda, per 5 minuti, e mettete da parte l'infuso. A bagnomaria, fate riscaldare il miele liquido e profumatelo con l'infuso di lavanda.

Tostate le mandorle sbucciate. Tagliate i bigné in due e riempiteli di gelato alla

vaniglia. Su un piatto piano stendete i profiteroles, cospargeteli di miele

profumato alla lavanda e finite con le mandorle tostate.

CROSTATA DI PESCHE PROFUMATE ALLA LAVANDA CREMA GELATA DI MORE SELVATICHE

4 cucchiaini di passato di more
4 pesche sode
2 steli di lavanda
2 cucchiaini di miele di lavanda

Per la pasta frolla:

125 g di farina
5 g di lievito
30 g di polvere di mandorla
2,5 g di sale
80 g di zucchero semolato
2 tuorli d'uovo
90 g di burro
sale

Per il gelato

- 4 cucchiaini di sorbetto di more
- 4 cucchiaini di crema montata

Abbassare e cuocere la pasta frolla fino a colorazione. Cuocere le pesche tagliate in 5 in un caramello al miele. Aggiungere i fiori di lavanda. Disporre le pesche sulla prima pasta frolla, ricoprire con la seconda pasta frolla. Decorare con frutti ed il passato. Aggiungere una cucchiainata di gelato.

CROSTATA D'ARANCIA AI FIORI DI LAVANDA

1 Pasta frolla

Per la guarnizione:

1 limone
1 arancia
60 g di burro
100 g di zucchero in polvere
3 uova intere

Per la meringa:

3 chiare d'uovo
120 g zucchero in polvere
1 cucchiaino di fiori di lavanda

Mettere nella ciotola del miscelatore 100 g di zucchero, 60 g di burro semisciolto, 3 uova, come pure l'arancia ed il limone accuratamente lavati, tagliati in quattro e privati dei semi.

Fare girare il miscelatore fino ad ottenere una purea ben liscia. Mettere in frigorifero. Rivestire lo stampo con la pasta frolla. Picchettare il fondo. Mettere al forno a 200° per 15 minuti. Ritirare dal forno, guarnire il fondo di crostata, cospargendo tutta la superficie con la crema d'arancia e limone, rimettere al forno per 20-25 minuti.

Tirare fuori dal forno la crostata, abbassare il forno a 150°.

Attendere almeno 10 minuti prima di togliere la crostata dallo stampo e di metterla in un piatto da forno.

Per la meringa:

Montare le chiare a neve, quindi aggiungere, sempre continuando a frustare, lo zucchero gelato filtrato. Lasciare girare 2 minuti. Con d'un grande cucchiaino, formare una cupola di meringa sulla torta e su tutta la superficie della crostata. Con l'aiuto d'una forchetta fare graffi partendo dalla base dei bordi fino al centro della cupola.

Cospargere di fiori di lavanda.

Mettere al forno a 150° per 10-15 minuti. Prima di servire mettere una spolverata di zucchero gelato.

TARTINE DI BRIOCHE ALLE ALBICOCHE E LAVANDA

Per 4 persone:

4 bei pezzi di brioche

80 g di burro

1 kg d'albicocche

100 g di zucchero

3 bianchi d'uovo

100 g di zucchero gelato

1 cucchiaino di fiori di lavanda

Tempo di realizzazione: 35 minuti di cui 20 minuti d'esecuzione in anticipo di una o più ore

Preriscaldate il forno a 200° C, imburrate i pezzi di brioche. Denocciate le albicocche e sistematele man mano sui pezzi di brioche, con la parte tagliata verso l'alto, quindi cospargete di zucchero. Mettete al forno per 15 minuti. In questo frattempo preparate la meringa: montate le chiare d'uovo a neve, aggiungete lo zucchero gelato allorché inizia a rapprendersi, quindi continuate a sbattere. Tirate fuori dal forno le tartine, dispiegate la meringa sulle albicocche. Cospargete di fiori di lavanda quindi rimettete al forno per 10 minuti. Servite tiepido o freddo, a piacere.

MADELEINES ALLA LAVANDA

Per 12 porzioni

140 g di zucchero,

130 g di farina,

2 tuorli d'uovo,
3 uova,
1 pizzico di sale,
5 g di lievito chimico,
100 g di burro raffinato,
1 cucchiaio d'olio d'oliva,
1/2 cucchiaio di fiori di lavanda essiccati e spezzettati

Cominciate a schiarire il burro: fatelo riscaldare in una piccola pentola e, con un cucchiaio, togliete il piccolo latte che monta alla superficie. Mescolate con la spatola, senza emulsionare, le tre uova intere ed i due tuorli, lo zucchero, la farina, il sale ed il lievito. Aggiungete poi, sempre senza battere, il burro liquido ma appena tiepido, l'olio d'oliva ed i fiori di lavanda. Versate in stampi a "madeleines" imburriati e, passateli 30 minuti al frigorifero, metteteli sulla griglia del forno e fate cuocere a 180 ° per circa 15 minuti. Estraiete dal forno e togliete dalle forme e lasciate raffreddare le "madeleines" poste sul fianco.

GELATO AL MIELE ED ALLA LAVANDA

Per 4 persone:

30cl di crema fresca liquida
6 teste di fiori di lavanda (+ la guarnizione)
4 tuorli d'uovo
30 g di zucchero in polvere
2 cucchiaini di miele
30cl di crema fresca spessa

Mettete la crema fresca liquida ed i fiori di lavanda in una pentola e portate ad ebollizione.

Ritirate la pentola del fuoco, coprite e lasciate in infusione. Sbattete i tuorli d'uovo con lo zucchero, per 2-3 minuti, fino ad ottenere una schiuma. Riportate la crema ad ebollizione, quindi versatela con un passino sulle uova e lo zucchero.

Mescolate bene. Rimettete il preparato nella pentola e fate riscaldare a fuoco lento, per 2-3 minuti, girando incessantemente fino a che essa non rivesta di uno strato la parte posteriore del cucchiaio. Evitate che bolla. Aggiungete il miele, mescolate bene e lasciate raffreddare.

Aggiungete la crema fresca spessa, frustata, al preparato alla lavanda. Versate in un'insalatiera e mettete nel congelatore per 15-30 minuti. Tiratelo fuori che sia leggermente indurito sui bordi e, dopo averlo nuovamente frustato, rimettete nel congelatore per 15-30 minuti; ripetete l'operazione fino a quando il preparato non sia troppo solido per essere battuto.

Allora fatelo gelare completamente.

Circa 20 minuti prima di servire, tirate fuori dal frigo il gelato. Servite in porzioni decorate con i fiori di lavanda. Un miele di lavanda molto profumato potrà sostituire i fiori di lavanda ed il miele liquido; allora eliminate il primo paragrafo della ricetta.

GELATO ALLA LAVANDA

2 cucchiaini rasi di fiori di lavanda
½ litro d'acqua
½ litro di latte
½ litro di crema
300g di zucchero in polvere

Fare bollire in una pentola l'acqua ed il latte con lo zucchero. Ritirate dal fuoco, aggiungete i fiori di lavanda. Lasciare coperta in infusione per 12 ore. Montare la panna, aggiungere il latte di lavanda precedentemente filtrato.

Mettere in sorbettiera. In seguito modellare in uno stampo coperto di carta pellicola.

Servire in tranci con un velo di miele alla lavanda.

TORRONE GELATO AL MIELE DI LAVANDA

Ingredienti (per 6 persone):

3 chiare d'uovo
1 bomba di panna montata
3 cucchiaini di miele di lavanda
miele per ricoprire
frutta candita
75 g di mandorle sbucciate.

Tostare le mandorle in un tegame senza grassi; tagliare i frutti canditi in piccoli pezzi; far fondere il miele in due cucchiaini. Portare ad ebollizione e quindi togliere dal fuoco. Montare le chiare d'uovo facendo colare lungo la frusta lo sciroppo al miele. Sbattere per 5 minuti, quindi aggiungere le mandorle, i frutti canditi, e 3/4 della bomba di panna. Rimescolare delicatamente. Versare il tutto in uno stampo per dolci o in ramequins individuali; lasciar rapprendere nel congelatore.

Servire con miele liquido leggermente riscaldato. Si può conservare in seguito per più giorni nel congelatore.

SEMIFREDDO DI FICHI CANDITI E MIELE DI LAVANDA

Ingredienti per 6 persone

18 fichi viola
1 cucchiaio di zucchero 2 cucchiaini di miele di lavanda
1 spicchio di vaniglia
1 bastone di cannella
2 bicchieri di vino rosso
250g di gelato vaniglia
panna (facoltativa)

In una pentola abbastanza ampia, disporre i fichi sul fondo a piatto. Cospargere di zucchero in polvere, aggiungere lo spicchio di vaniglia aperto in due e la cannella. Versare il miele, coprire e cucinare a fuoco lento per 30 minuti. Coprire di vino rosso e cuocere ancora per 30 minuti fino a che il succo non acquista consistenza. Conservare al caldo. In un piatto fondo, disporre tre fichi canditi accompagnati da una palla di gelato alla vaniglia ed eventualmente dalla panna.

MOUSSE DI FIORI DI LAVANDA

Preparazione 20 minuti

50 cl crema fresca
1 cucchiaino di lavanda
3 foglie di gelatina
100 dr zucchero rosso in polvere

Mettete la gelatina assieme alla lavanda, allo zucchero ed un po' d'acqua per scioglierla completamente in 15 minuti.

Battere con la frusta od un frullatore la crema finché non assuma la consistenza della panna.

Mescolare con la gelatina appena sciolta. Riempire piccole tazze e metterle in frigo. Al momento di portarle in tavola servire con qualche fiore di lavanda come decorazione.

Questa mousse di fiori di lavanda può essere servita con miele di lavanda o con passata d'arancia.

La passata d'arancia si fa riducendo il succo di due arance ed un poco di miele in pentola.

FRITTELLE DI FIORI D'ACACIA

Ingredienti e dosi per 4 persone

- **Fiori d'acacia**
- **3 uova**
- **100 g di farina**
- **100 g di zucchero**
- **Latte**
- **Olio d'oliva**

Preparazione

Munirsi di un paio di forbicione, di una scala e di un recipiente capace (stile insalatiera di plastica). Andare a fare incetta di fiori d'acacia.

Ricordarsi che le acacie sono notevolmente spinose, e che i fiori d'acacia sono anche il cibo preferito dalle api, che potrebbero non gradire la vostra competizione.

Ma per le frittelle si affronta questo ed altro! Pulire i fiori d'acacia, eliminando soprattutto tutti gli insetti che vi abitano (alcune popolazioni africane mangiano le formiche, ma non le ho mai provate e non me la sento di consigliarvelo).

Preparare una pastella con 3 uova, 100 g di farina, 100 g di zucchero (assolutamente non vanigliato), tanto latte quanto basta per renderla piuttosto liquida ed un cucchiaino di lievito.

Queste dosi bastano per un'insalatiera della capienza di un litro e mezzo piena di fiori puliti.

Mescolare i fiori alla pastella.

Friggere in abbondante olio caldo.

Camomilla Liquore alla camomilla:

Mettere in un bottiglione di vetro con chiusura ermetica 2 manciate di fiori di camomilla, 1 di malva e versare 1 litro di alcool a 95°, chiudere bene e lasciare riposare per 40 giorni mescolando bene

ogni giorno. Quando sono passati 40 giorni preparare uno sciroppo con 800 gr. di acqua e 500 gr. di zucchero, scaldarlo e versarlo nel bottiglione. Dopo 10 giorni filtrare e imbottigliare. E' un ottimo liquore che predispone ad un riposo serale davvero profondo.

Garofani Liquore di fiori misti:

Mettere in un bottiglione 1 litro di grappa, aggiungere 150 gr. di petali di: rose rosse, violette, petali di garofano, fiori di gelsomino. la buccia grattugiata di 1 limone, 2 chiodi di garofano e un cucchiaio di zucchero, chiudere e lasciare riposare per 40 giorni. Passato il periodo filtrare il liquore e imbottigliate. Ottimo digestivo.

CROSTATA DI FRUTTA, ROSE E CALENDULE

Ingredienti:

- Per 4-6 persone:
- 1 confezione di pasta frolla surgelata
- 500 gr. di frutta mista preparata con frutta e fiori canditi
- 30 gr. mandorle
- 30 gr. pistacchi tritati insieme ai petali di 2 rose
- 20 gr. di petali di calendula

Foderate una tortiera da crostata con carta apposita, stendetevi sopra la pasta frolla tirata col matterello, rivoltate all'interno la pasta eccedente formando un cordone, metteteci sopra carta da forno con riso o fagioli, cuocete a forno preriscaldato a 180° per venti minuti. Togliete dal forno, togliete i fagioli o il riso, spolveratela con le mandorle e i pistacchi, versatevi la frutta che avrete cotto con i petali di rosa a striscioline e i petali di calendula. Infornate di nuovo per una ventina di minuti, servite freddo.

MACEDONIA AL TULIPANO

Ingredienti:

1 piccolo melone maturo

- 2-3 grosse fette di aguria
- 2 arance
- 2 limoni
- 2 cucchiai di vodka o di kirsch
- 5 cucchiai di zucchero
- 10 amaretti
- petali di tulipano di colore assortito

Sbucciare un piccolo melone maturo, eliminare i semi ed i filamenti e con l'apposito utensile ricavare dalla polpa tante palline. Metterle in una capace ciotola. Da 2 o 3 grosse fette d'anguria, sbucciate e liberate dai semi, ricavare con lo stesso utensile altre palline e aggiungerle al melone. Spremere due arance e due limoni; versare sulla frutta il succo ottenuto. Versare due cucchiai di vodka o di kirsch; unire 5 cucchiainate di zucchero. Sbriciolare una decina di amaretti e aggiungerli alla macedonia; mescolare ben bene e quindi riporre la ciotola, coperta, in frigorifero per qualche ora. Al momento di portare in tavola, cospargere la macedonia con una manciata di petali di tulipano di colore assortito e spezzettati con le mani. Servire senza mescolare.

TORTA DI ROSE E RICOTTA

Ingredienti:

- Per 6-8 persone:
- 3 uova
- 300 gr. di ricotta
- 400 gr. di farina
- 2 etti di zucchero
- 1 bustina di lievito
- petali di due grosse rose
- 5 foglie fresche di menta tagliate a striscioline
- 2 cucchiaini di acqua di rose
- la buccia grattata di 1 limone

Sbattete le uova intere con lo zucchero, unite la ricotta, la farina, la buccia del limone, i petali di rosa, la menta continuando a sbattere vigorosamente, da ultimo aggiungete il lievito e l'acqua di rose. Foderate una tortiera con carta apposta, versatevi il composto e cuocete in forno preriscaldato a 180°C per 40 minuti. Fatelo raffreddare e poi tagliatelo a strati. Farciture: potete farcire la torta con panna montata e mirtilli o fragole, oppure con marmellata d'albicocche, dopo averla spruzzata con brandy e succo di limone, o con liquore di rose. Decoratela con una glassa bianca, o panna montata, decorando con petali di rose e fragoline.

FIORI CANDITI

Ingredienti:

- 30 gr. di gomma arabica che troverete in farmacia
- 4 cucchiaini di acqua di rose per dolci
- zucchero
- fiori

In una bottiglietta mettete la gomma arabica e l'acqua di rose, scuotete finché la gomma arabica si è sciolta. Versate in una ciotolina, immergetevi i fiori tenendoli per il gambo, sgocciolateli e tuffateli nello zucchero. Allineateli su carta oleata e tenete in luogo caldo per 24 ore, tuffandoli nello zucchero non appena quello che li ricopre si inumidisce. Potete usare rose, violette, tutti i fiori commestibili, comprese le primule che sono deliziose.

SORBETTO ALLO SCIROPPO DI FIORI DI SAMBUCO

Ingredienti:

- fiori di sambuco freschissimi e aperti
- acqua
- zucchero
- acido citrico (in farmacia)
- limone

Riempite bottiglie o vasi di vetro con i fiori di sambuco, pressandoli al massimo. Copriteli con acqua, chiudeteli e metteteli al sole per 24 ore. Filtrate spremendo bene i fiori. Per ogni dl di liquido ottenuto aggiungete 125 gr. di zucchero e 2 gr. di acido citrico, rimettete per 3 giorni al sole,

agitando di tanto in tanto. Al momento di preparare il sorbetto, per ogni 3 dl di liquido ottenuto, aggiungete 1/2 litro d'acqua ed il succo di un limone. Se non avete la gelatiera, versate il liquido in una vaschetta di metallo larga e bassa e mettete in freezer. Dopo mezz'ora rimescolate. Rimettete in freezer e ripetete l'operazione altre due volte. Al momento di servire spaccate la mattonella ghiacciata, frullatela, rimettete per 10 minuti il composto nel congelatore prima di servire decorando con violette o rose candite.

MACEDONIA DI MELONE E VINO AI FIORI DI CAMOMILLA

Ingredienti:

- 1 melone
- 10 fiori freschi di camomilla
- vino bianco dolce

Tagliate a cubetti o a palline la polpa del melone, mescolatela ai fiori della camomilla, aggiungete un pezzetto di zenzero tagliato a pezzetti, un paio di cucchiari di zucchero, coprite con il vino dolce. Tenete in frigo fino al momento di servire. Potete usare qualsiasi tipo di frutta estiva. Ottima con pesche o albicocche.

PESCHE CON SALSA DI MENTA

Ingredienti:

- 4 pesche bianche grandi
- 4 pesche gialle grandi
- il succo di 2 arance
- 50 g di miele o di zucchero
- 50 g di Grand Marnier
- una presa di cannella in polvere
- una manciata di foglie di menta fresca

Lavate e asciugate la frutta. Frullate per circa 3 minuti le pesche gialle con il succo d'arancia, il miele, la cannella, la menta e il Grand Marnier. Riponete in freezer per un'ora circa. Servite la salsa ghiacciata insieme alle pesche bianche tagliate a fette.