



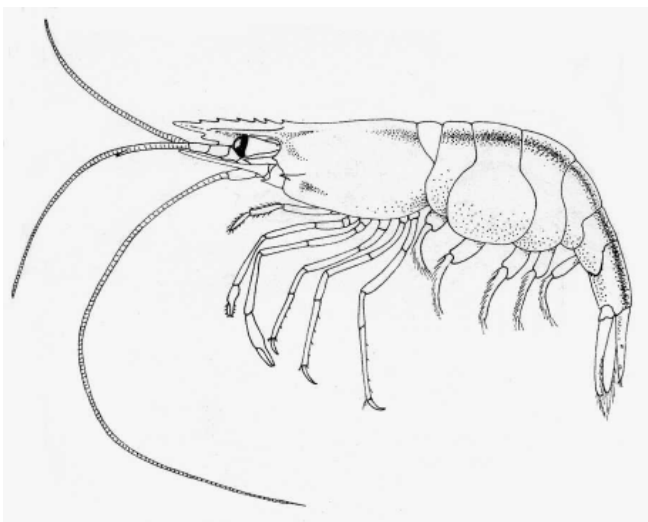
I gamberi di fiume erano un cibo abbastanza comune nelle nostre zone ricche di risaie e canali. I pescatori amavano mangiarli con la polenta. Otello, mio padre, aveva fatto credere a dei suoi ospiti cittadini che fossero cavallette fritte venute dall’Africa e catturate con retini da farfalle. L’ospite le trovò talmente gustose da continuare a mangiarle elogiandole.

GNOCCHI CON ZUCCHINE E GAMBERI

Ingredienti: gnocchi di patate o pasta tipo tagliatelle o trenette – gamberi sgusciati – zucchine – prezzemolo – odori.

Fare un trito con poca cipolla ed uno spicchio di aglio, farlo appassire in olio di oliva, unire le zucchine sbucciate e tagliate a rondelle e far cuocere 10 – 15 minuti (senza coperchio) mescolando delicatamente. Unire i gamberi sbollentati e sgusciati (1/2 quantità tritati fini) e cuocere lentamente per altri 5 – 10 minuti dopo aver salato e pepato.

Cuocere la pasta; condirla con il sugo al quale è stato aggiunto proprio alla fine un pezzetto di burro (o altro olio). Mescolare con cura e servire dopo aver spruzzato con prezzemolo tritato fine e 3 – 4 foglioline di basilico.

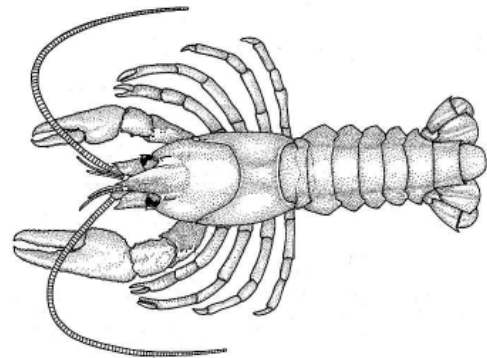


FRITTATA CON GAMBERI

Ingredienti: gamberi di fiume – uova – parmigiano.

Far saltare in una padella i gamberetti con un cucchiaio di olio fino a quando non avranno perso zampette e baffi e saranno ben rosa. Scolarli su una carta. Salarli e peparli.

Battere 2 – 3 uova con parmigiano grattugiato; unire i gamberetti e cuocere nel tegame antiaderente una frittata sottile e larga.



DONATELLA RIGHI

GAMBERI AL CUMINO

INGREDIENTI per 4 persone: □ gamberi sgusciati 500 g, □ riso americano a grana lunga (si trova in vendita mescolato al riso selvaggio) 150 g, □ mezzo limone non trattato, □ 2 spicchi di aglio, □ 2 rametti di coriandolo fresco, □ una piccola cipolla, □ una stecca di cannella, □ semi di cardamomo, □ noce moscata, □ chiodi di garofano, □ cumino in polvere, □ zenzero in polvere, □ peperoncino dolce e piccante in polvere, □ olio d’oliva, □ burro 30 g, □ sale, □ pepe.

Preparazione:20 minuti **Cottura:**30 minuti **Calorie:** Calorie per persona: 287.

Sciacquate i gamberi sotto l’acqua corrente e lasciateli sgocciolare. Affettate il limone, sbucciate l’aglio e tritatene uno spicchio. Versate tre cucchiainate di olio in una padella, unite l’aglio tritato, le fettine di limone, un cucchiaino di peperoncino dolce, mezzo cucchiaino di cumino e di zenzero, due pizzichi di peperoncino piccante, sale e pepe a piacere.

Cuocete il riso nell’acqua aromatizzata con la cannella. Nel frattempo tritate molto finemente la cipolla e l’aglio rimasto e fateli appassire a fiamma dolce in una padella con il burro. Aggiungete il cardamomo, un pizzico di noce moscata e di cumino, un chiodo di garofano, sale e pepe. Bagnate con un mestolino scarso del-l’acqua di cottura del riso e cuocete a fiamma vivace per qualche minuto.

Trasferite sul fuoco la padella con l’olio speziato, scaldatelo, unite i gamberi, mescolateli bene affinché siano uniformemente avvolti dal condimento e cuoceteli a fiamma vivace per pochi minuti. Sgocciolate il riso, trasferitelo nella padella con il soffritto di aglio e cipolla al cardamomo e fatelo insaporire per qualche minuto. Cospargete i gamberi con le foglioline di coriandolo fresco e serviteli subito con il riso speziato.



Da internet