

A close-up photograph of several skewers of grilled meat, likely pork or chicken, with charred edges. Interspersed among the meat are several large, white onions that have been grilled, showing a golden-brown char on their surfaces. The background is dark, making the food stand out.

Paola "Slelly" Uberti
Mauro Trombetta

Alla griglia

storie e ricette di cibo e fiamme

ANTEPRIMA

ebook

Paola "Stelly" Uberti
Mauro Trombetta

ALLA GRIGLIA

storie e ricette di cibo e fiamme

ANTEPRIMA

ANTEPRIMA

Contenuti, ricette, progetto grafico e impaginazione di Paola Uberti e Mauro Trombetta.

In copertina:

Spiedini di cipolle e lonza con miele, senape ed erbe (ricetta a pagina 76)

Prima edizione luglio 2016

Seconda edizione marzo 2018

Il blog dell'autrice, "SLELLY": <http://slelly.blogspot.it/>

Il blog SLELLY di Paola Uberti è presente sui social network:



Paola Uberti è anche fondatrice di LIBRICETTE.eu e SLELLYBOOKS.com

Per contattare l'autrice del blog: slelly75@gmail.com

© 2016 Paola Uberti e Mauro Trombetta.

Tutti i diritti riservati. Riproduzione totale o parziale e rivendita vietate.

Noi siamo...

Paola e Mauro, appassionati di buon cibo, cucina e convivialità.

Abbiamo creato questo eBook con lo stesso spirito con il quale organizziamo un barbecue a casa nostra, assieme agli amici più cari.

Queste pagine sono un modo di estendere a tutti voi che leggete un invito virtuale a sedervi alla nostra tavola e di condividere esperienze di gusto, esperimenti, ricerche, oltre alla passione inesauribile che ci anima.

Paola

Sono creatrice e unica autrice del blog [GRIGLIA E BARBECUE](#), nato nel 2011, nel quale raccolgo ricette di cucina e contenuti emblematici legati alle stagioni, preparazioni, che mi fanno parte del passato o del presente.

Il mio blog vuole comunicare, è uno sguardo del mondo proiettato al di fuori, condividendolo con quanti mi leggono. Attraverso esso compio un atto di coraggio, uno di vanità e uno di crescita.

Nelle difficoltà, cucinare e scrivere contribuiscono a salvare la mia anima e la mia mente. Nella gioia sono un amplificatore.

Dal mio punto di vista **la cucina è mente, anima e corpo**: chiunque maneggi il cibo con amore e lo trasformi in un dono da fare a se stesso e agli altri, sta comunicando qualcosa di sé e permette a chi mangia di fare altrettanto.

Mauro

Sono il compagno di Paola, nonché critico e sostenitore appassionato. Con lei divido la vita e le esperienze culinarie: parliamo, creiamo, studiamo, ricerchiamo, all'insegna del calore per il cibo e nel rispetto dei suoi significati sociali e morali.

Griglia e barbecue sono la mia passione autentica, il senso autentico del barbecue.

Ho viaggiato molto negli Stati Uniti, patria indiscussa di questo modo di cucinare che ha saputo sviluppare una tradizione che parte dai nativi e approda ai più moderni intendimenti di un genere che non conosce battute d'arresto.

Ho assaggiato, sperimentato, raccolto testi che sono alla base delle nozioni che ho acquisito e messo in pratica tra le mura domestiche.

Griglia e barbecue sono "calore" in tutte le sue forme. Sono molto più di un modo di preparare il cibo. Si tratta di una sorta di filosofia, di enciclopedia che parla di terre, popoli, storia. Sono un mezzo attraverso il quale onorare gli alimenti e le persone che con gioia si stringono attorno a una fiamma.

la marinatura

Molte ricette che troverete in questo eBook prevedono che i cibi siano marinati prima della cottura.

La marinatura richiede tempo, a volte molto, ma in alcuni casi **è essenziale per conferire sapore e per rendere le consistenze straordinariamente morbide e succose**, specie nel caso di tagli di carne poco grassi che diversamente potrebbero risultare asciutti e stopposi.

In ciascuna ricetta sono specificati gli ingredienti delle marinature e i relativi tempi.

Curiosità: in linea generale, per essere efficace, ogni **marinatura liquida** necessita di un **elemento grasso** (di solito olio), un **elemento acido** (succo di agrumi, aceto...) e di uno o più **elementi aromatici** (erbe e spezie). Le **marinature a secco**, invece si effettuano massaggiando gli alimenti con **mix di spezie** e lasciandoli riposare in frigorifero per diverse ore.

l'affumicatura

Si tratta di un'operazione che **conferisce ai cibi un sapore inconfondibile e straordinario** e che si mette in pratica durante la cottura di alimenti con il metodo indiretto, per lunghi tempi.

Esistono appositi affumicatori che funzionano da camere di cottura, ma, con gli opportuni stratagemmi, il processo si può realizzare con griglie a gas e barbecue tradizionali (purché dotati di coperchio).

Si utilizzano le cosiddette **chips per affumicatura**, reperibili in moltissimi negozi. Molti hanno un reparto dedicato al barbecue. Si tratta di scagliette di legno aromatico (ciliegio, icory, melo, faggio...) appositamente concepite per l'uso alimentare. Ciascun tipo di legno, in base alle proprie caratteristiche, si associa in modo ideale a una carne o a un pesce in particolare.

Per affumicare con la griglia o il barbecue tradizionali è necessario mettere a bagno in acqua fredda le scaglie di legno e lasciarle riposare per due ore. Trascorso il tempo si scolano e si sistemano su un foglio di alluminio da cucina. Si chiude l'alluminio creando un pacchetto e si praticano alcuni forellini sulla sommità dello stesso (in commercio esistono anche vaschette di alluminio usa e getta già pronte).

I pacchetti devono essere appoggiati sul calore diretto durante la fase di riscaldamento e durante la cottura. In questo modo, con il coperchio chiuso, all'interno del grill si forma una camera di fumo che penetra nei cibi mentre cuociono.

FUOCO E FIAMME

PER INIZIARE

LE BRUSCHETTE

ANTEPRIMA

BBQ I LOVE YOU

Si fa presto a dire bruschetta

Pensate: una fetta di pane croccante, un morso, quel suono inconfondibile che ha lo stesso scopo del comando “*apriti sesamo*”.

Briciole che vi cadono in grembo, succhi che si sprigionano, i vostri occhi chiusi mentre lasciate il rumore, sapore e consistenze tattili si mescolano tra loro per parlarvi della bruschetta una dopo l'altra che state ammirando.

Queste preparazioni sono davvero da ridurre a un modo per ingannare l'attesa prima che i piatti forti siano serviti? A un sistema di domare gli ospiti che si aggirano come felini affamati attorno alla griglia, lanciandoci occhiate che iniziano languide e finiscono per rasentare la minaccia non verbale?

Noi crediamo di no.

Il pane, cibo di conforto, libro di storia, elemento trasversale alle popolazioni del mondo, sa accogliere formaggi, verdure, collimanti in modo sorprendente e capace di realizzare preparazioni intense.

Si fa presto, quindi, a dire *bruschetta*. Spesso si fa anche presto a prepararla, ma, che essa sia “solo” pane e pomodoro o il frutto di un più complesso insieme di ingredienti, rivendica, e lo fa con pieno diritto, la sua dignità di piatto, fonte di stimoli straordinari.

Giocate con i sapori, divertitevi con i profumi, godete dei colori, stringete un profondo rapporto sensoriale con le consistenze: le bruschette sapranno stupirvi.

● **BRUSCHETTONE CON BATTUTO DI
MELANZANA, LIME E MENTA** ●

ANTEPRIMA

Preparazione:	40 minuti
Marinatura:	1 ora
Cottura:	40 minuti
Difficoltà:	bassa
Costo:	basso
Nr. Persone:	4

INGREDIENTI

4 grosse fette di pane casereccio
 2 melanzane lunghe di circa 300 grammi
 ciascuna
 10 steli di erba cipollina fresca
 8 grosse foglie di menta fresca
 1,5 cucchiaini di olio extravergine di oliva + un
 po' per rifinire le bruschette
 1 spicchio d'aglio
 Il succo e la scorza grattugiata al momento
 di mezzo lime
 Sale fino q.b.
 Pepe nero macinato al momento q.b.

ATTREZZATURA

Nessuna

PROCEDIMENTO

Riscaldare il grill a 180°C predisponendo la temperatura di cottura.

Eliminare il picciolo delle melanzane e tagliarle a metà nel senso della lunghezza.

Con un coltello affilato praticare alcuni tagli obliqui incrociati nella polpa nelle melanzane. Condirle con sale e cuocerle sul grill chiuso per 40 minuti o fino a quando la polpa è molto morbida e la buccia è appassita. A fine cottura avvolgere in un foglio di alluminio e lasciare intepidire fuori dal grill.

Con l'aiuto di un cucchiaio svuotare le mezze melanzane facendo cadere la polpa su un tagliere e cartare le bucce.

Battere la polpa degli ortaggi con un grosso e affilato coltello fino ad ottenere una purea grossolana.

Trasferire la purea in una capace ciotola e condire con l'olio, sale e pepe.

Unire la scorza grattugiata del mezzo lime, lo spicchio d'aglio sbucciato, tagliato a metà e privato del germe interno e le erbe aromatiche finemente tagliuzzate.

Mescolare, coprire la ciotola e lasciare riposare per un'ora in frigorifero.

Scaldare nuovamente il grill a 165°C e tostare le fette di pane fino a renderle dorate e croccanti, girandole una sola volta.

Distribuire il battuto di melanzane sul pane, rifinire con un filo di olio extravergine di oliva e servire.

FUOCO E FIAMME

IL BARBECUE

E LE VERDURE

ANTEPRIMA

BBQ I LOVE YOU

● **PATATE VITELLOTTE AFFUMICATE** ●



ANTEP RIMA

FUOCO E FIAMME

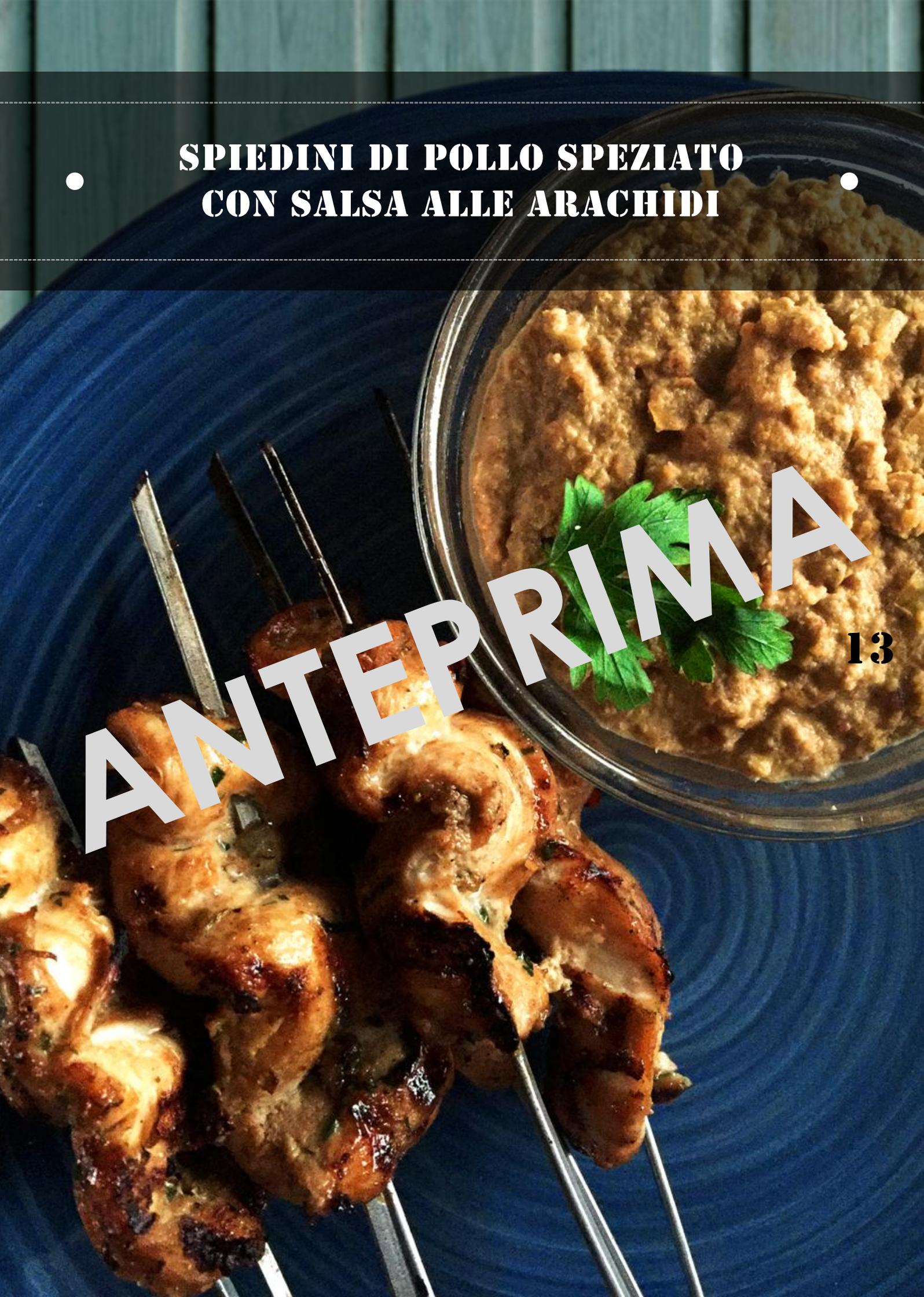


BBQ I LOVE YOU

**SPIEDINI DI POLLO SPEZIATO
CON SALSA ALLE ARACHIDI**

ANTEPRIMA

13



FUOCO E FIAMME



BBQ I LOVE YOU



**PICANHA
CODONE ALLO SPIEDO**

ANTEPRIMA

15

FUOCO E FIAMME



BBQ I LOVE YOU

**SPIEDINI DI LONZA CON CIPOLLE,
MIELE ED ERBE AROMATICHE**

ANTEP RIMA

17



FUOCO E FIAMME

PESCE

&
COMPANY

ANTEPRIMA

BBQ I LOVE YOU

● **CALAMARI RIPIENI
DI POMODORI SECCHI** ●

ANTEPRIMA



Paola "Slelly" Uberti
Mauro Trombetta

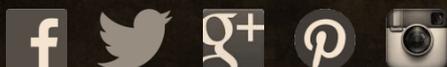
ALLA GENOVA
storie e ricette in cibo e fiamme
ebook

ANTEPRIMA

© Paola Uberti e Mauro Trombetta
Tutti i diritti riservati
Riproduzione anche parziale vietata

[Visita il blog dell'autrice, "SLELLY"](#)

Il blog SLELLY di Paola Uberti
è presente sui social network:



[Manda un'e-mail all'autrice](#)