

SCANDINAVIA

Ciambella ai mirtilli (Mustikkapiirakka) - (Finlandia)

dosi per 10 porzioni

800 g di mirtilli
500 g di farina bianca
300 g di burro
150 g di zucchero
100 g di panna fresca
2 uova
fecola
burro e farina per lo stampo

Preparazione:

lavorare il burro con 100 g di zucchero, fino ad ottenere un composto cremoso.

Unire le uova e, gradualmente, la farina e la panna. Appena la pasta avrà raggiunto una consistenza morbida ed elastica, farla riposare in frigorifero per 15 minuti circa.

Stendere la pasta in un disco sufficientemente largo da rivestire completamente uno stampo rotondo a bordi bassi di 36 cm di diametro, imburrato e infarinato.

Risciacquare i mirtilli, asciugarli, passarli in un misto di fecola e zucchero (50 g), quindi metterli nello stampo preparato.

Infornare a 200 °C per 40 minuti.

Cosciotto al forno - (Islanda)

dosi per 10 porzioni

1 grosso cosciotto d'agnello (peso complessivo 2 kg circa)

40 g di burro

estratto di carne

verdure lesse (carote e patate)

alcuni cetrioli

alcuni pomodori

brodo

sale grosso

pepe

Preparazione:

pulire l'agnello e strofinarlo con pepe e sale grosso.

Metterlo in una teglia, ungerlo di burro e infornarlo a 200 °C per 2 ore circa, bagnandolo di tanto in tanto con il suo sugo.

Togliere il cosciotto a cottura ultimata, aggiungere nel fondo un cucchiaino di estratto di carne stemperato con mezzo mestolino di brodo e far restringere a salsina densa e molto scura.

Insaporire il cosciotto con la salsa e servirlo subito, accompagnato dalle verdure lesse e da quelle crude, tagliate a fettine e condite con un pizzico di sale.

Note: in Islanda questa preparazione è di solito preceduta da un piatto di salmone affumicato, servito con riccioli di burro e ciuffetti di aneto su fette di pane molto sottili (tipo gallette).

Omelette con gamberi - (Danimarca)

dosi per 10 porzioni

500 g di code di gambero

500 g di funghi coltivati

150 g di burro

150 g di formaggio Danbo (o Leerdammer)

10 uova

6 pomodori

1 cipolla

prezzemolo

sale

Preparazione:

sgusciare le code di gambero, mondare i funghi e tagliarli a lamelle, spellare i pomodori e tagliarli a spicchi.

Tritare finemente una cipolla e soffriggerla in 100 g di burro con i funghi e i pomodori.

Unire tagliati a tocchetti le code di gambero e il formaggio, quindi salare, cuocere per 3 minuti circa.

Sbattere le uova con sale e burro, preparare 5 omelette e farcirle con il composto ai gamberi.

Cospargere con prezzemolo tritato e servire ben calde.

Salmone fresco marinato (Gravad Lax) - (Svezia)

dosi per 10 porzioni

3 kg circa di salmone
60 g di sale grosso
60 g di zucchero
3 cucchiaini di aceto di vino bianco
6 cucchiaini di senape scura
2 cucchiaini di senape in polvere
un grosso mazzetto di aneto fresco
zucchero
olio di oliva
pepe in grani
sale

Preparazione:

sfilettare il salmone, posare una delle due metà sopra un piatto (con la pelle a contatto del piatto), e cospargerlo con aneto tritato, un misto di sale, zucchero e pepe tritato grosso.

Ricoprire con l'altra metà del pesce, avvolgere il tutto in un foglio di alluminio, posarvi un peso e mettere in frigorifero per 3 giorni, durante i quali si deve girare il pesce ogni 12 ore e bagnarlo con il liquido che si forma sul fondo del piatto.

Pulire il salmone dal misto di aromi e sale, asciugarlo bene, togliergli la pelle e tagliarlo a fettine sottili.

Mescolare in una ciotola la senape scura, quella in polvere, 5 cucchiaini di zucchero e l'aceto, fino ad ottenere una crema nella quale incorporare l'olio, che dovrà avere la consistenza di una maionese.

Completare con abbondante aneto tritato e servire a parte.

Stufato di montone e cavoli (Far i kal) - (Norvegia)

dosi per 10 porzioni

1,5 kg di cavolo cappuccio
1,2 kg di polpa di montone
150 g di burro
farina
sale
pepe nero in grani

Preparazione:

mondare il cavolo, tagliarlo a striscioline e sbollentarlo in acqua salata. Tagliare la carne a cubetti e rosolarla nel burro, quindi disporla in un tegame, alternandola con strati di cavolo ben sgocciolato e cospargendo ogni strato con pepe in grani, farina e sale. Coprire con acqua o brodo, portare a ebollizione e proseguire la cottura per due ore e mezzo a fuoco dolce.

Zuppa dei fiordi - (Norvegia)

dosi per 10 porzioni

1 kg di polpa di salmone
20 cozze
20 scampi
10 cappelletti
5 tazze di brodo di salmone
1 finocchio
olio
Tabasco
sale
pepe

Preparazione:

macinare la polpa del salmone privata di lisce e pelle, salarla leggermente e formare 30 quenelle.

Mondare il finocchio tenendone da parte le barbine verdi, quindi tagliarlo a pezzi e sbollentarlo.

Scaldare l'olio in una casseruola e immergere le cozze, gli scampi, le cappelletti sgusciate e il finocchio.

Salare, pepare, bagnare con il brodo e lasciar bollire coperto per 3 minuti.

Unire le quenelle e cuocere per altri 4 minuti.

Insaporire con sale, pepe e Tabasco; infine completare la zuppa con le barbine di finocchio e servire bollente.