

Lezione n. 3

Il Mondo delle Uova: tipologie, varie preparazioni in purezza e loro utilizzo come ingrediente

- I piatti caldi a base di uova comprendono le seguenti categorie: uova affogate - bazzotte - farcite - filate - in forma - al guscio - fritte - sode - strapazzate - tazzina - tegame - omelettes - frittate.
- I piatti freddi a base di uova si dividono in: uova affogate fredde - uova farcite - fredde - uova sode fredde

Ricette

Uova Affogate

Le uova affogate devono essere freschissime.

Riempite una casseruola piatta d'acqua ed aggiungete per ogni litro 10 gr. di sale ed un cucchiaino di aceto. Quando l'acqua sobbolle, farvi cadere dentro un uovo dopo l'altro. L'acqua dovrà rimanere vicina al punto di ebollizione, senza però bollire veramente. Il tempo richiesto per la cottura di un nuovo è di circa 3 min; ossia quello necessario perché l'albume si rassodi in modo di ricoprire il tuorlo ancora molle. Le uove vengono cotte 4 min. solamente quando debbono esser impiegate per pietanze fredde.

- **Affogate Alla Fiorentina**

Per 4 persone: 8 uova affogate, 500 gr. di spinaci, 400 gr. di salsa bianca comune, 25 gr. di formaggio grattugiato, 10 gr. di pane grattugiato.

Disporre sul fondo di una pirofila gli spinaci precedentemente rosolati nel burro e conditi con sale, pepe e noce moscata. Appoggiarvi sopra le uova, rivestirle uniformemente con la salsa, cospargere di formaggio e pane grattugiato, ungerle con il burro fuso e gratinare in forno a 200°.

- **Affogate Alla Bourguignonne**

Per 4 persone: 8 uova, ½ lt. di vino rosso, 100 gr. di funghi, 8 crostoni di pane, 50 gr. di burro, 1 scalogno tritato, timo q.b., 20 gr. di farina.

Affogare le uova nel vino, unire al vino lo scalogno tritato, il timo ed una presa di sale. Ridurlo ad un quarto. Legare con il burro e la farina (roux) lavorando il tutto con la frusta. Aggiungere i funghi precedentemente cotti e tagliati, porre le uova sui crostoni fritti al burro e coprire con la salsa.

Bazzotte

Il procedimento per cuocerle è il seguente: le uova vengono immerse in una pentola di acqua bollente per 5/6 min., poi vengono poste subito sotto l'acqua corrente fredda e con grande delicatezza, sgusciate subito.

- **Bazzotte All'Orientale**

Per 6 persone: 6 uova bazzotte, 6 fondi di carciofo, 150 gr. di pollastra bollita, 50 gr. di salsa mornay al curry, 50 gr. di besciamella, 1 cucchiaino di ketchup, 3 sogliole sfilettate, 1 peperone verde, ½ peperone rosso, 150 gr. di burro, olio di semi. Tempo di cottura 25 min.

Farcire i carciofi precedentemente sobbolliti con il trito di carne di pollo legato con la salsa al curry. Appoggiare le uova cotte e ben asciutte sui carciofi e lucidarne tre con abbondante salsa al curry. Ricoprire le altre tre con la besciamella legata con il ketchup. Decorare ciascuna delle tre uova la curry con una rondella di peperone rosso e segnare le altre tre con il peperone verde. Disporre al centro di un piatto da portata i filetti di sogliola fritti e disporre le uova in modo artistico.

In Tazzina o in Cocotte

Non sono altro che una variante delle uova affogate, vengono però cotte in piccole tazzine di pirofila unte di burro. Tolte dal guscio si lasciano a bagnomaria per 2/3 minuti, poi chiuse da un coperchio si mettono nel forno a calore moderato (150°).

- **In Tazzina Colbert**

Per 4 persone: 6 uova, 150 gr. di farcia di pollo, 70 gfr. Di erbe aromatiche tritate, 75 gr. di burro. Tempo di cottura 6/8 minuti.

Riempire le tazzine con la farcia, rompere un uovo in ognuna di esse, allinearle in un bagno-maria pieno di acqua calda e cuocerle per 4 min. Infornare e portare a termine la cottura.

Omelette

Per confezionare una perfetta omelette, è necessario avere una padella antiaderente piuttosto pesante. Le dosi di un'omelette sono costituite da 2 uova per persona, 30 gr. di burro e poco sale. Si deve badare a sbattere le uova in un recipiente, unire gli ingredienti scelti prime di versarla in una padella. Scaldare quindi la padella a fuoco vivace con poco burro, aggiungere le uova sbattute e agitare la padella con movimento rotatorio. Distaccare di tanto in tanto i bordi con una paletta di legno. Continuare l'operazione sino a che la parte centrale appaia solidificarsi leggermente. A questo punto arrotolare l'omelette su sé stessa, lasciandola qualche minuto a colorirsi in superficie. L'operazione richiede cura ed attenzione: far scivolare l'omelette fino al bordo della padella inclinando quest'ultima verso il piatto da portata fino a rovesciare l'omelette sul piatto. Servire sempre calda e bavosa (baveuse).

- **Alla Cacciatora**

Per 4 persone: 8 uova, 120 gr. di burro, 75 gr. di fegatini di pollo, 50 gr. di funghi, 5 cl di fondo bruno comune.

Far saltare con 40 gr. di burro i funghi a fettine ed i fegatini a pezzettini, condire con sale e pepe e legare con la salsa. Preparare l'omelette come al solito e versarvi al centro il ripieno. Incidere leggermente l'omelette arrotolata già sistemata su un piatto. Versare nella fessura messo in serbo.

- **Alle Erbe Aromatiche**
- **Al Formaggio**
- **Ai Gamberetti**
- **Con Prosciutto**
- **Con Tartufo**

Procedere come per tutte le omelettes variando l'ingrediente principale.

Frittate

- **Alla Savoiarda**

Per 4 persone: 8 uova, 2 cipolle, 2 patate, 80 gr. di lardo, 100 gr. di formaggio svizzero, 120 gr. di burro, 50 gr. di erbe aromatiche.

Tagliare le patate in una brunoise e arrostarle nel burro. Quando sono pronte, aggiungere le cipolle in una fine jullienne e dil lardo sbianchito e trinciato in pezzetti. Unire il formaggio e le erbe tritate alle uova sbattute. Versare il tutto sulle patate, mettere al fuoco e far colorire la frittata prima da una parte e poi dall'altra.