

IO

DONNA

20 ANNI!

Federica Pellegrini
ALLE
OLIMPIADI
CAPIRETE
PERCHÉ
SONO METÀ
CONIGLIO
E METÀ
LEONE

Moda
NATURAL
CHIC

Patricia Urquiola / Hella Jongerius

Fin da bambine abbiamo imparato a farci rispettare dai maschi. Sarà per questo che ci siamo fatte largo nel club del design, dove a creare oggetti sono soprattutto uomini

SPECIALE
SALONE
DEL MOBILE

55 pagine
di idee, novità,
protagonisti.
Tra il calore
dell'intimacy
e l'eccentricità
del diversity





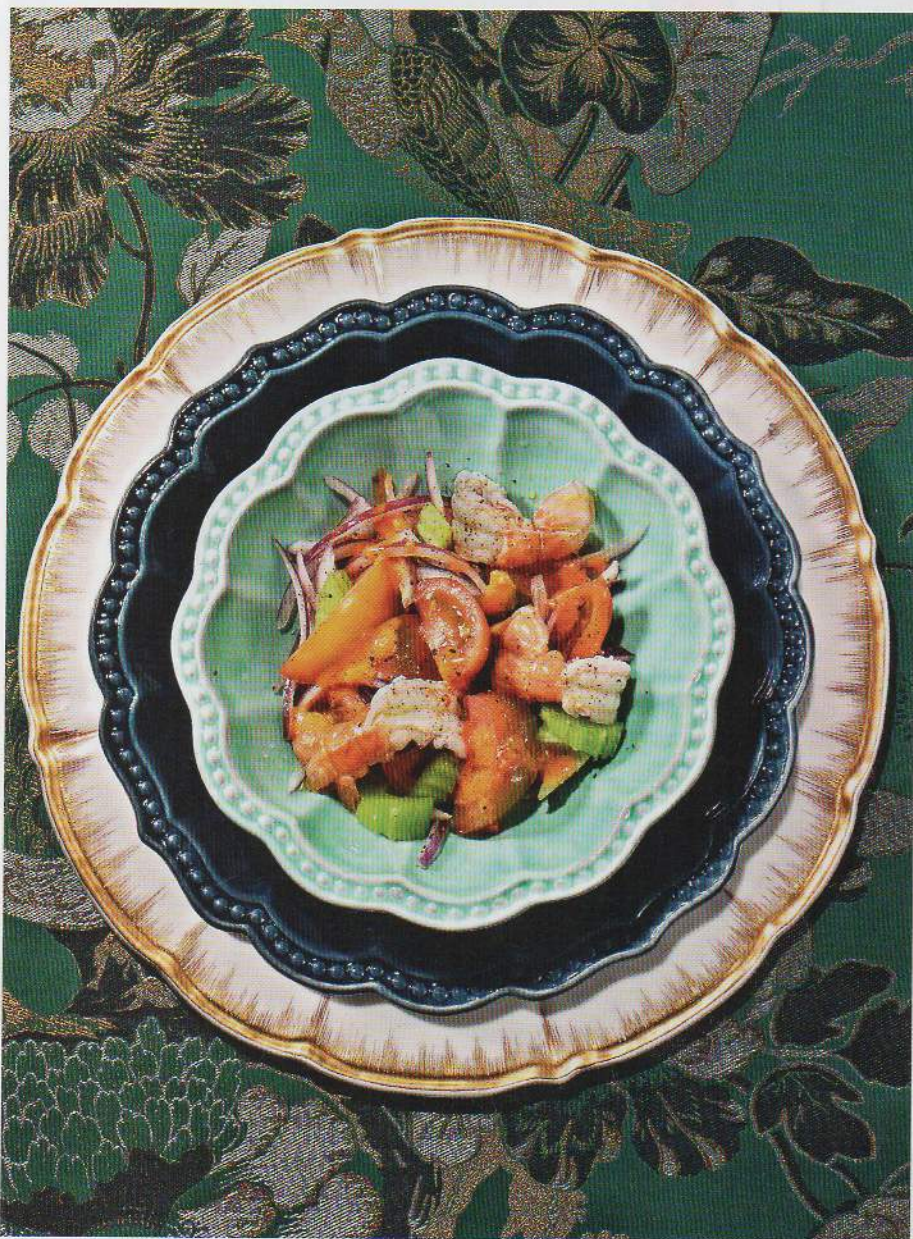
(NON) C'È SCAMPO!

Un ingrediente e 4 ricette (per 4 settimane)

di Maria Grazia Borriello, foto di Vincent Vega, lifestyle Sergio Colantuoni

CROSTACEI DI TAGLIA media (tra 10 e 20 cm), hanno colore rosato omogeneo e carne tenera, dolce e delicata. **Sceglierli.** Devono avere carapace lucido e brillante, corpo sodo, occhi ben gonfi e di colore nero profondo. L'odore deve essere tenue, non ammoniacale. **Conservarli.** Se non si consumano subito, chiuderli in sacchetti da freezer e tenerli in frigo non più di un giorno. Congelati a -18 gradi, si mantengono fino a 3 mesi. **Pulirli.** Eliminare con le forbici zampe e antenne. Staccare la testa con le mani. Incidere la coda per tutta la lunghezza, divaricare il taglio ed estrarre la polpa in un unico blocco. Togliere il filo intestinale. **Dosi.** 250 g a persona. **Kcal.** 50 per 100 g.

GLI SCAMPI ALLA CATALANA DI LANGOSTERIA 10



INGREDIENTI

per 4 persone: 280 g di scampi delle Tremiti già puliti, 4 pomodori camone di medie dimensioni tagliati in 6 pezzi, mezza cipolla rossa di Tropea tagliata a filange, due bacche di cuore di sedano pelate e tagliate a becco di uccello. Per la vinaigrette, 4 pomodori secchi sott'olio, 40 cl di aceto rosso, 300 g di olio extravergine di oliva, sale

- Scottate gli scampi per 30 secondi in acqua bollente salata e sguosciateli. Frullate gli ingredienti per la vinaigrette, versatela nel piatto da portata e unite, nell'ordine, sedano, cipolla e pomodori. Mettete infine gli scampi sguosciati, mantecateli per pochi secondi e servite.

FOOD STYLIST Gino Fantini
IN TAVOLA Lampasso
 "Silkbird Jacquard" Dedar
 (dedar.com), sottopiatto
 Laboratorio Paravicini
 (paravicini.it), piatto
 piano e scodellina Fasano
 Ceramiche (fasanoconf.it)
LA SPESA courtesy Simply
 (simplymarket.com).

16/4/2016
 RISOTTO SCAMPI,
 MENTA E YOGURT



23/4/2016
 PACCHERI
 SCAMPI RICCI



30/4/2016
 SCAMPI
 ALLA "BATTI"



10
 DONNA

150 RICETTE
 E I VIDEO DEGLI CHEF SU
 IODONNA.IT/
 LIFESTYLE/CUCINA