



Sos de șunca, mazăre și smântână

1 felie de 150 g de șuncă afumată,
200 g de boabe mazăre,
250 ml de smântână, 1 cățel de usturoi,
50 g de parmezan ras, nucșoară, 30 g de unt,
40 ml de ulei de măsline extravirgin, sare.

Într-o tigaie mare puneți cățelul de usturoi în coajă, uleiul de măsline, mazărea proaspătă sau congelată și două linguri de apă. Lăsați tigaia acoperită cu capac, timp de 5 minute, la foc mic, apoi scoateți usturoiul. Tăiați șunca julienne, adăugați-o peste mazăre și amestecați bine până se întrepătrund aromele. Turnați smântâna, presărați parmezanul ras, un vârf de cuțit de nucșoară, puțină sare și untul. Amestecați din nou până se leagă între ele toate ingredientele. O dată fiartă și scursă pasta, adăugați-o în tigaie peste sos și mențineți alte câteva minute la foc mic. Se servesc calde.

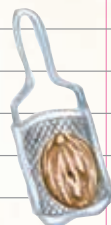
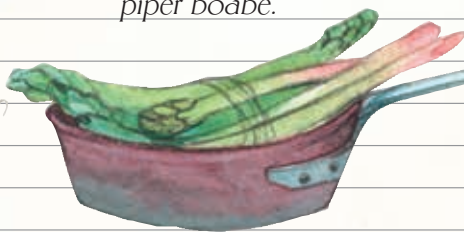
Smântâna este folosită pe scară largă în bucătăria din multe zone ale Italiei: acesta este un tip de sos clasic, dar există o multitudine de variante ale sosului pe bază de smântână, combinații atât clasice cât și surprinzătoare de ingrediente care, într-un final reușesc să creeze o armonie perfectă a gustului și aromelor. Putem enumera aici combinații de smântână cu cârnăciori sau smântână și jambon și, de ce



nu, smântână și sos ragù în părți egale. Pentru a face smântâna mai lejeră și mai digerabilă, puteți adăuga în compoziție puțin sos alb (bechamel) dacă aveți la îndemână.

Sos de sparanghel

4 legături de sparanghel verde, nucșoară, 2 ouă,
250 g de urdă, ulei de măsline extravirgin, sare,
piper boabe.



Fierbeți bine ouăle, curățați de coajă, îndepărtați albușurile și tocați fin gălbenușurile. Curățați sparanghelul îndepărtând partea tare de tulpină și fierbeți timp de un sfert de oră în apă sărată. După 15 minute, scurgeți cu grijă sparanghelul (păstrați puțină apă rezultată în urmă fierberii), rupeți vârfurile și tăiați fin codițele. Rumeniți sparanghelul în ulei de măsline în vas de lut, apoi potriviți de sare și piper. Stingeti focul și presărați gălbenușurile de ouă mărunțite.

Într-o supieră, cu ajutorul unei linguri de lemn, fărâmițați urda, turnați puțină apă ce a rămas de la fierberea sparanghelului, adăugați sare și piper și amestecați bine până obțineți o cremă fină. Peste cremă turnați conținutul vasului cu sparanghelul rumenit și folosiți acest sos fin pentru paste tip: „tagliolini”, „garganelli”, „farfalle” sau chiar orez.

