

LISTA CIBARIA DI MAGRO.

1975. *Zuppa Pergolesi.*
1976. *Peretti di rane alla Noè C.*
1977. *Ombrine alla Bavarese.*
1978. *Cardi alla Romana.*
1979. *Arzavole allo spiedo.*
1980. *Bodino all'ananasso.*

1975. **Zuppa Pergolesi.** — Fate cuocere in vino bianco 30 gamberi, indi staccate le carni delle code: pestatele nel mortaio con uguale quantità di riso cotto e un terzo di pistacchi e funghi; aggiungete un pezzo di burro di gamberi (*Vedi N. 631*), 2 decilitri di Bechamelle, 6 tuorli d'uova e 2 interi e un pizzico di sale. Passate il tutto allo staccio e versatelo in uno stampo unto; fatelo cuocere a bagno-maria e lasciatelo raffreddare per tagliarlo a dadi e servirlo entro 3 litri di zuppa passato di gamberi (*Vedi N. 211*) molto allungata.

1976. **Peretti di rane alla Noè C.** — Disossate le coscie a 4 dozzine di grosse rane, lasciandovi attaccato un ossicino, onde raffigurare il gambo del peretto. Marinateli per qualche ora in olio, limone, pepe e sale, indi disponeteli in un saltiero con burro, un triturato scalogne e un bicchiere vino bianco. Lasciateli subbollire per 10 minuti circa, poi ritirateli dal fuoco e aggiungetevi un triturato di funghi, alice, basilico e 2 tuorli d'uova. Freddi che siano, immergeteli in una pastella (*Vedi N. 426*) per estrarli uno per volta e lasciarli cadere nello strutto bollente; fritti di bel colore, scolateli e serviteli sopra tovagliolo ripiegato.

1977. **Ombrine alla Bavarese.** — *Ombrina: pesce che abbonda nei laghi della Svizzera e della Germania.* — Procu-

rate delle piccole ombrine, pulitele ed apparecchiatele cotte come è descritto per le trotoline alla Gardone (*Vedi N. 254*). Disponetele sul piatto guarnendole di patate foggiate a spicchi e cospargendole della loro cozione, coll'aggiunta di 2 decilitri di panna.

1978. **Cardi alla Romana.** — Cuocete i cardi come è descritto al N. 154. Scolateli disponendoli poi in un saltiero con burro; fateli soffriggere per alcuni minuti, aggiungendovi un po' di formaggio, sale, pepe e 2 decilitri di densa Bechamelle. Ritirateli dal fuoco e lasciate che si raffreddino: indi riuniteli a due a due, impanateli, friggendoli di bel colore nello strutto bollente. Scolateli, servendoli cosparsi di salsa pomodoro.

1979. **Arzavole allo spiedo.** — Disviscerate, imbrigliate e mettete allo spiedo 3 arzavole involte in carta unta d'olio o di burro. Cuocetele per 40 minuti circa, togliendo loro la carta 10 minuti prima di ritirarle dal fuoco. Servitele tagliate in pezzi, sopra salsa piccante (*Vedi N. 284*) e contornate di limoni.

1980. **Bodino all'ananasso.** — Preparate un composto di bodino come al N. 510, sopprimendovi la raschiatura d'arancio e l'uva ed aggiungendovi 200 grammi ananasso a dadolini e 2 cucchiaini polvere di noccioline. Cuocetelo a bagno-maria in uno stampo burrato ed infarinato e servitelo cosperso di siroppo d'ananasso.