

STOCCAFISSO MANTECATO VEGANO (SOIAFISSO)



STOCCAFISSO MANTECATO VEGANO (SOIAFISSO)



5° SECONDO PIATTO DEL MENÙ VEGAN DELLE FESTE NATALIZIE DI ViaggiAssaggiFelici



Viaggieassaggifelici.blog

Viaggiando con amore
blog di viaggi e cucina vegana

MENU DELLE FESTE 2021



ANTIPASTI

- SUSHI CRUDISTA VEGANO
- RICOTTA DI SESAMO
- INSALATA RUSSA CRUDISTA
- PATÉ CRUDISTA DI SEMI
- GYOZA O JIAOZI VEGAN ALLA PIASTRA (RAVIOLI GIAPPONESI/CINESI) ACCOMPAGNATI DA SALSA PICCANTE

PRIMI PIATTI

- ♣ QUICHE LORRAINE CRUDISTA DI FUNGHI E OLIVE TAGGIASCHE
- ♣ LASAGNE CON RAGÙ DI JACHFRUIT CON CREPES DI MAIS E BESCIAPELLA DI YOGURT DI SOIA
- ♣ CREPILLE DI CASTAGNE RIPIENE DI RAGÙ DI CARCIOFI
- ♣ GNOCCHI DI RISO
- ♣ LASAGNE BIANCHE DI PANE CARASAU CON SUGO DI BROCCOLI E FUNGHI CHAMPIGNON CON BESCIAPELLA DI VERDURE

SECONDI PIATTI

- STROGANOV VEGANO CON JACHFRUIT
- ARROSTO DI JACHFRUIT E CECI CON SALSA AI FUNGHI
- STOCCAFISSE MANTECATO VEGANO (SOIAFISSE)
- OSSOBUCO VEGAN ALLA MILANESE
- ROTOLO DI POLLO VEG .RIPIENO DI AFFETTATO ,UVETTA E PISTACCHI

INSALATE E CONTORNI

- ♣ INSALATA BERGERA DELLE LANGHE CON ROBIOLA AUTOPRODOTTA
- ♣ INSALATA CIPRIOTA
- ♣ INSALATA DI PATATE ALLA CIPRIOTA
- ♣ INSALATA CON FIORI EDULI DI ROSA, FIORDALISO E CALENDULA
- ♣ TRIS DI PURÉ (GIALLO DI PATATE, VERDE DI PISELLI, ARANCIONE DI CAROTE)

DOLCI

- CHRISTMAS CAKE BRITANNICA VEGANA (TORTA DI NATALE BRITANNICA IN VERSIONE VEGANA)
- TRONCHETTO DI CAPODANNO
- VEGAN TARTE TATIN RIVISITATA CON CREMA DI HAHÍ CRUDISTA
- CIOCCOLATINI RIPIENI MISTI

PANE , CRACKERS E GRISSINI

- CRACKERS ALL'ORIGANO CRUDISTI
- GRISSINI CRUDISTI AL ROSMARINO

VINI

- BIANCO: PIEVALTA , VERDICCHIO DEI CASTELLI DI JESI CLASSICO SUPERIORE DOC (BIO , E CERTIFICATO VEGAN)
- ROSSO: AVIGNONESI, VINO NOBILE DI MONTEPULCIANO DOCG (BIO E CERTIFICATO VEGAN)

SPUMANTE

- SANTA TRESA IL GRILLO VINO SPUMANTE BRUT (BIO E VEGAN)

*New Year
New Me!*



Viaggie Assaggifelici 2021

<https://viaggieassaggifelici.blog/2021/12/22/crea-il-tuo-menu-vegan-delle-feste-natalizie-con-le-ricette-di->



Si può reinterpretare la grande tradizione della cucina italiana in chiave vegana?

Sì, e con versioni che non fanno rimpiangere l'originale come confermano grandi chef vegani stellati.

Stoccafisso è felice , perché si mantecano i BOCCONCINI DI SOIA al posto del pesce. Un'ottima alternativa buona per tutti

Ingredienti

- 1 KG DI PATATE
- 20 GR DI ALGHE MISTE (KOMBU+WAKAME+NORI)
- 150 GR DI BOCCONCINI DI SOIA
- AGLIO GRANULARE
- ROSMARINO
- prezzemolo

- 1 cipolla
- peperoncino
- 50 GR funghi porcini secchi
- **q.b.** brodo vegetale
- **50 grammi** pomodoro concentrato
- peperoncino
- 1 BICCHIERE DI VINO BIANCO O ROSSO
- SALE
- OLIO EVO
- 2 foglie di alloro
- 1 MANCIATA DI CAPPERI

Procedimento

- Ammorbidite i funghi in acqua tiepida.
- Ammollare i bocconcini in acqua fredda insieme alle alghe.
- Tritate la cipolla ,i capperi e le alghe , rosolatele con l'olio, unite *i bocconcini di soia* e cuoceteli per 10 minuti.
- Cospargete con un trito di rosmarino, prezzemolo, aglio e peperoncino, unite l'alloro e il concentrato di pomodoro ed un mestolo di brodo.
- Portate a ebollizione, unite i funghi scolati e tritati e pepate.
- Sbucciate le patate, tagliatele a tocchetti, unitele al nostro stoccafisso , aggiungete il vino , coprite a filo con brodo caldo e proseguite la cottura, sempre a tegame coperto e senza mescolare, per 30 minuti o finchè tutto il liquido si sarà asciugato.Servite caldo

Se ti è piaciuta questa ricetta e/o la riprodurrai ,fammelo sapere con un #like o un commento qui sotto l'articolo e nel mio gruppo facebook !!!

Condividila sui social usando i tasti in cima e in fondo all'articolo oppure lasciami un commento! Per te è un clic,

per me una grandissima soddisfazione!