

Giovanni Rana
RANA

**CHE
SUGO!**



**RANA IN TUTTE
LE SALSE**



CHE SUGO!

RANA IN TUTTE LE SALSE

Feta al forno con Sugo alla Norma	3
Crostone alla Norma	5
Melanzane arrosto con cuore alla Norma	7
Patate croccanti alla mediterranea	9
Toast rustico	11
Shakshuka / Uova in purgatorio	13
Toast con Pesto	15
Gazpacho alle pesche con Pesto di Basilico e Limone	17
Pane naan con verdure arrosto e Pesto di Basilico e Limone	20
Burger vegetali con Sugo ai Funghi	22

Giovanni Rana
RANA



FETA AL FORNO CON SUGO ALLA NORMA



2 PERS.



15 MIN.



FACILE

INGREDIENTI

- 2 panetti di feta da 150g l'uno
- 1 confezione di Sugo fresco alla Norma Rana
- Olio
- Pepe
- Origano

INIZIATE A CUCINARE

Iniziate a preparare la feta asciugando i panetti con un foglio di carta assorbente in modo da eliminare il liquido in eccesso.

Adagiateli poi in una teglia leggermente oleata sul fondo e infornate a 200° per circa 5-8 minuti.

Sfornate quando il formaggio avrà raggiunto una leggera doratura sulla superficie.

Nel frattempo scaldate il sugo alla Norma Rana in padella per circa 1 minuto o rimuovete il coperchio in alluminio e scaldate il sugo in microonde a 750 watt per circa 2 minuti.

Posizionate i panetti di feta su un piatto da portata e guarnite con abbondante sugo alla Norma e una spolverata di origano.

Giovanni Rana
RANA



CROSTONE ALLA NORMA



1 PERS.



10 MIN.



FACILE



INGREDIENTI

- 1 fetta di pane toscano senza sale
- 1 confezione di Sugo fresco alla Norma Rana
- Ricotta Salata
- Olio

INIZIATE A CUCINARE

Scaldare la fetta di pane toscano in forno a 200° fino a farle raggiungere una leggera doratura su entrambi i lati.

Togliete dal forno la fetta di pane e tagliatela a metà.

Condite generosamente entrambi i pezzi con il sugo alla Norma Rana a temperatura ambiente.

Completate il piatto con una abbondante grattugiata di ricotta salata.

Giovanni Rana
RANA



MELANZANE ARROSTO CON CUORE ALLA NORMA



2 PERS.



25 MIN.



MEDIA



INGREDIENTI

- 1 melanzana di medie/grandi dimensioni
- 1 confezione di Sugo fresco alla Norma Rana
- Sale
- Olio
- Pepe
- Origano
- 1 spicchio d'aglio
- Basilico

INIZIATE A CUCINARE

Tagliate a metà la melanzana per tutta la sua lunghezza.

Incidete quindi la polpa con la forchetta, e condite con sale, pepe, origano, un filo d'olio e lo spicchio d'aglio tagliato a metà.

Cuocete in forno la melanzana a 170° per circa 15 minuti. Una volta che la polpa è morbida, sfornatela e condite con abbondante sugo alla Norma.

Infornate di nuovo tutto insieme e lasciate scaldare per altri 5 minuti.

Togliete le melanzane dal forno, impiattate e decorate con qualche piccolo ciuffo di basilico.

Giovanni Rana
RANA



PATATE CROCCANTI ALLA MEDITERRANEA



2 PERS.



30/35 MIN.



FACILE

INGREDIENTI

- 300g di patate novelle con buccia di piccole dimensioni
- 1 confezione di Pesto fresco con Pomodori Secchi e Pecorino Rana
- Sale
- Pepe
- Olio
- Rosmarino

INIZIATE A CUCINARE

Lavate bene le patate novelle sotto l'acqua spazzolando bene la buccia, così che vengano eliminati eventuali residui di terra.

Immergetele in acqua bollente leggermente salata e lasciate cuocere per 7 minuti.

Scolatele e riponetele in una teglia da forno dove le condirete con olio, sale, pepe e qualche rametto di rosmarino.

Ultimate la loro cottura in forno a 180° per circa 15 minuti. Sfornate una volta che le patate hanno raggiunto il giusto grado di morbidezza e doratura.

Ancora da calde, servitele a tavola affiancate da una ciotola con il pesto pomodori secchi e pecorino Rana a temperatura ambiente.

Tuffate le patate nel pesto e... buon appetito!

Giovanni Rana
RANA



TOAST RUSTICO



2 PERS.



20 MIN.



FACILE



INGREDIENTI

- 2 fette di pane toscano senza sale
- 1 vasetto di Pesto fresco con Pomodori Secchi e Pecorino Rana
- 6 fette di bacon
- 4 fette di cheddar
- 40g di rucola

INIZIATE A CUCINARE

Scaldate il pane toscano in forno a 200° fino a raggiungere una leggera doratura su entrambi i lati. Togliete dal forno la fetta di pane e tagliatela a metà. Su ciascuna metà spalmate poi abbondante pesto pomodori secchi e pecorino Rana.

Nel frattempo rosolate il bacon: in una padella non troppo calda mettete le fette di bacon ben distese e rosolatele da entrambi i lati fino ad ottenere un risultato croccante e dorato.

Una volta pronto, adagiate il bacon su una delle due fette di pane tostato, aggiungete il cheddar e infornate nuovamente il tutto per il tempo necessario a far fondere il formaggio.

Sfornate quindi le fette di pane e aggiungete la rucola.

Completate il toast coprendo quanto appena sfornato con l'altra fetta di pane già ricoperta con il pesto.

Aggiungete uno stuzzicadenti per favorire la chiusura del toast e servite a tavola.

Giovanni Rana
RANA



SHAKSHUKA

UOVA IN PURGATORIO



2 PERS.



30 MIN.



MEDIA



INGREDIENTI

- 2 uova
- 1 vasetto di Pesto fresco con Pomodori Secchi e Pecorino Rana
- 180g di spinacino fresco
- 1 fetta di pane
- 1 noce di burro
- Sale e pepe

INIZIATE A CUCINARE

Lavate prima di tutto le foglie di spinacino. In una padella sciogliete una noce di burro, mettete lo spinacino e cuocetelo a fiamma viva aggiungendo sale e pepe. Appena le foglie iniziano ad appassire e ad ammorbidirsi spegnete la fiamma. Metteteli a scolare per eliminare l'acqua in eccesso che viene rilasciata.

Versate sul fondo di un tegamino da forno buona parte del vasetto di pesto pomodori secchi e pecorino, aggiungete lo spinacino, rompetegli sopra le uova e conditele con sale e pepe. Infornate il tegamino a 180° per 5 minuti fino alla cottura delle uova.

Una volta cotte, sfornate il tutto e portate a tavola ancora nel tegamino caldo. Condite con il restante pesto di pomodori secchi e pecorino e completate il piatto con del pane tostato da abbinare.

Giovanni Rana
RANA



TOAST CON PESTO



2 PERS.



30 MIN.



MEDIA



INGREDIENTI

- 4 fette di pane per toast (tipo casereccio o integrale)
- 2 cucchiaini di Pesto fresco di Basilico e scorza di Limone Rana
- 2 uova
- Olio extravergine d'oliva q.b.
- Sale e pepe q.b.
- Qualche foglia di basilico fresco (opzionale)

INIZIATE A CUCINARE

Scalda una padella antiaderente o usa un tostapane per dorare bene le fette di pane.

Versa un filo d'olio nella padella, scalda a fuoco medio. Rompi le uova, cuoci finché l'albume si rassoda ma il tuorlo resta morbido (circa 2-3 minuti). Sala e pepa a piacere.

Su ogni fetta di pane tostato, spalma un cucchiaino abbondante di pesto basilico e limone Giovanni Rana.

Adagia l'uovo all'occhio di bue sopra il pesto spalmato.

Aggiungi qualche foglia di basilico fresco per un tocco extra di freschezza.

Giovanni Rana
RANA



GAZPACHO ALLE PESCHE CON PESTO DI BASILICO E LIMONE



6 PERS.



30 MIN.



FACILE

INGREDIENTI

- 1 confezione di Pesto fresco di Basilico e scorza di Limone Rana
- 3 pesche gialle + 1 piccola per guarnire
- 400g di pomodori ramati
- 1 cetriolo
- 1 peperone giallo + mezzo per guarnire
- 1 scalogno
- aceto di mele o aceto balsamico bianco
- olio extravergine di oliva
- un ciuffo di menta
- 1/2 peperoncino piccante o meno, secondo il gusto
- sale e pepe nero

INIZIATE A CUCINARE

Lavate le pesche, i pomodori, il cetriolo, i peperoni e i pomodori e asciugateli. Sbucciate il cetriolo e lo scalogno; eliminate il picciolo, i semi e i filamenti bianchi del peperone.

Tenete da parte la pesca e il mezzo peperone per la guarnizione finale.

Tagliate a pezzi le altre pesche, i pomodori, il cetriolo il peperone e lo scalogno e riuniteli in un mixer con qualche foglia di menta, il peperoncino, 5 o 6 cucchiaini di aceto, 4 cucchiaini di olio, un cucchiaino di sale e una macinata di pepe.

GAZPACHO ALLE PESCHE CON PESTO DI BASILICO E LIMONE



6 PERS.



30 MIN.



FACILE

Azionate il mixer e frullate bene gli ingredienti fino ad ottenere un composto omogeneo.

Passate il gazpacho al moulin utilizzando un disco a fori piccoli per ottenere un composto liscio e vellutato; assaggiatelo e regolate di sale e aceto secondo il vostro gusto.

Fatelo riposare in frigorifero fino a 5 minuti prima di servirlo.

Tagliate a cubetti la pesca e il mezzo peperone tenuti da parte.

Distribuite il gazpacho in 6 ciotoline; guarnite ogni porzione con un cucchiaino scarso di pesto, qualche cubetto di pesca e di peperone e servite.

Giovanni Rana
RANA



PANE NAAN CON VERDURE ARROSTO PESTO DI BASILICO E LIMONE



4 PERS.



30 MIN.



FACILE

INGREDIENTI

- 2 confezioni di Pesto fresco di Basilico e scorza di Limone Rana
- 4 pite o pane arabo
- 8 mini peperoni dolci gialli e rossi
- 8 mini zucchine novelle
- 4 piccole cipolline rosse
- olio extravergine di oliva
- sale e pepe

INIZIATE A CUCINARE

Accendete il forno a 200° e foderate una teglia di carta da forno.

Lavate i peperoni e le zucchine e asciugateli.

Sbucciate le cipolle e tagliatele a metà o in quarti.

Tagliate le zucchine a metà per il lungo.

Sistamate le verdure sulla teglia, conditele con un filo d'olio, sale e pepe e infornatele per circa 20 minuti o finché risulteranno leggermente dorate.

Scaldare brevemente le pite in forno evitando di seccarle, spalmatele con il pesto, farcitele con le verdure, piegatele a metà e servitele.

Giovanni Rana
RANA



BURGER VEGETALI CON SUGO AI FUNGHI



4 PERS.



40 MIN.



FACILE

INGREDIENTI

- 2 confezioni di Sugo fresco ai Funghi Rana
- 500 g di fagioli cannellini
- 500 g di ricotta
- 2 cucchiaini di prezzemolo tritato
- 1 uovo
- pangrattato
- sale e pepe
- olio extravergine di oliva
- 4 panini da hamburger
- 2 piccole cipolle rosse di Tropea
- 2 manciate di spinacini già lavati

INIZIATE A CUCINARE

Scolate i fagioli e sciacquateli sotto l'acqua corrente; sgocciolateli molto bene e tamponateli con carta da cucina per asciugarli il più possibile.

Trasferiteli in una ciotola e schiacciateli con una forchetta.

Unite la ricotta ben sgocciolata, il prezzemolo, l'uovo, sale e pepe e qualche cucchiaino di pangrattato fino ad ottenere un impasto omogeneo compatto ma abbastanza morbido.

Formate 4 burger e fateli riposare in frigorifero mentre preparate le cipolle. Sbucciatele e tagliatele in quarti; rosolatele in padella con un filo d'olio a fiamma moderata per circa 8 minuti fino a quando avranno raggiunto un bel colore dorato e risulteranno tenere all'interno.

BURGER VEGETALI CON SUGO AI FUNGHI



4 PERS.



40 MIN.



FACILE

Scaldate circa mezzo cm di olio in una larga padella antiaderente e cuocete i burger 5-6 minuti per lato, a fiamma moderata, fino a quando risulteranno ben dorati su entrambi i lati.

Girateli delicatamente un paio di volte durante la cottura utilizzando una paletta e sgocciolateli su carta da cucina.

Tagliate a metà i panini e tostateli - dalla parte tagliata - nella padella dove avete cotto i burger. Spalmate la base dei 4 panini con il sugo ai funghi, farciteli con qualche foglia di spinacino, i burger, le cipolle arrostiti e dell'altro sugo ai funghi.

Richiudete i panini e serviteli.

NOTA

È possibile cuocere i burger in forno a 180° per 10-12 minuti dopo averli spennellati con un filo d'olio e girandoli a metà cottura.

Se non sono abbastanza dorati potete azionare il grill per alcuni minuti a fine cottura.

Potete cuocerli anche nella friggitrice ad aria sempre dopo averli spennellati di olio e girandoli a metà cottura.