

Uovo Pochè, vellutata di asparagi selvatici

CON MIA GRANDE SORPRESA, HO SCOPERTO CHE LA CAMPANIA È UNA DELLE REGIONI A MAGGIORE PRODUZIONE OLIVICOLA. E L'OLIO DI CERRETO SANNITA È VERAMENTE SPECIALE.

Ci eravamo lasciati con un delizioso [Olio Umbro ed una cacio e pepe incarciofata!](#) Adesso proseguiamo il nostro viaggio alla scoperta dei meravigliosi oli extravergine italiani scendendo nuovamente verso sud, in una regione che riserva notevolissime sorprese circa la produzione olivicola.

E' il turno dell'Olio Campano, in particolare di un olio che arriva dalla provincia di Benevento.

Con mia grande sorpresa, ho scoperto che la Campania è una delle regioni a maggiore produzione olivicola, circa il 9% del totale nazionale anche se per la maggior parte questo è destinato all'autoconsumo ed alla vendita all'ingrosso. Sul territorio sono presenti la bellezza di 80 cultivar autoctone e pare che molte di queste siano state introdotte dai Fenici e dai Greci.

Gli oli campani hanno un dolcezza di base ed un flavor molto delicato ma con la sempre più profonda attenzione alla produzione, si stanno ottenendo oli più intensamente aromatici.

[L'olio](#) della zona di Cerreto Sannita, che ho avuto la fortuna di assaggiare oggi (e che lo scorso anno ha vinto il prestigioso premio [Ercole Olivario](#)), è veramente speciale. **Estremamente fruttato, con un lieve piccante e l'amaro tipico delle erbe spontanee, dell'ortica e degli asparagi**, ed è per questo che ho voluto provare questa ricetta estremamente primaverile, frutto di una recente scorribanda in un bosco vicino.

Sono riuscita a trovare un bel mazzetto di asparagi selvatici, che qui chiamano anche "asparagina", e delle giovani e fresche foglie di ortica.

Ne è venuto fuori un piatto che ho molto amato per semplicità ed intensità di sapore, grazie anche alla nota importante conferitagli dall'[Olio Racioppella](#).

Ho aggiunto un tocco di sapidità e croccantezza con del rigatino di Cinta Senese (perdonatemi, ma indulgo sempre nell'amor Toscano).

Uovo Poché su vellutata di asparagi selvatici e ortica e rigatino di Cinta croccante

Per 2 persone

2 uova freschissime

un mazzetto di asparagi selvatici (c.a 150 gr)

un mazzetto di foglie d'ortica giovani ([c.ca](#) 50 gr)

mezzo gambo di sedano

una piccola patata

1 spicchio d'aglio

1 piccola cipolla

30 gr di rigatino di Cinta Senese tagliato sottile

2 fettine di pane napoletano o toscano tagliate medie

500 ml di brodo vegetale fatto in casa



Olio Extravergine Racioppella

Fiori di rosmarino per decorare

Preparate il vostro brodo vegetale in anticipo e portatelo a ebollizione.

Pulite gli asparagi, tagliate le teste e tenetele da parte.

Pulite con grande attenzione le foglie d'ortica passandole ripetutamente sotto l'acqua.

Sbucciate uno spicchio d'aglio, pulite la cipolla e tagliatela a spicchi, e versate 2 cucchiaini di olio extravergine Racioppella in una casseruola con aglio e cipolla. Aggiungete una fettina di rigatino e accendete la fiamma. Fate rosolare molto dolcemente.

Pulite la patata e tagliatela a fette. Pulite il sedano e tagliatelo a dadini.

Dopo cinque minuti che gli odori sono in cottura, aggiungete la patata, il sedano, l'ortica e le gambe di asparago. Alzate leggermente la fiamma e aggiungete il brodo giusto per coprire. Non deve essere troppo perché dovrete ottenere una crema vellutata.

Aggiustate di sale e fate cuocere a fiamma media fino a che le verdure non saranno morbide.

Nel frattempo preparate l'uovo poché.

Prendete due rettangoli di pellicola trasparente e spennellateli con un goccio d'olio quindi sistemateli con la parte oleata verso l'alto, in 2 ciotoline.

Rompete le uova e versatele con delicatezza ognuna in una ciotola.

Chiudete i lembi della pellicola ed arrotolatela su se stessa sigillando bene con un pezzettino di spago.

Portate a ebollizione l'acqua in un pentolino.

Appoggiate delicatamente i pacchettini con le uova nell'acqua (che non dovrà bollire ma solo sobbollire) e fate cuocere per c.a 2h30.

Togliete i vostri pacchettini e tenete da parte.

Saltate le punte di asparago con un filo d'olio ed un goccio di brodo fino a che non saranno cotte ma al dente. Tenete in caldo

Fate scaldare una padella con fondo antiaderente a fiamma media ed appoggiatevi 4 fette di rigatino. Fate asciugare per un paio di minuti, girandole regolarmente con una pinza. Diventeranno croccanti. Asciugatele dal loro grasso con della carta assorbente e tenete da parte.

Eliminate l'aglio e la fettina di rigatino dalle verdure quindi frullate bene con un mixer a immersione sino ad ottenere una crema molto vellutata e non troppo densa.

Versate la crema sul fondo di una scodella.

Tostate le fette di pane e date loro la forma rotonda con un coppapasta di c.a 8 cm.

Versate l'olio sul pane e siate generosi.

Sistamate il pane sulla vellutata quindi, con estrema attenzione e delicatezza, liberate le uova dalla pellicola (dovrebbero scivolare via facilmente) e sistematele sul pane.

Decorate il tutto con le cime di asparagi e le fettine di rigatino.

Irrorate abbondantemente con l'Olio Racioppella e decorate con fiori di rosmarino.

Finite con una spolverata di pepe nero fresco e servite subito

Sale e pepe qb

Leggi il post su [Andante con Gusto](#)