

[Home](#) > [Gusto](#) > [Ricette](#) > Capesante, mammole e vinaigrette di peperoncini esotici: la primav...

Capesante, mammole e vinaigrette di peperoncini esotici: la primavera romana con un tocco speziato

L'antipasto dal menu di Pasqua del ristorante Ineo, una stella Michelin all'Anantara Palazzo Naiadi Rome Hotel, guidato dallo chef Heros De Agostinis

di MICHELE MEZZANZANICA 31 marzo 2026



Capesante, mammole e vinaigrette di peperoncini esotici

PER APPROFONDIRE:

[ARTICOLO:](#) Pasta mischiata ai 12 pomodori: la ricetta di Pasquale D'Ambrosio che esalta il Mediterraneo

[ARTICOLO:](#) Torta Mimosa: la ricetta d'autore di un classico dolce di primavera

[ARTICOLO:](#) Cappuccino di cavolfiore, wagy, tarallo e caffè: matrimonio in tazza fra tradizione partenopea e visione contemporanea

Chef Heros De Agostinis, celebra la Pasqua con un menu speciale dal titolo evocativo: **'Un ricordo dell'infanzia'**.

La filosofia dello chef

Il ricercato **percorso gastronomico** sarà proposto esclusivamente nelle giornate di domenica 5 e lunedì 6 aprile, Pasqua e Pasquetta, e sarà un **racconto intimo** che intreccia memoria, radici familiari e identità culturale, trasformando i ricordi dello chef in un'esperienza culinaria contemporanea. La cucina di De Agostinis è infatti un dialogo tra mondi diversi. Cresciuto nel quartiere romano dell'**Esquilino**, crocevia di culture e sapori, lo chef ha costruito nel tempo una visione gastronomica che parte dalle **fondamenta della cucina italiana** per aprirsi a **suggerimenti internazionali**, trasformando ingredienti, spezie e ricordi personali in un linguaggio culinario contemporaneo. Una cucina che non cerca la semplice contaminazione, ma racconta storie, viaggi e identità attraverso il piatto. **"Parlo romano, ma sogno in tante lingue"**, il motto di Heros De Agostinis.



Chef Heros De Agostinis e la sala del ristorante Ineo

Ad aprire il menu pasquale di Ineo è l'**antipasto 'Capesante, mammole romane e vinaigrette di peperoncini esotici'**, un piatto che racconta la **primavera romana** con un **accento speziato**. Di seguito, ecco la **ricetta completa** condivisa coi lettori di Qn Itinerari da chef De Agostinis.

Ingredienti (4 persone)

Carciofi sous-vide

- 4 carciofi romaneschi
- 1 spicchio aglio
- 10 g mentuccia romana
- 60 g olio extravergine di oliva
- 20 g vino bianco
- scorza di limone
- sale
- pepe bianco

Capesante

- 10 g succo di yuzu
- 10 g mirin
- 10 g olio di vinacciolo
- scorza di lime
- pepe bianco

Purea di carciofi

- 3 carciofi
- 30 g scalogno
- 30 g burro
- 40 g panna
- 20 g olio extravergine di oliva
- succo di limone
- sale
- pepe bianco

Vinaigrette al peperoncino

- 20 g aceto di riso
- 10 g succo di limone
- 40 g olio extravergine di oliva
- 1 peperoncino rosso fresco
- sale

Chips di carciofo

- 1 carciofo
- olio di semi per frittura
- sale

Olio al berbere

- 100 g olio di vinacciolo
- 8 g spezie berbere

Preparazione

Carciofi alla romana sous-vide

Pulire i carciofi lasciando 2–3 cm di gambo. Tornire eliminando le foglie esterne dure. Tagliare a metà ed eliminare la barba se presente. Tritare aglio e mentuccia e condire i carciofi con sale e pepe. Inserire nei sacchetti sottovuoto con olio EVO, vino bianco e scorza di limone.

Purea di carciofi

Pulire i carciofi e tagliarli a spicchi sottili. Rosolare lo scalogno nel burro. Aggiungere i carciofi e cuocere dolcemente per 10–12 minuti. Aggiungere la panna e continuare la cottura finché morbidi. Frullare con olio EVO fino a ottenere una crema liscia. Regolare di sale, pepe e qualche goccia di succo di limone.

Chips di carciofo

Affettare il carciofo molto sottile con mandolina. Friggere a 160°C fino a doratura. Scolare e salare.

Olio al berbere

Scaldare l'olio di vinacciolo a 60°C. Aggiungere il berbere e lasciare in infusione per 1 ora. Filtrare.

Capesante

Mescolare soia, yuzu, mirin, olio di vinacciolo e scorza di lime. Marinare le capesante per 5 minuti. Scottarle in padella molto calda 20–30 secondi per lato.

Vinaigrette al peperoncino

Mescolare aceto di riso, succo di limone e peperoncino tritato. Aggiungere olio EVO ed emulsionare. Regolare di sale.

Impiattamento

Stendere una quenelle o una base di purea di carciofi sul piatto. Disporre il carciofo alla romana sopra la purea. Adagiare due capesante scottate. Condire con vinaigrette al peperoncino. Completare con chips di carciofo e gocce di olio al berbere.