Un secondo anno di Covid e una seconda Edizione Straordinaria del nostro giornalino. Come mai?
Abbiamo voluto ritrovarci anche sotto la mascherina e ci siamo riuscite, raccontandoci in un modo nuovo; e le Fornelle, impegnatesi in ricerche fino a ieri impensabili, si sono rivelate anche " buone penne" oltre che brave cuoche, naturalmente.
Parlare, in questo caso, di giornalino, pur se in Edizione Straordinaria, mi pare riduttivo, credo piuttosto di trovarci tra le mani l'espressione del cammino culturale del nostro Club; dalla semplicità del dolce che ne concluse il pranzo inaugurale, nell'ormai lontano 1977, all'articolazione attuale della nostra convivialità.

Un grazie grande, grande:
a tutte le Fornelle che hanno collaborato con vero entusiasmo e bene.
ad Anna, la nostra Segretaria Nazionale, che ha come al solito invitato le Delegazioni, sollecitato e poi raccolto e catalogato con santa pazienza gli scritti.
ad Ilaria Molinari che gentilmente ha tradotto gli scritti dallo spagnolo.
ad Alberto Ghiadoni il nostro grafico-impaginatore che ha messo in gioco tutta la sua professionalità e una grande disponibilità.

Gisella

CLUB DEL FORNELLO - RIVALTA PIACENZA

Il Fornello

Notiziario del Club **«IL FORNELLO»**
Anno XXVI - Numero 1 giugno 2021
Sped. in abb.to PT - art. 2 comma 20/C
Legge 662/96 Filiale di Piacenza

Pubblicazione Semestrale. Luogo della pubblicazione e della stampa: Tipolitografia Costa s.a.s. - 29011 Borgonovo V.T. - Via Pianello - Direttore Responsabile: Paola Romanini - Reg. del Tribunale di Parma in corso di variazione: n. 3/'94 - Diffusione gratuita - Sede dell'Associazione: Piacenza

Edizione straordinaria 2021



Dal tablet alla tavola

È la nostra reazione all'inverosimile situazione odierna, dove, parafrasando i latini, vige il "dividi e sopravvivi". E non se ne può più.

Noi Fornelle siamo abituate a incontrarci, cuciniamo insieme, siamo amiche e tutto ciò ci manca moltissimo.

Perciò, abbiamo deciso di riprendere le nostre abitudini e i nostri riti, comunque: grazie alla tecnologia. Con un viaggio nelle Delegazioni, che diventa quindi strumento per tenere viva l'amicizia, per conoscere cibi nuovi, e scoprire che l'Italia, in cucina, è così diversa e spesso così simile.

Dall'invito alle Fornelle di tutte le Delegazioni

> Carissime fornelle,
> la tanto agognata normalità è ancora lontana, il tempo passa e nessun miglioramento si profila all'orizzonte.
> Che cosa possiamo fare nell'attesa? Adeguiamoci! Adottiamo anche noi lo smart working.
> Mi spiego: un cenno è già stato fatto da Gisella nell'ultimo numero del giornalino che spero sia arrivato a tutte voi. La nostra Presidente pensa che questa sia l'occasione per creare a tavolino ricette con prodotti tipici locali che abbiano una storia da raccontare o che nascondano qualche segreto, ricette che verranno realizzate per future conviviali.
> Sarà interessante raccogliere ciò che elaboreremo per farne un altro numero speciale del nostro notiziario.
> Aspettiamo con una certa curiosità di ricevere numerose vostre proposte culinarie arricchite da notizie e/o curiosità riguardanti i principali ingredienti che le compongono.
> Un abbraccio affettuoso e buon lavoro.
> Anna

nasce una storia di cibi e di cucine.

Calendario delle manifestazioni



APPENA POSSIBILE:

SIRACUSA

XVI CONGRESSO NAZIONALE



5 MAGGIO 2022:

REGGIO EMILIA

XXXV ANNIVERSARIO



24 MAGGIO 2022:

FIRENZE

XXX ANNIVERSARIO



DATA DA DEFINIRE 2022:

PIACENZA

VL ANNIVERSARIO DI FONDAZIONE



MAGGIO 1ª DECINA 2024:

COMACCHIO

XV ANNIVERSARIO



MAGGIO/GIUGNO 2024:

LUCCA

XXXV ANNIVERSARIO

e che sia di buon auspicio!!

Carissime Fornelle,

Cosa ci hanno raccontato durante questo primo anno di Covid?

"Parole, parole, parole... soltanto parole", come cantava Mina in una sua bellissima canzone.

E noi sempre incollate a un video, in quotidiana astinenza di notizie e la TV che ci bombardava di numeri, percentuali, opinioni, venduti al momento come verità; ma anche quelle di prima erano verità e anche quelle immediatamente dopo lo erano. Solo che non coincidevano mai, o pochissime volte.

Questo ci creava un turbinio di paure e di pensieri, naturalmente mai consolatori; si era in balia di un mare in tempesta su di una barca che aveva come vela una parola magica "resilienza" che, ignoranza mia, conoscevo piuttosto come riferita alla resistenza di un materiale. E noi abbiamo dovuto fare muro, racimolare tutte le nostre forze e capacità per affrontare al meglio questo periodo di grande difficoltà, anche psicologica.

Ma, dopo questa parola "resilienza" che ci ha perseguitato per mesi e mesi come un mantra, per fortuna ne appare una nuova, questa sí, veramente magica: "vaccino".

La scienza, ancora una volta, ci viene in aiuto e tra mille difficoltà ci dà un pò di respiro e la speranza di saltarne, in qualche modo, fuori; quando, non si sa!

Ma tra persone normali: tu, noi, le Fornelle, cosa ci siam detto?

Parole reciproche di solidarietà, di aiuto, di speranza, di desiderio di libertà, di ripartenza, di rinnovamento; parole semplici, ma veramente vere, queste, che creano una nostra "resilienza fornellesca" anche in questo secondo anno di Covid e ci aiutano a tenere vivo il nostro prezioso "fuoco", guardando alla cucina delle origini, alle tante tradizioni per una nuova convivialità, col desiderio di ritrovarci finalmente a tavola con un sorriso.

Forza!! e... a prestissimo.

Gisella

21 febbraio 2021



Il Castello di Rivalta (PC)



La torre



La "Cucina dei rami"

La crème versée con frutta

Una ricetta storica per il nostro Club

Questo dolce è stato servito, su di un antico piatto di ceramica umbra, al pranzo inaugurale del Club del Fornello nella "cucina dei rami" del Castello di Rivalta.

Era il 28 novembre 1977

INGREDIENTI

- 10 prugne secche
- 10 albicocche secche
- 5 pesche secche
- 100 g di uva passita
- vino bianco
- 1 l di latte
- 4 uova intere
- 3 tuorli
- 300 g di zucchero
- 1 baccello di vaniglia
- cannella
- chiodi di garofano
- pimento

Cuocere la frutta separatamente in vino bianco con zucchero, cannella e chiodi di garofano, quando è quasi caramellata lasciare raffreddare. Bollire 10 minuti il latte con lo zucchero, la vaniglia e un pizzico di pimento, lasciare raffreddare.
Frullare le uova e aggiungerle al latte, poi colare il tutto. Caramellare uno stampo da savarin.
Disporre la frutta a colori alterni nello stampo e farlo intiepidire affinché la frutta si attacchi al caramello.
A freddo aggiungere tutto il latte, disporre lo stampo in una teglia con acqua bollente e cuocere a bagnomaria in forno preriscaldato a 170°-180° per 1 ora circa.

«Con un dolce molto semplice, ma a sua insaputa molto beneaugurante, è iniziato il cammino del nostro Club. Da più di quarant'anni lo percorriamo con entusiasmo e con la consapevolezza che il nostro desiderio di continua evoluzione non è stato vano».

Le Fornelle

La cucina della corrida

Nicoletta Negrini - Madrid



Il toro, nel periodo delle Ferias, come la Feria di San Isidro (festa tradizionale madrilena n.d.t.), finisce i suoi giorni sacrificandosi nel combattimento taurino che avviene nella piazza De Las Ventas. E la sua coda – per non dire delle altre parti dell'animale – finisce nelle pentole e nello stomaco dei commensali. A regalare ulteriore attrattiva, allo spettacolo taurino in sé, è la scommessa cultural gastronomica che va in scena – da quattro anni – nella Sala Alcalá del famoso ristorante Tendido 11 e che è già diventata un rituale irrinunciabile dedicato al Santo patrono della capitale spagnola. Fu Paco Roncero a iniziare la tradizione gastronomica, nel ristorante La Terraza del Casino, con una proposta di dodici menù in cui riuniva presente e futuro della cucina taurina spagnola. La sua "coda di toro con foie gras e funghi" è memorabile.

L'esperienza si è ripetuta con successo e nell' ultima Feria, sempre utilizzando carne di razza Brava (quella dei tori da corrida n.d.t.) chef famosi hanno creato tapas (piatto di porzione ridotta, tipico spagnolo n.d.t.) particolari: un "involtino croccante di coda di toro con insalata", un "raviolo dolce di tendini e coda con fichi alla brace e un accompagnamento di cochinita" (salsa piccante n.d.t.) e una tapa il cui solo nome incanta e scatena la curiosità: *Mantello rosso e oro* il cui ingrediente principale è ancora la coda di toro. (Sarà intrigante come il nome? n.d.r.).

Riuscendo perfettamente a ingolosire anche i toreri reduci dall'arena e a deliziare gli spettatori della corrida più famosa del mondo.

Già i Greci apprezzavano moltissimo la carne del toro e i Romani la degustavano in ottimi stufati, splendidamente descritti da Marco Gavio Apicio nel suo "De re Coquinaria": con lo stufato alla maniera Ostiense e in stile Apiciano. Molto presente nella cultura culinaria dell'uomo, la carne taurina la si trova citata anche nella "República gentilica" del religioso Jerónimo Romano, all'epoca di Tarquinio e anche sulle tavole di Trimalchione, di Marco Valerio Marziale e di Decimo Giunio Giovenale.

Anche gli emiri di Al Andalús – all'epoca della Spagna araba, come viene raccontato nei *romances* della tradizione letteraria – facevano culminare i propri banchetti con le corna del toro a deliziare i palati di corte, al tempo di Abd al Rahman III e Al Hakam II.

Nella Spagna medievale, all'epoca dei capolavori



letterari de “La Celestina” di Fernando de Rojas e del “Libro del Buen Amor” del Arcipreste de Hita, era uso servire grandi tagli di carne di toro e bue in stufati e *potages*. Mentre, fu nel secolo XVIII, ai tempi dei toreri Pepe Illo y Costillares Nicolás Penacho, che iniziò la passione per la carne di toro nelle cucine lusitane, betiche e andaluse. Cordoba, fu la città in cui questa prelibatezza raggiunse il suo maggior prestigio.

Piatto di origine popolare, la coda, inizialmente si vendeva tra le frattaglie. La ricetta tipica che prevale attualmente risale alla fine del secolo XIX. Ma la sua fama nazionale arrivò grazie al proprietario del Caballo Rojo, José García Marín, che iniziò a servire la coda – stufata con il vino rosso e le verdure – insieme alla selvaggina cacciata direttamente dal Re, elevando questo umile pezzo di carne agli onori della gastronomia. La coda veniva preparata il giorno seguente la corrida, anche nelle osterie, vicine alla piazza De La Corredera, che si rifornivano di magnifiche e succulenti code nelle macellerie della piazza della corrida o direttamente dal macello. La coda veniva sempre stufata e accompagnata da vini andalusi come Motilla, Moriles o Aguilar.

La chiave per la buona riuscita del piatto di coda è la pazienza certosina, che dà tempo al tempo e che da sempre caratterizza l’arte dei fornelli.

La coda di manzo al vino rosso

Raquel Alvarez - Madrid

INGREDIENTI

- 2 kg di coda di manzo
- 4 cipolle
- 1 porro
- 4 carote
- 1 litro di vino rosso
- acqua
- sale
- pepe nero
- olio d’oliva
- farina

Insaporire con sale e pepe la coda di manzo tagliata a pezzetti. Infarinarla e friggere in una casseruola.
Togliere dal fuoco la carne e dorare le verdure iniziando con le cipolle, seguite da porro e carote. Salare e pepare.
Una volta cotte le verdure, aggiungere la coda di manzo e il vino rosso.
Lasciare che il vino evapori 5 minuti.
Coprire con acqua e lasciare cuocere 3 ore a fuoco basso.
Pronto per servire.



La grolla valdostana



La coppa dell'amicizia

Il caffè alla Valdostana

Iris Rivolin - Aosta

È davvero un piacere recarci dalle Fornelle di tutta Italia che a turno ci invitano nelle loro sedi dove siamo sempre accolte con calore, simpatia e soprattutto con amicizia.

Abitualmente noi offriamo loro la nostra *Coppa o Grolla dell'amicizia* per bere il caffè alla valdostana.

INGREDIENTI

- caffè
- scorza d'arancia o di limone
- zucchero
- grappa

Mettere la scorza all'interno della *grolla o coppa dell'amicizia* a quattro, sei o più beccucci e cospargere l'orlo con un cucchiaino di zucchero ed un po' di grappa.
Fare in una caffettiera un caffè che, bollente, si versa nella grolla.
Aggiungere grappa e zucchero e accendere l'alcol che si sprigiona dall'interno.
Lasciare bruciare, mescolando con un cucchiaio di legno fino a quando lo zucchero del bordo sarà caramellato.
Soffocare la fiamma con il coperchio della grolla.

Questo tipico caffè va bevuto in compagnia degli amici e usufruendo dei beccucci in senso antiorario.

La grolla rimane oggi il soggetto più trattato dagli artigiani valdostani che, ispirandosi ai modelli antichi, le elaborano secondo il proprio gusto e la propria sensibilità.

La grolla era riservata alle bevute conviviali in occasioni speciali, mentre per l'uso quotidiano si ricorreva a ciotole di legno. Da queste ciotole, sempre lavorate sul tornio e rifinite manualmente, è derivata la *coppa dell'amicizia* più bassa e panciuta della grolla, con più beccucci e con il coperchio scolpito a foglie di vite o a grappolo, adoperate anche per il vino.

Il termine grolla deriva da *Groual* che in *lingua d'oïl* significava calice, oggi ancora diffuso nelle regioni intorno ai valichi alpini del Piccolo e Gran San Bernardo.

Ci riporta anche alla leggenda del Santo Graal.

La bagna caôda

Silvana Maccagno - Torino



Ricetta autunnale per eccellenza, la bagna caôda è originaria del basso Piemonte.

Gli ingredienti sono pochi e semplici: olio, aglio, acciughe.

A proposito di olio, la ricetta tradizionale parla di olio di noci, molto abbondanti nella zona, ma si usava anche l'olio d'oliva. Olio d'oliva in Piemonte? Sembrerà strano, ma nel Piemonte meridionale fino al XVIII sec. era coltivato l'ulivo, come testimoniano i nomi di alcuni paesi: Olivola in provincia di Alessandria e San Marzano Oliveto in quella di Asti. E comunque l'olio arrivava oltre che dalla Liguria, da Nizza e da quella parte di Provenza che fino al 1860 faceva parte del Regno di Piemonte, da dove arrivava anche sale e acciughe sotto sale.

Elemento prezioso, da sempre, il sale: contro le forti tasse imposte dai Savoia, tra il 1600 e il 1700, in Liguria e in Piemonte vi furono moti di rivolta chiamate *guerre del sale*. Il trucco per farlo arrivare in Piemonte, senza pagare dazio, era quello di farla in barba ai gabellieri: nei barili pieni di sale, i primi strati di superficie erano di acciughe che lo occultavano.

Le prime notizie della bagna caôda risalgono al primo medioevo.

I carovanieri del sale astigiani durante i loro viaggi in Provenza conobbero un curioso mangiare dei pescatori e dei lavoratori nelle saline: una salsa di acciughe, aglio e olio, mantenuta calda in un tegame, nel quale, a turno, intingevano pezzi di pane che poi venivano abbrustoliti sul fuoco. Una salsa che ha una forte somiglianza, forse non casuale, con la nostra bagna caôda.

Tutto lascia pensare che questi carovanieri non solo se la gustassero là, ma addirittura ne abbiano importato la ricetta.

Tanto che alla fine del XIV sec. tale Antonio Guainerio, medico, menziona una salsa dei contadini (*rusticorum sapor*) fatta di mollica di pane e aglio cotto, molto amata dai Francesi e dagli abitanti della Provenza. Il fatto che non vi compaia olio né acciughe può forse essere una sua imprecisione, essendo il testo non di cucina, ma di medicina. Infatti le acciughe salate erano sul mercato a buon prezzo e in abbondanza, in quanto trasportate, a dorso di mulo, dai carovanieri del sale lungo la *Strata salis*, percorsa già dal XII sec., che attraverso le Alpi Marittime, univa le saline provenzali con Asti dove il carico veniva smistato e poi distribuito.

Nel 1766 *Il cuoco piemontese perfezionato a Parigi* riporta una salsa, con aggiunta di acciughe, detta *salsa del pover uomo* che probabilmente è diretta discendente di quel *rusticorum sapor* medievale.

Ma per trovare una ricetta stampata bisogna arrivare al 1876 e a offrircela è la letteratura: Roberto Sacchetti nel romanzo *Vecchio guscio* ce ne presenta una, abbinata ai peperoni e protagonista di una colazione rusticana, come la conosciamo noi.

Dopo queste divagazioni torniamo alla bagna caôda: un piatto rustico, con ingredienti poveri, a lungo ignorato dalle classi agiate, ma consuetudine della classe contadina per celebrare, in clima di convivialità, la fine della vendemmia.

Un tempo le verdure venivano intinte nella salsa contenuta in un tegame di terracotta comune a tutti i commensali, il *dian*, che aveva sotto uno scaldino colmo di braci, la *scionfetta*, non per niente bagna caôda significa *salsa calda*. Oggi, che siamo diventati più schizzinosi e ognuno mangia nel suo, il posto del dian è stato preso dal *fojòt* individuale, sempre in terracotta, che ha alla base un fornelletto ad alcol, ma va bene anche il set che si usa per la *fondue bourguignonne*.

Nella bagna caôda si intingono verdure crude e cotte.

Dal 2013 è stata presentata richiesta all'Unesco perché dichiari la bagna caôda Patrimonio immateriale dell'Umanità.

La bagna caôda al latte

INGREDIENTI

formula per le dosi:

- teste d'aglio: n° di persone - 2; esempio 10 persone - 2 = 8 teste d'aglio
- acciughe sotto sale: 100 g x n° di persone: 2 + 1; esempio 10 persone: 2 + 1 = 6 = 600g di acciughe
- olio di noci o d'oliva leggerissimo o di arachidi: 1 bicchiere x persona

per accompagnare:

- cavolo verza bianco
- peperone crudo o arrostito o sottovinaccia
- topinambur
- cardo gobbo
- carciofo crudo
- cipollotto
- polenta fritta
- uova rotte direttamente nel *fojòt*
- tartufo bianco d'Alba
- cipolla al forno
- finocchio
- indivia belga
- carota cruda e cotta
- rapanelli
- barbabietola rossa cotta

Pulire l'aglio togliendo il germoglio e cuocere 5 minuti in acqua, lavarlo sotto l'acqua corrente, farlo cuocere nel latte finché non è ammorbidito, lavarlo nell'acqua corrente.
Pulire le acciughe togliendo lisca e interiora, dissalarle sotto l'acqua corrente.
Metterle in un tegame di terracotta, aggiungere l'aglio cotto e 1 bicchiere normale di olio per persona.
Cuocere lentamente, non deve mai sobbollire o friggere, ma solo sciogliersi formando una crema.
Abbinare con un buon Nebbiolo.

Il fritto misto

Silvana Maccagno - Torino

Si chiama anche *Fricassà mescià*, *Fricia* ed è resistito nei secoli alle mode alimentari e al veganismo imperante. È una ricetta che parla di antiche tradizioni popolari, quando si macellava ancora in casa e si usava utilizzare tutto, anche gli scarti. Un' usanza da cui è nata la cucina delle frattaglie e piatti storici come questo.

Perché; se si dice fritto misto si pensa subito a totani e gamberi, ma se si dice *fritto misto piemontese* allora è un'altra storia e tutta un'altra ricetta.

Piatto per tradizione legato ai periodi freddi dell'anno, è considerato un *piatto della festa*: unisce sapori dolci e salati e ci porta con la mente a stili di vita quasi scomparsi; proprio così, perché il fritto misto piemontese è nato appunto quando ancora le famiglie allevavano gli animali e li macellavano in casa. I membri della famiglia si dividevano poi le parti e gli scarti della macellazione venivano, nei giorni successivi, impanati, fritti, e mangiati insieme ai *sanguinacci*.

Nel corso degli anni la ricetta tradizionale ha subito diverse aggiunte e variazioni. Ad esempio, in molte ricette sono stati aggiunti altri prodotti piemontesi come l'amaretto, carni miste, verdure.

Come spesso accade per le ricette della tradizione, è molto difficile trovarne un'unica versione, ma ne esistono innumerevoli a seconda del territorio, della fantasia e della disponibilità dei prodotti.

Alcuni ingredienti, tuttavia, fanno di un comune fritto misto, il fritto misto alla piemontese.

La ricetta antica

Richiedeva i soli avanzi della macellazione del vitello per la parte "salata", il famoso quinto quarto, e qualche pezzo di dolce e frutta, il tutto accompagnato da carote saltate in padella, per un antipasto ricco e completo.

Con il tempo, però, gli ingredienti si sono arricchiti ed aumentati di numero fino ad arrivare anche ad una trentina di pezzi di carni diverse.

Ma solitamente di base non mancano mai: fegato, polmone, animelle, cervello, salciccia, fettine di vitello e, per la parte dolce, semolino, mele, amaretto.

La ricetta alla monferrina

A tutela di questa ricetta è nata a Crea, cittadina dove è situato il famoso Santuario patrimonio dell'Unesco, l'Accademia della Fricia, Confraternita del Fritto Misto alla Monferrina, che nel mese di febbraio organizza periodicamente un convivio di confraternite gastronomiche attinente il grande piatto della cucina piemontese e relativi abbinamenti con vini piemontesi, solitamente rossi strutturati.

La *Fricia*, secondo l'Accademia, è composta da 15 ingredienti di cui 9 salati, 5 dolci e 2 accompagnamenti: bistecca di maiale, bistecca di coscia di vitello, salsiccia di suino, filoni, animelle, cervello, fegato bovino, polmone bovino, semolino (friciulin), semolino al cioccolato, bignola al cioccolato, mela e amaretto in pastella, carote fritte, *bagnet verd* (bagnetto verde). Ogni ingrediente viene fritto dopo il passaggio in uovo sbattuto e pangrattato, tranne la mela, l'amaretto e le carote.

La ricetta alla piemontese

INGREDIENTI

- 200 g di salciccia
- 200 g di coscia di vitello
- 200 g di fegato di vitello
- 100 g di cervello di vitello
- 100 g di midollo di vitello
- 100 g di polmone di vitello
- 2 mele grandi
- 12 amaretti
- 200 g di semola
- 1 l di latte
- acqua frizzante q.b.
- 1 scorza di limone grattugiata
- zucchero a piacere
- uova q.b.
- olio per friggere q.b.
- burro q.b.
- pane grattugiato q.b.
- farina q.b.
- sale

Per prima cosa prepara il semolino, che dovrà avere il tempo di raffreddare. Metti in un pentolino il latte con la scorza grattugiata di un limone non trattato e un po' di zucchero a piacere (a seconda di quanto vuoi dolce il semolino). Quindi versa a pioggia la semola e, sempre mescolando, fai cuocere finché avrai ottenuto una crema piuttosto densa. Versa il semolino in uno stampo rettangolare e fai raffreddare.
Quando il semolino è raffreddato e rassodato, lo togli dallo stampo e lo tagli a quadretti.
Taglia tutta la carne in modo da formare quattro porzioni per tipo; cerca di fare, per ogni tipo di carne, pezzi di dimensioni simili, in modo da uniformare il tempo di cottura.
Sbuccia la mela e tagliala a fette.
Sbatti le uova in un piatto.
Impana: passa ogni pezzo di carne e di semolino nella farina, poi nell'uovo sbattuto e infine nel pangrattato.
Scalda una padella con abbondante olio e burro e friggi i pezzi di carne e semolino.
Prepara una pastella a piacere (esempio farina e acqua frizzante fredda), immergi le fettine di mela e gli amaretti e poi friggili.
Sala tutto una volta fritto e servi molto caldo.
Il fritto misto alla piemontese è una vera leccornia che richiede una preparazione lunga e complicata. Per questo molto raramente compare nel menu dei ristoranti e purtroppo anche sulle tavole delle famiglie.

La Finanziera

Silvana Maccagno - Torino

Siamo a metà dell'Ottocento, in pieno Risorgimento; sono circa le 11,30 e nelle vie del centro di Torino decine di uomini politici, banchieri e personaggi dell'alta finanza, abbigliati con giacca lunga (chiamata finanziera) e tuba, camminano dagli uffici verso i numerosi ristoranti della città per la loro *pausa pranzo*.

Il piatto preferito, veloce ma nutriente, è un intingolo a base di frattaglie di pollo e vitello, la *finanziera* che prenderebbe il nome proprio dalla giacca indossata da questi personaggi.

Secondo altri l'origine del nome sarebbe dovuto al dazio pagato ai *finanzieri*, situati alle porte della città, dai contadini che si recavano a Torino per vendere i propri polli. Questi pagavano il tributo per entrare in città con le regaglie dei polli, sperando poi di venderli ugualmente ai mercati torinesi anche se privi delle frattaglie che probabilmente non erano apprezzate dai cittadini.

I doganieri si sarebbero ingegnati ad utilizzare i prodotti ottenuti, preparando il piatto conosciuto in seguito col nome di *finanziera*.

Una prima ricetta che in qualche modo ricorda la "finanziera" si trova in un antico ricettario della seconda metà del Quattrocento, il *de arte coquinaria* del Maestro Martino da Como; dà indicazioni «per fare un pastello de creste e ficatelli et testiculi di galli».

Il piatto, chiamato poi *finanziera*, è originario della campagna circostante Torino ed è quasi sicuramente di tradizione contadina; infatti era preparato tra la primavera e l'estate, periodo in cui i galletti venivano castrati per ottenere i capponi e quindi c'era disponibilità di creste e bargigli che della finanziera sono la rappresentazione visiva. Ma ben presto, come tutte le cose eccellenti, si è diffuso in tutto il Piemonte.



Nell'Ottocento la *finanziera* arriva a Corte e troviamo la ricetta nei libri di Giovanni Vialardi e Francesco Chapusot, dove ovviamente compare anche l'onnipresente tartufo e piccole *quenelles* sostituiscono le polpettine di carne. E nei menù di questo periodo compare ancora in lingua francese come *la financière*.

La *finanziera* è decisamente particolare, non ha vie di mezzo, piace o non piace, il gusto leggermente acidulo a volte dolciastro, gli ingredienti decisamente atipici, la rendono un piatto dal gusto marcato, netto, da gustare come portata a sé o accompagnata da riso bollito, tralasciando i soliti *vol-au-vent* che ne nascondono il sapore.

per 6 persone

INGREDIENTI

- 100 g di cervello di vitello
- 100 g di filoni di vitello
- 100 g di animelle di vitello (*lacèt*)
- 100 g di creste bargigli e *ovette* di gallo
- 100 g di testicoli di vitello (*grisèle*)
- 100 g di polpa di vitello tritata
- 1 uovo
- 2 cucchiai di Parmigiano grattugiato
- 100 g di funghi porcini sott'olio
- 1 dl di Marsala secco
- 3 cucchiai di aceto di vino rosso
- 50 g di farina
- 50 g di burro
- sale
- pepe

Porre le animelle e le *grisèle* in un tegame, ricoprirle d'acqua, mettere il recipiente sul fuoco e lasciare bollire per 5 minuti, quindi raffreddare sotto acqua corrente; dopo di che scolare, levare la pellicina che ricopre le animelle e tagliare tutto a dadini.
Mettere le creste e i bargigli in una piccola casseruola, ricoprirli d'acqua, salare e porre sul fuoco; appena l'acqua comincerà a scaldarsi, prendere tra le dita una cresta (idem per i bargigli), stropicciarla e, se la pelle si stacca, levare il recipiente dal fuoco. Scolare e porli sopra un canovaccio, spolverizzando di sale fino; aiutandosi con le mani strofinarli bene nel tessuto levando loro completamente la pelle, bucherellarli con un ago, poi metterli in un recipiente con acqua fredda salata; lasciarli così almeno 4 ore, cambiando ripetutamente l'acqua affinché le creste e i bargigli rimangano bianchi.
Mettere a bagno in acqua fredda le *ovette* di pollo, immergerle poi in acqua bollente, ma a fuoco spento; quando questa si sarà raffreddata, scolare le *ovette* e levare la pellicina che le ricopre.
Ripetere l'operazione se necessario.
Sbollentare cervello e filoni in acqua salata e leggermente acidulata, lasciarli raffreddare e tagliare anch'essi a dadini.
Amalgamare la carne tritata con l'uovo intero, il Parmigiano, il sale il pepe e ricavarne delle piccole palline poco più grandi di una nocciola.
Porre sul fuoco una casseruola con il burro, appena sarà sciolto unire le polpettine di carne precedentemente infarinate; salarle a farle rosolare un poco. Unire poi nell'ordine i *lacèt*, le *grisèle*, le creste, i bargigli, i filoni, le cervella e per ultimo le ovette, infarinando leggermente tutti gli ingredienti prima di aggiungerli nel tegame; a metà cottura mettere i funghetti tagliati a dadi.
A cottura quasi ultimata versare sulle carni l'aceto e il Marsala. Se l'intingolo risultasse troppo forte unire una puntina di zucchero. Servire ben caldo.

Consiglio di Silvana: non tagliare a dadini o dadi, ma a pezzi più grandi così la pietanza non viene presentata pasticciata.

Il Montebore

Delegazione di Tortona

Il territorio tortonese, con le sue splendide valli, rappresenta un vero e proprio scrigno di eccellenze enogastronomiche.

Vogliamo presentarvi il formaggio *Montebore*, degno frutto di questa terra che porta con sé una storia millenaria e prende il nome da un piccolo paese della Val Curone, un angolo di paradiso sull'Appennino piemontese ai confini con la Liguria e Lombardia.

Secondo alcune fonti, già fra il IX ed il X sec. si hanno le prime tracce dell'esistenza di questo formaggio, forse introdotto in zona dai monaci Benedettini che si erano insediati nei pressi del monte Giarolo.

La caratteristica forma *a castellino* che si ottiene sovrapponendo tre o più robiole di diametro decrescente, simboleggia, secondo alcuni, la torre di un antichissimo fortilizio che oggi non esiste più, ma che allora si ergeva a difesa dei territori immediatamente circostanti.

Questa versione storica suggerisce l'evidenza che questo formaggio sia sempre stato prodotto in questa suggestiva forma; per altri ricorda una torta nuziale ed è proprio in occasione di un importante banchetto nuziale che ritroviamo il Montebore: alla corte del Duca di Milano.

Infatti il 23 gennaio del 1489 si tenne a Tortona il banchetto di nozze tra Gian Galeazzo Sforza e Isabella d'Aragona.

Il corteo nuziale in arrivo da Napoli si fermò a Tortona, dove il vescovo Giacomo Botta celebrò il rito nuziale per dar modo a Isabella di entrare a Milano già nel ruolo di Duchessa. Alla funzione seguì il famoso banchetto allestito nel Castello del Conte Bergonzio Botta, tesoriere e personaggio di spicco alla Corte di Milano.

Cerimoniere di eccezione fu il grande Maestro Leonardo da Vinci che ebbe da Ludovico il Moro l'incarico di realizzare «non un semplice, per quanto opulento, banchetto, ma qualche cosa di più, qualcosa di mai visto prima, un trionfo non solo di vivande, ma anche di musica e di poesia». Si diede così vita al più sfarzoso banchetto di fine Quattrocento, che sarà di riferimento per i successivi banchetti in tutta Europa e fu il preludio della Festa del Paradiso, dell'anno successivo, al Castello Sforzesco di Milano.

Per la prima volta nella storia le portate furono servite in tempi successivi, anziché essere ammassate all'inizio del banchetto. Ogni portata, accompagnata da canti, musiche, balli e poesie, fu preceduta da un carro allegorico ispirato al tema mitologico-celebrativo scelto a seconda delle vivande.



Alcuni storici sostengono che proprio in questa occasione la forma del Montebore simulasse una torta nuziale che, forse proprio Leonardo, aveva ideato e successivamente commissionato ai produttori del nobile latticino.

A questo punto, tuttavia, un fatto ci appare certo: sia nel caso che la forma del Montebore abbia origine antichissima, oppure che sia stata ideata "soltanto" nel 1489, questo formaggio costituiva un'eccellenza già molto prima di quell'anno.

Dopo questa data non si ha notizia di eventi storici che riguardano il nostro gioiello dell'Appennino Tortonese, ma è facile supporre che il Montebore sia lentamente ritornato ad essere un prodotto di nicchia e il raggio della sua fama si sia ridotto nel tempo. Spesso ciò avviene quando un'eccellenza della cultura contadina, tipica di un dato territorio, in determinate epoche, comincia ad essere prodotta solamente da poche famiglie che se ne tramandano gelosamente la ricetta per potersi garantire una sorta di esclusiva. Questa ipotesi spiegherebbe il motivo per cui il Montebore sia stato prodotto con continuità (anche se non in quantità)

fino agli anni ’70 del secondo dopoguerra.

Da questo momento in poi, lo spopolamento del territorio e l’abbandono delle locali attività di pastorizia e casearie ha fatto sì che la produzione cessasse del tutto.

Ma quando la memoria di un prodotto è, almeno nel suo territorio di origine, così viva e indelebile, può accadere che qualcuno comprenda che si è sul punto di perdere per sempre un’eccellenza gastronomica di grande valore, e si decida di agire per evitare il peggio.

Fu cosi che alla fine degli anni ’90 nacque un Presidio che ritrovò nella anziana sig.ra Carolina Bracco, l’ultima depositaria dell’antica ricetta di produzione del formaggio Montebore, ed attraverso lei ed il suo sapere ebbe di nuovo inizio la produzione.

Poi nel 1997 con il Progetto di Filiera Casearia della Comunità Montana Valli Curone Grue Ossona e Valli Borbera e Valle Spinti, approvato dalla Comunità Europea, si è cercato di “recuperare” l’antico prodotto. Presentato nel 1999 alla mostra Cheese di Bra, fu amore a prima vista: persino il New York Journal gli dedicò una pagina e il Montebore spiccò il volo dalle sue valli ed iniziò a confrontarsi con successo sui mercati internazionali.

Il Montebore è un formaggio prodotto con latte vaccino crudo al 70% e ovino; ma quest’ultimo, nonostante sia presente solamente al 30%, riesce a predominare in termini di sapore e profumi, conferendo a questo prodotto una spiccata personalità.

La cagliata, rotta con un cucchiaio di legno, viene quindi posta nelle formelle: messa a scolare nei *ferslin*, le tipiche formelle a forma di cilindro, di diametro decrescente. Nel corso della mezz’ora successiva, le forme vengono girate 4 o 5 volte. Poi, si procede alla salatura manuale, rigorosamente con sale marino (storicamente siamo infatti sulla *Strada del sale*). A questo punto, non resta che far riposare le forme per 10 ore circa in un luogo fresco e asciutto e, infine, estratte dallo stampo, le tre forme dal diametro decrescente sono poste a stagionare, una sopra l’altra, da una settimana a due mesi.

La crosta inizialmente è liscia e umida e poi, con la stagionatura, diventa più asciutta e rugosa. Il colore va dal bianco al giallo paglierino. La pasta è liscia o leggermente occhiata, di colore bianco in varie sfumature.

Notevole la paletta dei sapori e dei profumi che lo caratterizza. A nostro parere, il punto di forza del Montebore è la sua *versatilità gastronomica*. Infatti, nonostante la sua genuinità e la *forza* dei suoi ingredienti lo rendano un formaggio di carattere, il suo sapore, anche nelle versioni più stagionate, non risulta eccessivamente forte o piccante.

Consumato fresco (circa un mese di stagionatura) è un formaggio gradevolissimo e saporito da tutto pasto, che si adatta in maniera sorprendente ai più svariati abbinamenti. Nelle sue versioni mediamente stagionate (fino ai 6 mesi) si sposa idealmente con il miele (particolarmente quello di castagno), le marmellate, la *cugnà* (tipica marmellata piemontese a base di mosto d’uva, frutta secca e spezie) nelle sue numerose varianti; va particolarmente d’accordo con le noci, con tutta la frutta dolce (uva, fichi, ciliegie), impreziosisce risotti, gnocchi e altri primi piatti a base di pasta. Oltre i 6 mesi di stagionatura è ottimo per essere grattugiato.

Non teme accostamenti azzardati, sicuro com’è della propria compostezza: con pere caramellate piccanti di zenzero o peperoncino rivela un’anima insolitamente ardita; con la *sbrisolona* salata di fave e mandorle si scopre un’anima stuzzicante, ama gli sformati di zucca, cui dona robusta sapidità, di carciofi, di zucchine, di cardi.

Per un ottimo aperitivo/apericena, ecco il cosiddetto *Poker d’assi Tortonese*: qualche spicchio di formaggio “Montebore” non molto stagionato, alcune fette sottili di “Pane Grosso di Tortona”, alternate ad alcune fettine sottili di “Salame Nobile del Giarolo“, annaffiate da un buon bicchiere di Timorasso dei colli Tortonesi... e siamo soltanto all’inizio della scoperta dei tesori di questa meravigliosa terra.

Attualmente il formaggio Montebore è un Presidio Slow Food ed è stato riconosciuto dal Ministero delle Politiche Agricole e Forestali come uno dei P.A.T. (Prodotti Agroalimentari Tradizionali), cioè prodotti di nicchia da proteggere e valorizzare, caratterizzati da antichi metodi di produzione, sia nell’agricoltura che nell’allevamento, e diffusi in territori circoscritti.

Il risotto al Montebore e crema di zucca

per 4 persone

INGREDIENTI

- 250 g di riso Carnaroli
- 300 g di zucca verde mantovana
- 250 gr circa di Montebore
- ½ bicchiere di Timorasso (bianco)
- brodo vegetale o di carne
- olio extravergine di oliva
- 1 scalogno

Cuocere la zucca con la buccia nel forno a 180° per mezz'ora circa.
Quando è cotta sbucciarla, frullarla e aggiungerla al Montebore fuso (in padella con poco latte, a fuoco lento). Affettare lo scalogno in una risottiera contenente un poco d'olio.
Far appassire lo scalogno, aggiungere il riso e farlo tostare. Sfumare con il mezzo bicchiere di Timorasso caldo. Tirare a cottura aggiungendo il brodo caldo poco o poco. Aggiustare di sale.
Quando si è raggiunta la cottura desiderata, aggiungere il composto di zucca e Montebore.
A piacere, si può guarnire con tartufo bianco o nero oppure condire con una macinata di pepe nero.

Il risotto al Montebore

Ricetta delle Valli Curone-Grue-Borbera

per 4 persone

INGREDIENTI

- 360 g di riso Carnaroli
- 1 cipolla
- 100 g di burro
- 150 ml di vino bianco secco
- 160 g di Montebore
- 1 l di brodo di carne
- 50 g di grana grattugiato

Tritare la cipolla finemente, metterla in uno casseruola, con una parte del burro e farla imbiondire. Aggiungere il riso e farlo tostare; bagnare con il vino bianco e farlo evaporare, rimestando con un cucchiaio. Aggiungere il brodo bollente coprendo la superficie del riso e continuare ad aggiungerne mano a mano che evapora. La cottura del risotto non deve superare i 20 minuti totali. A circa tre minuti dalla fine della cottura del riso, aggiungere il Montebore tagliato in piccoli dadini; togliere quindi dalla fiamma, aggiungere il grana e il restante burro.
Montecare e servire.

La salsa di Montebore

per 4 persone

INGREDIENTI

- 1 noce di burro
- 1 cucchiaino di farina
- 250 g circa di Montebore
- 250 ml di latte
- sale q.b.

Impastare la noce di burro con un cucchiaino di farina. In un recipiente di terracotta, a fuoco lento, sciogliere la noce di burro nel latte. Aggiungere il Montebore a pezzetti e cuocere lentamente per 10 minuti circa. Aggiungere sale quanto basta.

Le troufie al Montebore dell'Appennino tortonese

Questo primo piatto semplice e gustosissimo, viene preparato solo in alcuni paesi dell'Appennino tortonese ed è conosciuto dal valligiani con il nome di *Troufie*. Una denominazione che richiama la confinante Liguria e le ben note *trofie al pesto*.

Per quanto concerne il tipo di pasta, in realtà si tratta di una versione modificata delle tradizionali trofie. Di dimensioni maggiori, le *troufie tortonesi* sono preparate con farina bianca e farina di castagne. Nell'alto Tortonese, infatti le *troufie* non sono insaporite con sugo di pesto, ma con il Montebore. Il formaggio locale dal sapore latteo e burroso, ideale per esaltare l'aroma della castagna.

per 4 persone

INGREDIENTI

per le troufie:

- 200 g di farina bianca anche di grano duro
- 200 g di farina di castagne
- acqua calda e sale q.b.

per il condimento:

- 30 g di burro
- ½ bicchiere di panna da cucina (se troppo pesante sostituire con latte intero)
- 100 g di Montebore non troppo stagionato
- una manciata di Parmigiano grattugiato
- pepe nero in grani e sale q.b.

Mescolate la farina bianca con quella di castagne e poco sale, impastate sulla spianatoia con acqua calda, aggiungendone poco alla volta e lavorando bene gli ingredienti fino a far divenire l'impasto compatto e liscio.

Formate dei cordoncini del diametro di 1/2 cm. che taglierete della lunghezza di 1 cm e passerete su un rigagnocchi. In alternativa potete stendere un panno grezzo a trama grossa ben infarinato e far rotolare i cordoncini, strisciandoli con il polpastrello dell'indice, in modo da formare dei riccioli a forma di trucioli.
Esaurita la pasta disponete le troufie su un vassoio leggermente infarinato, in attesa di cottura.
Mettete nel mortaio il Montebore spezzettato e la panna, lavorateli con il pestello fino a formare una crema abbastanza liscia e omogenea. In sostituzione del mortaio potete anche utilizzare il frullatore, ma fate attenzione a non rendere troppo uniforme la salsa.
Ponete a fondere il burro in una padella ed unite la crema di formaggio. Mescolate fino a completo assorbimento.
Lessate le troufie in abbondante acqua bollente salata, scolatele e versatele nella padella con il condimento.
Fatele saltare distribuendo una generosa torchiata di pepe nero. Servite subito.

I canestrelli della Pieve

Delegazione di Tortona

INGREDIENTI

- 1 Kg di farina
- 150 g di strutto
- 150 g di olio
- 150 g di zucchero
- 1 cucchiaino di sale
- 10 g scarsi di bicarbonato sciolto in mezzo bicchiere di latte caldo

Impastare gli ingredienti lavorando bene e formare i canestrelli. Nel frattempo mettere una pentola al fuoco con acqua e poco sale; quando bolle immergetevi i canestrelli poco alla volta e lasciare bollire alcuni minuti. Toglierli con il mestolo bucato e, quando si è applicato a tutti lo stesso procedimento, infornarli a forno ben caldo.

I canestrelli

Franca Arezzi Viola - fondatrice della Delegazione di Tortona

INGREDIENTI

- 250 g di farina
- 50 g di burro
- 50 g di zucchero
- un pizzico di sale
- un poco di latte

Impastare il tutto. Lasciare riposare, avvolgere il pannetto con pellicola per 60 minuti. Fare le ciambelline che andranno bollite per 5/6 minuti.
Toglierle dall'acqua, farle asciugare; passarle in forno a 200° sino a quando saranno dorate.

La tartrà: memoria del Medioevo

Margherita Berruti - Asti

È una straordinaria sopravvivenza della cucina medievale, fino ad un paio di generazioni fa molto diffusa nel mondo contadino astigiano.

Si tratta di una sorta di morbidissimo budino salato, fatto con il latte, uova ed un minimo di condimento, che si mangiava con la polenta o da solo, come piatto unico.

È un piatto poverissimo che nasce però nella cucina ricca dei nobili.

Simili preparazioni, contraddistinte dalla morbida delicatezza, erano praticate, con nomi diversi, ma con ogni onore, già nel XIV sec., un po' in tutta Europa.

INGREDIENTI

- 4 uova
- 7 dl di latte intero
- 1 piccola cipolla
- 1 noce di burro
- 2 cucchiai di farina bianca
- 2 cucchiai di Parmigiano grattugiato
- 2 cucchiai di foglie di alloro
- salvia e rosmarino tritati finissimi
- sale
- pepe nero

Tritate finemente una piccola cipolla e fatela appassire in un padellino con una noce di burro fino a risultare trasparente e tenera, senza colorire.
In una terrina sbattete le uova con il latte, unite la cipolla appassita, il trito di erbe, il Parmigiano grattugiato, la farina bianca. Salate poco e pepate con abbondanza.
Trasferite il composto in un polsonetto e mettetelo sul fuoco a bagnomaria. Va lavorato con la frusta fino ad ottenere una crema vellutata, liscia ed omogenea.
Versare la crema in stampini individuali, del tipo da Crème caramel, imburrati e leggermente infarinati.
Fateli cuocere nel forno preriscaldato a 200° a bagnomaria in una teglia, poi sformateli direttamente sui piatti con contorno di asparagi e piselli.

Il torrone, un dolce antico

Mara Garello e Margherita Berruti - Asti

Oggi specialità natalizia, questo dolce a base di mandorle, miele, albume e zucchero vanta origini antichissime.

Il termine torrone deriva dal latino *torreo* che significava tostare. Sembra che esistesse già in epoca romana, ma è nel Medioevo che ne esplose la moda.

Si ritiene sia stato introdotto nei Paesi mediterranei dagli Arabi e, attraverso la Sardegna e la Sicilia, sia giunto a Cremona nell'anno 1441, in occasione del matrimonio fra Bianca Maria Visconti e Francesco Sforza.

Si presume che ad Asti ed Alba sia stato introdotto dai cuochi dei Visconti, signori di Milano, che avevano rapporti con i tanti banchieri astigiani.

Per quasi trecento anni furono gli astigiani a fabbricare il torrone, ma la modifica che ha reso unico il torrone piemontese venne introdotta nell'Albese con l'uso della nocciola tonda gentile delle Langhe. Si attribuisce a Giuseppe Sebaste l'intuizione di impiegare, invece delle mandorle, la nocciola, ampiamente a disposizione nel proprio territorio.

Verso la fine del '700, un pasticcere astigiano ricavò il meglio dalle varie ricette in uso e trovò la formulazione che ancora oggi si utilizza per il torrone d'Asti.

Gli ingredienti del torrone sono albume d'uovo, miele millefiori, zucchero, mandorle, noci e nocciole tritate.

In commercio esistono molte varietà di torrone, quello duro è cotto di più, anche fino a dodici ore ed ha una maggiore quantità di zucchero. Il torrone morbido invece è cotto solamente per due ore. Ci sono poi i torroni ricoperti di cioccolato, nocciolato, mandorlato.

Ad Asti abbiamo una storica azienda, condotta sempre dalla stessa famiglia Barbero che sin dal lontano 1883, produce un eccellente torrone apprezzato in tutto il mondo.

Il semifreddo al torrone

per 6 persone

INGREDIENTI

- 200 g di latte
- 150 g di torrone sbriciolato
- 200 g di panna montata
- 30 g di zucchero
- 2 tuorli d'uovo
- 3 g di gelatina ammorbidita in acqua fredda

Versare il latte in un pentolino e portarlo ad ebollizione, nel frattempo sbattere i tuorli con lo zucchero e unirli al latte quando ha preso il bollore. Abbassare subito il fuoco e cuocere a fiamma bassa per un minuto.
Togliere dal fuoco e aggiungere la gelatina. Lasciare raffreddare ed amalgamare il torrone sbriciolato, quindi incorporare la panna montata e rimestare delicatamente.
Rivestire con la pellicola antiaderente lo stampo desiderato, versare dentro il composto e lasciare riposare in frigo per almeno cinque ore
È ottimo servito con la:

salsa al cioccolato

- 100 g di cioccolato fondente
- 250 ml di acqua
- 50 g di zucchero
- 1 cucchiaino di caffè solubile

Si prepara mettendo in un pentolino l'acqua con il cioccolato tagliato a pezzi, lo zucchero e il caffè. Si porta tutto ad ebollizione per un minuto e si fa raffreddare.
Poi si versa sul semifreddo al torrone.



Gli agnolotti

Mara Garello e Margherita Berruti - Asti

Gli agnolotti sono un'istituzione per chiunque viva in Piemonte, e sono stati inseriti dalla Regione tra le specialità ufficiali della gastronomia piemontese.

L'origine del nome è incerta: la tradizione popolare identifica in un cuoco monferrino di nome Angiolino, detto anche Angelot, la formulazione della ricetta; in seguito la specialità di Angelot sarebbe diventata l'attuale *agnolotto*.

Una teoria più moderna fa derivare il nome dal piemontese *anolot*, che non era nient'altro che un ferro adoperato per tagliare la pasta a forma di anello che, a detta di alcuni, era la forma primitiva degli agnolotti.

Etimologicamente gli agnolotti piemontesi sono dunque parenti degli anolini parmensi e piacentini, ma se ne discostano sia per la forma che per la composizione.

Detti anche, specie ai confini con la Liguria, *ravioli o raviole*, gli agnolotti sono un classico piatto dei giorni di festa.

Consistono di una pasta di farina di frumento, sale, poca acqua e molte uova (intere o tuorlo: la proporzione normale è di un uovo ogni etto di farina) ripiena di carni per lo più arrostite, ma anche brasate o stufate, legate da uova e unite ad una verdura (scarola- cavolo- spinaci) e a riso con funzione di ammorbidente.

La forma tradizionale è un quadrato di 2-3 centimetri di lato con il bordo dentellato, ben farcito. Base dell'agnolotto è una sfoglia molto sottile, ottenuta con il matterello o con l'apposita macchina, da cui si ricavano strisce lunghe anche 1 metro e larghe 8/10 centimetri.

Si dispongono mucchietti equidistanti di ripieno su metà della sfoglia, la si ripiega in modo da ricoprirli, con le mani si fa aderire la pasta tutt'intorno e la si ritaglia con la rotella dentata.

La variante oggi più popolare e diffusa, esclusiva un tempo dei paesi dell'Alta Langa, è data dagli *agnolotti del plin*, caratterizzati dalle dimensioni minuscole e dalla sfoglia sottilissima, chiusi manualmente con un pizzicotto (in dialetto *plin - pessià*).



Gli agnolotti del plin

INGREDIENTI

per la pasta:

- 500 g di farina bianca
- 11 tuorli d'uovo
- 80/100 g di acqua fredda
- un po' di semolino

per il ripieno:

- 150 g di carrè di maiale
- 200 g di coscia di vitello
- 200 g di carne di coniglio
- 200 g di scarola
- 4 uova
- 1 cucchiaio di Parmigiano
- 20 g di burro
- 50 g di olio di oliva extravergine
- 1 cipolla
- 1 carota
- 1 rametto di rosmarino
- sale e pepe q.b.

Setacciamo la farina sulla spianatoia, facciamo la fontana e nel centro mettiamo i tuorli d'uovo e l'acqua, poi impastiamo energicamente fino a che la pasta sarà diventata ben liscia. La copriamo con un panno e lasciamo riposare per mezz'ora.

Passato questo tempo stacchiamo un primo pezzo e lo passiamo nella macchinetta da pasta, iniziando dallo spessore più alto per arrivare a quello più sottile.
Una volta pronta la striscia, la stendiamo sull'asse, quindi cominciamo a deporre il ripieno mettendo, a distanza di due-tre centimetri l'uno dall'altro, dei mucchietti di ripieno delle dimensioni di una nocciola.
Copriamo il ripieno con il lembo di pasta e la facciamo aderire sul davanti premendo con il pollice disteso, affinché si attacchi bene.
Ora saldiamo i singoli agnolotti uno per uno con un pizzicotto: il famoso *plin*.
Usando la rotella dentata, tagliamo prima tutta la fila degli agnolotti che abbiamo ottenuto e poi con lo stesso arnese li separiamo singolarmente. In attesa di cuocerli, li sistemiamo in un canovaccio leggermente spolverato di semolino.

Per il ripieno: Prepariamo il soffritto con la cipolla, la carota e il rosmarino. Aggiungiamo le carni facendole dorare dapprima a fiamma vivace, poi, attenuando il fuoco, le portiamo ad arrostire.
Verso metà cottura aggiungiamo la scarola ben lavata in acqua corrente. La cottura dura in media tre ore.
Poniamo le carni arrostite a raffreddare, quindi tritiamo il tutto finemente e, nel composto ottenuto, amalgamiamo quattro uova intere e il Parmigiano aggiustando, a nostro gusto di sale e di pepe.

Per il sugo: Quando prepariamo l'arrosto per il ripieno, teniamo da parte il sugo che si ottiene dalla cottura delle carni. Lo facciamo restringere avendo cura di filtrarlo e di metterlo in un padellino a parte.
Per ogni cucchiaio e mezzo di sugo aggiungiamo tre noci di burro.
Questa dose è sufficiente per condire sei porzioni di agnolotti.
Si cuociono in acqua salata per un minuto e mezzo, si scolano e si condiscono con il sugo d'arrosto.

La finanziera: capolavoro della cucina piemontese

Margherita Berruti - Asti

La finanziera è stata spesso proposta come esempio di una gastronomia contadina rustica, ma sontuosa.

In realtà si tratta di una preparazione nata negli ambienti aulici della grande *cuisine* settecentesca francese, acclimatata in Piemonte e accolta anche in ambito rurale.

Nella seconda metà del Settecento alcuni grandi cuochi francesi elaborarono un filone di ricette consistenti nell'assemblaggio di ingredienti disparati in un fondo di cottura vellutato, a base di vino Madera e funghi.

Tali preparazioni ricche e lussuose nei componenti, furono battezzate *à la Financière* e nei primi decenni dell'Ottocento compaiono stabilmente sulla tavola della Corte Reale di Torino e delle Case Regnanti in Italia.

Alla fine dell'Ottocento la ricetta ormai nota come *Finanziera* è ormai diffusa, come piatto alla moda, nella cucina borghese e ristorantizia di tutto il Piemonte e particolarmente ad Asti e nei paesi più turistici della sua provincia.

La versione *aulica* della Finanziera è rimasta di stretto appannaggio delle antiche famiglie del territorio che ne hanno tramandato la ricetta, pur con minime varianti.

La ricetta proposta, tramandata da almeno quattro generazioni, è considerata una delle migliori realizzazioni di vera gastronomia del territorio.



per 8/10 persone

INGREDIENTI

- 1 Kg di bianco di vitello (cervella, filoni, animelle)
- 300 g di funghi porcini sottaceto con qualche cucchiaio della loro bagna
- 300 g di coscia di vitello macinata
- 300 g di filetto di vitello
- 200 g di creste di gallo
- 50 g di pisellini finissimi
- 1 piccola cipolla
- 1 cucchiaio di conserva casalinga
- Marsala secco
- brodo di carne
- farina
- burro
- pangrattato
- uova
- chiodi di garofano
- noce moscata
- alloro
- ½ limone
- Parmigiano

Sbollentare per due o tre minuti le cervella e i filoni e privarli delle pellicine. Sbollentare per 5 o 6 minuti le animelle e spellarle. Fare lo stesso con le creste di gallo.
Affettare finemente la piccola cipolla e farla appassire in un tegame senza colorirla con una noce di burro. Unire 5 foglie di alloro e 8 chiodi di garofano interi, un cucchiaio di conserva casalinga e un mestolo di brodo ben caldo. Mescolare e far sobbollire per 15 minuti a fuoco dolcissimo, poi tenere in caldo.
In questo tegame con il suo fondo di cottura avverrà l'assemblaggio della *finanziera*.
In una ciotola impastare la coscia macinata con due tuorli d'uovo, una manciata di Parmigiano grattugiato, noce moscata, sale e pepe. Con questo impasto preparare delle piccole polpettine e infarinarle. Poi rosolarle nel burro in una padella larga e quando sono dorate spruzzarle con un bicchierino di Marsala e farle sfumare. Versare il tutto nel tegame di assemblaggio.
Tagliare il filetto di vitello in cubetti di 1 cm. e infarinarli. Pulire la padella delle polpettine, rimettere sul fuoco con una noce di burro, rosolare i cubetti, sfumandoli con il Marsala e versandoli in seguito con le polpettine.
Ripetere la stessa operazione con le creste tagliate in due o tre parti.
Sbollentare brevemente i pisellini, poi rosolarli e stufarli con il burro nella padella pulita, quindi versarli nel tegame principale.
Tagliare i funghi porcini in grossi tocchi e buttarli nel tegame con due cucchiai della loro bagna.
Rimettere il tegame con tutti gli ingredienti a fuoco dolce, bagnare con un mestolone di brodo, un po' di succo di limone e due cucchiai di Marsala. Far sobbollire, mescolando delicatamente, per 10-15 minuti fino ad avere una salsa vellutata leggermente acidula.
Tagliare a piccoli pezzi le cervella, i filoni e le animelle e passarli nell'uovo sbattuto e salato, poi nel pangrattato finissimo.
Rosolare separatamente in una padella i tre ingredienti, facendoli ben dorare, sfumandoli con il Marsala e tenendoli al caldo.
A questo punto unire tutti gli ingredienti nel tegame principale e far insaporire per non più di dieci minuti, aggiustando di sale e di limone (deve essere appena agretta).
Da ultimo eliminare le foglie di alloro e servire, non troppo bollente.

Polenta piatto unico

Semira Ponchiroli - Viadana

La polenta fu per molti l'unico piatto possibile, ma seminò nelle campagne la *Pellagra*. Il granoturco quando fu introdotto nelle nostre terre? Forse nella metà del '500 quando due imprenditori cremonesi, i nobili Antonio Mussi e Giovanni Lamo importarono per primi e coltivarono il granoturco e ne fecero conoscere le ampie possibilità e i vantaggi.

La farina che si ricavava dal grano sembrava particolarmente nutriente ed ebbe grande diffusione come sostituto del pane, tuttavia una alimentazione a base di polenta, come piatto unico ed invariato, diede corso ad una malattia endemica, dovuta ad insufficiente apporto vitaminico, detta *Pellagra* (pelle agra) per le gravi eruzioni che si producevano sulla pelle, specie sulle parti esposte come collo, braccia, estremità. Talvolta con conseguenze estreme fino alla morte.

La polenta, spesso, veniva fatta con farina di mais mal stagionato, umido e guasto ed era causa di malattia negli organismi più deboli e debilitati come quelli dei contadini.

La storia del termine *polenta* non è del tutto chiara. Sembrerebbe derivare dal latino *puls*, un piatto a base di farine di cereali e acqua che gli antichi romani preparavano come accompagnamento ai cibi.

Nella lingua italiana il vocabolo *polenta* risulta documentato almeno a partire dal 1478, nella volgarizzazione del *Liber ruralium commodorum*, famoso trattato trecentesco di agricoltura del giudice e letterato bolognese Pietro de Crescenzi.

Nel XVII e XVIII sec. la Pellagra ha colpito duramente soprattutto le popolazioni dell'Italia settentrionale, in particolare quelle più povere del Veneto, del Friuli, della Lombardia.

Sempre a causa della Pellagra comparvero sindromi neuropsichiche che, fino alla guerra 1915-18 rappresentarono una delle cause più importanti di ricovero in manicomio per disturbi agli arti, afasia, confusione e perdita di memoria, allucinazioni deliranti, demenza.

Nel corso del XX sec. lo studio sulla Pellagra fece grandi progressi arrivando alla formulazione delle cause: alimentazione povera, (carente di Vitamine del gruppo B, Vitamina PP, presenti invece nei prodotti freschi: latte, verdure, cereali e frutta) che si poteva eliminare con una dieta più equilibrata.

Nel 1912 il chimico polacco, naturalizzato americano Casmir Funk, capì che somministrando nicotinaminoidi, correlati alla *niacina* sottoforma di Vitamina PP (Pellagra Preventis) si poteva arrivare alla remissione della malattia. Coniò il termine *Vitamin*, sostanza indispensabile per il mantenimento delle attività vitali.

Secondo il Prof. Attilio Zanca (1924-2002), docente di Storia della Biologia all'Università di Padova e primario di Dermatologia dell'ospedale di Mantova, alla fine del 1830 i pellagrosi mantovani erano 1128 e nel 1856 erano 2195. Quindi si imponevano soluzioni sociali per questi gravi problemi di alimentazione e di igiene.

E numerosi furono i personaggi del nostro territorio che studiarono il problema della Pellagra.

Nella *Antologia Poetica* (1885) di Ettore Sanfelice, poeta, traduttore e drammaturgo viadanese, troviamo la poesia *Pellagroso*.

Latra cane, latra cane,
per le strade ramingando:
il mio ventre latra, e pane
oggi invano andò cercando.

Cane, latra! Se quell'ossa
non ti sazian l'appetito,
senti, presto in una fossa
puoi trovarmi seppelito.

La mia carne pellagrosa,
o buon cane, mangerai;
se di molto più gustosa
della mia poi ne vorrai,

qualche volta nella via,
dando un morso velenoso,
fa' crepar d'idrofobia
un filantropo adiposo.

La polenta pasticciata con salsiccia

INGREDIENTI

per la polenta:
- 250 g di farina di mais
- 1 l di acqua
- sale
- olio oliva

per il sugo:
- 500 g di passata di pomodoro
- 400 g di salsiccia
- 80 g di Parmigiano Reggiano DOP (grattugiato)
- olio extravergine d'oliva q.b.
- 1 cipolla (media)
- sale q.b.

Per la polenta:
Versare 1 litro d'acqua in un tegame con i bordi alti, quando l'acqua sta per sfiorare il bollore unire il sale, quindi versare la farina a pioggia mescolando con un cucchiaio di legno, mantenendo il fuoco vivace.
Aggiungere anche l'olio di oliva che servirà per evitare la formazione di grumi. Mescolare attendendo che riprenda il bollore e proseguire con la cottura per 50 minuti a fuoco dolce, mescolando di continuo per non farla attaccare al fondo. Trascorsi i 50 minuti la polenta è pronta.

Per il sugo:
Tagliare la salsiccia a piccoli pezzi. In una casseruola mettere la cipolla affettata sottile con 3 cucchiai di olio evo, unire anche la salsiccia a tocchetti e lasciare soffriggere per bene da tutte le parti rigirando con un cucchiaio di legno.
Versare ora la passata di pomodoro, regolare di sale e lasciare cuocere a fiamma bassa per circa 25-30 minuti.

Trasferire la polenta rassodata su un tagliere e tagliarla in tante fette spesse 7-8 mm.
Preriscaldare il forno a 200°.
Versare sul fondo di una pirofila qualche cucchiaio di sugo. Fare uno strato di polenta. Coprire con il sugo di salsiccia e abbondante Parmigiano grattugiato.
Continuare con altre fette di polenta, sugo e formaggio sino a terminare gli ingredienti. Finire con il sugo e Parmigiano grattugiato.
Cuocere la Polenta pasticciata nel forno caldo in modalità statico per 18-20 minuti.

Il Fiapon

È un dolce povero, della tradizione contadina preparato con la polenta avanzata.



INGREDIENTI
- 150 g di polenta
- 50 g di farina 00
- 30 g di zucchero
- ½ scorza grattugiata di limone
- olio di semi

Sbriciolate la polenta fredda con le mani, unite lo zucchero e la scorza di limone e la farina quanto basta per avere un impasto malleabile.
Ricavate dall'impasto dei dischi dell'altezza di mezzo centimetro.
Scaldate poco olio in una padella e friggete la piadella da entrambe le parti fino a quando si formerà una crosticina dorata.
Il *fiapon* può essere consumato sia caldo che freddo.

Il baccalà fritto

Anna Mattioli - Milano

Nel lontano 1432 una nave mercantile veneziana partita da Creta e diretta al nord dell'Europa al comando del capitano Pietro Querini, venne travolta da una violentissima tempesta al largo delle Fiandre e dopo una lunga navigazione fuori rotta affondò. Solo una scialuppa con a bordo 19 uomini raggiunse l'isola di SandØya dell'arcipelago delle Far Øer vicino all'Islanda.

I naufraghi superstiti furono salvati dai pescatori dell'isola di RØst capoluogo delle isole Lofoten e lì restarono per alcuni mesi, prima di ripartire alla volta della loro patria, *La Serenissima*.

Durante questo soggiorno obbligato i marinai veneziani vanno a pesca di merluzzi con i pescatori locali e da loro imparano l'essicazione e la conservazione dello stockfish, lo stoccafisso o baccalà.

Querini e gli altri porteranno in patria la loro esperienza che raccoglierà uno straordinario successo diventando il baccalà, nei secoli, piatto base di innumerevoli ricette, divulgate in tutto il mondo.

Nell'immediato dopoguerra a Milano il baccalà era tra i cibi più economici e facilmente reperibili su tutti i mercati: la mia mamma lo comperava spesso e me lo cucinava secondo la ricetta qui presentata che trae origine dalla cucina romana-ebraica. Trattasi di tranci di baccalà fritti nella pastella e la pastella rappresenta la vera variante.





INGREDIENTI

per la pastella:
- 300 g di farina 0
- olio extravergine di oliva delicato
- 10 g di lievito di birra
- 250 ml di birra

per la marinata:
- 1 limone
- 2 cucchiai di olio

Per la pastella: mettere in una ciotola la farina, la birra a filo e il lievito diluito in poca acqua tiepida. Miscelare. Coprire con la pellicola e lasciare riposare in frigo per tre ore.

Per il baccalà: pulire il trancio privandolo delle lische e della pelle e tagliarlo a pezzi. Sciacquarlo e tamponarlo con carta assorbente.
Unire la marinata e lasciare riposare per mezz'ora.
Mettere a scaldare abbondante olio extravergine di oliva delicato.
Asciugare con carta assorbente i tranci di baccalà dalla marinata.
Immergere i pezzi nella pastella coprendoli ben bene e tuffarli nella padella quando l'olio è a 170° gradi.
Far friggere fino a perfetta doratura e scolare su carta assorbente.
Salare e servire subito.

Il pollo della domenica

Annalori Ambrosoli - Milano

Nella pianura padana sono molte le fattorie con allevamenti di polli e il pollo è stato, e ancora oggi è, il piatto più consumato nei giorni di festa, soprattutto nelle campagne. La ricetta discende dalla più famosa *Blanquette de veau*, uno dei piatti più antichi e conosciuti in Francia. La Lombardia e più ancora il Piemonte hanno molto risentito, anche da un punto di vista culinario, della vicina Francia. Senza contare come nel 1800 cuochi francesi prestassero il loro servizio nelle grandi famiglie della nobiltà milanese e non solo.

Il piatto deriva da quello di vitello francese arricchito da una salsa all'uovo e limone, cotta con il brodo del pollo.

È un piatto completo e con il risotto diventa un piatto unico, facile da servire anche in un buffet in piedi.

Dai miei tre bambini veniva chiamato il *pollo della domenica* e oggi è piaciuto anche ai nipoti. È un piatto semplice, unico, che si presenta bene, saporito e soprattutto semplice:

INGREDIENTI
- 1 pollo
- sedano
- carota
- cipolla
- 2 foglie d'alloro
- 2 chiodi di garofano
- 2 cucchiai di sale grosso
- 3 litri d'acqua

per la salsa:
- 50 g di burro
- 50 g di farina
- 7 dl di brodo del pollo
- 1 limone succoso spremuto
- 2 tuorli
- sale
- pepe nero macinato

per il risotto:
- 1 porro
- 35 g di burro
- 1 bicchiere di vino bianco
- 500 g di riso vialone nano
- 50 g di Parmigiano

Mettere al fuoco l'acqua con le verdure, gli aromi e il sale, quando l'acqua bolle immergere il pollo.

Fare il risotto, come di consuetudine, utilizzando il brodo del pollo, e intanto preparare una besciamella dove, come liquido, verrà usato ancora il brodo del pollo; poi unire uno alla volta i tuorli mescolando bene, versare lentamente il succo del limone sino quando risulterà una besciamella morbida, unire sale e pepe nero macinato q.b.
In un largo piatto, leggermente fondo, versare il risotto, coprirlo con il pollo lesso disossato e sfilettato, ricoprire con la salsa al limone e porre la rimanente in una salsiera.

Gli spaghetti alla chitarra tricolore

Loretta Orsenigo - Milano

Mettere d'accordo i palati di tutta la mia famiglia, senza lamentele e *musetti*, non è impresa semplice, ma con questa ricetta vedo sempre sorrisi e soprattutto sento un silenzio palpabilmente goloso, il silenzio che scende quando si apprezza quello che si mangia.

Non si tratta di un piatto della nostra tradizione regionale, io sono milanese, ma di un piatto che mette insieme ingredienti della terra che amo tanto quanto la mia.

Si tratta della Sicilia, anzi di un lembo minuscolo, bruciato dal sole, staccato dall'isola. Sto parlando di Lampedusa, poco più di uno scoglio, dove passo estati felici da 40 anni.

Qui bastano pochi ingredienti per arrivare a un risultato incredibile. I pomodori hanno un sapore e un profumo intensissimi, gli aromi crescono spontanei, il pesce pescato davanti all'isola nel Canale di Sicilia, non manca mai.

In ogni posto dove vado, trasformo e reinvento quello che trovo, mi diverto a fare delle contaminazioni, attingendo a piene mani nell'esperienza locale, senza dimenticare i gesti imparati in casa.

Il risultato, in questo caso, non è una ricetta della tradizione; l'ho inventata, reinterpretando un piatto che avevo letto su un giornale e mi era rimasto in mente, un giorno che avevo pezzettini di pesce di due qualità, che da soli non sarebbero serviti a preparare una pietanza. La mia anima nordica e la nostalgia li hanno tradotti in ragù, il pomodoro onnipresente al sud è servito come colore e rinforzo del delicato gusto del pesce e le erbe, a deliziare occhi e palato.

per 6 persone

INGREDIENTI

per la pappa di pomodoro:
- 600 g di pomodori ramati
- olio evo
- sale
- pepe
- zucchero
- Maizena

per l'emulsione di basilico e menta:
- una decina di foglie di menta e basilico
- olio evo
- sale

per il ragù di pesce:
- 150 g di rana pescatrice
- 150 g di tonno (il pesce è intercambiabile)
- 1 carota
- 1 zucchina
- sedanorapa
- alloro
- salvia
- vino bianco
- sale e pepe
- olio evo

Per la pappa di pomodoro: Sbollentare i pomodori, pelarli, tagliarli a pezzettoni e passarli al passaverdura.
Rimettere in casseruola con poco olio, far cuocere a fiamma allegra, aggiustare di sale e pepe e Maizena stemperata in poca acqua fredda per arrivare a una consistenza cremosa.

Per l'emulsione di basilico e menta: sbianchire le foglie, poi frullare con poco olio e poca acqua di cottura, un pizzico di sale, per avere un'emulsione che metteremo in un biberon.

Ragù di pesce: Rosolare le verdure tritate in poco olio, sfumare con vino bianco e lasciare cuocere una ventina di minuti aiutandosi con un po' di brodo.
Aggiungere il pesce tagliato a dadini e farlo saltare.
Aggiustare di sale e pepe e insaporire con menta e basilico spezzettati.

Assembliamo: Cuocere la pasta tenendola al dente.
Scaldare la pappa di pomodoro, scolare la pasta tenendo un po' di acqua di cottura, saltarla in padella con il ragù aiutandosi con l'acqua di cottura.
Mettere nel piatto la pappa di pomodoro e sopra la pasta condita.
Terminare con gocce di emulsione basilico e menta intorno al pomodoro.

La tavola: culla della civiltà

Delegazione di Mantova



Intesa come luogo dove si consuma il pasto, è stata la culla della civiltà umana avendo contribuito a trasformare il bisogno alimentare in piacere estetico dai diversi risvolti filosofici.

Regalarsi il meglio in una maniera più disinvolta e personale per goderselo in privato o in una cerchia ristretta di amici.

Un impalpabile mix di cultura, sensualità, curiosità e piacere del bello!

Coniugare semplicità e luogo, senza rinunciare a tocchi di creatività.

I bigoli con le sardelle

Delegazione di Mantova



Risale al 1920 la festa della *Bigolada* che si svolge a Castel D'Ario, in provincia di Mantova, il primo giorno di Quaresima.

In questa occasione vengono distribuiti in piazza i bigoli con le sarde.

INGREDIENTI

- 2 sarde sotto sale a persona
- 100 g di tonno sott'olio su 20 sarde
- scalogno o cipolla bianca
- olio
- burro

Lavare le sarde sotto sale in acqua calda e togliere la lisca centrale e quelle piccole.
Tritare lo scalogno o la cipolla bianca, fare appassire con olio e burro, aggiungere le sarde pestate, tonno tritato e scolato.
Cuocere per circa mezz'ora.
Frullare e aggiungere olio.
Con questa salsa condire i bigoli cotti in acqua bollente senza sale.

Il cappone alla "Stefani"

Delegazione di Mantova

Ricetta di *Bartolomeo Stefani*, cuoco bolognese alla corte dei Gonzaga nella seconda metà del '600.

INGREDIENTI

- 2 petti di cappone
- 4/5 limoni
- senape dolce
- uvetta sultanina
- olio d'oliva
- zucchero
- sedano
- carote
- cipolla

Lessare due petti di cappone (o volendo di pollo) in poca acqua salata, con sedano, carota e cipolla. Lasciarlo raffreddare.
Preparare un'emulsione col succo di 4/5 limoni, poca senape dolce, sale e un cucchiaio di zucchero in modo da calibrare l'agrodolce.
A parte far rinvenire l'uva sultanina in acqua, scolarla e unirla all'emulsione. Aggiungere olio di oliva.
Distribuire sul piatto da portata la carne sfilettata e irrorarla abbondantemente con l'emulsione.
Guarnire con melagrana, fettine di cedro candito e pinoli.



Il súgolo (budino d'uva)

Delegazione di Mantova



INGREDIENTI

- mosto d'uva nera (o bianca, o fragola), nel rapporto di 1 bicchiere con 1 cucchiaio colmo di farina

Cuocere a fuoco lento, mescolando continuamente, a piacere aggiungere lo zucchero.
Quando il *súgolo* inizierà a bollire e sarà denso, versarlo in una coppa di vetro.
Servirlo tiepido o freddo.

Il budino Belga

Delegazione di Mantova

Ricetta gelosamente custodita da alcune famiglie mantovane.

Fatta propria anche dall'antica industria dolciaria Cleca-S. Martino che la produce con il nome di *Dolce Belga*.



INGREDIENTI

- 1 l di panna liquida
- 100 g di zucchero
- 100 g di cioccolato fondente
- 4 uova intere
- 1 bustina di vanillina
- 1 cucchiaio di liquore dolce.

per caramellare lo stampo:

- 50 g di zucchero.

Mettere sul fuoco la panna con lo zucchero e il cioccolato a pezzi. Far scaldare. Togliere il composto dal fuoco e, quando è quasi freddo, aggiungere le uova frullate, la vaniglina e il liquore. Passare al setaccio.
Sciogliere lo zucchero in un polsonetto, facendo attenzione che resti biondo.
Con questo caramellare uno stampo tondo con foro centrale, versarvi il composto e cuocere a bagnomaria coprendo con un coperchio avvolto in un panno spesso. Da quando l'acqua comincia a bollire calcolare 35/40 minuti, lasciarlo raffreddare scoperto e metterlo una notte in frigorifero.

Le lattughe salate

Delegazione di Mantova



INGREDIENTI

- 350 g di farina circa
- 2 uova intere più 1 tuorlo
- 2 noci di burro
- ½ bicchiere di vino bianco
- 1 spremuta d'arancia
- 2/3 cucchiai di grana di qualità
- 1 punta di lievito

Amalgamare bene tutti gli ingredienti fino ad ottenere un composto omogeneo. Fare dei dischi, imburrarli con poco burro, metterli uno sopra l'altro ed impastare, ripetere l'operazione varie volte. Tirare la sfoglia che dovrà essere molto sottile.
Preparare le *lattughe* rettangolari, su ogni rettangolo praticare due tagli centrali paralleli.
Infine friggere con strutto o con olio di arachide.

La mostarda

Silvia Galli - Cremona Due

È uno dei prodotti che caratterizza il Nord Italia (Veneto) e in particolare alcune città della Lombardia, Cremona, ma anche il mantovano. È la mostarda. I miei ricordi vanno indietro nel tempo quando, durante i pranzi domenicali di riunione di tutta la famiglia, insieme ai fumanti bolliti appariva tutta una serie di contorni, tra cui la mostarda.

Ero una bambina e ricordo benissimo quelle belle ciliegie rosse che mia nonna Ines ci faceva trovare a pranzo. Ricordo ancora il profumo della *sanavra*, senape in dialetto cremonese, (è quel pizzicore che stura le narici e arriva a farti lacrimare) quando alzava il coperchio della cassetta in legno, dove la conservava, che mi faceva venire le lacrime agli occhi senza neppure assaggiarla. La si mangiava d'inverno, in particolare in occasione delle festività natalizie.

Il termine *mustum ardens* appare per la prima volta in un testo francese del 1288 alludendo al mosto di vino reso piccante con l'aggiunta di alcuni grani di senape, miscuglio che permetteva di conservare soprattutto la frutta. La storia della mostarda poi ci porta nel 1397 quando Gian Galeazzo Visconti in una lettera indirizzata al Podestà di Voghera ordinava per Natale «uno zebro grande de mostarda de fructa cum la sanavra».

Ma perché nasce la mostarda? Come accennato, fa parte di quei metodi di conservazione insieme alle affumicature, alle salature, alle essiccature. La ragione della sua nascita era proprio il bisogno di allungare la vita a tutta quella frutta di stagione che altrimenti sarebbe marcita. Bisogna attendere il 1851 per il brevetto del frigorifero, dunque l'ingegno dell'uomo lo porta a inventarsi queste tecniche.

Di certo la mostarda non era così come la mangiamo noi oggi. Mosto, senape e miele erano nell'antichità utilizzati per conservare alimenti deperibili e per produrre salse che venivano mangiate, durante quei faraonici banchetti, sia in abbinamento alle carni che come intermezzi.

La nascita si perde nella notte dei tempi, potrebbe essere nata presso qualche speziale; a Cremona nell'800 i farmacisti continuarono a produrla, oggi è praticamente scomparsa la produzione artigianale che ha lasciato lo spazio a quella più industriale.

Ci sono vari tipi di mostarda, si va dalle mele, alle pere, al misto di frutta; con il passare del tempo ormai quasi tutta la frutta viene trasformata in mostarda. Quella di Cremona è composta da frutta mista: dunque ciliegie, pere, mandarini, fichi, zucca, pesche, albicocche, cedri, alcuni lasciati interi, altri spezzettati grossolanamente.

Il tempo ha fatto sì che si siano cambiate anche le abitudini e, se prima, come già ricordato la si mangiava soprattutto in inverno e per la festività di Natale, ora la si mangia tutto l'anno e non mancano anche abbinamenti azzardati con sperimentazioni di successo.



Vorrei ricordare che la mostarda viene inserita anche nel ripieno dei tortelli di zucca (secondo la ricetta della mia nonna Ines che subiva le influenze del viadanese, essendo a metà strada tra Cremona e il casalasco mantovano), ma anche nei ripieni dei capponi, viene usata per i dolci e per gli antipasti, insomma un po' in tutte le portate. Mia nonna diceva sempre «Basta che piaccia».

INGREDIENTI

- 1 Kg di frutta
- ½ Kg zucchero
- 7 gocce di senape

Sbucciare la frutta e tagliarla, coprirla con lo zucchero. La mattina dopo filtrare con un colino il liquido e bollirlo. Versarlo sulla frutta caldo, ripetendo questa operazione per 4 volte al giorno per tre giorni di seguito. Il quarto giorno raffreddare la frutta, mettere la senape, invasare e chiudere rapidamente.

Le patate e gli gnocchi

Silvia Galli - Cremona Due

Amore a prima vista? Non è successo alla patata, che oggi però piace molto.

Dopo centinaia di anni, occupa un posto d'onore in cucina... la si trova spesso nei nostri menù. È il quarto alimento più consumato nel mondo dopo riso, mais e grano. Per conquistare le nostre tavole, ci sono voluti quasi 250 anni. Ha le sue radici nelle Ande, a nord del lago Titicata, nel sud del Perù, dove era coltivata circa 7000 anni fa.

Arrivò in Europa nel '500 grazie agli Spagnoli. Fu continuamente oggetto di sospetti: di sicuro l'erroneo tentativo di mangiarne le foglie, velenose per la presenza, anche nei germogli, di *solanina*, indusse a tenerla lontana dalle mense. La coltivazione fu lenta, condizionata dalla diffidenza nei confronti di ciò che cresceva sottoterra, si arrivava persino ad affermare che il suo consumo diffondesse la lebbra.

Non solo, anche il suo nome generò per molto tempo confusione: il nome originario era *papa*, ma in Europa si fece confusione con la *batata*, (l'*Ipomea Batatas*, la patata Americana), ma c'era anche il *topinambùr*, allora chiamato *pataca*. Il loro essere ipogee le fece anche chiamare in francese *cartoufle*, da tartufo, e per questo spesso vennero confuse con il più nobile tartufo. C'è poi il fatto che la patata inizialmente fu alimento per il bestiame, per gli ammalati e i carcerati, oltre che provvista sulle navi per gli schiavi.

Pertanto era vista anche come cibo inadatto a nutrire gli uomini civilizzati. I più refrattari ad accettarla furono i francesi. Fu Antoine-Auguste Parmentier, agronomo francese che nella seconda metà del settecento vide nella patata un mezzo per fronteggiare le ricorrenti carestie. Fu un'impresa difficile farne accettare le doti gastronomiche, ma dopo la prigionia in Prussia, tornato in Francia, iniziò la sua opera di *marketing*, con successo.

Ho imparato a cucinare gli gnocchi a casa della mia nonna materna Ines. Aveva una cascina con mio nonno Giannino, lì ho imparato tante ricette che custodisco prima di tutto nel cuore e in un piccolo quadernetto. Era una gran festa quando la nonna si metteva in cucina. Erano stanze enormi le cucine del tempo, con pentole di rame appese dappertutto, con forni e camini.

Ecco la ricetta degli gnocchi di nonna Ines. Le patate erano quelle dell'orto, tradizionalmente, quelle perfette per la giusta consistenza sono quelle di pasta bianca. Sconsigliato l'uso di patate nuove, che rilasciano più umidità nella farina. Per la cottura la modalità che usava mia nonna era quella di cuocerle intere con la buccia nell'acqua bollente (io le faccio cuocere anche al vapore, sempre con la buccia).

INGREDIENTI

- 1 Kg di patate
- 3 hg di farina bianca 00
- 1 uovo (a discrezione della cuoca)
- 1 pizzico di sale

La mia nonna li condiva con il sugo rosso e con abbondante Parmigiano Reggiano insieme al burro preparato rigorosamente in casa. Buona cucina!

Sua Maestà: Sacher-torte

Luisa Spagnolli Ferretti - Bolzano

Ricetta e Segreti del dolce viennese per eccellenza che dal 1962 può essere chiamato

SACHER -TORTE-ORIGINALE

La sua ricetta è gelosamente custodita nella pasticceria del lussuoso albergo Sacher a Vienna.

Il dolce è nato per caso il 9 luglio 1832 nelle cucine del principe Klemens von Metternich, ad opera di un apprendista cuoco di nome Franz Sacher che all'epoca aveva solo 16 anni.

In attesa di ospiti importanti il principe ordinò al suo staff di preparare un nuovo dessert che stupisse i suoi invitati. Il capo chef pasticciere era malato e l'arduo compito ricadde sul giovane Franz.

Il dolce ebbe subito un grande successo e ben presto Franz divenne un pasticcere affermato.

Dopo aver girato l'Europa tornò a Vienna per aprire una sua attività.

Un bel giorno però suo figlio Eduard andò a lavorare da Demel, una pasticceria che serviva la Famiglia Reale austriaca, portando con sé la ricetta della torta.

Demel iniziò a produrla e ne nacque una bella diatriba tra Franz e Demel su chi dei due poteva fregiarsi del marchio di originalità. La lite però servì a riappacificare padre e figlio i quali nel 1876 aprirono il prestigioso Hotel Sacher.

La vera disputa sulla Sacher la si ebbe però a partire dal 1930. Con la crisi economica del 1929 l'hotel subì un grave contraccolpo e anche il figlio di Eduard andò a lavorare da Demel consegnandogli il marchio.

Dopo qualche anno l'hotel risorse e rivendicò l'esclusiva. Si instaurò una dura battaglia legale che si concluse nel 1962 davanti alla Corte Suprema Austriaca la quale stabilì che solo le torte prodotte dall'Hotel Sacher avrebbero potuto fregiarsi dell'appellativo "Originar -Sacher -Torte".

Ora il dolce è diffuso in tutto il mondo, però la vera Sacher-Torte si può gustare solo nei caffè Sacher di Vienna, di Salisburgo, di Innsbruck e di Graz, le altre sono solo imitazioni.

Per la fortuna degli altoatesini a Bolzano è stato aperto il primo Sacher -Shop al di fuori dei confini austriaci.

Anche nelle case delle nostre amiche *Fornelle* di Bolzano la Sacher - Torte troneggia nelle occasioni più importanti.

I motivi sono vari:

- è sensuale nel suo delizioso contesto di sapori dati dalla confettura di albicocche e dal cioccolato,
- è fotogenica perché con la sua lucida glassa al cioccolato si presta ottimamente a essere personalizzata con scritte o decori,
- è pratica perché si può conservare in un luogo fresco e asciutto per 20-30 giorni.

Posto che la ricetta è segreta proviamo con la *nostra ricetta* ad eseguire le numerose fasi necessarie per la preparazione.

Tutto deve essere fatto a mano!



Torta Sacher

Per una tortiera di 22-24 cm Ø

INGREDIENTI

- 140 g di farina finissima
- 130 g di cioccolato fondente
- 200 g circa di confettura di albicocche
- 110 g di zucchero a velo
- 110 g di zucchero
- estratto di 1/2 baccello di vaniglia
- 6 tuorli
- 6 albumi
- 140 g di burro a temperatura ambiente
- burro e farina per la tortiera
- panna per l'accompagnamento

GLASSA

- 150 g di cioccolato fondente
- 200 g di zucchero
- 125 ml di acqua

❶ Ricoprite il fondo della tortiera con la carta da forno, imburratene il bordo e spolverate con la farina. Accendete il forno a 170°.

❷ In una terrina mescolate il burro, lo zucchero a velo e l'estratto di vaniglia fino ad ottenere un composto cremoso. Unite uno alla volta i tuorli e sbattete fino a quando il composto non è denso e spumoso. Rompete il cioccolato a pezzettini, fatelo sciogliere a bagnomaria (o nel forno a microonde) e unitelo al composto di burro e uova. Separatamente montate i bianchi a neve ben ferma incorporando un po' alla volta gli albumi e lo zucchero senza smettere di montare. Quando gli albumi sono brillanti e sodi uniteli al composto di burro e uova. Aggiungete la farina setacciata e mescolate attentamente con un cucchiaio da cucina. Versate l'impasto nella tortiera e infornate per 55-60 minuti lasciando lo sportello del forno aperto durante i primi 10-15 minuti (per mantenerlo aperto usate un cucchiaio di legno). Per controllare la cottura della torta si può premere un po' la parte superiore: se è pronta dovrebbe riprendere subito la sua forma come fosse una spugna.

❸ Girate la tortiera sottosopra su di una griglia per torte e fate raffreddare 20 minuti. Togliete la carta da forno, rivoltate la torta e fatela raffreddare nella tortiera. Infine tiratela fuori dalla tortiera e tagliatela in orizzontale. Sollevate la parte superiore con molta attenzione.

❹ Riscaldate la confettura di albicocche in un pentolino e mescolate fino a quando non è liscia. Spalmatela su entrambe le metà della torta, rinchiudetela e poi spalmatela sul contorno. Fate seccare un po'.

❺ Nel frattempo preparate la glassa. Riscaldate l'acqua, aggiungete lo zucchero e fate cuocere a fiamma allegra per 5-6 minuti. Fate raffreddare leggermente.
Rompete il cioccolato a pezzetti e scioglietelo a bagnomaria; poi versatelo pian piano nell'acqua e zucchero e mescolate con la frusta finché non avrete ottenuto una glassa densa e liscia.

❻ Versate tutta la glassa tiepida con un unico movimento sulla torta, spalmatela anche nel contorno e lisciatela. Fate riposare alcune ore fino a che la glassa non sia consolidata. Tagliate la torta e servitela con la panna montata.
La Sacher va servita accompagnata dalla panna montata non dolcificata, posta separatamente nel piatto. Il suo scopo è quello di mitigare il sapore dolciastro del cioccolato.

Original Sacher-Torte

L'originale Torta Sacher viene preparata fin dal 1832 seguendo una ricetta segreta. Quella che vi proponiamo è una variante della Torta Sacher.

Ricette di acqua e di terra

Le Fornelle di Rovereto

Rovereto è il capoluogo della Vallagarina, che costituisce la parte più meridionale della valle dell'Adige, fino al confine con la provincia di Verona.

In questo territorio sono comprese la Vallarsa, solcata dal torrente Leno, naturale via di comunicazione con la provincia di Vicenza e, sul lato opposto, la Val di Gresta, nota anche come Valle degli orti, famosa per l'agricoltura biologica e integrata, l'altopiano di Brentonico, zona di produzione del Marone di Castione, tipologia di castagna dalla pezzatura più grossa e infine il monte Baldo, montagna di straordinario interesse botanico, affacciata sul lago di Garda.

La viticoltura rappresenta la principale delle coltivazioni tipiche: tra i vini si distingue, in particolare, il rosso Marzemino Trentino D.O.C., autoctono della valle, apprezzato anche dal compositore W. Amadeus Mozart che, dopo aver soggiornato a Rovereto, ne musicò le lodi nell'opera *Don Giovanni*.

La cucina di questi luoghi non presenta particolarità di rilievo che la distinguano da altre zone del Trentino, ma può aver risentito dell'influsso delle tradizioni gastronomiche delle limitrofe terre venete.

Per rappresentare il nostro territorio abbiamo pensato ad un menù semplice, realizzato con prodotti dell'agricoltura locale, ispirato alla tradizione, ma al tempo stesso attuale e capace di stuzzicare anche i palati più esigenti.

Spesso, in occasione delle nostre conviviali, abbiamo l'abitudine di condividere antiche ricette di famiglia, tramandate grazie a manoscritti unti e... consunti dall'uso, conservati da alcune di noi, magari con l'aggiunta di qualche piccola modifica dettata dall'esperienza personale.

È il caso della *minestra di orzetto* che proponiamo come primo.

Questo piatto dalle origini antiche appartiene alla tradizione contadina, un vero *comfort food* in grado di riscaldare il corpo, ma anche lo spirito, nelle fredde giornate invernali; a seconda dei gusti individuali sono previste alcune varianti, quali una piccola cotica di speck, pancetta affumicata o osso di prosciutto al posto delle carni, oppure una versione *di magro*.

Le verdure che noi preferiamo utilizzare sono quelle *a Km 0*, vendute direttamente dai produttori o nelle bancarelle dei piccoli mercati cittadini.

Particolarmente apprezzati sono gli ortaggi della Val di Gresta, dove i coltivatori aderenti al locale Consorzio Ortofrutticolo sono stati fra i primi in Italia ad aver adottato l'agricoltura biologica, nel rispetto dell'ambiente e della salute.

Anche la coltivazione dell'orzo in queste zone, unitamente a quelle di segale, frumento, farro e altri cereali minori, pare abbia radici molto antiche, forse presente, già in epoca preromana, tra le popolazioni retiche; la coltivazione del mais, invece, introdotto in Europa dopo la scoperta dell'America, ha origini molto più recenti e comunque il suo impiego nell'alimentazione umana, con la diffusione della polenta nel nostro territorio, pare risalga alla fine del XVIII secolo.

La farina di mais ha trovato zona di elezione a Storo, nella Valle del Chiese: si tratta di una farina gialla ottenuta attraverso la macinazione, con mulino a pietra, dei chicchi delle tipiche pannocchie di colore tendente al rosso, coltivate rispettando il naturale ciclo della natura in un ambiente incontaminato e senza forzature chimiche e lasciate essiccare dopo il raccolto in maniera naturale al vento di montagna.

Nel nostro menù la polenta accompagna il secondo piatto, il *luccio in salsa*.

La *Guida della cucina di ieri e di oggi* realizzata dal Touring Club Italiano con la collaborazione dell'Accademia Italiana della Cucina annovera il luccio in salsa tra i secondi piatti della tradizione gastronomica del Trentino Alto Adige.

Il luccio, analogamente ad altre specie ittiche, è infatti presente nei numerosi bacini lacustri di questo territorio.

Non a caso questo piatto è ai giorni nostri ampiamente diffuso soprattutto nelle zone rivierasche del lago di Garda, ma sembra che in un passato non troppo lontano il luccio venisse cucinato direttamente dagli stessi pescatori in maniera analoga, cioè cospargendolo, dopo averlo bollito, con una salsa a base di acciughe.

Da notare che la salsa che accompagna il luccio è fatta con le acciughe, accostando quindi pesce di lago e di mare.

Questa preparazione presenta indubbie affinità con la tradizione gastronomica mantovana (la

descrizione del luccio cucinato con le acciughe si trova anche nel celebre trattato secentesco *L'arte di ben cucinare* di Bartolomeo Stefani cuoco dei Gonzaga), ma pare tragga origine dalla cucina veneta; infatti, secondo quanto sostenuto da alcuni esperti, sarebbe stata Venezia ad aver raccolto l'eredità della cucina latino-romana (pensiamo all'onnipresente *garum*), adottando la pratica di marinatura e conservazione dei cibi a base di pesce, con l'impiego di filetti di acciuga e sardina sotto sale quale base nella preparazione di alcune salse (*saor, sisam*...) ancor oggi assai conosciute.

A conclusione di questo ipotetico, almeno per ora, incontro conviviale, che estendiamo idealmente a tutte le Fornelle d'Italia, abbiamo pensato alla *torta di carote*, nella sua variante comprendente le mandorle, che, oltre ad essere un dolce tipico della cucina trentina, originario della Valle dei laghi, assume per noi un significato affettivo particolare, legato ai ricordi dei primi gloriosi anni del nostro sodalizio, tanto da averlo inserito nel menù del decennale, celebrato nel Castello di Rovereto nell'ormai lontano 1994.

Nella speranza di poterci presto riabbracciare.

La minestra di orzetto

Le Fornelle di Rovereto

per 6 persone

INGREDIENTI

- 250 g. di orzo piccolo perlato bio (se ne calcola circa un pugnetto a persona).
- un pezzo di carne di manzo da brodo (pancia o coste con osso)
- 2 o 3 salamelle fresche di macelleria*
- 1 radice di sedano rapa
- 2 o 3 gambi di sedano verde senza foglie
- 4 o 5 carote gialle
- 1 cipolla (se piace)
- 1 spicchio d'aglio (se piace)
- 2 o 3 dadi vegetali
- olio extravergine d'oliva del Garda
- sale q.b.
- grana trentino
- pangrattato

* *salamelle trentine o salzize: insaccato fresco di puro suino aromatizzato con una miscela di spezie, già citato in alcuni manoscritti del 1700.*

Pulire le verdure e tagliarle a dadini regolari. Metterle in una pentola con 4 o 5 litri di acqua fredda e aggiungere la carne (che a cottura ultimata andrà eliminata), le salamelle (bucherellate perché non si aprano), i dadi da brodo e, quando bolle, l'orzo ben lavato.

Far sobbollire a lungo la minestra a fuoco lento, controllando che non si attacchi al fondo.

In una padella di ferro rosolare in olio una buona dose di pangrattato che dovrà risultare di un bel colore dorato e versarlo lentamente nella minestra per addensarla.

Servire calda con una bella spolverata di formaggio grana grattugiato.



Il luccio in salsa

Le Fornelle di Rovereto

per 6 persone

INGREDIENTI

- 2 Kg di luccio

per il brodo:

- 1 foglia d'alloro
- 1 cipolla
- 1 carota
- 1 gambo di sedano

per la salsa:

- 1 foglia d'alloro
- 1 manciata di capperi sott'aceto
- 5 o 6 acciughe salate (o anche già sott'olio)
- 1 mazzetto di prezzemolo
- 1 o 2 spicchi d'aglio
- 1 bicchierino di aceto
- olio extravergine del Garda
- sale e pepe q.b.

Preparare un brodo vegetale con carota, cipolla, sedano, alloro e far bollire per 20' circa.

Filtrarlo, farlo raffreddare, immergervi il luccio pulito e lavato.

Rimettere la pentola sul fuoco e cuocere dolcemente per circa 20'.

Quando il pesce è cotto, estrarlo dal liquido e farlo raffreddare, quindi spolparlo eliminando le lische e adagiarlo in una pirofila.
Preparare la salsa mettendo in un tegame olio evo, filetti d' acciuga e capperi tritati, alloro, aceto e cuocere per pochi minuti, quindi versarla sul pesce, dopo averlo spolverizzato di pepe macinato e un trito di aglio e prezzemolo.
Far riposare in frigo per 12 ore circa.
Servire con polenta gialla morbida calda o tagliata a fette e abbrustolita.

La torta di carote

Le Fornelle di Rovereto



INGREDIENTI

- 300 g di mandorle pelate e ridotte in farina
- 200 g di zucchero
- 250 g di carote pelate e grattugiate
- 80 g di farina
- 1 bustina scarsa di lievito in polvere
- 1 bustina di vanillina
- 6 uova

Lavorare a spuma i tuorli e lo zucchero, aggiungere le due farine, il lievito e la vanillina, le carote e gli albumi montati a neve fermissima, mescolando lentamente dal basso verso l'alto.
Versare l'impasto in tortiera di cm. 26 di diametro foderata di carta forno e infornare a 150°- 160° per 1 ora.

Per la glassatura: 200 gr. di zucchero a velo sbattuti con 3-4 cucchiai di succo di limone e 3 cucchiai di mandorle macinate finissime.
Il composto si deve presentare piuttosto liquido per essere steso sulla torta raffreddata; pareggiare la superficie e, quando è asciutta, spolverarla con un po' di zucchero a velo.
Eventualmente decorare con carotine di zucchero (si trovano facilmente in commercio).

Il Concilio di Trento e la diffusione dello stoccafisso

Delegazione di Trento

Quando abbiamo ricevuto l'invito della nostra Presidente Gisella di ricercare ricette con prodotti tipici del nostro territorio che abbiano una storia da raccontare, abbiamo subito pensato allo *stoccafisso*.

Prodotto tipico trentino lo Stoccafisso??

Proprio così! Questo pesce essiccato arrivava in Italia fin dal '500 passando per Trento e troviamo numerosissime ricette per cucinarlo risalenti a questo periodo storico perché era diffuso tra la popolazione: un pesce non troppo caro che non aveva i problemi di conservazione di quello fresco e permetteva di rispettare i giorni di *magro* dettati dalla religione.

Baccalà, come normalmente lo chiamiamo noi, ma è più corretto chiamarlo *stoccafisso*, dal tedesco *Stockfisch* (pesce bastone essiccato). Infatti nella nostra regione, nel Veneto e nel Friuli Venezia Giulia utilizziamo per la preparazione dei nostri piatti lo stoccafisso (merluzzo norvegese della specie *gadus morhua*) pescato nel nord della Norvegia, nella isole Lofoten, essiccato all'aperto su apposite rastrelliere con il solo aiuto del sole e del vento, per circa tre mesi. Viene poi ammollato in acqua fredda per una settimana o 10 giorni.

Il baccalà, dal portoghese *bacalhau*, invece ha una preparazione per la conservazione diversa; viene pulito, dissanguato e messo sotto sale; deve venir quindi dissalato prima dell'utilizzo.

Nel 1432 il Capitan Querini importò a Venezia, dopo un naufragio nelle isole norvegesi, del pesce secco, lo stoccafisso, conosciuto come merluzzo, ma questo pesce non incontrò subito il favore popolare perché la città marinara era ricca di pesce fresco, più comodo da usare nella preparazione dei piatti.

La diffusione di questo pesce secco sembra invece che sia dovuta a Olav Manson (italianizzato in Olao Magno) un prelato di origini tedesche che nel 1518 compì un lungo viaggio nel nord della Svezia

come Legato Pontificio in visita alle comunità cristiane dell'epoca e poi soggiornò ancora a Uppsala e nel 1544 venne nominato Primate di Svezia e partecipò attivamente alle riunioni del Concilio di Trento (1545 - 1563).

Nei suoi lunghi soggiorni nel Nord, Olao ebbe occasione di gustare piatti preparati con lo stoccafisso «pesce detto *merlusia*, essiccato ai venti freddi» che veniva venduto a *li mercanti germani, barattato con panni, cervogia, grano, legno ed altro*.

Quando soggiornò a Trento per il Concilio si faceva arrivare in città, per via fluviale, lo stoccafisso che poi veniva consumato e apprezzato anche dai Vescovi presenti.

Proprio il Concilio di Trento regolamentò la scelta dei cibi e dei digiuni e introdusse, tra le prescrizioni di merito salvifico, una sorta di cucina di precetto che rese popolare l'uso dello stoccafisso, in sostituzione del più pregiato e costoso pesce fresco, e consigliato come cibo per i giorni di "magro" e per la Quaresima.

Lo stoccafisso non arrivava tra le nostre montagne da Venezia trasportato via mare, ma direttamente per via fluviale. La navigazione via mare per nave era adatta a trasportare grandi quantità di merci, ma i rischi erano molti: pirati, corsari, navi di paesi ostili si aggiungevano ai pericoli naturali rappresentati dalle correnti e dalle variazioni meteorologiche. Lo stoccafisso dunque, caricato su zattere, percorreva tutta la Germania, l'Austria, passava per Bolzano, Trento, Borgo Valsugana, Bassano, Treviso, Mestre e quindi, trasferito su una gondola, arrivava in Laguna a Venezia. Percorreva sui vari fiumi (Reno, Adige, Brenta) 1300 km. Un percorso alternativo da Trento era anche attraverso l'Adige, passando per Rovereto, arrivava a Verona e da qui a Venezia. Proprio a Sacco *borgo bello in riva all'Adige, distante da Roveredo 1/3 di lega* si doveva pagare il dazio sulla merce in passaggio all'Agenzia di spedizione *privilegiata pure a titolo di feudo maschile perpetuo, sotto la ditta Fedrigotti, Baroni, Cont e Prosser.* La gabella era di 1 fiorino e ¼ per ogni 100 libbre di peso. In un altro testo scopriamo che *il porto*, cioè il trasporto, si pagava a Rovereto al Pretore o agli ufficiali suoi e ammontava a 350 ducati. La dogana successiva era quella di San Giorgio a Verona gestita dai burchieri di Pescantina.

All'arrivo a Venezia il lungo attracco alle Zattere era riservato a questo tipo di natanti, da cui ha preso il nome.

Queste zattere erano condotte da sei o sette rematori sotto la guida di un maestro, erano composte da oltre 100 travi e misuravano fino a 30 metri, con una capacità di carico fino a 15 tonnellate!!

Moltissime sono le ricette trentine dello stoccafisso che vengono riportate da Aldo Bertoluzza in *De Coquina - Cucina dei Vescovi Principi, cucina di popolo del Principato di Trento* che contiene una serie di ricette del XVI secolo, provenienti da un manoscritto anonimo attribuito ad un cuoco della corte di Bernardo Cles. Se la datazione è corretta occorre tener conto che il Principe Vescovo Bernardo Clesio muore nel 1539, sei anni prima dell'apertura del Concilio di Trento.

Tra queste la ricetta che ancora oggi prepariamo nelle nostre case e accreditata senz'altro al '500 è la seguente:

il Stoffis con le sardelle

Smogliato bene il stoffis si taglia a pezzi piuttosto grandi e poi si mette in una teglia con buttiro, un poco aglio, peppe, cipola, e un poca acqua, e si lascia bollire adaggi e quando è già cotto, se gli mette un poco di latte, e le sardelle peste; e s'è possibile anche delle erbette fine, e di bel nuovo si lascia fare due bolli, e poscia in tavolla.

Molto importante è la tecnica dell'ammollo dello stoccafisso riportata in diversi manuali di cucina, sia trentina, da don Felice Libera, prete di Avio, nel '700 che tedesca (*Die Süddeutsche Kuche* von Katharina Prato 1892) e ancora trentina (*Quaderno per cucina economica*, 1894 della signora Luigia Agostini della Val di Non) i cui principi vengono ancora utilizzati in Trentino: ammollare lo stoccafisso nell'acqua fredda per qualche ora, poi toglierlo e batterlo bene con una mazza di legno, tagliarlo a pezzi e rimetterlo in acqua fredda per alcuni giorni, cambiando l'acqua mattina e sera, ogni volta spremerlo bene e lavarlo e metterlo poi in acqua calda e versarvi sopra due, tre palette di cenere di faggio e lasciarlo in ammollo ancora per un giorno. Lavare bene con acqua fresca.

In occasione delle nostre conviviali abbiamo spesso preparato piatti con lo stoccafisso e di seguito vi proponiamo alcune ricette.

Il baccalà con patate



INGREDIENTI

- 1 Kg di stoccafisso bagnato
- 2 l di latte
- 800 g di patate (circa)
- 10 filetti di acciughe diliscate (o sardelle)
- 2 cipolle
- 2 gambi di sedano
- 4 spicchi di aglio
- 4 foglie di alloro
- olio evo
- prezzemolo
- sale
- pepe

In una pentola con acqua mettere il baccalà a pezzi con l'alloro e il sale. Portare ad ebollizione e cuocere per 10'. Toglierlo, eliminare le lische e la pelle e ridurre in piccoli pezzi.
In una teglia, di rame stagnato o di coccio, mettere abbondante olio, le cipolle tritate, uno spicchio d'aglio, il sedano a pezzettini, rosolare, aggiungere le patate a spicchi piccoli, salare e versare un goccio d'acqua.
Cuocere coperto per 15'. Aggiungere il baccalà a pezzi uno vicino all'altro, ben stretti, aglio e prezzemolo tritati, le acciughe tagliuzzate e metà del latte.

Ora si può procedere in due modi:

1 - infornare a 180° per 20'/30' poi togliere dal forno e ultimare la cottura sul fuoco, senza mescolare, aggiungendo altro latte.

2 - continuare la cottura sul fuoco, senza mescolare, a fuoco basso per 90' scoperto e aggiungere altro latte se serve, alla fine spolverare con farina bianca per renderlo più cremoso, una noce di burro e servire.

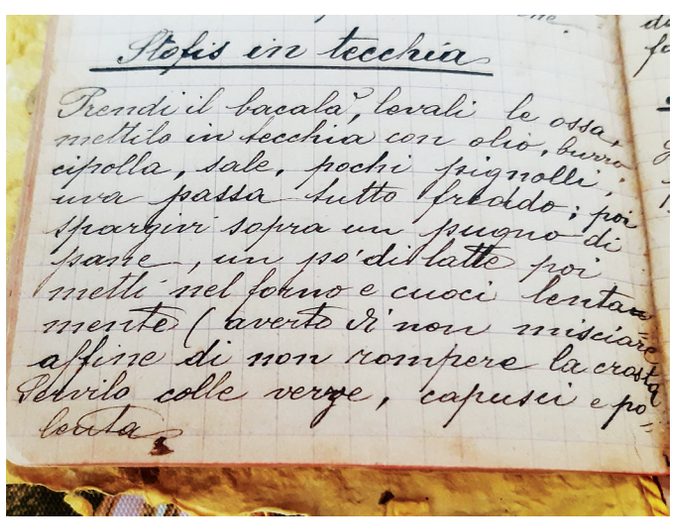
Tempo di preparazione 2 ore.

Il baccalà

INGREDIENTI

- 1 kg di stoccafisso bagnato
- 4 sarde sotto sale
- 1 cipolla bianca grande
- 1 mazzetto di prezzemolo (facoltativo)
- 1 l di latte
- 150 g di farina 00
- ½ bicchiere di olio evo
- sale

Pulire il baccalà (lische e pelle) e tagliarlo a piccoli pezzi, infarinarlo leggermente e rosolarlo in olio. Quando è dorato, porlo in una teglia da forno e aggiungere tutti gli altri ingredienti: le sarde dissalate in acqua tiepida e diliscate, il trito fine di cipolla, un pizzico di sale e tanto latte da coprire tutto il baccalà.
Coprire la teglia con carta stagnola e cuocere in forno a 150°-160° per 3 ore.
Come tutti i baccalà acquista cremosità e sapore se fatto riposare una notte e riscaldato prima del consumo.
Per guadagnare tempo si può bollire il baccalà 10' poi togliere la pelle e le lische, infarinare e cuocere come sopra.
Si serve con polenta.


Stoffis in tecchia
Prendi il bacalà, lavali le ossa
mettilo in tecchia con olio, burro
cipolla, sale, pochi pignolli
uva passa tutto frodo; poi
sparzivi sopra un pugno di
frase, un po' di latte poi
metti nel forno e cuoci lentamente (avverti di non mischiare
affine di non rompere la crosta
Vestilo colle verze, capusci e pol
lenta

Ed ecco una vecchia ricetta su un quaderno di cucina di una nostra nonna della fine del 1800.

Il risotto del Doge o di Primavera

Giovanna Bianchini - Venezia

Questo primo è legato al 25 marzo, giorno della nascita di Venezia.

Il Doge, in questo giorno riceveva a Palazzo Ducale gli ortolani delle isole della laguna che portavano in dono le primizie dei loro orti.

Con queste primizie si preparava il risotto Primavera o del Doge.



per 6 persone

INGREDIENTI

- 200 g di riso
- 2 carciofi (castraure)
- 2 zucchine novelle
- una manciata di pisellini primavera
- 1 carota
- 1 porro
- 1 cuore di sedano
- 20 asparagi verdi (le punte)
- 1 cucchiaio di prezzemolo tritato
- olio

Le verdure si tagliano a dadini di 2 o 3 centrimetri.
In una padella a fuoco medio riscaldare l'olio e cuocere le verdure separatamente, con un pizzico di sale, lasciandole croccanti. Trasferire tutto in una pirofila.
A parte fare un risotto alla parmigiana aggiungendo, a metà cottura del riso, le verdure cotte.
Alla fine aggiungere due cucchiai di Parmigiano grattugiato e servire caldo.



Le "castraure"

I salami del Cardinale

Gisella Corvi - Piacenza

Tradizione alimentare dell'antica Roma, la salumeria, oggi, si trova in tutte le regioni italiane con tipicità locali di prodotti, utilizzati freschi o conservati.

Conta tantissime tipologie ottenute da vari animali, anche oca, bue, cavallo, ma il Re resta sempre lui: il maiale. Chiamalo come vuoi, suino, porco, maiale, tutti termini di origine latina, celebrato nei secoli, nel mondo occidentale, da poeti e scrittori per le sue virtù alimentari e risorse strumentali, questo animale è straordinario perché dà tutto di sé.



Per Plinio il Vecchio nessun animale offre al palato così tanti sapori a seconda delle sue parti, Catone ci descrive la salatura delle sue carni e il processo non è tanto diverso da quello di oggi.

Nella Grecia antica come nell'antica Roma era anche animale sacrificale.

La tradizione norcina a Piacenza è antica quanto la sua storia. Abbiamo reperti di ossa di maiale nelle zone delle *terramare* (che risalgono all'età del bronzo) e un ciondolo-amuleto in bronzo di età romana raffigurante un maialino. Ed era talmente importante che già nel XIV sec. esisteva la Corporazione dei Formaggiai e Lardaroli con un proprio Statuto e San Lucio come Santo protettore.

Documenti alto-medievali del Monastero di Bobbio (quello citato nel romanzo *Il nome della rosa*, ricordate?) riportano di allevamenti di 5500 maiali allevati allo stato brado nei boschi e nutriti principalmente di ghiande di quercia – che rendono soda la carne – e di quattro saline nelle vicinanze.

La salatura era il metodo classico di conservazione nei paesi mediterranei e con il termine *salumen* erano indicati in generale tutti i prodotti, esempio anche il pesce, conservati sotto sale, da cui il nome.

Perché una tradizione norcina così forte nell'area padana di Piacenza e anche di Parma?

Essa è legata alla grande disponibilità di sale proveniente dalle saline di Salsomaggiore, in quel di Parma e di Salsominore sull'Appennino piacentino, cioè da giacimenti di acqua marina cristallizzata nel sottosuolo quando in epoche antichissime le acque marine si ritirarono lasciando emergere la pianura padana.

L'estrazione del sale avveniva per evaporazione, in larghi recipienti, delle acque salse estratte dalle saline (procedimento che già i Romani conoscevano).

Questo sale, detto salgemma, è dunque un sale fossile, meno amaro di quello marino e pertanto più ricercato, tanto da divenire di grande interesse strategico perché rende il territorio autonomo dalle saline marine. Questo, infatti, ne comporta la difesa con la costruzione nel medioevo di castelli a loro salvaguardia.

Le vicissitudini di queste saline sono lunghissime: frane, terremoti le sconquassano, ma vengono ripristinate, diversi passaggi di proprietà si susseguono nel corso dei secoli, creando sempre la ricchezza di chi ne aveva la giurisdizione. Nel 1860 passano al Demanio.



A questo salgemma, dunque, Piacenza deve la delicata sapidità dei suoi salumi, così ricercati sui mercati lombardi sin dal XV sec.

Ma la loro fama internazionale è legata alla figura del Cardinale piacentino Giulio Alberoni.

Questi, all'inizio del '700, semplice abate alla corte del Duca di Parma e Piacenza, ma astuto e con grandi capacità di conquistare la simpatia dei potenti, partecipa ad una missione diplo-

matica presso il Duca di Vendôme, generale delle truppe francesi in Italia e, con la sua arguzia e abbondanti doni in natura (coppe e salami) *bagatelle che costano poco, ma che un giorno potrebbero produrre un gran bene*, ne conquista subito la simpatia e la fiducia, tanto da seguirlo fino in Spagna dove, introdotto a Corte seppe rendersi ben accetto alla Famiglia reale.



Filippo V di Borbone

L'abile regia del matrimonio tra il re Filippo V e la principessa Elisabetta Farnese, nipote del Duca di Parma e Piacenza, creò la sua fortuna e gli procurò la carica di Primo Ministro. Posizione che consolidò con la sua indiscussa caratura politica, ma anche con le sue arti ormai ben sperimentate: omaggi di salami piacentini che faceva arrivare in casa sua a Madrid, via terra o via mare, addirittura a casse e poi con occhio lungo se ne serviva, sempre a Corte, secondo necessità.

La Regina li preferisce crudi, magri ma con un po' di grasso, il Re lo gradisce tantissimo anche cotto e allora glielo fa preparare in casa sua e lo porta a Palazzo bell' e pronto. E anche durante le battute di caccia non manca mai nella sua carrozza qualche salame di riserva per uno spuntino di Sua Maestà.

Ma la Regina è anche una buona forchetta e per di più è delle nostre parti, infatti viene da Parma e allora da astuto qual'era e anche amante della buona cucina cosa escogita sto' diavolo di cardinale-ministro per aumentare il suo potere?



Elisabetta Farnese

A casa sua mette in tavola un'altra semplice ricetta *Hieri con salame gli feci fare in casa mia un piatto di verze alla nostra maniera e le gustarono tanto che fu il suo pranzo* scriveva a un amico.

Erano i famosi "*verzolini*" che qui da noi si preparano ancor oggi. In altre occasioni non mancarono per lei gli anolini, la lepre alla piacentina, i tortelli di venerdì.

Era un piacere reciproco; mangiando simili cose a lui pareva di essere ancora nel Belpaese e la Regina sempre più conquistata.

Questo era il Cardinale: un uomo potente, osannato, discusso, condannato e poi riabilitato (davvero non ci sono novità in politica!!), senza dubbio una personalità eccezionale.

Ma i suoi, i nostri salumi davvero non lo sono da meno. Le prime indicazioni sul modo di fare i vari tipi di salumi compaiono in un Ricettario piacentino manoscritto del 1731, custodito alla Biblioteca Comunale di Piacenza. Oggi si tratta di prodotti DOP (Denominazione di origine Protetta) sottoposti ad un rigido disciplinare di produzione.

IL SALAME: È comunemente chiamato salame *cu la gussa* perché, quando è a giusta maturazione, al taglio trasuda facendo una goccia. Questo è dovuto alla macinatura a grana grossa delle parti grasse. L'impasto, opportunamente speziato, viene insaccato in un budello naturale, legato con spago, punzecchiato e messo a stagionare (minimo 45 giorni).



LA COPPA: È la parte muscolosa del collo (se ne ottengono due per ogni animale). Dopo il riposo al fresco per una settimana viene massaggiata, spremuta, sottoposta a salatura con sale, zucchero e un mix di spezie e successivamente avvolta nella sottile pelle del peritoneo, legata con spago, forata per favorire l'ossigenazione e messa a stagionare (da 6 a 24 mesi). La fetta deve essere tagliata sottile.



I verzolini (varsulein)

Gisella Corvi - Piacenza

Sono un'antica specialità piacentina, molto appetitosa, risalente almeno al XVII sec.

Introdotta dal Cardinale Alberoni alla Corte di Spagna diventò una vera golosità per la regina Elisabetta Farnese, moglie di Filippo V.



INGREDIENTI

- verza
- carne di manzo trita e pasta di salame (o salciccia sbriciolata) in rapporto circa 3 a 1
- grana grattugiato
- prezzemolo tritato con l'aglio
- uovo
- burro
- cipolla
- salsa di pomodoro
- noce moscata
- sale
- pepe
- brodo q.b.

Dopo aver pulito la verza eliminando le foglie esterne, la si sfoglia incidendo con un coltellino le foglie dalla parte della nervatura che va poi appiattita, facendo attenzione a non romperle. Si lavano, si scottano per qualche minuto in acqua bollente salata e si stendono ad asciugare su un canovaccio.
In una terrina si uniscono tutti gli ingredienti e si legano con l'uovo. Al centro di ogni foglia si pone una manciatina di ripieno, la si ripiega a pacchetto e si lega con un filo di refe.
Ora, in un tegame si prepara un soffritto con burro e cipolla tagliata piccolissima, senza farle prendere colore.
Quando la cipolla sarà morbida si uniscono i *verzolini*, si fanno insaporire un attimo e si tirano a cottura con brodo caldissimo, a metà cottura si aggiunge la salsa di pomodoro diluita nel brodo.
Regolare di sale e pepe e cuocere a fuoco basso per 1 oretta circa.

BIBLIOGRAFIA:
PRONTI A.: *La cucina a Piacenza e in Italia nei secoli* - Piacenza - Ti.ple.co. 2015
BERNARDELLI V., FRANCHI L.: *Atlante alimentare piacentino* - Piacenza - Ti.ple.co. 2007
MAGGI S.: *L'antica cucina piacentina è ricca di piatti da riscoprire* - Piacenza - Libertà 24 ottobre 1968

La lepre alla piacentina

Gisella Corvi - Piacenza

La prima fonte di carne, in assoluto, per l'uomo primitivo è la selvaggina, in quanto egli è cacciatore e non ancora agricoltore. Nel V sec. a.C. in una sua commedia Aristofane a un personaggio fa dire: *fate bollire, arrostite al punto giusto, rimestate, togliete la lepre dal fuoco.*

Da sempre la letteratura tratta i più svariati argomenti, anche di cucina: l'unico, per fortuna o purtroppo, che trova tutti d'accordo!

Ecco, da una commedia, l'avreste immaginato?, abbiamo notizie, di prima mano, sulle antiche tecniche di cottura delle carni; le carni, cioè, prima si facevano bollire e poi arrostire.

Dalla Grecia all'Impero Romano, la lepre è sempre stata considerata una carne prelibata e molto ricercata, tanto che i Romani le allevavano in boschi ben recintati.

L'ideale è una lepre nata in primavera e cacciata all'inizio dell'autunno, frollata al punto giusto, che va tagliata a pezzi piuttosto piccoli, in quanto la sua carne, ricca di proteine e povera di grassi, cuocendo non diminuisce di volume, messa a marinare in una terrina per 12 ore minimo con verdure e odori (un trito grossolano di cipolla, sedano, carota, prezzemolo, aghi di rosmarino, 1 rametto di timo, 2 foglie di salvia, 1 di alloro, pepe) e coperta di un buon vino rosso.
Alla marinatura si può far seguire un ulteriore passaggio dei pezzi di carne nel vino bianco per ridurre il sapore di selvatico, ma se l'animale è giovane non è necessario.
Una volta sgocciolata, la carne va posta in un tegame senza condimento e fatta saltare a fuoco vivo per 10 minuti.
Quando è asciugata la si fa rosolare, sempre mescolando, nella *pistè 'd grass* (pesto di lardo, aglio, prezzemolo), un po' di burro, sedano e carota tritati, 4-5 bacche di ginepro schiacciate.
Una volta rosolata si aggiunge un po' del vino della marinatura (filtrato) e lo si fa sfumare.
Si copre e si lascia cuocere a fuoco lento per 10-12 ore con l'aggiunta man mano di brodo caldissimo e a metà cottura di salsa di pomodoro diluita nel brodo.
Sale e pepe a fine cottura.
A cottura ultimata, i pezzi di lepre vanno tolti dal tegame, sgocciolati, disossati e rimessi nel tegame, ricoperti del loro sugo di cottura precedentemente filtrato, portando a bollore per pochi minuti.
La lepre così cucinata, offerta dal Cardinale, furoreggiava nel '700 alla Corte spagnola.
Oggi è un piatto tipico del periodo venatorio che trova un connubio entusiastico con una bella polenta.

I tortelli piacentini (i turtèi)

Angela e Francesco Mastrantonio - Piacenza

«E il tortello, o mia Giuditta,
l'è il conforto de la vitta».
(V. Faustini, I turtèi vv.63-64)

La storia è ormai consegnata ai posteri, precisa e ben consolidata. I testi *sacri*, cioè le fonti, ce la consegnano con unanime giudizio; da Wikipedia alla Treccani; dagli illustri storici del passato, fino ai nostri più recenti ricercatori locali - come Carmen Artocchini, Roberto Mori, Mauro Sangermani e Stefano Pronti - tutti, fra leggenda e realtà, rintracciano nel lontano Medio Evo – nel 1351, per l'esattezza – l'origine del tortello piacentino e ci tramandano la curiosa e simpatica occasione di una cena fastosamente imbandita nel Castello di Vigolzone di Bernardo Anguissola, feudatario dei Visconti, in onore di un illustre e sorprendente ospite, il sommo poeta Francesco Petrarca.

Si dice quindi che, stimolate dalla eccezionale presenza, le cuoche del castello s'inventarono una nuova pasta, creando dei fagottini di pasta ripiena che, a differenza dei tortelli già noti, avevano giustappunto una coda.

La circostanza sarebbe stata addirittura riferita da un altro personaggio eccellente della cultura italiana, nientepopodimeno che Giovanni Boccaccio, il quale pare proprio fosse un intenditore dell'arte culinaria o per lo meno un conoscitore del tortello, che egli definiva semplicemente *piasentino*.

Fin qui niente di nuovo e di assoluto pubblico dominio; ma quello che nessuno sa e che risulta clamorosamente da una nostra casuale, ma sorprendente ricerca, consiste nella scoperta di una centunesima novella del Decamerone in cui si narra appunto di quella cena a Vigolzone dove vien fuori che vi avrebbe partecipato pure quel tal Currado Gianfigliazzi, ospite nel castello col suo celebre cuoco Chichibio.

Per farla breve: quando in tavola fece il suo trionfale ingresso il gran vassoio coi tortelli, ma badate bene, si dice ancora confezionati nella maniera tradizionale dei ravioli, quel buontempone di Currado volendo fare lo spiritoso e prendersi la sua bella rivincita con Chichibio per via di quella storia delle gru arrosto, chiese al suo cuoco di battere le mani per far vedere di che fosse capace.

Ebbene, voi potrete anche non crederci, ma senza batter ciglio il buon Chichibio batté le mani e fece spuntare dai tortelli una bella e superba coda. Ecco come andarono veramente (?) le cose che sancirono la nascita dei *tortelli piacentini*.

Una fama che presto si diffuse in ogni parte d'Italia: *I turtèi cun la cua*, o anche *i turtèi cun il cui* (perché ci sono anche i turtèi con due code). A proposito di coda (o code), capita anche di sentire qualche nostro vecchio definire simpaticamente i tortelli: *battabarbozz* (come a dire: ti sbattono sul mento, viste le dimensioni).



Ma perché tortello? Il Dizionario etimologico della Lingua italiana lo fa derivare (anche se non son tutti d'accordo) dal latino *tortum*, cioè attorcigliato, dal verbo latino *torquere* (torcere).

I tortelli, ormai simbolo di piacentinità, infatti hanno pure (e non poteva essere diversamente) stimolato la fantasia e la vena oratoria del nostro grande poeta dialettale Valente Faustini che nel 1913 ad essi dedicò un lungo e famoso componimento lirico intitolato appunto:

I turtèi (...) Al turtell? (cme l'anvein) al mei piat di Piasintein (...)

(Il tortello? – come l'anolino – il miglior piatto dei Piacentini)

Ma dopo tutte queste parole, muniti di matterello e tagliere, proviamo a mettere le mani in pasta, seguendo la ricetta tradizionale.

per 4 persone

INGREDIENTI

per la pasta:
- 400 g di farina bianca
- 2 uova
- sale
- acqua tiepida q.b.

per il ripieno:
- 300 g di spinaci
- 40 g di formaggio grana piacentino
- 200 g di ricotta
- 1 uovo
- noce moscata
- sale

per il condimento:
- 100 g di burro
- formaggio grattugiato

Mettere la farina a fontana sul tavolo, nel centro mettere le uova, il sale un po' di acqua tiepida e impastare il tutto. Tirare una sfoglia sottile, dividerla in strisce di circa 8 cm e farne tanti quadrati di 4 cm per lato, su ogni riquadro mettere un cucchiaino di ripieno così preparato: lessare gli spinaci, scolarli, strizzarli e tritarli con la mezzaluna. Amalgamare il tutto con l'uovo, la ricotta, il formaggio e un poco di noce moscata. Ripiegare la pasta chiudendo il tortello a triangolo, poi girare i due angoli e formare una treccia o meglio due code ben strette e sottili arricciandole tra il pollice, il medio e l'indice. Cuocere i tortelli in acqua bollente salata.
Scolare i tortelli in una zuppiera di ceramica e versarvi sopra il burro fuso e una manciata di grana piacentino grattugiato.

Varianti:
- Tortelli senza coda, ma con crestina pizzicata
- Tortelli con biete o erbette al posto degli spinaci
- Tortelli con il ripieno di zucca/di zucca e ricotta (in forma di raviolo)

Volendo si possono condire con un intingolo di salsa di pomodoro e funghi

I pisarei e faso' (o Pissarei e fasö)

Carolina Sommariva - Piacenza



Alzi la mano chi non ricorda nella credenza di mamma o nonna un sacchetto di carta color avana con dentro il pane avanzato "da far seccare per i pisarei".

Come buona tradizione della cucina povera, uno dei piatti principe di Piacenza, i *Pisarei e Fasò*, nasce dalla maestria delle massaie di un tempo che sapevano rendere un cibo saporito e appetitoso utilizzando materie prime semplici e molto spesso di risulta.

Piatto tanto rappresentativo del territorio piacentino, che l'Amministrazione Comunale l'ha marchiato come prodotto con Denominazione Comunale d'Origine (De.C.O.- ottobre 2006), allo scopo di finalizzare il recupero della nostra tradizione ed identità attraverso il riconoscimento di prodotti e piatti tipici (tra cui appunto i "pissarei").

La sua origine è contadina con radici nel Medioevo: si narra che ai pellegrini che percorrevano la via Francigena fino a Roma, nelle locande e nei conventi sparsi nel territorio piacentino, venisse offerta come ristoro una zuppa fatta di *gnocchetti di pane e farina in un sugo di fagioli* (a quell'epoca erano i fagioli dell'occhio), lardo e cotiche.

Anche il significato del loro nome si perde nel tempo; tra le varie spiegazioni, per alcuni il nome *pisarei* deriverebbe dalla storpiatura del termine dialettale emiliano *bissa* (che significa biscia) per la somiglianza alla bisciolina di pasta che si prepara per ricavare gli gnocchetti. Un'altra ipotesi vede l'origine del nome nel verbo spagnolo *pisar* (pestare o schiacciare), per il gesto con cui la pasta viene schiacciata con le dita per imprimere la loro tipica forma.

Attraverso i secoli la ricetta subisce delle varianti, soprattutto nel condimento; si sostituiscono i fagioli con il tipo borlotti, si aggiunge la passata di pomodoro e il formaggio tipo *cacio piacentino* o grana padano.

E negli anni nascono tante rivisitazioni: asciutti, bazzotti (più liquidi), con o senza pomodoro, con cotiche di maiale o senza, con carne o salsiccia o vegetariani, con il pesce e soprattutto con diverse proporzioni tra farina e pangrattato nell'impasto. A primo avviso i puristi del piatto potrebbero scandalizzarsi, ma in fondo queste nuove proposte servono a consolidare le radici e il territorio, rivalutando le ricette della nostra cultura.

Un occhiello va fatto sulle caratteristiche nutrizionali dei *pisarei e fasò*, ai nostri giorni tema molto in voga in un'ottica di *salute e benessere*. Si tratta di un primo povero ma completo, *healthy*, perché può essere un piatto unico che fornisce tanta fibra e proteine vegetali.

Passiamo ora alla ricetta. Tra le tante proponiamo quella codificata dalla Scheda di riconoscimento del Marchio per la DE.C.O., che a sua volta fa riferimento a quella della compianta prof.ssa Carmen Artocchini, famosa scrittrice di storia e folklore piacentino.

per 6 persone

INGREDIENTI

- 300/400 g di fagioli borlotti freschi o secchi (no in scatola)
- passata pomodoro o 1 cucchiaio di concentrato
- pistè di lardo: è ammessa l'aggiunta di cotenna a pezzetti (ma non nel soffritto)
- da 300 a 500 g di pane grattugiato tipo comune casareccio
- da 200 a 350 g di farina bianca
- cipolla
- aglio
- burro
- prezzemolo
- formaggio grana grattugiato
- sale: tutto q.b.

è consentito:

- l'uso del latte nell'impasto, in sostituzione o solo in parte dell'acqua
- piccole varianti nel rapporto tra farina e pane grattugiato

Per la pasta: Impastare bene la farina con l'acqua ed il pane grattato (precedentemente scottato con acqua bollente o latte) fino ad ottenere un impasto morbido ed elastico, da esso staccare dei pezzi da assottigliare con il palmo della mano fino a formare delle biscioline dello spessore di 1 cm. Da queste strisce staccare dei pezzetti che, schiacciati leggermente con il pollice prenderanno la forma cava di gnocchetti. Una volta terminato si lasceranno riposare su un piano asciutto, preparando nel frattempo il condimento.

Per il condimento: Far lessare 300 o 400 g di fagioli borlotti (messi precedentemente a bagno se secchi) e portati a tre quarti di cottura con acqua non salata, ma condita con un cucchiaio di olio ed una fetta di cipolla fresca; soffriggere a parte in un tegame di cotto il burro, l'olio, una cipolla e un po' di prezzemolo tritati (volendo, aggiungere anche uno spicchio d'aglio), una pestata di lardo (o un pezzetto intero da togliere poi a fine cottura).
Unire i fagioli e lasciarli insaporire a fuoco lento dopo averli cosparsi con sale e pepe; aggiungere la salsa di pomodoro/concentrato di pomodoro diluito con acqua tiepida e continuare la cottura dei fagioli a fuoco lentissimo; quando il sugo sarà pronto, far cuocere i pisarei in abbondante acqua bollente salata; dopo pochi minuti verranno a galla.
Scolarli con la schiumarola e versali insieme al sugo di fagioli in una zuppiera.
Mescolare con qualche manciata di formaggio grana grattugiato e servire con l'aggiunta di prezzemolo tritato fresco.

Il latte in piedi

Silvia Torretta - Piacenza

L'italianissimo *latte in piedi* ha origini remote; l'Artusi ne parla nel suo *La scienza in cucina* denominandolo *latte alla portoghese* e affermando che si tratta di quello che i francesi (ma anche noi) chiamano "Crème Caramel".

Il dolce *latte alla portoghese* è molto conosciuto in Toscana, soprattutto a Firenze e a Siena.

Per i piacentini è la ricetta della *nonna*, da amare per la semplicità dei suoi ingredienti.

La cucina piacentina è in prevalenza una cucina vincolata alla terra, creata dalla gente del contado con i prodotti dei campi e la ricetta del latte in piedi, di origine povera e campagnola, consta infatti di soli tre ingredienti: latte, uova e zucchero.

È proprio grazie alle uova che il latte "sta in piedi" diventando un dolce simile ad un budino, ma la cui consistenza si ottiene senza aggiungere nessun tipo di gelificante.

La ricetta più antica reperita risale al 1826 ed è inte-

ressante per la sua originalità: prevede che il composto venga versato in uno stampo di rame e fatto cuocere a bagno maria in un tegame con il suggerimento di porre *sul fondo del tegame dei ricci di castagna in modo che non barcolli*. La ricetta prosegue poi con una raccomandazione che fa sorridere: *state attenti che quando bolle non vi entri l'acqua altrimenti il dolce è rovinato!!*

La ricetta base prevede i seguenti ingredienti:

INGREDIENTI

- 10 uova
- 10 cucchiai di zucchero
- 1 l di latte
- 1 baccello di vaniglia

Sbattete i 10 tuorli con altrettanti cucchiai di zucchero, montateli, poi aggiungete il latte tiepido con l'aroma preferito (vaniglia ecc.).
Fate la *fiocca* (albumi montati a neve) con metà degli albumi che aggiungerete al composto amalgamando il tutto.
Fatto caramellare un po' di zucchero, versatelo nello stampo facendo in modo che l'interno sia ben rivestito. Aggiungete il composto e fatelo bollire a bagno maria finchè è indurito.

Una variante per aromatizzare prevede l'aggiunta di 2 mezzi gusci di rosolio o 10 mezzi gusci di vino spiritoso.

Quella che viene ricordata come la "ricetta della nonna" è stata poi rivisitata da un accademico della cucina piacentina, Emilietto Rossi, cuoco gentleman, orefice di professione, che guarnisce il latte in piedi con una *crema di latte* la cui preparazione è veramente originale:

...portare a ebollizione il latte (1 lt) unito alla panna (¼ lt) allo zucchero (130 g) ad 1 stecca di vaniglia ed a 5 g di bicarbonato. Aggiungete ora 3 biglie di vetro che impediranno al composto di attaccarsi al fondo del tegame.

Abbassate quindi la fiamma. Dopo circa 2 ore ½ di cottura, durante le quali la crema andrà 'riboccata' essa sarà sufficientemente ambrata e addensata. Passate quindi in colino fine e conservate in frigorifero per guarnire il dolce.

Il *latte in piedi* è stato anche importato nell'America del Sud dove è noto con il nome di *latte portoricano o dulce de leche*; la versione argentina prevede quale aroma il sapore dell'anice.

La picula 'd caval

Giancarla Donti - Piacenza

Nel dialetto piacentino la dizione *picula 'd caval* fa riferimento ad un piatto di carne equina. Va però precisato che nel nostro dialetto il termine *picula* ricopre il significato italiano di *ridotto* più che di piccolo (reso invece con il termine *picin*), mentre qui il sostantivo *picula* acquista il significato di *razione*. Il nome del piatto significa quindi *razione*, cioè una porzione di carne di cavallo, rifacendosi chiaramente alla porzione ridotta che i carrettieri, a metà mattina, erano usi farsi servire all'osteria *Dal Bambein* nei pressi della porta San Lazzaro della città.

È opinione comune che questo piatto affondi le sue radici nella tradizione militare di Piacenza e più precisamente che risalga alla prima metà dell'800 quando Piacenza era diventata piazzaforte militare con la presenza quindi di numerosi equini, sia da sella che da tiro.

Comunque, la presenza ufficiale della carne equina nei macelli e nelle botteghe risale agli anni settanta dell'800 in concomitanza con l'insediamento del Reggimento di Cavalleria nella caserma dell'ex Convento di S. Agostino.

Col passar del tempo l'uso del cavallo come forza lavorativa venne gradualmente sostituito dalle macchine, mentre nel contempo il suo uso alimentare trovò sempre più validi sostenitori.

A tal proposito si ricorda, fra l'altro, che fu proprio un chimico-farmacista piacentino, il Dott. Dioscoride Vitali, nominato farmacista all'Ospedale di Piacenza verso la fine dell'800, a consigliare il consumo della carne equina da lui stesso felicemente esperimentato.

Ma, all'atto pratico, cosa è questa fantomatica *picula 'd caval*?

La si può configurare come un ragù di cavallo, sicuramente più antico del ragù di manzo e più robusto come gusto, il cui consumo è fortemente radicato nella tradizione piacentina.

Considerato un tempo piatto povero, oggi è invece un piatto caratteristico che delizia i palati di chi ama riprovare i sapori e le sensazioni di una volta.

Ed ecco qui la ricetta:

In un soffritto preparato con cipolla, carota e sedano - ben tritati - in olio e burro e pistè 'd grass (trito di lardo, prezzemolo e aglio) si fa rosolare, a fuoco lento per una decina di minuti, la carne non proprio magra e tritata molto fine, la si porta a lenta cottura con brodo, aggiungendo a metà cottura un po' di salsa di pomodoro. Dopo circa un'ora, volendo si può aggiungere qualche pezzetto di peperone. Si fa cuocere lentamente per circa 2 ore.
Abitualmente la si gusta accompagnata da una polenta fumante.

I croxetti o corzetti?

La pasta fresca ligure *di famiglia*

Anna Greco - Piacenza

La scelta di presentare una ricetta della cucina ligure è dettata dal forte legame che mi lega a questa terra: ho sposato un ligure della Riviera di Levante!

Un ricco e stimato tesoro nel forziere della tradizione culinaria ligure: monete personalizzate di pasta all'uovo dal sapore antico che spopolano da tempi immemori conservando eleganza e bontà.

Dai banchetti del Medioevo, in un viaggio secolare, sono arrivati sulle nostre tavole, hanno attraversato ogni tempo della storia conquistando un posto di eccezione nella cucina ligure: sono i *croxetti* o *corzetti*, medaglioni di pasta, simili a piccole lasagnette tonde e ricamate, serviti in genere con un battuto di carne bianca, cipolla e sedano e successivamente abbinati a condimenti classici come il *toccu* alla genovese, il *pesto*, la salsa di noci o il sugo di funghi.

Curiosa l'origine del nome che sembra derivare da una piccola croce che viene stilizzata su un lato di queste medaglie di pasta, ma molto probabilmente anche dal *corazzo* o *crosazzo*, moneta dell'antica Repubblica di Genova. Si racconta di alcuni impasti ricchi di uova che dovevano conferire un colore piuttosto aureo per ricordare le monete d'oro.

Conosciuti già in epoca medievale, i *croxetti* trovano una loro vera affermazione solo nel Rinascimento, quando i nobili iniziano a *stampare* sulla pasta lo stemma di famiglia: un modo per ostentare ai commensali la loro fama e il loro dominio sul territorio. Assumono così un posto di rilievo nei pranzi ufficiali quando, nel tardo barocco, compaiono nel menu per un pranzo di Stato offerto dalla Repubblica di Genova agli Ambasciatori del Marocco (1362). Oggi sono diventati a loro volta ambasciatori del gusto e della cucina ligure nel mondo.

I *croxetti* vengono realizzati grazie a stampini in legno composti di due elementi: uno cilindrico con la parte inferiore concava e tagliente, e quella superiore recante un disegno in rilievo. Il secondo elemento, sagomato, detto "timbro" sempre con un segno in rilievo.

Il diametro degli stampi è andato diminuendo negli ultimi 150 anni, dai 7 cm degli stampi del 1860 si è scesi ai 5 cm netti di quelli fabbricati ai nostri giorni.

Una tradizione popolare dell'entroterra chiavarese vuole che ai novelli sposi venissero regalati gli stampini in legno con incise le loro iniziali come buon auspicio, mentre un'altra leggenda, nell'estremo levante ligure, racconta che anticamente il suocero regalasse gli stampini alla nuora come segno di riconoscimento, donando così a questo primo piatto l'onore delle grandi occasioni.

I maestri artigiani liguri del legno realizzano ancora oggi questi stampini che esportano anche verso mete estere come Singapore, Malta, USA e Dubai dove importanti chef servono nei loro ristoranti questa pasta con impressi i loro simboli.

La preparazione dei *croxetti* presenta alcune varianti come quella con gli spinaci, tendenzialmente di colore verde, o quella con la farina di castagne per continuare la loro marcia anche nell'era del bitcoin perché il loro destino è intramontabile.





01. Alcuni stampi in legno contemporanei per la preparazione dei corzetti (Chiavari, collezione privata)

INGREDIENTI

per i corzetti:
- 300 g di farina di grano duro
- 1 uovo
- 50 ml di acqua tiepida
- 50 ml di vino bianco

per il pesto di maggiorana e pinoli:
- 60 g di pinoli
- 40 g di noci sgusciate
- 10 g di foglie di maggiorana
- 4 cucchiai di olio evo
- 3 cucchiai di Parmigiano
- acqua di cottura della pasta q.b.
- sale

Per la pasta: rovesciate la farina su un piano di lavoro e formate con le dita un buco al centro a mo' di cratere. Aprite l'uovo all'interno del cratere, sbattetelo leggermente aiutandovi con una forchetta, unite il vino e l'acqua e iniziate a mescolare con due dita facendo cadere a poco a poco la farina dai fianchi del cratere.
Quando l'impasto inizia a stare insieme lavorate energicamente la pasta piegandola su se stessa e schiacciandola, con la parte inferiore del palmo della mano, molte volte fino ad ottenere un impasto compatto ed elastico.



Avvolgete l'impasto in un panno umido e lasciatelo riposare per mezz'ora.
Su un piano di lavoro ben infarinato stendete quindi la pasta in una sfoglia alta 3 millimetri e ricavatene poi tanti dischi utilizzando il bordo tagliente della parte cilindrica dello stampo. Quindi realizzate i croxetti schiacciando i dischi di pasta, uno alla volta, tra le due superifici incise dello stampo (cioè tra cilindro e timbro).

Per il pesto: frullate in un mixer i pinoli, le noci, la maggiorana e metà dell'olio fino ad ottenere un composto denso e omogeneo.
Mettete la salsa in una ciotola, aggiungete il Parmigiano e la restante metà dell'olio e regolate di sale.

Cuocete i *corzetti* in abbondante acqua salata per circa 10/15 minuti.
Scolateli, avendo cura di tenere da parte mezzo bicchiere di acqua di cottura.
Trasferite i *corzetti* in una padella insieme al pesto di maggiorana e al mezzo bicchiere di acqua di cottura.
Rimescolate con delicatezza in modo che il pesto e l'acqua di cottura creino una cremina vellutata con cui mantecare i *corzetti*. Saltate per un paio di minuti a fuoco medio.
Prima di servire decorate il piatto con qualche fogliolina fresca di maggiorana, una manciata di pinoli ed un filo d'olio a crudo.

Il riposo delle polpette

Patrizia Fornari - Piacenza

«Qualche sera fa, in cucina, facevamo le polpette. Carne bollita di manzo, cardi lessati, Parmigiano, pangrattato, due uova, sale, pepe. Terminato l'impasto, modelliamo le polpette e le sistemiamo per bene su un piatto. A questo punto Marina raccomanda: 'Ora, prima di cuocerle, le lasciamo riposare un paio di ore, così si rassodano e si amalgamano bene'.

Ho pensato che il riposo delle polpette assomiglia molto a quello che succede nella nostra mente quando elaboriamo le idee. Le idee sono il risultato di esperienze, incontri, riflessioni, suggestioni: tanti ingredienti che si mettono insieme e poi producono pensieri nuovi. Ma prima che ciò accada è utile far riposare quegli ingredienti, dargli il tempo di depositarsi, amalgamarsi, rassodarsi. Il riposo delle polpette è come il riposo dei pensieri: dopo un po' vengono meglio.

La cucina non è solo il luogo in cui si progettano sopravvivenza e piacere.



La cucina è anche il luogo ideale per allenare la mente. Osservare i processi di cottura, le trasformazioni della materia sotto il calore del fuoco, le imperative regole degli accostamenti (...), l'ordine e la sequenza dei gesti (...) può aiutarci a riflettere sulle regole che governano l'esistenza quotidiana, su quello che accade ogni giorno intorno a noi, sul nostro rapporto con il mondo, con gli altri, con noi stessi.

Cucinare non è una pratica minore, ma stimola l'intelligenza».

Massimo Montanari
"Il riposo della polpetta e altre storie intorno al cibo"
Editori Laterza - 2009

per circa 40 polpette

INGREDIENTI

- 500 g di carne macinata di manzo
- 50 g di pancarré
- 100 ml di latte parzialmente scremato
- 1 uovo intero
- Parmigiano Reggiano grattugiato
- 400 g di salsa di pomodoro
- 1 carota piccola
- 1 gambo di sedano
- 1 cipolla piccola
- 1 spicchio di aglio spellato
- prezzemolo fresco
- sale fino iodato
- olio extra vergine d'oliva

In una pentola antiaderente, abbastanza larga da consentire di disporre tutte le polpette in un solo strato senza sovrapporle, far rosolare la cipolla tritata in 3 o 4 cucchiai di olio e 2 di acqua.
Quando la cipolla sarà ammorbidita aggiungere la salsa di pomodoro, la carota e il gambo di sedano lavati e mondati e portare a bollore. Abbassare la fiamma al minimo e lasciar sobbollire il sugo fino a quando si sarà addensato, quindi regolare di sale e aggiungere un paio di cucchiai di latte nel caso l'intingolo presentasse la tipica nota acida del pomodoro.
Intanto che il sugo cuoce, spezzettare il pancarré con le mani e irrorarlo con il latte intiepidito schiacciandolo con una forchetta in modo da ottenere una poltiglia. Lavare e mondare un generoso ciuffo di prezzemolo e tritarlo con ½ spicchio di aglio privato del germoglio centrale.
In una terrina capiente raccogliere la carne trita, il pancarré ammollato, l'uovo, il trito di prezzemolo e aglio, due cucchiai di grana grattugiato, quindi regolare di sale e impastare bene con le mani fino a che la carne avrà assorbito l'uovo e si sarà formato un impasto morbido ma compatto.
Formare una quarantina circa di polpette grosse come una noce e metterle man mano che saranno pronte nella pentola del sugo dal quale dovranno quasi essere sommerse (se nel frattempo il sugo si fosse asciugato troppo allungarlo con un poco di acqua). Portare a cottura le polpette a tegame coperto mescolandole ogni tanto, delicatamente per non romperle, ci vorranno circa 30-40 minuti di cottura.
Servire le polpette di carne al sugo calde con sugo abbondante.
«Questa è la mia ricetta originale, ma la prossima volta che farò queste polpette proverò a farle riposare un paio d'ore, o tutta una notte, prima di cuocerle, hai visto mai...».

I buslanei della Noce

Mina Trabacchi - Piacenza

Il sapore della festa di una volta rivive in caratteristici biscottini a ciambella, insigniti del marchio De.C.O. (Denominazione di Origine Comunale) e chiamati *buslanei*, nel nostro dialetto la ciambella si dice *busłàn*. Originari della località Noce di San Nicolò, vicino Piacenza, i *buslanei* hanno un'origine molto antica: si dice fossero conosciuti già agli inzi del XIV sec. e che i monaci Benedettini di San Savino li donassero ai Canonici della Cattedrale.

Diffusisi poi nella vicina Val Tidone, diventarono per tradizione, infilati in un cordoncino chiuso ad anello, dono dei padrini ai cresimandi.

Fatti di pochi e semplici ingredienti, i *buslanei* sono protagonisti di una sagra estiva e fino a non tanti anni fa nei giorni di mercato nella Piazza del Duomo arrivava il *buslanar*, metteva le sue collane di *buslanei* a cavallo dello schienale di una sedia (senza vetrinista!) e tutti se ne tornavano a casa con questo goloso gioiello al collo, sgranocchiando un buslanei.

INGREDIENTI

- 1 Kg di farina tipo 0
- 2 hg di zucchero
- 1 hg di burro
- 1 albume d'uovo
- sale e latte q.b.

Si fa un mix degli ingredienti e si impasta il tutto. Si lascia riposare l'impasto per due ore in frigorifero in una terrina coperta. Trascorse le due ore si riprende l'impasto e lo si lavora nuovamente.
Si preparano delle *biscioline* di pasta lunghe 10 cm dello spessore circa di 1 cm, si chiudono ad anello sull'indice della mano sinistra e i *buslanei* sono pronti per andare un attimo nel forno caldo per indurire.
Poi si scottano in acqua caldissima, ma non in ebollizione, pochi per volta servendosi di un mestolo forato; infine si fanno cuocere in forno a 180° per 30 minuti.
È un dolce da credenza, poco dolce che può essere intinto nel latte o nel vino dolce a fine pasto.

Variante:
- Senza zucchero: può essere servito nel brodo.



Cippo a ricordo dell'ultimo Buslanar della Noce



Un venditore di buslanein nel 1929

La Burtlèina

Natalia Rocca - Piacenza

Care amiche Fornelle,

voglio condividere la ricetta di un piatto della nostra tradizione che ho sempre gustato al ristorante, ma che non avevo mai provato a cucinare a casa e del quale non avevo neppure la ricetta.

Si tratta della *Burtlèina* piacentina (Bortellina per chi traduce il dialetto). E' una sorta di frittata piuttosto croccante che da noi si mangia accompagnata dai nostri salumi DOP (coppa, pancetta, salame) e da formaggi morbidi (crescenza, gorgonzola) e che da sola risolve una cena.

Durante il primo lockdown ho incominciato le mie ricerche instigata anche da mio figlio che desiderava tanto mangiare la burtlèina a casa!!! Ho scoperto che questo piatto d'ispirazione decisamente popolare ha in realtà varie versioni... Ogni paese della provincia ha la sua ricetta e anche intervistando le amiche Fornelle di Piacenza ho avuto conferma di ciò.

Sono arrivata, così, ad una mia ricetta che dopo varie prove ha ottenuto il consenso in famiglia!

per 4 persone

INGREDIENTI

- 300 g di farina
- 250 ml di acqua minerale gasata
- 1 uovo intero
- 1 cucchiaino raso di sale
- per friggere: io uso l'olio Sasso

Con un frullino amalgamare la farina (prima setacciata) con il sale e l 'acqua minerale, poco alla volta cercando di non fare grumi.
A parte sbattere l'uovo con la forchetta e aggiungerlo alla pastella.
Lasciare la pastella a riposare in frigorifero per mezz'ora circa.
Friggere in olio che copra il fondo della padella versando la pastella poco alla volta, a cucchiaiate. Quando la *burtlèina* comincia a dorarsi girarla dall'altra parte e poi adagiarla su carta assorbente.
Nello stesso olio friggere altre *bortelline* fino ad esaurimento della pastella.





Il filetto di vitello alla liquirizia di Calabria DOP con galletta di patate

Assunta Arruzzoli - Piacenza

Sembra sia stato il Duca di Corigliano (CS) che, nel 1715, intuì che la liquirizia poteva essere una ricchezza per la zona.

Impiantò una fabbrica alla quale, nella Sibaritade, se ne aggiunsero presto molte altre e il prodotto conquistò facilmente i mercati stranieri grazie all'abbondanza e all'ottima qualità.

Prodotta soprattutto nei territori di Castrovillari, Corigliano e Rossano, la liquirizia è apprezzata sia per l'uso nel settore dolciario che per le proprietà benefiche sull'apparato respiratorio e digestivo, nonché per proprietà antinfiammatorie, cicatrizzanti e dissetanti.

Si è guadagnata l'appellativo di *Principessa di Calabria* per la qualità superiore rispetto ad altre varietà, grazie anche al clima e al suolo calabrese che permettono di ottenere un prodotto dal profumo intensissimo e dal gusto più dolce.

Nel 2011 è stata garantita dall'importante riconoscimento europeo della Denominazione di Origine Protetta.

È sempre più usata in cucina per la preparazione di piatti a cui regala un sapore e un aroma ricercato, dall'antipasto ai primi e dai secondi al dessert.

INGREDIENTI

- 750 g di patate
- 30 g di burro
- sale e pepe
- 2 rametti di timo
- 2 radici di liquirizia
- 50 g di lardo affettato
- 4 medaglioni di vitello di circa 150 g
- 30 g di fondo bruno (5 g di estratto di carne)
- sale

Sbucciare, lavare e ridurre a filetti con la grattugia 750 g di patate; metterle in padella antiaderente con 30 g di burro; salare, pepare e rimestare con due palette.
Ammorbidite, compattarle dando la forma di una frittata e come tale, quindi, farla dorare da un lato e poi rigirarla dall'altro (15 min in tutto).
Intanto dividere per il lungo 2 radici di liquirizia, metterle in un pentolino coperte d'acqua e farle sobbollire a fuoco basso per 10 min circa.
Avvolgere con 50 gr di lardo affettato il bordo di 4 medaglioni di vitello da 150 gr cadauno e trattenerlo con spago da cucina; salarli, peparli e rosolarli in padella per qualche minuto con 30 g di burro e 2 rametti di timo; metterli da parte in caldo.
Deglassare il fondo di cottura con il brodo di liquirizia.
Unire 30 gr di fondo bruno (oppure 5 g di estratto di carne in pasta sciolto in 25 ml di acqua).
Controllare di sale e rimettere la carne in padella fino a cottura desiderata.
Servire con la galletta di patate.

La bomba di riso

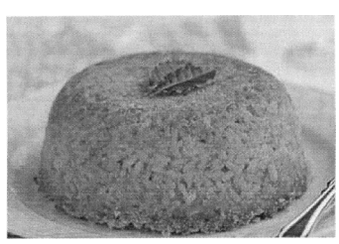
Annunciata Casa - Parma

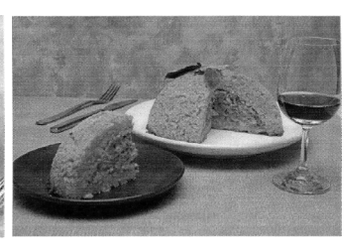
I ricettari ottocenteschi di numerose famiglie nobili parmigiane riportano spesso la bomba di riso, un piatto assoluto, di quando il piccione (previsto nel ripieno), era esclusivo appannaggio dei ceti abbienti. Una ricetta ritenuta di origini parmigiane e piacentine, in voga nella cucina di corte di Elisabetta Farnese principessa di Parma e regina di Spagna (1692-1766), che ne esigeva la presenza sulla sua tavola ogni giorno, ma il 15 agosto in occasione della festa della Madonna, anche il popolo poteva cucinarlo se pur con un ripieno (relativamente) meno pretenzioso, a base di ragù di maiale, manzo e porcini.

per 6 persone

INGREDIENTI

- 4 piccioni giovani
- 1 Kg di riso
- 1 cipolla
- prezzemolo
- salvia
- qualche bacca di ginepro
- odore di noce moscata
- 250 g di olio extra vergine di oliva,
- 250 g di burro
- sale pizzichi a occhio
- 250 g di Parmigiano Reggiano grattugiato
- 6 uova
- un po' di latte
- pane grattugiato





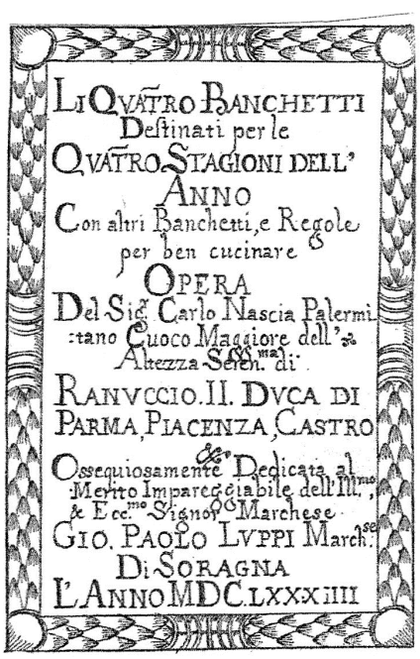
Prendete i piccioni e, dopo averli ben puliti e tagliati a pezzi (se volete bene ai vostri commensali disossateli), fateli rosolare in un soffritto di cipolla, prezzemolo, salvia, qualche bacca di ginepro schiacciata, olio, burro, sale e odore di noce moscata.
Fate cuocere il riso in acqua unendo una cipolla.
A metà cottura, scolatelo e mettetelo in una zuppiera; fate ora un buco nel mezzo e ponetevi un pezzo di burro; coprite con il riso e lasciate riposare per un poco.
Rimescolate il riso con il burro (che nel frattempo si è ammorbidito), un po' d'olio extravergine di oliva, 250 g circa di Parmigiano Reggiano, 6 uova sbattute, un po' di latte, sale e odore di noce moscata.
Ungete con il burro uno stampo liscio dai bordi piuttosto alti, spolverizzate le pareti accuratamente di pangrattato e rivestitelo con parte del riso (circa ¾), al centro mettete il piccione col relativo intingolo. Coprite il tutto con il riso che avrete tenuto da parte, spargetevi sopra un poco di formaggio, qualche fiocco di burro e mettete in forno caldo finché la bomba sarà ben dorata.
Quindi togliete lo stampo, rovesciate su un piatto da portata e buon appetito!

Il savarin di riso

Annunciata Casa - Parma

La ricetta che proponiamo ha un'origine storica ben precisa: viene dal ricettario *Li quattro Banchetti destinati per le quattro stagioni dell'anno,* opera di Carlo Nascia Palermitano (1684) cuoco alla Corte Farnese, dedicata all'ill.mo Gio Paolo Lupi march. di Soragna, e ritrovato dal principe Diofebo Meli Lupi di Soragna nel 1981 nella propria biblioteca.

Peppino e Mirella Cantarelli, noti ristoratori della zona, insieme al gastronomo Dott. Massimo Alberini, hanno interpretato/trasformato, ispirandosi al manoscritto di Nascia che lo realizzava con lo "zuccaro", uno sformato di riso chiamandolo *Savarin* e di cui descriviamo la ricetta:


LI QVATRO BANCHETTI
Destinati per le
QVATRO STAGIONI DELL'
ANNO
Con altri Banchetti, e Regole
per ben cucinare
OPERA
Del Sig.r Carlo Nascia Palermi
:tano Cuoco Maggiore dell'
Altezza Seren.ma di
RANVCCIO. II. DVCA DI
PARMA, PIACENZA, CASTRO
Ossequiosamente Dedicata al
Merito Impareggiabile dell'Ill.mo
& Ecc.mo Signor Marchese
GIO. PAOLO LVPPI March.se
DI SORAGNA
L'ANNO MDC.LXXX.IIII

INGREDIENTI

- 400 g di riso Carnaroli
- 300 g di macinato magro di manzo
- 100 g di salsiccia
- trito di carota-sedano-cipolla
- 1 uovo
- lingua salmistrata o prosciutto (cotto o crudo)
- 30 g di funghi porcini
- pane e Parmigiano Reggiano grattugiato
- 1 cucchiaio di concentrato di pomodoro

Rosolare nel burro il battuto di sedano-carota-cipolla. Aggiungere i funghi, precedentemente ammollati nell'acqua tiepida e un cucchiaio di concentrato di pomodoro. Far bollire lentamente.

A parte amalgamare la carne trita, la salsiccia, l'uovo, il formaggio e fare delle polpettine molto piccole e friggerle. Sgocciolarle bene e metterle poi nel sugo di funghi.
Preparare uno stampo da *savarin*, imburrarlo e ricoprirlo tutto con la lingua salmistrata o il prosciutto.
Preparare il risotto, facendo tostare il riso con olio e tirare a cottura con brodo di carne. Togliere dal fuoco e mantecare col Parmigiano.
Stendere uno strato di risotto nello stampo, mettervi sopra una parte delle polpettine e coprire con il resto del risotto.
Lasciare riposare 5 minuti e poi capovolgere il *savarin* su un piatto da portata riempiendo il centro con le polpettine e il loro sugo.

La duchessa di Parma

Monica Banchini - Parma Due



Dal libro di ricette del cuoco personale di Maria Luigia d'Asburgo-Lorena Duchessa di Parma e Piacenza, abbiamo scelto la Torta Duchessa, così chiamata, per dedicarne la bontà alla Sovrana tanto amata dai Parmigiani.

INGREDIENTI

- 100 g di farina di nocciole
- 100 g di burro
- 320 g di zucchero
- 150 g di farina 00
- 1 buccia grattugiata di limone q.b.
- 275 g di cioccolato fondente
- 300 g di panna
- 200 ml di latte
- 140 g di tuorli
- 1 baccello di vaniglia
- 100 ml di Marsala
- 50 ml di Zibibbo
- ciliegie candite q.b.
- granella di nocciole q.b.

Per i dischi di pasta di nocciole:
Mescolare insieme la farina di nocciole, 100 g di zucchero, il burro, 100 g di farina, la buccia del limone. Amalgamare il tutto formando una pasta molto dura. Se fosse troppo consistente aggiungere un uovo per ammorbidirla. Fare raffreddare in frigo. Una volta tirata fuori dal frigo, stenderla con il matterello. Con l'aiuto di una tortiera capovolta fare tre dischi identici. Informare per 30 minuti a 160/170 gradi. Poi lasciare raffreddare.

Per la crema pasticcera:
Scaldare il latte con 50 g di panna e il baccello di vaniglia. A parte montare 50 g di tuorli con 100 g di zucchero e 20 g di farina fino a quando saranno spumosi. Quando il latte bolle unirlo alla crema e mescolare 1 minuto.

Per la crema ganache al cioccolato:
Portare a bollore 250 g di panna, spegnere il fuoco e sciogliervi il cioccolato. A questo punto unirvi 200 g della crema pasticcera per ottenere la crema per la farcitura.

Per lo zabaione:
Bollire il Marsala con lo Zibibbo. A parte montare i tuorli rimasti con 120 g di zucchero e 30 g di farina sino ad ottenere una crema spumosa e morbida. Buttare la crema nel Marsala, e appena riprende il bollore, spegnere e lasciare intiepidire.



Prendere un disco di pasta di nocciole, metterla in un piatto piano e spalmare uno strato di crema. Appoggiare il secondo disco e con la tasca da pasticcere fare un cerchio nella circonferenza del disco: deve fungere da bordo di contenimento dello zabaione, nel caso fosse poco denso. Riempire il centro con lo zabaione.
Coprire con il terzo disco, poi spalmare la crema al cioccolato sui bordi dei tre dischi riempiendo le fessure e passare la granella di nocciole sul bordo della torta. Fare dei ciuffetti di crema al cioccolato sopra al primo disco. Coprire con lo zucchero a velo. Mettere su ogni ciuffetto una ciliegia candita passata nello zucchero semolato. Tenere in frigo e tirarla fuori almeno 1 ora prima di gustarla.

L'Erbazzone

Delegazione di Reggio Emilia

È espressione tipica della cultura gastronomica della provincia di Reggio Emilia, nelle sue varianti di montagna e di pianura. Oggi prevale il più conosciuto moderno *Erbazzone della valle*, prodotto in loco pure industrialmente con risultati anche di ottima qualità, che è una torta di erbe (bietole e/o spinaci), insaporite principalmente con aglio, cipollotti e molto Parmigiano Reggiano, tra due sfoglie sottili di pasta azzima, insaporita in superficie con lardo. Lo *scarpazzone*, considerato quasi sinonimo dialettale, è in realtà la versione originaria più povera dell'Appennino reggiano, che si tramanda ancor oggi, trasformazione locale di una *torta d'erbi* di probabile ascendenza ebraica, venuta da oltre il crinale, integrata con ricotta di pecora o in seguito con il riso, che portavano le mondine, cotto nel latte. Il termine pare possa derivare da *scarpa* (la parte dura della bietola che, in tanta miseria, non veniva certo buttata) o da *sgarbassa* (la parte verde dei cipollotti che ancora oggi mettiamo). E si cuoceva nei grandi *sol* di rame unti, con niente pasta o solo sotto.

Scendendo a valle la "Grande torta d'erbi" si arricchisce, con il passaggio dalla cultura dell'olio a quella del maiale, con aggiunta di strutto o burro nelle due sfoglie (qui abbonda la farina), di lardo sopra e soprattutto, di tanto Parmigiano Reggiano.

La pasta azzima che avvolge il ripieno conferma la contaminazione con la cultura ebraica. Il primo a metterlo in vendita infatti fu il forno del ghetto nel centro di Reggio.

Da lì si diffuse in città e successivamente in tutta la provincia. Ma il panettiere Sacerdoti, detto *Salamein*, sicuramente sostituiva il grasso di maiale con il grasso d'oca, tipico della cucina ebraica, presente anche nelle famose *chizze reggiane* ripiene di grana, lanciate proprio da quel forno. Certo le *rezdore* emiliane non avranno tradito strutto e lardo. E nemmeno i molti che si misero a produrlo per le osterie, soprattutto. Una curiosità: il famoso Mangiafagioli di Annibale Carracci (1584) che è nella Galleria di Palazzo Colonna a Roma ha davanti a sè pane, cipollotti e... pezzi di una torta di erbe molto simile all'*erbazzone*.

per 12 persone (1 stampo grande)

INGREDIENTI

per il ripieno:
- 1,5 Kg di spinaci crudi, lessati e ben strizzati
- 2 Kg bietole, crude, bionde, lessate e ben strizzate (si possono usare anche le parti di coste più tenere tritate finemente)
- 3 cipollotti freschi, piccoli, tritati fino al verde tenero
- 100 g di pancetta tritata fine
- 50 g di lardo macinato
- olio q.b.
- 1 cucchiaino di prezzemolo tritato finissimo
- 200 g di Parmigiano Reggiano grattugiato
- 2 spicchi d'aglio
- sale e pepe q.b.

Rosolare in una padella grande olio, lardo macinato, i cipollotti e i 2 spicchi di aglio di cui 1 tritato finissimo e l'altro intero e in camicia, che dovrà essere tolto dopo pochi minuti. Aggiungere per prime le bietole lessate e tritate e rosolare per 15/20' da sole. Aggiungere quindi gli spinaci lessati e tritati e la pancetta. Rosolare finché la pancetta non sarà sciolta completamente e a questo punto si può aggiungere il prezzemolo. Al ripieno ancora caldo va unita circa la metà del Parmigiano e si fa raffreddare. A ripieno freddo aggiungere il Parmigiano rimanente.

per la pasta:
- 500 g di farina 0
- 200 g circa di acqua (aggiunta poco alla volta)
- 100 g di strutto
- 20 g di sale + 1 macinata di pepe

Fare il "vulcano" con la farina, mettere al centro lo strutto, il sale e il pepe ed iniziare ad impastare unendo acqua a poco a poco. Deve diventare una pasta molto elastica. Lasciare riposare 20/30' in sacchetto di plastica a temperatura ambiente.
Tirare la pasta molto sottile (anche con la macchina), tenendo quella da porre sul fondo un po' più spessa. Distribuire uniformemente il ripieno sul fondo e ricoprire con la pasta rimanente in modo tale da creare delle "pieghe" di pasta, come plissettatura di tessuto... Prima di infornare fare fori con una forchetta fino a forare la pasta sottostante. A metà cottura strofinare la parte superiore con un battuto di pancetta appallottolato sulla punta di una forchetta.
Cuocere in forno ventilato (sopra e sotto) per 20' a 200° controllando la cottura della pasta sottostante. L'erbazzone a fine cottura deve risultare dorato ma chiaro.
Prima di servire fare riposare almeno 15'.
Tiepido è meglio!

Il dolce ai gianduiotti

Mariella Della Salda - Reggio Emilia



per 12 persone

INGREDIENTI
- 100 g di savoiardi
- 300 g di gianduiotti

per la crema:
- 5 tuorli d'uovo
- 5 cucchiai di zucchero
- 5 cucchiai di farina
- 5 bicchieri scarsi di latte
- 250 ml di panna liquida

per la miscela di liquori:
- ¼ di rhum
- ¼ di sassolino
- ¼ di alchermes
- ¼ di sciroppo di zucchero (100 g di acqua e 50 g di zucchero)

Preparare la crema con le uova, lo zucchero, la farina, il latte e lasciarla raffreddare. Montare la panna ed aggiungerla alla crema mescolando delicatamente. Ricoprire il fondo del piatto di portata con i savoiardi tagliati a metà e imbevuti nella miscela di liquori e versarvi sopra la crema. Con una piccola cannellina spianare i gianduiotti a sottili sfogliatine e con queste ricoprire completamente il dolce disponendole un po' arricciate una accanto all'altra.
Per spianare più facilmente i gianduiotti mettere sul tagliere un foglio di carta da forno.

Il bensone

Marilena Toschi - Modena

Gli ingredienti del bensone sono così semplici che possono trovarsi in qualsiasi località, ma a Modena il *bensone* (*bensoun* in dialetto) era un dolce sempre presente in occasione delle feste religiose, tanto che, durante le funzioni sacre, veniva benedetto in chiesa. Il legame con il "sacro" si è mantenuto nel tempo, infatti piccole ciambelle con l'impasto del bensone, venivano regalate agli invitati per le feste di battesimi, cresime e comunioni.

Oggi, il *bensone*, che in Emilia troviamo ancora nei forni tradizionali, è un dolce da colazione ma, se farcito con marmellata, può essere da accompagnamento a una tazza di tè o di caffè.



INGREDIENTI

- 500 g di farina 00
- 150 g di zucchero semolato
- 2 uova + 1 tuorlo per spennellare
- 200 g di zucchero in granella
- 150 g di burro
- 2 o 3 cucchiai di latte
- scorza grattugiata di 1 limone
- 1 pizzico di sale
- 1 dose di lievito per dolci
- 1 busta di vanillina

In una spianatoia mettete la farina, aggiungete lo zucchero ed impastate con le uova, il burro ed il latte. Unite al composto il lievito, la busta di vanillina ed il pizzico di sale.
Una volta ottenuto un impasto sufficientemente morbido, date la forma voluta (a ciambella o a filone), fate qualche incisione sulla pasta, spennellate con il tuorlo d'uovo e ricoprite di granella di zucchero.
Sistemate sulla carta da forno nella placca del forno e cuocete a 180° per 35 minuti.
Si può farcire, prima di mettere in forno, con marmellata di ciliegie o di amarene.

La magia del bensone

Marilena Toschi - Modena

La cucina di Dina era un luogo d'incontro, di scambio di opinioni, di raccolta d'informazioni.

Ritrovarsi in cucina era un modo per restare aggiornati non solo sulla famiglia, ma sugli avvenimenti del giorno, sui fatti di cronaca, sulle vicende politiche.

E lì c'era sempre un caffè pronto ad aspettarti, dapprima uscito da una moka borbottante, sostituita poi dalla macchina da caffè elettrica.

Anche se fuori dalla porta c'era il bidone del latte fresco che il contadino portava ogni mattina, quando ormai il latte pastorizzato era diventato di uso comune, Dina era una donna moderna, che sapeva adattarsi ai tempi ed alle esigenze dei numerosi figli che avevano fatto della cucina il loro punto di forza.

Dal momento che il latte non mancava mai, i dolci venivano sfornati ogni giorno così, chi capitava in cucina, trovava sempre una fetta di crostata, un dolce con la crema e l'immancabile *bensone*.

Al sabato, il profumo di *bensone* ti avvolgeva appena entravi in casa e trovavi, disposti sulla credenza, in fila come soldatini, i *bensoni* avvolti in *burazzi* profumati di bucato, che Dina aveva preparato per ogni figlio.

E c'era ad accoglierti il sorriso, che le illuminava gli occhi di un azzurro intenso, e ti coccolava, facendoti sentire importante e parte di quell'universo di complicità.

Il cibo per Dina era un modo per dimostrare ad ognuno dei figli l'amore con cui li aveva messi al mondo, perché per ognuno c'era un piatto preferito ed a tavola si trascorrevano ore, conversando di tutto: dai piccoli problemi di ogni giorno, ai grandi temi filosofici, dal commento su un fatto accaduto in famiglia, a quello su eventi di carattere politico o sociale.

Anche se spesso i pareri erano differenti e la discussione accesa, bastava aprire lo sportello della credenza, che profumava di zucchero, di burro e di vaniglia, perché si spegnesse ogni contrasto e calasse quel silenzio di connivenza che la magia di un dolce sapeva compensare.

La crostata di amarene

Laura Simoni - Modena

Le amarene rappresentano un prodotto tipico del territorio di Modena, le cui origini risalgono al Rinascimento. Nel 1662 Bartolomeo Stefani menziona una ricetta per la preparazione di una confettura di *ciliegie acide*, mentre Pellegrino Artusi dà indicazioni su come ottenere la tipica crostata dal sapore acido. Per questo, quando a partire da fine ottocento, la provincia di Modena si è specializzata nella produzione cerasicola, la crostata con le amarene brusche di Modena (oggi IGP) è diventata uno dei dolci più amati ed apprezzati.

INGREDIENTI

per la pasta frolla:
- 300 g di farina
- 150 g di burro
- 150 g di zucchero
- 1 uovo
- scorza di un limone

per le amarene "fritte":
- 1 Kg di amarene
- 200 g di zucchero

Preparazione delle amarene "fritte":
Snocciolate le amarene, mettetele in una terrina con lo zucchero e lasciatele in infusione in frigorifero per un giorno. Il giorno successivo, colatele, bollite il sugo riversatelo sulle amarene e rimettetele in frigo, il terzo giorno mettete in una padella le amarene con il loro sugo e "friggetele" per 5 minuti. Sistematele poi assieme al sugo nei vasi e procedete alla sterilizzazione.
Con amarene così preparate si prepara questa squisita crostata.

Preparate la pasta frolla con gli ingredienti di cui sopra.

Dividete la pasta frolla in due parti, stendete la più grande in una teglia da forno e ricopritela di amarene ben sgocciolate. Decorate con strisce di pasta frolla a mo' di rete e infornate a 180° per 35/40 minuti.

I calzagatti modenesi

Alberta Maggi - Modena

È un piatto della tradizione modenese, di origine contadina, a base di polenta, grandissima risorsa quando la fame si faceva sentire, e di fagioli, considerati la carne dei poveri. I modenesi ebbero l'idea geniale di unire le due componenti, e così polenta e fagioli, due cibi molto economici, diventarono una specialità semplice, nutriente e saporita. Ma c'è anche una leggenda all'origine del piatto e del suo nome: si racconta che sia nato tutto per caso, mentre una vecchietta stava preparando della polenta e, a parte, dei fagioli.



Al momento di portarli in tavola, inciampò sul gatto accovacciato sul pavimento e i fagioli finirono dentro il paiolo della polenta. Il gatto, terrorizzato, scappò a gambe levate e questo spiegherebbe il nome *Calzagatti*, e cioè che caccia via i gatti. A seconda delle zone della provincia, il piatto si chiama in modi diversi: *cazzagai*, o calzagalli ma anche *paparuccia*, *ciribusla* o bagia. E, come tutte quelle della tradizione, la ricetta ha diverse varianti, spesso familiari: c'è chi aggiunge alla polenta un po' di panna fresca e del Parmigiano o chi al posto della farina di mais usa quella di castagne. I Calzagatti possono essere serviti con la polenta più o meno densa e, a volte, vengono anche fritti. Se hai voglia di gustare un vero *comfort food*, una coccola per il corpo e il cuore, ecco la ricetta!

per 4 persone

INGREDIENTI
- 400 g di farina da polenta
- 300 g di fagioli borlotti secchi
- 300 g di pomodori pelati
- 100 g di pancetta o di lardo in una sola fetta
- mezza cipolla bianca
- 2 noci di burro
- sale e pepe q.b.

La ricetta tradizionale prevede i fagioli freschi, ma si possono usare tranquillamente quelli secchi, che si devono mettere a bagno la sera prima, o quelli in scatola di buona qualità. Nei primi due casi, lessate in abbondante acqua salata finché non saranno teneri. Nel frattempo, possibilmente in un tegame di coccio, preparate un soffritto con un fondo di burro, il lardo o la pancetta tagliati a dadini e mezza cipolla. Fate soffriggere per il tempo necessario, abbassate la fiamma e aggiungete i pomodori pelati.
Dopo una decina di minuti unite anche i fagioli scolati ma conservate tutta l'acqua di cottura. Coprite la pentola e cuocete per una mezz'ora. Nel frattempo preparate la polenta usando l'acqua di cottura dei fagioli e, quando è cotta e ha raggiunto la densità preferita, aggiungete la salsa e fate cuocere per una decina di minuti a fuoco molto basso. Potete servire i *Calzagatti* in fondine o ciotole monoporzione oppure, dopo aver fatto raffreddare la polenta, potete tagliarla a quadratini, rettangoli o losanghe e friggerla ovviamente nello strutto.

Le lasagne di carciofi

Silvana De Luca - Modena

Quando si nasce in una regione e ci si trasferisce in un'altra, si portano con noi profumi e sapori della propria terra che, per una fornella come me, si trasferiscono inevitabilmente nelle ricette di cucina.

Fra i tanti prodotti ortofrutticoli pugliesi, oggi presenti sulle nostre tavole, c'è il carciofo, la cui produzione massiccia è iniziata nel dopoguerra ed ha avuto il suo *boom* nei primi anni Sessanta.



Il carciofo pugliese

Oggi la Puglia, con le province di Foggia e Brindisi, è al primo posto in Italia per superficie agricola destinata alla produzione di carciofi, che contano varietà diverse a seconda delle aree di produzione, come: il *Violetto di Putignano*, il *Bianco Tarantino*, Il *Molese Tardivo* e, nel foggiano, il *Violetto di Provenza* o *Violetto di San Ferdinando*, detto anche *Francesino*.

Accanto alla produzione agricola ed alla commercializzazione del carciofo, sono nate qui numerose piccole e medie industrie di trasformazione del prodotto, fra questi, i *carciofini sott'olio*, una vera prelibatezza!

Per questo, i carciofi hanno per me un significato particolare, tanto più che le lasagne di carciofi erano un piatto che mia madre preparava a Pasqua, quando il carciofo *Brindisino* era ancora in piena produzione. Niente di meglio quindi che combinare la tradizione emiliana delle lasagne con quella pugliese del carciofo!

INGREDIENTI

per la pasta all'uovo:
- 4 uova
- 400 g di farina

per la besciamella:
- 1 lt di latte
- 100 g di farina
- 100 g di burro
- noce moscata q.b.
- sale q.b.

- 8 carciofi
- 1 spicchio d'aglio
- prezzemolo
- olio evo
- limone (succo)
- Parmigiano Reggiano

Amalgamate farina e uova, lasciate riposare l'impasto ottenuto per circa mezz'ora. Trascorso il tempo, stendete l'impasto e ricavate le lasagne, sbollentatele, poi passatele in acqua fredda e adagiatele su un canovaccio per asciugarle.
Preparate la besciamella.
Pulite i carciofi eliminando la punta e le foglie esterne, tagliateli molto sottili e immergeteli in acqua calda acidula. In un tegame largo, mettete mezzo bicchiere di olio evo, uno spicchio di aglio e i carciofi tagliati (aggiungete un po' di brodo se necessario) e prezzemolo tritato. Cuocete per 15 minuti,
Sul fondo di una teglia mettete un po' di besciamella e su di essa adagiate i rettangoli di lasagna, ancora besciamella, carciofi trifolati e una generosa manciata di Parmigiano reggiano. Continuate ad alternare gli ingredienti fino al loro esaurimento.
Terminate con besciamella ed abbondante Parmigiano reggiano.
Infornate a 180° per circa 50 minuti.

Le rosette di Modena con prosciutto cotto di Vignola

Marilena Toschi - Modena

Le rosette di Modena appartengono alla tradizione dei piatti locali anche se non esiste una documentazione scritta sulla loro origine.

Io ho sempre conosciuto le "rosette" di oggi con il nome di "rolles rosé", alla francese, perché negli anni settanta il *boom* della *nouvelle cuisine* condizionava anche la cucina italiana, tanto da francesizzare il nome di tante portate come, ad esempio, il "vitel tonnè".

Con il tempo, ho scoperto che quello che pensavo fosse un primo piatto ricercato, in realtà, era una vecchia ricetta modenese e gli ingredienti ne sono una testimonianza: pasta sfoglia all'uovo, besciamella, prosciutto cotto, Parmigiano Reggiano.

La pasta sfoglia all'uovo (che va sbollentata prima di essere utilizzata) e la besciamella sono un chiaro richiamo alle lasagne, mentre il prosciutto cotto è uno dei prodotti più importanti della salumeria italiana e, in questo caso, emiliana.

La cottura del prosciutto ha origini molto antiche e risale probabilmente agli antichi popoli del Nord da cui passò ai Romani, che bollivano la coscia del maiale con foglie di alloro e fichi secchi, la ricoprivano di miele e la cuocevano di nuovo in crosta. Dal Medioevo, ebbe poi inizio una vera e propria "arte salumiera" e cioè la tecnica di tagliare, cuocere, speziare, stagionare le parti del maiale.

Col passare del tempo, assunsero sempre più importanza i prodotti derivati dal suino, finché nel XVI secolo, si diffusero i primi laboratori alimentari con le relative figure professionali raggruppate in Confraternite.

L'eredità di questi artigiani, trasmessa di generazione in generazione, è passata ai nostri giorni sia a livello privato, che professionale attraverso le tante aziende di trasformazione e lavorazione degli insaccati e dei salumi. Una delle più importanti aree di produzione è proprio il territorio della provincia di Modena con la località di Castelnuovo Rangone, che raccoglie il maggior numero di produttori, e la città di Vignola, diventata importante oggi, oltre che per le già famose ciliegie, anche per il prosciutto cotto!

In verità, nelle nostre zone e forse in Italia, il prosciutto cotto era conosciuto soprattutto come un tipo di arrosto o come una delle carni presenti nel piatto dei bolliti e, comunque, come salume, era considerato di serie B.

Dagli anni settanta, grazie alle qualità nutrizionali (presenza di minerali, vitamine del gruppo B, proteine nobili) ed al processo di cottura a vapore, che allontana il rischio batteriologico, il prosciutto cotto ha conquistato una qualifica di pregio che prima non aveva. E così si è sentita l'esigenza di classificare tre tipologie di prodotto: il prosciutto cotto, il prosciutto cotto scelto e il prosciutto cotto di alta qualità, con caratteristiche e prezzi differenti.

Un prodotto quindi in ascesa tanto che, nel 2020 in Italia, il suo consumo è arrivato al 26,6% del totale dei salumi, superando il prosciutto crudo (21,6%), e classificandosi al primo posto nelle vendite dei salumi.

A suo vantaggio gioca il fatto che, impiegato nella composizione di tante ricette, il sapore dolce e gradevole viene esaltato dalla cottura, cosa che non succede per il prosciutto crudo che, dopo cottura, accresce la propria sapidità.

Niente di più nostrano, quindi che un bel piatto di "rosette di Modena con prosciutto cotto di Vignola" e buon appetito!



per 4 persone

INGREDIENTI

per la sfoglia:
- 1 uovo a persona
- 100 g di farina 00 a persona
- sale q.b.

per il ripieno:
- 500 g di besciamella
- 350 g di prosciutto cotto di Vignola
- 200 g di Parmigiano Reggiano
- 200 g di emmental
- 150 g di burro
- sale q.b.

per la besciamella
- 0,500 lt di latte
- 60 g farina
- 60 g di burro
- 60 g di Parmigiano Reggiano
- un pizzico di noce moscata
- sale q.b.

In una spianatoia mettete la farina a montagna, praticate un foro al centro e rompete le uova una ad una, aggiungete un pizzico di sale e lavorate la pasta, facendo attenzione a non fare debordare le uova.
Durante la lavorazione aggiungete farina per potere staccare la pasta dalla spianatoia e continuate fino ad ottenere un impasto liscio ed uniforme.
Questa operazione può essere fatta anche con la macchina impastatrice, ad una velocità media.
Una volta ottenuto il risultato desiderato, fate riposare la pasta, avvolta in una pellicola e procedete a tirarla con l'apposito attrezzo in dotazione alla planetaria.
Dopo avere preparato la sfoglia, tagliate la pasta in rettangoli di circa 15x20 che dovrete sbollentare per qualche secondo (come per le lasagne) e adagiare su un canovaccio per farli asciugare.
In alternativa alla sfoglia fatta a mano si può utilizzare la *Sfogliavelo Rana* che si usa senza farla sbollentare.
Preparate poi la besciamella: ammorbidite il burro a fiamma bassissima, aggiungete la farina, mescolando con cura, e infine il latte tiepido. Portate ad ebollizione sempre mescolando in modo che non si formino grumi.
Spegnete il fuoco, sistemate la besciamella in una ciotola e aggiungete il Parmigiano grattugiato, la noce moscata, il sale ed una macinata di pepe.
Ora iniziate a comporre le *rosette*: mettete una striscia alla volta di pasta sulla spianatoia, ricopritela prima con un velo di besciamella, poi con le fette di prosciutto, infine con il formaggio emmental affettato ed abbondante Parmigiano grattugiato. Arrotolate i rettangoli di sfoglia dalla parte più corta fino a formare una specie di salamino. Tagliate il rotolino in tante parti di circa cm 3 l'una ed iniziate a comporre la teglia da forno sul cui fondo avrete spalmato un po' di besciamella, sistemando le rosette in piedi una accanto all'altra.
Ricoprite con un cucchiaio o due di besciamella e fiocchetti di burro.
Cuocete a forno ventilato a 180° per 20/25 minuti fino a formare una crosticina.



***Edouard Manet, 1880 - Natura morta con prosciutto* - Glasgow - Art Gallery**

La pizza casalinga (nella "Petronilla")

Marilena Toschi - Modena

Mia nonna era nata nell'ultimo ventennio dell'Ottocento: era alta, magra, molto distinta nei modi, non bella, ma di quella finezza di fine secolo, che faceva di una donna una signora.

Si chiamava Olema, ma il suo nome non era mai stato un problema, anzi, ne andava fiera, come un bersagliere delle proprie piume.

Aveva un naso aquilino, la carnagione bianchissima e, fin da giovane, un viso rugoso e appuntito.

Parlava con una erre arrotondata e guardava il mondo con due occhietti piccolissimi, come due mandorle cresciute poco.

Aveva una dama di compagnia, di nome Delia, che aveva l'incarico, ogni mattina, di portarle la colazione in camera, aprire le finestre ed iniziare le litanie sul cibo.

Per Olema, il cibo era come il Santo Graal per i Templari: sacro e prezioso.

C'erano giorni stabiliti per menù particolari: bro-

dino tutte le sere, arrosto alla domenica e pizza al venerdì. Perché la pizza era un pasto "di magro".

La pizza della Delia era impastata con il latte: alta, soffice e filante.

Restava a lievitare per ore nel frigorifero Fiat, dentro la padella di alluminio con il coperchio, custodita con religiosità, tanto da incutere soggezione.

Era rigorosamente una pizza margherita, con qualche aggiunta di acciughe, giusto per ricordare che era giorno "di magro".

E c'erano i nipoti in lista d'attesa, per andare a pranzo dalla nonna il venerdì ma, siccome mia nonna era tutt'altro che equa nelle sue simpatie io, essendo una femmina, ero l'ultima ad usufruire di questo privilegio.

Per fortuna trascorreva con noi le vacanze estive in montagna, assieme alla sua fedele dama di compagnia e così aspettavo con ansia il venerdì in cui Delia preparava la pizza cotta nella *Petronilla*, che si portavano in villeggiatura con loro dalla città.

La *Petronilla* e la pizza erano una coppia inscindibile, tanto che quel "magico forno elettrico", in casa di Olema, veniva utilizzato unicamente per questo rito.

Oggi la pizza, con un'infinità di condimenti e variabili che la rendono piacevolmente fruibile ed apprezzabile, è il piatto più conosciuto al mondo, ma il fascino di quella pizza, è rimasto indelebile nei miei ricordi.

INGREDIENTI

Teglia rotonda di cm 28

- 300 g di farina tipo 0
- 1 bicchiere di latte
- ½ pacchetto di lievito di birra
- una puntina di zucchero
- 2 cucchiai di olio extravergine di oliva
- 1 scatola di pomodori pelati
- 2 acciughe
- sale q.b.
- mozzarella

Impastate la farina con il lievito sciolto nel latte tiepido, aggiungete sale ed una puntina di zucchero fino ad ottenere una palla morbida.

Lasciate lievitare per un'ora a temperatura ambiente, poi impastate di nuovo e, se l'impasto risulta troppo tenero, aggiungete un pugno di farina. Mettete in frigorifero con la pellicola per almeno un'ora o due.

Più tempo lievita, più la pizza è digeribile!

Prendete fuori dal frigorifero ed impastate qualche minuto



prima di stenderla, aiutandovi con il matterello. Spennellate la teglia con olio ed adagiatevi sopra la pizza. Alzate i bordi e schiacciateli con le dite. Conditela con i pomodori pelati, olio, acciughe a pezzetti e sale, mettetela nel forno preriscaldato a 240° per 15 minuti. Aprite il forno e aggiungete la mozzarella tagliata a quadretti. Ultimate la cottura per altri 10 minuti.

La zuppa di legumi e castagne

Paola Andrazi - Modena

Le castagne da sempre fanno parte dell'alimentazione umana, tanto che sono stati trovati semi di castagne che risalgono a milioni di anni fa.

Generazioni di abitanti del nostro Appennino se ne sono nutriti, sino agli anni 60 del '900, quando lo spopolamento ha portato ad un progressivo abbandono dei castagneti. Negli ultimi anni abbiamo assistito ad una ripresa e valorizzazione di queste colture in tutta Italia con la nascita di Consorzi a tutela della qualità del prodotto, come, per quel che riguarda la provincia di Modena, quello di Zocca.

Le castagne possono essere consumate fresche (bollite o arrostite) o seccate.

In questo caso il procedimento avviene in particolari strutture (metati) in cui le castagne, su apposite griglie perché non brucino, sono sottoposte al fumo ed al calore delle braci di legno di castagno ininterrottamente, giorno e notte, per 30/40 giorni .

(Un metato in funzione è visibile presso l'azienda Mesini di Rosola di Zocca).

Le castagne secche entrano nella composizione di numerosi piatti come zuppe e contorni, ma vengono anche macinate per produrre la farina,



ovviamente di castagne! Questa è alla base di molti dolci: castagnaccio, frittelle, crostate, ciacci, ma anche polenta o pasta (tagliatelle di castagne con sugo di funghi).

Altre preparazioni riguardano confetture, marroni caramellati...

Da un punto di vista nutrizionale la castagna è un alimento senza glutine, povero in calorie (165 cal /100 gr le fresche, 290 le secche), ricco in fibre ed amidi. Contiene buone percentuali di vitamine (A, B, C) e sali minerali (ferro, calcio, fosforo, sodio, magnesio, zolfo e cloro), inoltre è privo di residui tossici perché nella coltivazione non vengono impiegati concimi chimici o pesticidi.

Nella dietetica terapeutica della Medicina Cinese i piatti a base di castagne vengono consigliati nel dolore lombare con debolezza agli arti, nei dolori reumatici, nella stanchezza, nella prevenzione delle malattie da raffreddamento e nelle emorragie post partum (indicazione che si trova anche in Plinio e nella medicina medievale).

Esiste poi l'impiego in cosmesi...ma questa è un'altra storia!

INGREDIENTI

- 150 g di ceci secchi
- 150 g di fagioli secchi
- 300 g di castagne secche
- 2 spicchi d'aglio
- 2 cucchiai di olio
- un rametto di rosmarino
- sale, pepe q.b.

Mettete a bagno separatamente i legumi e le castagne la sera prima di utilizzarli e lasciateli tutta la notte. Toglieteli dall'acqua, cuoceteli a fuoco lento, sempre separatamente, scolateli e mettete da parte un po' di ceci e di fagioli.
Fate un soffritto con olio, aglio e rosmarino, unite i legumi, le castagne bollite, aggiungete i ceci e i fagioli schiacciati per addensare il tutto e riempite d'acqua in modo da ricoprire bene il contenuto della pentola.
Cuocete ancora per una decina di minuti, mescolando con cura e servite calda.

Il cotechino in galera

Maria Grazia Bocchia - Modena

Il "cotechino in galera", che l'Artusi aveva classificato col nome di *Coteghino fasciato* è un piatto della tradizione emiliano-romagnola, che si preparava nel periodo natalizio e per il cenone di fine anno.

Un simpatico connubio fra Lambrusco (vino tipico locale), cotechino (altro prodotto tipico, associato spesso allo zampone) e prosciutto crudo di Modena (oggi un prodotto DOP certificato, valido alleato in cucina per la preparazione di numerosi piatti).

Per concludere, tutti gli ingredienti della ricetta sono una testimonianza dell'eccellenza dei prodotti locali! Per quel che riguarda la *galera* occorre precisare che è una terminologia usata in ricette in cui un ingrediente viene rinchiuso in un involucro.

INGREDIENTI

- 1 cotechino precotto
- 1 fetta di fesa di vitello sottile
- 2 fette di prosciutto crudo di Modena DOP
- ½ cipolla
- brodo di carne
- 1 bottiglia di Lambrusco di Sorbara
- brodo di carne q.b.

Cuocete il cotechino a metà della cottura indicata nella confezione. Lasciatelo intiepidire, togliete la pelle e stendete la fetta di vitello su una spianatoia. Copritela con il prosciutto, mettete al centro il cotechino, avvolgetelo ben stretto e legatelo con il filo da cucina.
Tritate finemente la cipolla, rosolatela nell'olio di oliva in un tegame dai bordi alti e mettete dentro il cotechino. Coprite con Lambrusco e brodo in parti uguali e cuocete a fuoco lento senza coperchio per 2 ore circa. A cottura ultimata, togliete la carne e restringete la salsa.
Servite le fette di cotechino con la salsa calda, accompagnando con una purè di patate o carote lessate e passate al burro e Parmigiano.

I sigari di melanzane

Maria Teresa Caruso - Modena

È una ricetta che si presta molto per un aperitivo o per un buffet di antipasti. Non è tipica di Modena, ma una sorta di fusione tra la cucina mediterranea e l'aceto balsamico: un piccolo ricordo di Clara, la fondatrice della nostra delegazione.

Ho infatti assaggiato il piatto a casa sua, in occasione di un incontro fra Fornelle e quello che mi colpì allora, fu proprio questa mescolanza di sapori e profumi di terre diverse in perfetta armonia fra loro.

INGREDIENTI

- 1 melanzana medio-grande
- 2 o 3 acciughe
- una manciata di capperi
- origano q.b.
- 1 cucchiaio di olio di oliva
- ½ cucchiaio di aceto balsamico tradizionale

Tagliate le melanzane a fette piuttosto sottili e grigliatele. Fatele raffreddare e riempite ogni fetta con un trito di acciughe, capperi e origano. Arrotolate formando dei piccoli sigari e conditeli con un'emulsione di olio e aceto balsamico tradizionale.
Lasciateli riposare per qualche ora.

L'aceto balsamico tradizionale di Modena

Marilena Toschi - Modena

La storia dell'aceto balsamico di Modena è indissolubilmente legata al territorio modenese, ma le origini dell'aceto risalgono a tempi remoti, tanto che già i Babilonesi ricavavano aceto facendo fermentare datteri, fichi e albicocche.

Con l'introduzione della coltivazione della vite da parte dei Greci iniziò la produzione di vino e aceto, usato principalmente per la conservazione dei cibi, in area mediterranea. I Romani, poi, cuocevano il mosto, come testimonia Virgilio (70 a C- 19 a. C.) nelle Georgiche *Cuoce il mosto, il dolce succo, sul fuoco, togliendo attentamente con una fascia la schiuma dal liquido ribollente* ricavandone la *saba*, un prodotto sciropposo ancora presente e utilizzato in preparazioni di dolci.

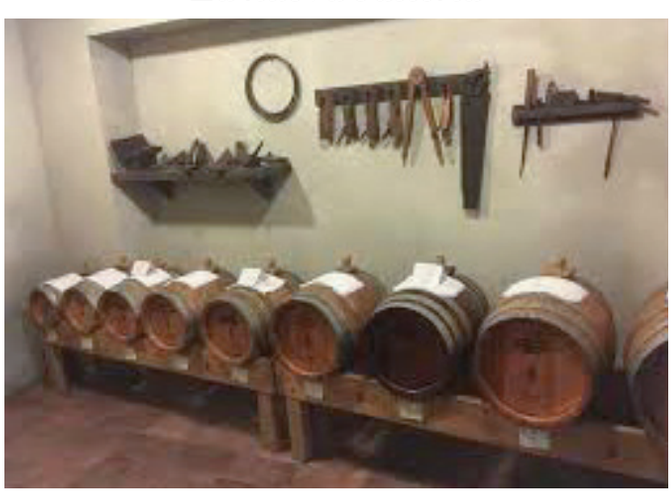
Nel corso dei secoli, l'aceto, ottenuto dalla fermentazione di uve o altro, viene utilizzato da diversi popoli, ma la prima documentazione del *balsamico* risale agli Estensi che, trasferitisi a Modena da Ferrara nel 1598, impararono, dalla tradizione delle famiglie nobili locali, ad utilizzare il mosto cotto.

A Modena, come del resto a Reggio, esisteva dai tempi remoti l'usanza di produrre un aceto con la cottura del mosto e così, nel 1747, grazie agli Estensi, abbiamo la prima testimonianza di *aceto balsamico*, conosciuto anche come *aceto del duca*. Ai Duchi si deve il merito di aver fatto conoscere l'aceto balsamico in molte corti europee, tanto che la zarina di Russia Caterina la Grande, se ne fece spedire alcune bottigliette!

La prima codificazione ufficiale della produzione di Aceto Balsamico di Modena risale, invece, alle lettere pubblicate nel 1862, in cui Francesco Agazzotti descrive i passaggi e le procedure necessarie per arrivare a quell'*oro nero* che nell'ultimo ventennio, ha conquistato i mercati del mondo.

La produzione di aceto balsamico tradizionale ha continuato a tramandarsi nei secoli da una generazione all'altra nelle famiglie nobili modenesi, che ne custodiscono gelosamente *le batterie* nelle *altane* (torrette) delle ville e dei palazzi. Un piccolo tesoro da custodire con cura tanto che, fino agli inizi del secolo scorso, alla nascita di una figlia femmina veniva impiantata una nuova batteria che, 25 anni dopo, entrava a far parte della *dote*.

La nuova batteria



Le altane di Modena



Ancora oggi, la prima cosa che ti colpisce passeggiando per la città di Modena, è la presenza di tante torrette o "altane" sulle cime di ville e palazzi. Sono i luoghi in cui dimorano le batterie di botti perché, per garantire un aceto di ottima qualità, è necessario un clima con escursioni termiche che arrivano fino a 50 gradi.

Acetaia in produzione



LA BATTERIA è una serie di almeno 5 barili (sempre in numero dispari) di dimensioni decrescenti e fatti con legni pregiati. Il mosto cotto viene messo nella prima botte più grande, detta BADESSA, da cui, anno dopo anno viene travasata una quantità che passa nella botte immediatamente più piccola fino all'ultima.

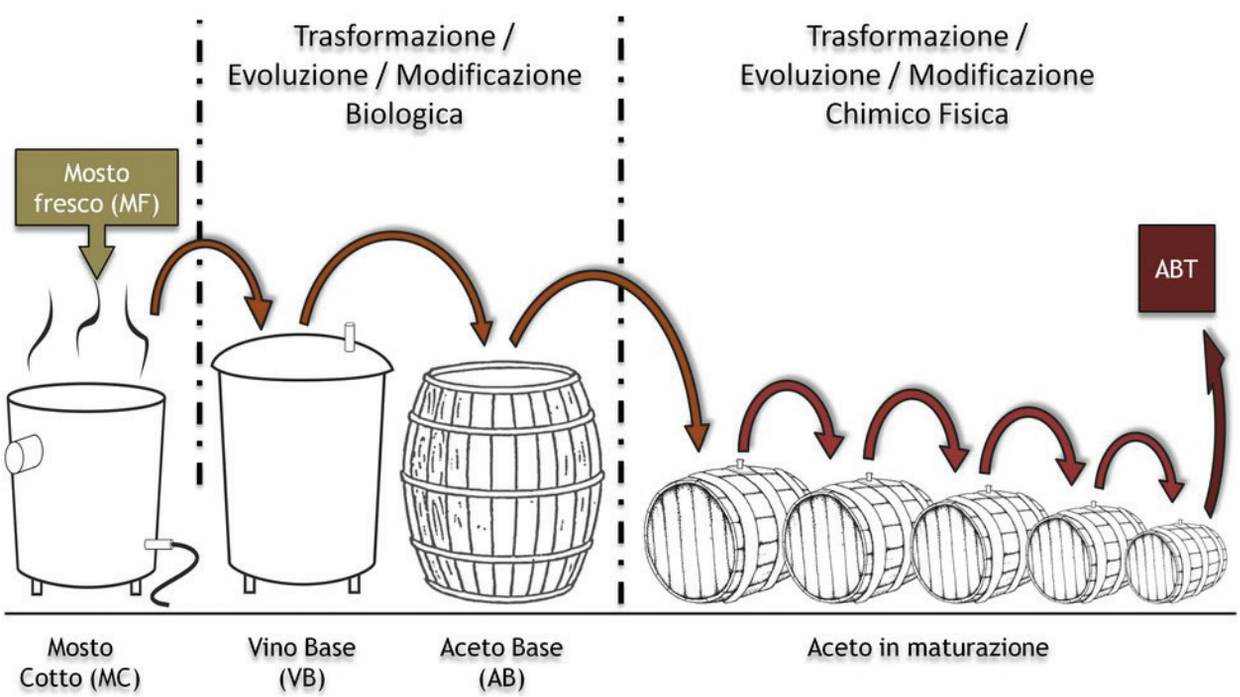
Le fasi della produzione

1 - L'uva

L'uva deve essere prodotta nella provincia di Modena senza superare i 160 quintali all'ettaro, in modo da garantire la qualità della stessa. Si possono usare solo le varietà tipiche elencate di seguito: *Lambrusco* (tutte le varietà), *Ancellotta, Trebbiano* (tutte le varietà), *Sauvignon, Sgavetta, Berzemino e Occhio di Gatta.*

2 - Il mosto fresco

Si ottiene dalla pigiatura delle uve e deve essere naturale, senza nessun additivo. La pigiatura deve essere soffice e non deve superare il 70% del rapporto mosto/uva in modo da ottenere solo mosto fiore, dal *gusto pulito e gradevole.*



3 - La cottura

Il mosto viene trasferito nei tipici paioli di cottura dove, a oltre 80°C, deve cuocere lentamente concentrandosi e acquisendo il tipico colore bruno.

Si ottiene così il Mosto Cotto, ridotto a circa la metà del suo volume iniziale. In questa fase si esegue la schiumatura che prevede la pulizia con un colino di tutte le impurità.

4 - La fermentazione alcolica

Il *mosto cotto* ottenuto viene travasato nelle damigiane di vetro precedentemente sterilizzate.

Qui lo zucchero viene trasformato progressivamente in alcool in un processo di fermentazione naturale.

5 - La fermentazione acetica

Fra l'inverno e la primavera, si travasa il Vino Base nelle botti di legno definite botti madre, dove viene mescolato con almeno un terzo di Aceto balsamico Tradizionale di Modena Dop invecchiato e ricco di aceto batteri. Inizia così la fermentazione della parte alcolica in aceto e si ottiene il cosiddetto Aceto Base.

6 - I travasi

Solo quando il prodotto avrà raggiunto la giusta acidità, di solito anche dopo uno o due anni, può passare nelle tipiche batterie di legno pregiato, quali rovere, castagno, quercia, gelso e ginepro. Le batterie devono essere di legni diversi e in genere di dimensioni diverse, ordinate in scala.

Ecco come funziona una batteria: l'aceto balsamico da imbottigliare viene prelevato dalla botticella più piccola, pertanto occorre riportare a livello il liquido che viene tolto ed anche quello delle altre botticelle che, a causa dell'evaporazione, ha subito un calo.

Quindi ogni anno, dopo avere spillato dalla botte più piccola la quantità di aceto che verrà imbottigliato, si procede a fare un rabbocco della botte più piccola con il liquido della penultima botte e si continua via via a scalare, fino alla prima botte più capiente la BADESSA O MADRE, che viene rabboccata con il mosto nuovo bollito. Le botti non devono mai essere riempite più di 3/4 per garantire il maggiore contatto con l'aria.

7 - La commissione di assaggio

Il prodotto ritenuto idoneo dovrà essere portato al Consorzio di Tutela che si occupa di fare tutti i controlli in collaborazione con la Camera di Commercio di Modena che gestisce la *Commissione di assaggio*. Il prodotto viene sigillato e, se la commissione lo valuta idoneo, viene imbottigliato direttamente dal Consorzio con un'apposita confezione che ne garantisce la genuinità.

Per fare un po' di chiarezza ecco una scheda semplificativa per spiegare la differenza fra aceto balsamico e aceto balsamico tradizionale:

Aceto balsamico IGP

Componenti:

- *mosto cotto di uve di provenienza non specificata*
- *aceto di vino (pari almeno al 10% del prodotto totale)*
- *eventualmente caramello fino al 2%*
- *eventualmente aceto invecchiato di almeno 10 anni*

Invecchiamento*: in botti di legno per un periodo minimo di 60 giorni*

Aceto balsamico tradizionale Dop

Componenti:

- *mosto cotto di uve autoctone*

Invecchiamento: *minimo 12 anni in botti di legno conservate in locali (acetaie) che abbiano un grado di umidità tale da favorire il processo di invecchiamento. Particolare attenzione ai tipi di legno che conferiscono all'aceto aromi caratteristici. I più apprezzati: rovere, castagno, ciliegio, ginepro e frassino.*

Durante l'invecchiamento il prodotto viene travasato da una botte più grande ad una più piccola (a causa della diminuzione dovuta all'evaporazione e alla fermentazione). Al termine di questo lungo procedimento, che può durare tantissimi anni, l'aceto che se ne ricava ha un colore scuro, densità importante, profumo complesso e sapore agrodolce che lo rendono inconfondibile.

Sono pertanto prodotti profondamente diversi a partire dagli ingredienti utilizzati oltre che dai tempi di invecchiamento:

Questo spiega la grande differenza a livello di costo per il consumatore finale che è del tutto giustificata dalla radicale differenza di qualità e aroma.

Il filetto di maiale all'Aceto Balsamico Tradizionale

Eleonora Montalegni - Modena

INGREDIENTI

- 800 g di filetto di maiale
- 3 cucchiaini di Aceto Balsamico Tradizionale
- 6 foglie di salvia
- 1 dado
- 5 grani di pepe
- sale e pepe q.b.

In una casseruola mettete il filetto legato, un cucchiaino di aceto balsamico, la salvia, il dado sbriciolato, due bicchieri d'acqua e il pepe.
Fate cuocere a fuoco basso per due ore senza mai scoperchiare. Regolate di sale e pepe.
Eventualmente addensate la salsa aggiungendo alla fine due cucchiaini di aceto balsamico.

Entro le 22: le occasioni di ritrovo in tempo di Covid

Piera Pasotti - Ferrara

Il nostro gruppo WhatsApp si chiama *il sabato del pizzino*... perché eravamo soliti trovarci di sabato, ogni dieci giorni circa, nel nostro caro posticino, da Teo.

Era il nostro momento di chiacchere, di relax, con i bambini che giocavano al tavolo e noi grandi a raccontarci del più ed del meno, gustando una buona pizza tutti insieme.

Oramai è un anno che non viviamo questi momenti regolari e sereni: la pandemia ha annullato le buone abitudini costringendoci tutti a rivedere il modo e la forma dell'incontro a tavola.

Con il caro Giacomo Leopardi condividiamo le riflessioni sulla vita e su quella giovinezza (un anno fa!) che non ci appartiene più... ma allo stesso modo vogliamo continuare a credere nella ripresa del nostro momento di festa, che seppur piccolo ha sempre rappresentato la felicità di vivere, di trovarci a mangiare in amicizia.

Da buoni italiani operosi in cucina e con idee, rimboccandoci le maniche e rispettando le norme, continuiamo ad organizzare il sabato: da sera a pomeriggio, da cena ad aperitivo, da liberi a costretti con le mascherine, da vicini a lontani un metro...

Ecco una ricetta veloce e facile che spesso ripetiamo nei nostri incontri, dalle 18 alle 22:

I ceci e polpo

INGREDIENTI

per il polpo:

- 700 g di polpo fresco
- 1 carota
- 1 patata
- olio evo
- olive taggiasche
- pomodori ciliegino
- pepe in grani
- sale

700 g di polpo fresco da cuocere 1 ora in acqua, con sale ed aromi a piacere; io utilizzo sempre la carota, la patata, pepe in grani, sale. Una volta cotto lo si taglia a rondelle e lo si condisce con pomodorini ciliegino, olive taggiasche, sale e olio evo.





per la mia farinata di ceci:

- 150 g di farina di ceci
- 6 g di sale
- 450 ml di acqua
- 50 g di olio evo

La farina setacciata insieme al sale viene amalgamata con l'acqua versata gradualmente. L'olio va versato in una padella. Il composto di ceci va poi unito e mescolato con questo olio in padella. In forno a 250° per 30 minuti. Una volta intiepidita fuori dal forno, con il coppapasta si creano piccoli dischi.







Composizione aperitivo *Fingerfood*: adagiare il composto di polpo sui dischetti di ceci ornati con i pomodorini tagliati a spicchi.

Il famoso "pane intorto" ferrarese

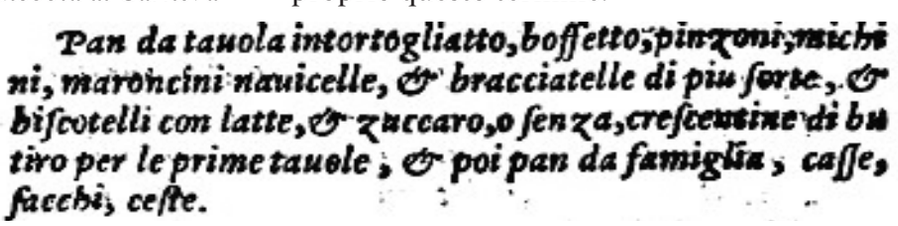
Floriana Guidetti - Ferrara

Vale la pena soffermarsi un attimo su una *curiosità*, se così la vogliamo chiamare, riguardante il famoso 'pane intorto' che ha segnato la nascita del celebrato (giustamente!) pane ferrarese, creando le premesse per la *ciupéta* (coppietta), formata da due 'panetti' attorcigliati e accostati, una 'coppia' insomma.

Troviamo le prime notizie sulla preparazione di questo pane intorto nel trattato *Banchetti, compositioni di vivande et apparecchio generale* di Cristoforo di Messisbugo (che fu scalco alla Corte Estense nella prima metà del '500), pubblicato a Ferrara nel 1549 e successivamente a Venezia col titolo *Libro novo nel qual s'insegna a far d'ogni sorte di vivanda.*

La prima parte di quest'opera è dedicata alla dettagliata descrizione di alcuni sontuosi banchetti preparati per la Corte degli Este e i loro illustri ospiti.

Nella trattazione della "*Cena che fece il Magnifico Messere Girolamo Giliolo allo Illustrissimo et Eccellentissimo Signor Duca di Ferrara... la Giobbia di Carnevale 1536...*" viene detto come preparare la tavola con "*Salviette, Salini, Coltelli, Candelieri...*" e viene raccomandato di porre "*un pane intorto per persona...*"


Pan da tauola intortogliatto, boffetto, pinzoni, michi
ni, maroncini nauicelle, & bracciatelle di piu forte, &
biſcotelli con latte, & zuccaro, o ſenza, creſcentine di bu
tiro per le prime tauole, & poi pan da famiglia, caſſe,
facchi, ceſte.

Qualcuno ha pensato (e ormai la tradizione è consolidata) che proprio durante la cena di quel Giovedì di Carnevale (*źòbia* nel nostro dialetto, come era allora *Giòbbia*) abbia fatto la sua prima apparizione l'antenato della nostra *ciupéta*, proprio questo tipo di 'pane intorto'.

Ma leggendo poi con attenzione (e a dire il vero va osservato che, nel trattato di Messisbugo, la descrizione delle cene e dei banchetti non è riportata in ordine cronologico preciso, il che può ovviamente indurre in equivoco) anche nel *Desinare* del 28 Maggio 1530, *che fece il Conte Federico Quaglia...* viene già citato questo 'pane intorto'. Da notare che, tra le vivande elencate in questa occasione, compaiono anche i *sosamelli*, ovvero focaccine all'olio contenenti sesamo, ma questi non dovevano essere particolarmente gustosi se poi il nome (con la forma accrescitiva!) *suśamlóŋ* è passato ad indicare persona insulsa e ingombrante, della quale, ai tempi nostri, si potrebbe dire che *al zarvèl al gh'è sól d'impìć*, il cervello gli è solo d'impiccio.

Ma ancora non basta in quanto alle date, perché lo stesso 'pane intorto' si trova anche nella *Cena di pesce* del 20 maggio 1529, preparata da Messisbugo in onore del Cardinale Ippolito d'Este e per 54 convitati.

Comunque sia, pochi anni non fanno troppa differenza a distanza di quasi 5 secoli! È opinione comunque diffusa che l'occasione del carnevale, quando ogni scherzo vale, fosse la più adatta per presentare questo pane nel quale i cornetti, magari questa volta aperti e distesi anziché tutti *intortogliati* come di solito in precedenza, potrebbero aver voluto rappresentare le gambe delle donne... con gli annessi e connessi!

In un'altra pagina del trattato, della quale si riporta l'immagine di una piccola parte, troviamo proprio questo termine:

È indubbiamente bellissimo il vocabolo 'intortogliatto', dal dialetto ferrarese *inturtià* che rende al meglio il concetto di attorcigliare, avvolgere i due componenti di quella che sarà dunque la 'coppia' o 'coppietta', la *ciupéta*. Ed è anche presumibile che almeno inizialmente questo 'attorcigliamento' riguardasse pure i due 'panetti' (*i panìt*) come tuttora si trovano in Romagna come 'coppie ferraresi' nella versione 'chiusa', poi ci sono ovviamente anche nella forma 'aperta' per noi usuale.

E potrebbe essere stata proprio la ricorrenza del carnevale del 1536 ad ispirare la forma aperta, con le scherzose e maliziose intenzioni prima riportate.

Nell'immagine sopra riportata si vedono citate anche le 'bracciatelle', altrove (anche nella cena del 1536) scritte 'brazzatelle', dove il riferimento a *braz, braza*, braccio, braccia, è evidente, data l'usanza poi di infilare nel braccio una o più 'bracciatelle' per la suc-

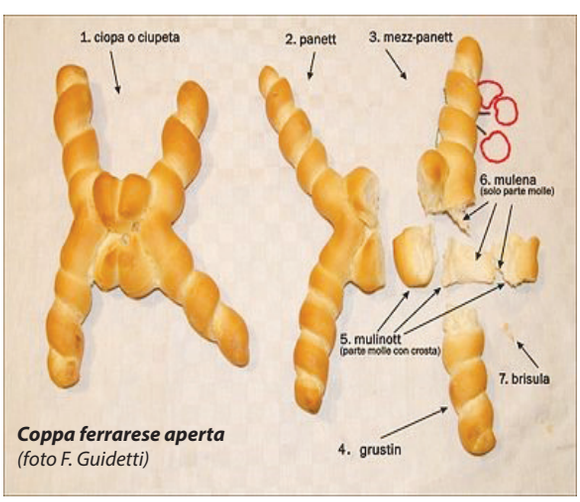
cessiva distribuzione. Ancora fino a non tanti decenni fa era tradizione regalare ai bambini che 'facevano la Cresima', all'uscita della chiesa, una piccola ciambella che andava appunto infilata al polso. Qualcuno vorrebbe l'origine da 'brace', *braśa*, riferendosi alla cottura, ma sembra ragionevole non ammettere questa ipotesi, dato che nel nostro termine *brazadèla* la z ha il suono semplice ma sordo e non dolce come in *braśa*.

La coppia '*inturtià*', attorcigliata, come si trova ancora usualmente in Romagna venendo lì classificata come 'coppia ferrarese chiusa'.



(foto F. Guidetti)

Mentre la *ciòpa* o *ciupéta*, in Romagna detta 'coppia ferrarese aperta', è il nostro pane abituale.



Coppa ferrarese aperta
(foto F. Guidetti)

Da notare che la parte terminale del *grustìŋ* è detta anche *grugnòl* e la sua punta, proprio la parte più croccante, è il *grugnulìŋ*, quello che grattugiavano un tempo per fare la pappina (*al papìŋ*) per i piccini.

Resta il fatto, oltre a tutte queste considerazioni, che la *ciupéta ad paŋ fraréś* è da molti ritenuta il pane più buono del mondo, come ebbe a dire anche Riccardo Bacchelli!

Il pasticcio di maccheroni ferrarese

Elena Russo - Ferrara

Nel 1549 a Ferrara venne pubblicata, postuma, la famosa opera culinaria *Banchetti, compositioni di vivande, et apparecchio generale* ad opera dello scalco Cristoforo di Messisbugo che visse ed operò presso la corte degli Estensi dal 1515 al 1548.

Fu prima al servizio del duca Alfonso I d'Este, poi venne promosso alla carica di "provveditore ducale" da Ercole II: una nomina che gli permetteva di occuparsi non solo dell'approvvigionamento dei prodotti e della preparazione di piatti di ogni tipo, ma anche dell'organizzazione di splendidi momenti conviviali, fatti di banchetti, spettacoli e musica. Insomma un creativo, diremmo al giorno d'oggi.

Infatti la Corte Estense era nota in tutta Europa per la fastosità e la sontuosità dei suoi banchetti. Ogni occasione era buona per imbandire una tavola ricca e solenne durante la quale venivano servite da tre a sedici portate, precedute dalla recita di una commedia (famose quelle di Ludovico Ariosto), dalla lettura di poesie, da un concerto musicale e da giochi.

Tutto questo permetteva a Messisbugo di sperimentare e di andare incontro ai palati più raffinati delle dame e dei cavalieri rinascimentali ferraresi. Si sa che spesso, al tempo, era normale che dolce e salato si trovassero accostati nello stesso piatto, tanto da rimanere nella tradizione culinaria ferrarese. Infatti il *pastiz* (pasticcio) *del Duca* è arrivato fino a noi, diventando uno dei piatti più caratteristici del territorio, di derivazione rinascimentale.

Pare che la prima volta in cui fece la sua comparsa in un banchetto sia stata nel 1528 in occasione delle nozze di Ercole II con Renata, figlia di Luigi XII re di Francia.

In origine, sulle ricche tavole apparecchiate del Castello estense, il pasticcio si presentava come una preparazione a base di carne di piccione, frattaglie ed altri ingredienti, racchiusa in una pasta dolce a forma di cupola che veniva cotta al forno.

L'introduzione al suo interno dei maccheroni

– tipo di pasta diffuso al sud – avvenne grazie a Eleonora d'Aragona (figlia di Ferdinando I re di Napoli) che era arrivata presso la corte per sposare Ercole I d'Este, il cui matrimonio permise un intenso scambio culturale e culinario.

Nel corso del tempo, le carni originarie sono state sostituite da altre miste (maiale, vitello) e, a piacere, sono stati introdotti nobili ingredienti come il tartufo, tipico di alcune zone del ferrarese, e/o i funghi.

Si sa che i gusti del palato cambiano a seconda delle epoche: infatti ora qualcuno preferisce il pasticcio racchiuso nella pasta sfoglia, di fronte al quale però, i puristi arricciano il naso, appellandosi alla tradizione che vuole rigorosamente l'uso della pasta frolla.

Comunque sia, ancora adesso *al pastiz* viene preparato nelle giornate di festa quando le famiglie ferraresi si riuniscono intorno alla tavola per importanti occasioni, onorandolo e ricordando gli sfarzi culinari degli avi estensi.



INGREDIENTI

- 200 g di sedanini
- Parmigiano Reggiano q.b.

per la pasta frolla:
- 500 g di farina
- 250 g di burro
- 60 g di zucchero
- 1 uovo

per il ragù:
- 400 g di carne macinata mista (vitello-maiale)
- 2 carote
- burro q.b.

per la besciamella:
- 100 g di burro
- 1 l di latte intero
- 4 cucchiai di farina
- sale, pepe

Una volta preparato il ragù, la besciamella e scolati i sedanini al dente, stendere la pasta frolla in uno stampo di circa 28 cm di diametro.
Mettere a strati i sedanini, con il ragù, la besciamella e il Parmigiano.
Ricoprire con il resto della frolla e spennellare con il tuorlo dell'uovo.
Cuocere in forno a 180° per circa 40 minuti, finché risulta dorato.

Amarcord... i sabadoni!!!

Piera Pasotti - Ferrara

Quando ero piccola abitavo a Filo, un piccolo paese di campagna dell'Emilia Romagna.

Emilia Romagna è proprio la definizione giusta: infatti l'unica strada principale divide il paese in due, una parte resta sotto la provincia di Ferrara e una sotto quella di Ravenna, perciò le nostre tradizioni mescolano quelle della Romagna a quelle dell'Emilia.

Il 5 febbraio è la festa della patrona di Filo, S. Agata, e noi usavamo festeggiare alla grande.

La nonna ci invitava a casa sua, figli e zii con le famiglie al seguito.

Il menù era rigorosamente sempre lo stesso: ci accoglieva con il salame fatto dal nonno e poi cappelletti in brodo, arrosto di vitello, tortino di funghi e patate e per finire zuppa inglese e *Sabadoni*.

Sono proprio questi ultimi, di tradizione contadina romagnola, che voglio ricordare e descrivere.

Si tratta di ravioli di forma rettangolare di pasta povera, farciti prevalentemente con castagne secche (guciarual), farina di castagne, marmellata di cocomero (fatta in casa) e altri ingredienti che si aggiungevano a seconda della famiglia.

Venivano poi cotti in graticola sul camino e immersi in un liquido dolce e scuro: la *Saba* da cui il nome *Sabadoni*.

La *saba* si ottiene facendo bollire e ribollire il mosto per molte ore: da 10 litri si ottiene 1 litro di *saba*.

...bellissimi ricordi!!!

Ancora oggi, quando li faccio, il loro profumo, il loro sapore mi portano ai tempi della mia infanzia, a una tavola imbandita a festa, a noi cugini rumorosi, alla nonna col suo gembiulino di pizzo bianco che ci serviva orgogliosa il pranzo di S. Agata.

I miei sabadoni

INGREDIENTI

per la pasta:
- ½ Kg di farina per 40 sabadoni (cm.5x10)
- 3 cucchiai di olio oppure 30 g di strutto
- 1 pizzico di bicarbonato
- 200 ml di latte tiepido
- 2 cucchiai scarsi di zucchero
- 1 cubetto di lievito di birra

per il ripieno:
- 250 g di castagne secche lessate e la loro acqua
- ½ barattolo di fagioli borlotti
- 150 g di farina di castagne
- 150 g di marmellata di cocomero americano (o altra, a scelta)
- ½ pacchetto di fichi (dei miei) secchi tritati
- uvetta sultanina q.b.
- buccia grattugiata di mezzo limone
- Saba q.b.

Preparare la pasta, amalgamando bene tutti gli ingredienti. Lasciare lievitare per 24 ore. Se si ha tempo, reimpastare e far lievitare ulteriormente per 2 o 3 ore circa.
Tirare la sfoglia un po' grossa e tagliare con la speronella dei rettangoli di cm 10x20.
Passare al passaverdure le castagne lessate e i fagioli, poi unirli agli altri ingredienti del ripieno. Per ammorbidire l'impasto, aggiungere un po' di Saba.
Riempire i rettangoli e chiuderli bene affinché non esca il ripieno.
Cuocerli sulla graticola, un po' oliata, nel camino.
Durante la cottura, girare i sabadoni da entrambe le parti.



Che ci offre Cento?

Santa Negrini - Cento

Le lumache alla casumarese

Ospite dei terreni umidi e paludosi della zona di Casumaro, la tradizione della lumaca sulla tavola dei Casumaresi si perde nei secoli: offriva il lusso della suntuosa cucina estense e, insieme, il vantaggio, essendo un mollusco, del rispetto dei precetti religiosi che vietavano l'uso della carne nei cosiddetti giorni "di magro" e di digiuno.

Questa antica ricetta risale nientemeno che al 1611 e ancor oggi viene preparata nei giorni della Sagra della Lumaca che si tiene a Casumaro nei primi giorni d'agosto.

per 2 persone

INGREDIENTI
- 24 lumache
- olio
- 50 g di lardo
- 1 cipolla
- 1 porro, 1 carota, sedano
- 1 bicchiere di brodo di carne
- 1 bicchiere di vino bianco
- qualche mandorla tostata
- odori (cannella, ginepro, zafferano)
- sale
- pepe
- mollica di pane secco / pane grattugiato
- 4/5 cucchiai di succo di arancia
- Parmigiano grattugiato

Prendete le lumache e fatele bollire per circa mezz'ora in acqua salata. Poi estraetele dal guscio e lavatele molto bene, aiutandovi con dell'aceto. Riponetele a soffriggere nel trito di verdure con olio e burro per almeno 30 minuti, aggiungete vino bianco, quindi aggiungete il pane e tutti gli altri ingredienti e cuocete tutto insieme. A cottura ultimata servitele ben calde in tavola accompagnando con formaggio grattugiato.

Ma è anche curioso dare uno sguardo all'
Antica ricetta della lumaca alla casumarese
(datata 12 novembre 1611):

Prendere 20 dozzine di lumache colte nell'inverno e che nella bocca abbiano il suo coperchio che così coperchiate sono purgate, e che abbiano mangiato erbe



odorifere, e le migliori sono quelle che si colgano negli spineti. Poi porle in una pignatta dove bolliranno per una mezz'ora. Poi cavarle con un ferro dalla sua casa, e getta le budella e lavale bene con sale, aceto e acqua rosata a più lavature.

Poi cuocerle nella tinella con buono olio e lardo, e pepe, sale, cipolle, porri, carote e sedani tagliati minuti e bollire molto bene per quattro ore. Dopo mettere buon brodo grasso e vino bianco. Poi mandorle ambrosine brustolate, cannella, zenzero un poco, zafferano un poco e mollica di pane grosso brustolato bagnato in succo di aranci, e pestare bene ogni cosa insieme e metterai sale, pepe e zucchero poco, poi cuocere a fuoco lento, e come le lumache saranno cotte porle dentro e imbandire con formaggio grattugiato".

Da notare l'uso già nel '600, di succo d'arancia e zenzero per "aromatizzare ed alleggerire" un piatto impegnativo, (anche per lo stomaco) come questo (n.d.r.).

L'insalata del gambero

Il gambero è l'emblema del comune di Cento, campeggia sullo stemma araldico dal 1209. Questo piatto rappresenta una ricca insalata sempre presente sulle tavole centesi fin da quando la pesca dei gamberi, tipica delle valli paludose era la principale forma di sostentamento e di commercio. *Centum Gamberarium*, così venne chiamata Cento quando nel 1200 il Vescovo di Bologna conferì il diritto di pesca dei gamberi nei nostri territori.

In cambio della concessione le popolazioni locali dovevano alla Curia, proprietaria dei terreni, un tributo annuo di 100 porzioni di gamberi. Questo piatto può a ben diritto essere considerato tipico della tradizione centese.



per 6 persone

INGREDIENTI

- 500 g di insalatina valeriana
- 200 g di olive nere
- 100 g di cipolline piccole in agrodolce
- 300 g di gamberetti lessati
- 200 g di fagiolini lessati
- olio extra vergine
- succo di limone
- sale, pepe

Comporre il tutto nel piatto di portata.
Sale e pepe a piacimento. Irrorare con olio di oliva e succo di limone emulsionati.

Due bei piatti liguri

Mina Leone - Genova

Il turbante di salmone

Mi è caro farvi conoscere un piatto che è diventato un *must* all'interno del Fornello di Genova, il *Turbante di salmone*. Preparato per la prima volta negli anni '90 in occasione della cena degli Auguri di Natale, per la delicatezza e bontà dei suoi ingredienti e per la raffinata presentazione ha incontrato favori ogni volta che l'abbiamo replicato in altre conviviali, ponendolo sia come *entrée*, sia come secondo piatto accompagnato con qualche fogliolina d'insalata alla *citronette*.

INGREDIENTI

- 1,5 Kg di salmone, non la parte della pancia, a filetti sottili (più spessi del carpaccio)
- 0,5 Kg di filetti netti di sogliola (da 5 o 6 sogliole, secondo la loro grandezza)
- 1,2 Kg di gamberoni
- 80 g di pistacchi pelati di Bronte
- 200 g di panna fresca
- 4 o 5 albumi (secondo la grandezza delle uova)
- 300 g di ricotta tipo romana o sarda
- 100 g di Parmigiano Reggiano
- 1 mazzetto piccolo di maggiorana
- ½ mazzetto di erba cipollina
- sale e pepe nero
- stampo da ciambella diametro 26 cm
- una teglia con i bordi piuttosto alti che contenga lo stampo per la cottura a bagnomaria
- carta da forno

per la salsina verde:

- un pugno di prezzemolo
- 80 g di pinoli
- 30 g di capperi
- 2 acciughe salate, lavate e diliscate
- 2 uova sode (solo i tuorli)
- mollica di pane inzuppata in aceto
- 6 olive di Spagna snocciolate
- ½ bicchiere di aceto di lamponi
- un bicchiere d'olio extra vergine.

- Porre gli ingredienti nel mixer e frullare, ad eccezione dei tuorli che vanno passati al setaccio e uniti alla salsa una volta ultimata.

Tagliare a fette sottili (1/2 cm) il salmone, non utilizzando la parte della pancia perché troppo grassa, si sfarinerebbe. Possibilmente fatevelo preparare dal pescivendolo di fiducia. In una sminuzzatrice, robot o bymbi che sia, unire a crudo i filetti di sogliola già tagliati a pezzetti, le code dei gamberi pulite e spezzettate, i pistacchi, la panna, le chiare d'uovo, l'erba cipollina già tagliuzzata, la maggiorana, sale e pepe nero.
Frullare per qualche secondo, poi unire la ricotta ed il parmigiano e frullare ancora per poco. Deve essere una crema morbida, ma non semiliquida.
Ungere abbondantemente con burro lo stampo e foderarlo col salmone disponendo i filetti a raggiera e con la parte, più stretta, della coda verso il buco della ciambella, lasciando debordare dal tegame l'eccedenza sia interna che esterna che servirà poi a ricoprire il ripieno. Dopo aver accuratamente rivestito la forma, versare il composto di sogliole fino quasi all'orlo* e ricoprire con l'eccedenza dei filetti di salmone. Livellare il tutto sbattendo delicatamente lo stampo sul piano. Coprire con un foglio di carta da forno bagnato e strizzato, bucato in corrispondenza del foro centrale. Porre lo stampo nella teglia con acqua calda ed infornare a forno già caldo a 180° per 35 minuti. Lasciare intiepidire e sformare sul piatto di portata, accompagnato dalla salsina verde, da un'insalata di finocchi ed agrumi (arance, pompelmi rosa e chicchi di melograno condita con olio extra vergine, aceto di lampone e sale).

* volendo si può versare metà del ripieno, mettere uno strato di filetti di sogliole e gamberi, e poi versare il resto del ripieno. Il risultato è forse più scenografico, ma si rischia che la fetta risulti meno omogenea al taglio.

Il coniglio in umido alla ligure

La tradizione della cucina ligure ci fa portare in tavola secondi piatti tipici sia di carni che di pesci in egual misura, grazie al nostro mare ed al popoloso entroterra dell'Appennino. Il coniglio alla ligure è uno dei piatti nati nella riviera di ponente, nell'imperiese e nel savonese per la diffusa consuetudine di allevare i conigli insieme agli altri animali da cortile. Racchiude l'abbinamento dei prodotti del territorio, olive taggiasche, olio extravergine e pinoli della nostra Riviera.



INGREDIENTI

- 1 coniglio da 1 kg a 1,5 kg
- 100 gr di olive taggiasche
- 2 cucchiai di pinoli
- 1 bicchiere di vino bianco
- brodo vegetale o di carne qb.
- rosmarino, salvia, alloro
- olio evo, burro
- aceto bianco di mele
- 1 spicchio di aglio
- 1 cipolla piccola
- sale
- pepe nero
- noce moscata

Tagliate a pezzi un bel coniglio da un Kg e mezzo. Immergetelo per un'ora in una marinata preparata con olio, aceto di mele, aglio, alloro, sale e pepe nero in grani.
Tritate 1 cipolla, 1 spicchio d'aglio, rosmarino e salvia e soffriggete il tutto in un misto di burro e olio. Poi unite i pezzi di coniglio scolati e, quando saranno ben dorati, salate, pepate, spolverizzate con un pizzico di noce moscata e inumidite con 1 bicchiere di vino bianco, che lascerete evaporare.
Aggiungete, infine, un pugno di pinoli ed un pugno di olive nere taggiasche denocciolate, coprite la pentola e terminate la cottura con brodo q.b.
Servire accompagnato da polenta morbida o purée di patate.

Curiosità storico-gastronomiche spezzine

Le ostriche "Imperiali"

Delegazione di La Spezia

È dall'anno 2007 che nel Golfo della Spezia, a cura della Cooperativa dei Muscolai, è ripresa la coltivazione delle ostriche. La storia delle ostriche spezzine è molto antica e risale ai tempi *imperiali* ovvero a quando La Spezia, insieme a tutta la Liguria, era diventata parte integrante del "primo Impero" napoleonico.

Così, nel 1806, un saggista parigino, Charles Gillot, compila un Dizionario nel quale non manca di descrivere le terre liguri annesse all'Impero e cita i tre prodotti considerati più importanti, le ostriche del Golfo spezzino, i vini delle Cinque Terre e le sete di Novi Ligure (allora compresa nella Liguria come dice il suo nome).

Le ostriche spezzine erano considerate particolarmente prelibate, oltreché afrodisiache. Nell'estate del 1853 furono servite nei numerosi pranzi e cene offerti alla Famiglia Reale Savoia in vacanza all'Albergo Croce di Malta della Spezia.

Particolare curioso: a quelle cene partecipava il Governatore della Real Casa Conte Verasis di Castiglione, che in tali circostanze conobbe e si innamorò della bellissima Virginia Oldoini, figlia del Marchese Filippo, che ebbe parte importante negli eventi che portarono all'Unità d'Italia.

Giovanni Vialardi, aiutante capo-cuoco e pasticcere di Casa Savoia nel suo *Trattato di cucina* nel 1854 scrive: *le ostriche si servono pure, con sugo di limone o di vermouth.*

INGREDIENTI

- 16 ostriche spezzine freschissime
- un ciuffo di prezzemolo
- aglio
- timo
- basilico
- scorza di limone
- pane grattugiato
- Martini dry
- sale e pepe
- olio extra vergine d'oliva
- sale grosso

Aprire le ostriche, staccare i molluschi dalla valva, asciugarli e rimetterli nel loro guscio. Coprire il fondo di una teglia con uno strato di sale grosso e disporvi sopra le ostriche.
In una terrina amalgamare al pane grattugiato, il prezzemolo tritato, uno spicchio d'aglio spremuto, il timo, qualche fogliolina di basilico tritata, un cucchiaino di scorza di limone grattugiata, due cucchiaiate di Martini dry, un cucchiaio d'olio, sale e pepe. Distribuire questo composto sopra le ostriche e fare gratinare nel forno caldo a 200°.

I ravioli

Delegazione di La Spezia

I ravioli, che nella sponda spezzina del fiume Magra si chiamano così, mentre in quella che guarda la Toscana si chiamano tortelli o anche tordelli, sono una delle specialità tipiche della terra spezzina così come, in genere, di tutta la Liguria.

La spiegazione, a suo modo ce la dà Dante in quel

verso del IV canto del Paradiso in cui, parlando del fiume Magra, aggiunge *...che per cammin corto/ parte lo genovese dal toscano*. Ovvero che distingue le popolazioni liguri da quelle toscane.

Cibo tradizionale delle feste, ogni comunità, anche piccola, per non dire ogni famiglia, ne elaborava una propria particolare ricetta.

per 6 persone

INGREDIENTI

per la sfoglia:
- 300 g di farina 00
- 100 g di farina di grano duro rimacinata
- 4 uova intere
- 2 cucchiai di olio evo
- un pizzico di sale
- acqua q.b.

per il ripieno:
- 250 g di carne di vitello macinata
- 150 g di carne di maiale
- 100 g di Parmigiano grattugiato
- 300 g di borragine
- 2 uova
- noce moscata
- sale e pepe
- salvia e rosmarino
- 1 piccola carota
- cipolla
- aglio
- timo
- vino bianco
- olio evo
- una noce di burro.

Tritare tutti gli odori e farli rosolare nell'olio con la carne macinata e la carne di maiale tagliata a pezzettini, salare, pepare e bagnare con un po' di vino bianco. Quando il vino sarà evaporato, passare tutto nel mixer e versare in una ciotola.
Lessare la borragine, strizzarla bene, tritarla e farla asciugare in una padella con una noce di burro, quindi aggiungerla alla carne. Unire il Parmigiano, le uova, un pizzico di noce moscata, un po' di timo e amalgamare bene.
Disporre le due farine a fontana sulla spianatoia, nel centro rompere le uova, aggiungere un pizzico di sale, amalgamare con una forchetta poi impastare con le mani. Fare una palla e fare riposare l'impasto coperto con la pellicola per mezz'ora. Trascorso questo tempo tirare la sfoglia e preparare i ravioli come di consueto.
Lessare i ravioli in abbondante acqua salata e condirli con un buon ragù di carne e con abbondante Parmigiano.

La Scherpada

Delegazione di La Spezia

La scherpada è una torta di verdure tipica della Val di Magra. L'origine sembra però provenire dall'Emilia, da Modena a Reggio fino a Parma, a conferma dei tanti collegamenti antichi tra i due versanti dell'Appennino, lungo l'asse cosiddetto della Via Francigena. Il nome deriva da *scarpa*, ma in senso metaforico. Si chiamava infatti *scarpa* una parte della bietola, ovvero il fusto bianco che si taglia a fette. Per estensione il nome arrivava a comprendere tutto il vegetale, base principale della torta.

per 8 persone

INGREDIENTI

per la sfoglia:
- 650 g di farina 0
- acqua tiepida q.b.
- sale

per il ripieno:
- 1 Kg di bietole (si possono usare anche erbetti di campo)
- 300 g di zucca (fuori stagione si possono usare gli zucchini)
- 2 porri o 2 cipollotti freschi
- 70 g di Parmigiano
- 50 g di Pecorino
- 100 g di mollica di pane bagnata nell'acqua di cottura delle bietole
- olio extravergine d'oliva
- sale

Mettere la farina in una ciotola, unire mezzo cucchiaino di sale, al centro versare tanta acqua quanto basta ad ottenere un impasto morbido. Formare un panetto, avvolgerlo nella pellicola e farlo riposare per almeno trenta minuti.
Pulire le bietole e lessarle in acqua salata. Scolarle e strizzarle bene.
Tritare i porri e farli appassire in una padella con qualche cucchiaiata d'olio, unire la zucca pulita e tagliata a fettine sottili e quando sarà tutto morbido unire anche le bietole tritate. Aggiustare di sale, aggiungere il pane strizzato e sbriciolato e lasciare insaporire bene. Versare tutto in una terrina e mescolare con il Parmigiano e con il Pecorino grattugiati.
Dividere la pasta in sedici piccoli pezzi e stenderli in dischi di circa 18 cm di diametro. Su ogni disco stendere un po' di ripieno, ricoprire con un altro disco e chiudere bene i bordi rifilandoli con la rotella. Cuocerli nell'apposito testo o in una padella antiaderente per circa 7/8 minuti per lato.
Servire le *scherpade* irrorate con un filo d'olio e cosparse di Parmigiano.

La Spungata

Delegazione di La Spezia

Questo tipico dolce si consumava prevalentemente durante le feste natalizie, ma ora si usa gustarlo tutto l'anno.

La sua origine è molto antica, anzi antichissima. Antonio Bertolani, insigne botanico, ma anche ottimo latinista, in un epistolario del 1847 dà una interessante interpretazione di un passo di Ovidio. Il poeta nel primo libro dei *Fasti*, al verso 185, descrive i regali che i Romani erano soliti fare il primo giorno dell'anno: fichi secchi, datteri, miele etc., spesso chiusi in un involucro di pasta... *Et data sub niveo condita mella favo* - In ciò il Bertolani ravvisa una somiglianza netta con la spungata di Sarzana. Del resto Sarzana è succeduta a Luni, importante colonia romana.

INGREDIENTI

per la pasta:
- 350 g di farina 00
- 170 g di burro morbido
- 70 g di zucchero a velo
- 2 uova intere
- un pizzico di sale

per il ripieno:
- 250 g di marmellata di fichi
- 50 g di marmellata di mele
- 30 g di marmellata di arance amare
- 40 g di pinoli
- 40 g di uvetta messa in ammollo in acqua tiepida
- 40 g di mandorle spezzate al coltello
- 40 g di noci spezzate al coltello
- un pizzico di cannella
- un pizzico di noce moscata
- un pizzico di pepe
- un pizzico di chiodi di garofano in polvere

per la glassa:
- zucchero vanigliato e pochissima acqua per fare una pastella con cui spennellare la spungata

Con gli ingredienti della pasta preparare una frolla come di consueto e lasciarla riposare in frigorifero per almeno un giorno.
In una capiente ciotola mescolare tutti gli ingredienti del ripieno.
Dividere la pasta frolla in due parti e stenderne una parte fra due fogli di carta da forno in modo da avere una sfoglia di circa 26 cm di diametro. Al centro versare il ripieno e stenderlo a due centimetri dal bordo. Stendere anche la seconda sfoglia e coprire il ripieno. Sigillare bene i bordi con i rebbi di una forchetta, spennellare con la glassa, porre il dolce su una placca e cuocere in forno caldo a 180° per circa 25/30'. Deve diventare leggermente dorata.

Le acciughe

Delegazione di La Spezia

Le acciughe nella tradizione della riviera spezzina e in particolare nel Golfo e nelle Cinque Terre, sono state un cibo importante sin dai tempi antichi. Nel dialetto locale le acciughe venivano infatti chiamate *u pan du ma*, ovvero il pane del mare. C'era anche una *festa* della pesca delle acciughe, coincidente con la festa di San Pietro e Paolo, il 29 Giugno. Era la festa dei pescatori che, per esempio, a Monterosso proprio in quel giorno facevano benedire le loro barche. Questo derivava dal fatto che l'inizio dell'estate era considerato il periodo più adatto per la pesca delle acciughe.

INGREDIENTI
- 500 g di acciughe freschissime
- 3 cucchiai di Parmigiano grattugiato
- 1 uovo intero e 1 tuorlo
- 50 g di mollica di pane bagnata nell'acqua e strizzata
- aglio
- prezzemolo
- timo
- sale e pepe
- olio di semi di arachide per friggere

Pulire le acciughe, privarle della testa e della lisca centrale lasciandole, però, unite sul dorso. Tritare 100 g delle dette acciughe e metterle in una ciotola, unire il Parmigiano, la mollica di pane, l'uovo intero e il tuorlo, un ciuffetto di prezzemolo tritato con poco aglio, le foglioline di timo, il sale e il pepe. Amalgamare bene e, se l'impasto fosse troppo morbido, unire un po' di pane grattugiato. Distribuire il ripieno sulle acciughe, premendo affinché il ripieno si saldi bene al pesce e friggere in abbondante olio.

La Mes-ciua

Delegazione di La Spezia

Mes-ciua è un termine dialettale spezzino per indicare una minestra con molti e diversi ingredienti. Si pronuncia accentuando la divisione come fosse un rafforzativo.

Questo piatto è tipicamente ed esclusivamente spezzino. Le sue origini antiche vengono dal mare, dai viaggi nel Mediterraneo. Gli uomini di fatica, i *camalli* usavano raccogliere le granaglie rimaste in fondo alle stive delle navi e con questo miscuglio

di ceci, fagioli cannellini e grano, lessati in acqua salata veniva preparata questa gustosa e nutriente zuppa.

per 8 persone

INGREDIENTI

- 600 g di fagioli cannellini
- 600 g di ceci
- 100 g di grano
- sale e pepe
- olio extravergine di oliva.

Pulire accuratamente i legumi in modo da scartare eventuali grani guasti e sassolini. Mettere i fagioli, i ceci e il grano, separatamente a bagno in acqua fredda per dodici ore. Trascorso questo tempo, lavare i legumi e il grano, cuocerli, sempre separatamente, in acqua leggermente salata; il grano e i ceci per circa due ore, i fagioli per un'ora.
Quando saranno cotti, versare i ceci e il grano con il loro brodo, nel recipiente dei fagioli, assaggiare, e, se necessario salare, poi cuocere ancora per quindici minuti. Versare la *mes-ciua* in una zuppiera e servirla cospargendola di pepe e di buon olio.

La Panizza

Delegazione di La Spezia

La *panizza* o *panissa* è un piatto tipico ligure per il quale si usano gli stessi ingredienti della farinata, con esclusione dell'olio di oliva. Di fatto, quindi, la si usa oggi in particolare come antipasto affiancata all'aperitivo. Lo stesso nome si trova nella cucina del Piemonte, ma si tratta di piatti totalmente diversi. La *panissa* piemontese è un risotto accompagnato da fagioli e cavoli. La spiegazione sta nell'origine del piatto, che, quando in pianura padana non c'era ancora il riso e i ceci in Liguria erano scarsi, era preparato a base di *paníco*, varietà povera di miglio diffusa sia nella pianura padana sia nell'Appennino, dove ancora oggi molte sono le località con il nome di *Panigale* o *Panicale*. A sua volta il nome deriva dalla forma a spiga o pannocchia di questo vegetale (*panucula*). Oggi lo usiamo quasi esclusivamente come becchime, mentre un tempo era un prodotto alimentare molto diffuso tra la popolazione delle campagne.

INGREDIENTI

- 300 g di farina di ceci
- 1 litro + 1 bicchiere di acqua
- sale
- abbondante olio di semi di arachide per friggere

In una pentola sciogliere la farina di ceci con l'acqua fredda salata, metterla sul fuoco e, sempre mescolando, portare ad ebollizione. Cuocere per almeno quindici minuti, si dovrà ottenere una polentina cremosa e assai densa. Versarla in un vassoio e stenderla ad uno spessore di circa mezzo centimetro e lasciare raffreddare. Tagliare la polentina a bastoncini e friggerli in abbondante olio.
Servire le panizze caldissime cosparse con un pizzico di sale.

I Croxetti

Delegazione di La Spezia

I *croxetti* o *corsetti* o *corzetti* (in dialetto della Val di Vara) sono caratteristici soprattutto di Varese Ligure (SP). Pochi sanno, però, che si tratta della reinterpretazione ligure di una storica preparazione della Provenza medievale. Esistono degli appositi stampini in legno, diffusi già nelle corti rinascimentali liguri, dove spesso veniva inciso lo stemma del casato, oppure una croce, dalla quale sembra derivare il nome. In tempi più recenti si facevano incidere le cifre della padrona di casa.

INGREDIENTI

per la pasta:

- 300 g di farina
- 1 uovo
- un bicchiere di vino bianco
- acqua q.b.

per condire:

- 40 g di pinoli
- 80 g di burro
- 100 g di Parmigiano grattugiato
- foglioline di maggiorana fresca

Sulla spianatoia disporre la farina a fontana, al centro rompere l'uovo e sbattere con una forchetta, aggiungere, poi, un pizzico di sale, il vino bianco e tanta acqua tiepida quanto basta ad ottenere una pasta piuttosto consistente. Stenderla in una sfoglia alta circa tre millimetri e tagliare dei dischetti con l'apposito stampo da croxetti. Lessare i croxetti in abbondante acqua salata, scolarli con il mestolo forato e condirli, a strati, con burro fuso insaporito con le foglioline di maggiorana, i pinoli e il formaggio grattugiato.

La Spezia e lo stoccafisso futurista

Delegazione di La Spezia

Filippo Tommaso Marinetti (1876 – 1944), fondatore e vate del Futurismo, era un innamorato, in verità non sempre ricambiato, della città di La Spezia, da lui chiamata *Terra dei Vivi*, per sottolineare la grande capacità di reinventarsi dopo l'arrivo dell'Arsenale Militare e della Base navale. Così, nel 1935, nel corso di una lunga permanenza spezzina, Marinetti scrisse una delle sue opere più importanti *Aereopoema del Golfo della Spezia*. In quest'opera in versi, a un certo punto, Marinetti parla della *glauca marina*, di fatto l'odierna passeggiata Morin, affacciata su un mare azzurro *tra il fumoso porto mercantile e il lucido porto militare*, e, per descriverla, la definisce *odorosa di catrame, rhum, stoccafisso, vernice e orizzonti salati di ricordo*. Certo niente di turistico o di attraente. Però nella visione di Marinetti, troviamo il segno rustico di un'operosa popolazione marinara che, a pranzo, poteva accontentarsi di un piatto di stoccafisso, da consumarsi a bordo delle barche sulle quali continuava a lavorare.

per 6 persone

INGREDIENTI

- 1 Kg di stoccafisso già ammollato e lessato
- 600 g di patate
- 100 g di acciughe sotto sale
- 80 g di pinoli
- olio extravergine d'oliva
- peperoncino
- uno spicchio d'aglio
- sale e pepe

Sbianchire le patate tagliate a fette in acqua bollente salata per circa sette-otto minuti.
Ungere abbondantemente di olio una pirofila, stendervi le patate scolate, un pizzico di sale e pepe e sopra adagiarvi lo stoccafisso già lessato e diliscato.
Tritare grossolanamente i pinoli, uno spicchio d'aglio, un pezzetto di peperoncino e le acciughe diliscate e dissalate.
Cospargere lo stoccafisso con questo composto, irrorare con abbondante olio e cuocere in forno caldo a 200° per circa 15 minuti.

Le frittelle di baccalà (frisséi de baccaà)

Delegazione di La Spezia

INGREDIENTI

- 500 g di baccalà ammollato
- 200 g di farina 00
- 1 uovo
- 25 g di lievito di birra
- 1 bicchiere di latte
- sale
- olio di semi di arachide per friggere

Versare il latte tiepido in una tazza e sciogliervi il lievito di birra. In una terrina versare la farina, al centro mettere l'uovo leggeremente sbattuto e il latte con il lievito. Mescolare bene, aggiungere un pizzico di sale, coprire la terrina con la pellicola e lasciare lievitare per circa un'ora in luogo caldo.
Diliscare il baccalà, farlo a piccoli pezzi e unirlo alla pastella lievitata. Mescolare e friggere il composto a cucchiaiate in olio ben caldo.

Il nostro olio d'oliva

Delegazione di Imperia

La dieta mediterranea, nelle sue regole del mangiar sano, privilegia un'alimentazione povera di grassi animali, e invita a *dare la preferenza all'olio di oliva, il miglior grasso alimentare in senso assoluto*.

Noi Fornelle del Ponente Ligure abbiamo come vero protagonista della nostra tavola l'olio delle nostre valli. Prodotto dalla spremitura delle olive taggiasche, unito alle piante aromatiche che abbondano nelle fasce che sovrastano il mare, dà vita a piatti semplici, leggeri e profumati, apprezzati per squisitezza e buon gusto, per la loro semplicità ed economia.

Basta pensare alle salse: *pesto*, salsa di pomodoro, ai condimenti di verdure e carni, di pesce, alle conserve sott'olio, al filo d'olio da aggiungere a crudo sulle zuppe, piatti in *zimino*, alla *farinata*... Se vi abbiamo convinto e se volete provare qualche ricetta tipica dell'imperiese eccone qui qualcuna.

I fagottini di carciofi

Delegazione di Imperia

Pulire i carciofi lasciandoli interi. Scavarli un pochino nel centro per inserire poco prezzemolo tritato amalgamato con pane grattugiato, olio, sale e pepe. Mettere i carciofi a testa in giù in un tegame con poco olio, un dito d'acqua e coprire ermeticamente. Quando saranno teneri scolarli e farcirli con un po' di besciamella e qualche cubetto di formaggio Brie e di mela precedentemente cotta con vino bianco. Ritagliare quadrati di pasta sfoglia sufficientemente grandi da contenere i carciofi, unire i quattro lembi della sfoglia e spennellarla con tuorlo d'uovo sbattuto con un po' di latte. Cuocere in forno a 180° fino a doratura.

La torta verde

Delegazione di Imperia

INGREDIENTI

per la pasta:
- 400 g di farina
- 200 ml di acqua
- 2 cucchiai di olio
- sale q.b.

per il ripieno:
- 4 carciofi
- 1 mazzetto di bietoline
- una cipolla
- 1 hg di ricotta
- 3 uova
- 3 cucchiai di Parmigiano
- maggiorana
- sale
- pepe

Impastare la farina, l'acqua e l'olio, formare una palla, coprirla con la pellicola e riporla nel frigorifero il giorno prima. Far appassire la cipolla in olio, aggiungere al soffritto i carciofi tagliati sottilmente, le bietoline già lessate, strizzate e tritate, le uova, il Parmigiano, un trito di foglioline di maggiorana, la ricotta, sale e pepe. Su una teglia di 35/36 cm. di diametro stendere metà della pasta preparata il giorno prima, versare il ripieno e ricoprire con tre sfoglie sottilissime ricavate dall'altra metà della pasta. Tra una sfoglia e l'altra spennellare con olio. Arrotolare i bordi e, spennellare l'ultima sfoglia con una emulsione di olio ed acqua. Pungere con i rebbi di una forchetta e infornare a 180° per 40 minuti. Si mangia fredda.

La farinata

Delegazione di Imperia

INGREDIENTI
- 135 g di farina di ceci
- 450 g di acqua

Mescolare la farina con l'acqua e lasciar riposare qualche ora. Ricoprire di abbondante olio il fondo di una teglia antiaderente a bordo basso (35x25 cm), aggiungere 2 o 3 cipolline fresche tagliuzzate compresa la parte verde. Mettere in forno per qualche minuto fino a che l'olio non incomincia a friggere, aggiungere l'impasto, sale e un po' di pepe macinato e con un cucchiaio di legno mescolare bene. Rimettere in forno a 250° per 15 minuti circa; è pronta quando si sarà formata una crosticina dorata.
Si mangia subito ben calda.

Lo "Zimino" di fagioli di Conio (ricetta di Oneglia)

Delegazione di Imperia

Conio è il paese che sovrasta la Valle del Maro, la parte più alta del corso del torrente Impero, sulla strada che da Oneglia conduce in Piemonte. Grazie all'abbondanza di sorgenti ed a un *habitat* naturale ideale, viene coltivato il *fagiolo bianco di Conio*, una varietà molto pregiata e rara, la cui caratteristica principale è soprattutto la buccia sottilissima che quasi non si percepisce.

per 6 persone

INGREDIENTI
- 300 g di fagioli di Conio
- 1 ½ l di acqua minerale naturale
- 2 costine di maiale
- 3 grosse patate
- 1 gambo di sedano
- 1 carota
- 10 foglie di bietoline
- 1 cipolla
- 1 foglia di alloro
- 1 spicchio di aglio
- sale o due dadi

Tagliare a cubetti le verdure, soffriggere la cipolla in olio con aglio e le costine. Poco dopo aggiungere le altre verdure e 1 litro e mezzo di acqua del rubinetto. Proseguire la cottura per circa un'ora. Unire i fagioli (tenuti in ammollo dalla sera prima nell'acqua minerale naturale) e farli cuoce-

re per un'altra ora. A piacere frullare parte del preparato con il mixer per rendere la zuppa più cremosa.
Servire con un filo d'olio a crudo e una spolverata di pepe.

Lo stoccafisso alla Baücögna (Stucafì' àa Baücögna)

Delegazione di Imperia

Ricetta tipica di Badalucco, antico borgo medievale situato in valle Argentina, nel quale la terza domenica di settembre si tiene la Sagra dello Stoccafisso. Secondo una leggenda il legame tra lo stoccafisso e Badalucco risale ad un tentato assalto dei *Saraceni* nel corso della metà del XVI secolo durante il quale la popolazione resistette all'assedio proprio grazie alle scorte di merluzzo che veniva portato da Porto Maurizio e smistato proprio nel paese che fungeva da centro commerciale.

INGREDIENTI

- 1 Kg di stoccafisso secco
- ½ litro di olio
- ½ litro di vino bianco
- 25 g di funghi secchi
- 2 acciughe salate
- 1 cipolla
- 4 spicchi di aglio
- 1 ciuffo di prezzemolo
- 1 pizzico di noce moscata
- alcuni chiodi di garofano
- 25 g di concentrato di pomodoro
- sale
- pepe
- brodo di carne q.b.
- pinoli
- una manciata di olive taggiasche in salamoia

Tenere lo stoccafisso in acqua leggermente salata per 2-3 ore. Scolarlo, togliere le spine tenendo da parte la lisca centrale. Mettere sul fuoco una casseruola con poco olio, la cipolla affettata, i funghi ammollati e rosolare. Unire un trito di prezzemolo, aglio, acciughe dissalate e i pinoli precedentemente tostati e rosolati. Unire il concentrato di pomodoro, il vino bianco, sale, pepe, noce moscata e chiodi di garofano.
Ricoprire di olio il fondo di un'altra casseruola, disporre i pezzi di lisca (tenuti in disparte) e adagiare i pezzi di stoccafisso lasciando un buco nel centro.
Ricoprire il primo strato di stoccafisso con il condimento, fare un altro strato e così via fino ad esaurimento. Mettere la casseruola su fuoco moderato e lasciar cuocere per tre ore senza mai rimescolare, aggiungendo brodo ed olio nel buco lasciato nel centro, quando lo stoccafisso tende ad asciugare troppo. Prima di servire aggiungere le olive.

La stroscia

Delegazione di Imperia

La *stroscia* è il dolce tipico di Pietrabruna, un paesino dell'entroterra di Imperia circondato dagli ulivi che fa parte della Associazione Nazionale Città dell'Olio. È una ricetta antica in cui si usano pochi ingredienti: farina, olio, zucchero. Che vengono amalgamati insieme, con le mani, e messi in forno.

INGREDIENTI

- 500 g di farina 00
- 1 bustina di lievito per dolci
- 150 g di zucchero (di cui tre cucchiai servono per spolverare la superficie)
- 1 pizzico di sale
- 250 g di olio extravergine di oliva taggiasca
- 1 bicchiere di vino dolce
- scorza di limone grattugiata (secondo i gusti)

Setacciare la farina col lievito e lo zucchero. Formare una fontana sulla spianatoia con la scorza di limone e mettere al centro un poco di olio e impastare. Alternare olio e vino poco alla volta ed impastare energicamente fino ad ottenere un impasto piuttosto compatto (simile alla pasta frolla). Stendere la pasta in una teglia unta d'olio (diametro 28 cm) e schiacciarla con i polpastrelli come si fa per la focaccia e cospargerla con lo zucchero tenuto da parte.
Cercate di non superare lo spessore di 1 cm. per non perdere la caratteristica croccantezza che le dà il nome (in dialetto *strosciare* significa rompere con le mani). Cuocere in forno a 180° per 30 minuti circa e lasciar raffreddare prima di gustarla magari accompagnata da:

Il Bonetto Giancomangià

INGREDIENTI

- 250 g di mandorle sgusciate e spellate
- 5 fogli di colla di pesce
- 200 g di zucchero
- 1 litro di acqua

Pestare nel mortaio le mandorle aggiungendo poco per volta un po' d'acqua. Nella pasta che si formerà versare l'acqua rimanente. Mescolare bene e versare il composto in una salvietta appoggiata su una terrina e strizzare con forza. Unire al latte così ottenuto lo zucchero, scioglierlo con un cucchiaio.
Unire la colla di pesce sciolta in un poco di acqua calda. Versare il tutto in uno stampo unto di olio. Mettere in frigorifero per qualche ora.

I sedani alla pratese

Delegazione di Prato

I sedani alla pratese affondano le radici nella storia della città che ha fondato la propria economia sul riutilizzo degli stracci, facendone tessuti di moda. Le massaie di un tempo, abituate a non sprecare niente, applicando la stessa filosofia del riutilizzo, hanno nobilitato le umili costole di sedano nel piatto divenuto il simbolo della gastronomia della città, immancabile nel giorno della *Madonna della Fiera* che si celebra l'8 settembre. Noto per le sue proprietà terapeutiche già citato da Plinio il Vecchio nel XX libro della sua *Naturalis Historia*. Gli Egizi la usavano nei riti funerari ed era ben conosciuta ai tempi dei Greci come testimonia l'etimologia del nome, dal greco *selinon*, fu proprio questa pianta a dare il nome alla città di Selinunte nella Magna Grecia. È nel Seicento, con l'affermarsi del genere pittorico della natura morta, celebrata da Caravaggio, che il sedano fa la sua comparsa nelle tele dipinte con tavole ricche di cibi, frutti e ortaggi. Lo ritroviamo anche nelle nature morte possedute dai Medici come dimostrano tre esemplari conservati nel Museo della Natura Morta nella Villa Medicea di Poggio a Caiano. Ed il *sedano alla pratese* entra anche nella letteratura grazie alla penna dello scrittore Armando Meoni che in Prato Storia e Arte (n. 17 – 1966) così descrive l'ortaggio: «...un ortaggio stagionale, una pianta che sebbene con gli accorgimenti della moderna orticoltura venga ormai coltivato tutto l'anno, solo verso settembre raggiunge e tocca l'acme del gusto: quando, cioè, la pianta dopo le calure estive che le hanno infuso succo e rigoglio, trova negli acquazzoni d'agosto e nelle più clementi piogge settembrine tenerezza. Senza contare che le canne o costole del fusto, rincalzate sino alle foglie superiori in una fodera di terra come in una pelliccia che appena ne lasci scoperta capigliatura e volto, perdono la rustichezza e il verde originario e divengono bianche e morbide come mani di educande».



Ci sono due tipi di ricette di sedani alla pratese: "le polpette" e "i sedani ripieni", preparazioni complementari nel senso che sono preparati, i sedani ripieni con le costole più belle e, con gli avanzi e le foglie, sono cucinate le polpette.



per 4 persone

INGREDIENTI

- 2 sedani
- 300 g di ragù di carne
- 300 g di vitello macinato
- 50 g di Parmigiano
- 2 uova
- 50 g di mollica di pane
- 50 g di farina
- poco latte
- 1/4 di spicchio d'aglio
- 1 ciuffo di prezzemolo
- noce moscata
- brodo
- olio per friggere
- sale e pepe

Pulite bene i sedani sotto l'acqua eliminando le coste più esterne e dure, poi snervate le coste dai filamenti e tagliate a pezzi regolari di 10-15 cm, scegliendo le coste più grandi e incurvate, in modo che possano contenere bene il ripieno. Ciò che avanza dei sedani dopo questa cernita potete utilizzarlo per preparare delle polpette. Lessate le coste di sedano a pezzi in acqua salata per circa mezz'ora, scolatele bene e strizzate con le mani per prosciugarle il più possibile dall'acqua di cottura. Nel frattempo preparate il ripieno. Inzuppate la mollica in un po' di latte caldo. Mescolate

la carne macinata, la mollica di pane, 1 uovo, il Parmigiano grattugiato, il prezzemolo tritato, l'aglio tritato e un pizzico di noce moscata grattugiata. Amalgamate bene il tutto aggiustando di sale e pepe. Con un po' di composto riempite un pezzetto di costa di sedano e ricoprite con un altro pezzo, cercando di farle combaciare bene. Passate le coste così riempite prima nella farina poi nell'uovo sbattuto e friggete nell'olio bollente. Mettete i sedani ripieni fritti in un tegame con il sugo di carne e tirateli a cottura per circa 15/20 minuti finché assumono un bel colore rosso mattone. Se il sugo si asciugasse troppo, aggiungete un po' di brodo caldo.

I pici

Delegazione di Chiusi

Sono quegli spaghettoni lunghi e corposi, tipici della cucina toscana rustica.

L'estrema semplicità degli ingredienti e della preparazione dell'impasto richiede, al contrario, una grande esperienza nella creazione manuale dei pici, cioè nella tecnica del cosiddetto *appiciamento*, una ricchezza che oggi, purtroppo, solo poche fortunate possono tramandare.





L'origine di questa pasta particolare è riconducibile alla zona del viterbese nell'epoca etrusca: nella famosa Tomba dei Leopardi di Tarquinia è infatti rappresentato un banchetto in cui sono servite paste lunghe molto simili ai pici.

Arrivato poi nella vicina Val di Chiana toscana, questo piatto, ancor oggi, è un esempio della cucina povera che non tutti i giorni poteva permettersi l'uso delle uova, ma solamente in occasione delle festività.

Oggi, invece, è consigliabile aggiungere un uovo nell'impasto per avere una pasta più sostanziosa e che tenga meglio la cottura al dente.

Importante per i pici è la scelta dei condimenti, vari a seconda delle zone, ma i più famosi rimangono: all'aglione, al ragù di carne chianina.

L'aglione, varietà di aglio coltivata da pochi agricoltori in Val di Chiana, è caratterizzato da un bulbo gigante, è privo di aliina e quindi di sapore più delicato ed è di colore bianco tendente all'avorio.

I pici all'aglione

per 4 persone

INGREDIENTI

per i pici:
- 500 g di farina
- 1 uovo
- 1 bicchiere di acqua tiepida
- 2 cucchiai di olio extravergine d'oliva
- sale q.b.

per il sugo all'aglione:
- 4 o 5 spicchi di aglione
- 70 g di concentrato di pomodoro
- 500 g di passata di pomodoro
- sale q.b.
- 4/5 cucchiai di olio extravergine d'oliva
- peperoncino

Impastate nella spianatoia farina, acqua, uovo, sale e olio fino a raggiungere un impasto omogeneo. Fate riposare l'impasto almeno per una mezz'ora coperto con un canovaccio. Spianate, tagliate a strisce e formate con le mani i pici, passateli nella farina in modo che non si attacchino l'uno all'altro. A parte tagliate a fettine gli spicchi d'aglione e soffriggetele nell'olio insieme al peperoncino. Quando l'aglione sembra imbiondire, aggiungete il concentrato di pomodoro sciolto in un bicchiere di acqua tiepida e dopo dieci minuti aggiungete la passata di pomodoro. Salate e fate cuocere per 20/30 minuti.
Cuocete i pici in acqua salata per pochi minuti e condite con il sugo preparato.

Storie lucchesi

Le Fornelle di Lucca

Tutti i prodotti tipici e il loro utilizzo nelle cucine del territorio di riferimento hanno tante storie da raccontare; tante ne sono state raccontate, scritte e sono diventate parte integrante della Storia del territorio. In questo periodo di disorientamento totale, così duro da vivere, è importante ripercorrere la nostra Storia, per ritrovare dei punti fermi. Per non arrendersi è necessario mantenere quelle abitudini che il virus sta tentando di cancellare. È doveroso, inoltre, richiamare l'insegnamento di chi ci ha preceduto: *ricercare aspetti positivi anche nelle situazioni più difficili* per trarre da qui la spinta e l'energia per andare comunque avanti. Ed è così che si cerca, in questa forzata prigionia, di dedicarci alla rivisitazione di alcune particolari ricette che, attraverso una realizzazione, magari non pedissequa, ce ne facciano riscoprire i segreti e rievochino gli antichi sapori, quelli della mamma e della nonna.

Ricette, non come semplici descrizioni, ma come narrazione e rievocazione di una Storia che ci riporta alle origini, che valorizza il nostro territorio, che ci fa comprendere chi siamo e che infonde in noi il coraggio e l'energia di andare sempre avanti, in nome di quei valori che non devono andare perduti. La cucina, che rappresenta una delle espressioni più profonde della nostra cultura, è, quindi, in questo periodo, uno dei mezzi con cui poter guardare al futuro con un po' di ottimismo.

Con il pensiero rivolto ad una conviviale da organizzare prima possibile, ci siamo immerse nella tradizione della Lucchesia e abbiamo recuperato le ricette forse più tipiche della nostra città.

BIBLIOGRAFIA:
per la ricerca storica: Accademia Italiana della cucina; Delegazione di Lucca.



Il tordello

Le Fornelle di Lucca

INGREDIENTI

- 400 g di carne di manzo (groppa)
- 400 g di polpa di coscia di maiale
- 400 g di carne di vitella
- 400 g di pane toscano raffermo
- 100 g di Parmigiano grattugiato
- 50 g di Pecorino grattugiato
- 4 uova intere
- 2 cucchiai di prezzemolo tritato
- le foglioline di 4 rametti di timo
- noce moscata
- cannella
- sale e pepe q.b.
- brodo di carne q.b.
- salvia
- rosmarino
- alloro
- aglio
- vino bianco
- olio evo per la cottura delle carni arrosto

per la pasta:

- 800 g di farina
- 5 uova
- acqua q.b.

Preparare la pasta e farla riposare coperta.
Tritare la salvia, il rosmarino, l'aglio, l'alloro e con il sale e pepe drogare le carni. Trasferirle nella pentola, farle rosolare, bagnarle con il vino bianco e portarle a cottura.
Ammollare il pane nel brodo, strizzarlo bene e unirlo alle carni tritate finemente a coltello.
Aggiungere tutti gli altri ingredienti e amalgamare bene.
Tirare la sfoglia e formare i tordelli dando loro la classica forma a mezzaluna e chiudendoli uniformemente con i rebbi della forchetta.

Cuocerli e servirli con un buon ragù alla lucchese e abbondante Parmigiano.

per il sugo di carne:

- 600 g di codone di manzo
- 400 g di scamerita
- 2 carote
- 2 cipolle medie
- 2 costole di sedano
- 2 foglie di alloro
- 2 bicchieri di vino rosso
- cannella, noce moscata e chiodi di garofano in polvere (di ogni spezia ½ cucchiaino da caffè)
- 400 g di polpa di pomodoro
- olio evo
- sale e pepe q.b.

Tritare gli odori e farli ben appassire nell'olio, unire le carni tritate, farle ben rosolare, salarle, peparle, quindi bagnarle con il vino e sfumare. Aggiungere le spezie, la polpa di pomodoro e cuocere almeno per un paio di ore.

I tordelli lucchesi costituiscono un piatto di pasta ripiena tradizionale della cucina lucchese.

Solo in Lucchesia, Versilia e Lunigiana sono definiti *tordelli* anziché *tortelli* come indicati fuori da questi territori.

Non è chiaro il perché della variazione del nome nelle nostre zone: forse deriva dalla loro forma e consistenza, piuttosto grossa e corposa rispetto a quella classica.

In Toscana, infatti, si usa il detto, per definire una persona robusta, *grasso come un tordo*.

Deve trattarsi, comunque, di una dizione relativamente recente, perché nei menu di Palazzo nella Lucca del settecento, è riportato il termine *tortelli*.

I tortelli hanno un'origine molto antica, nascono come cucina di recupero per non perdere gli avanzi e riutilizzarli.

Forse alle origini più che di tortelli si trattava di *torte farcite* di cui la cucina del medioevo ha fatto grande uso. Dapprima preparate per grandi pranzi, successivamente si diffusero a livello popolare per rendere commestibili verdure o carni poco allettanti o per riutilizzare, come sopra detto, gli avanzi.

Con gli anni le ricette si sono evolute e modificate in tanti modi diversi a seconda anche delle differenze geografiche e delle varie cucine regionali.

Dalle torte salate ai tortelli il passo è breve. Si ha loro notizia fin dall'XI secolo nelle aree padane-longobarde. Sempre alla stessa epoca risalgono le prime informazioni su un piatto simile ai nostri tortelli, i ravioli di carne che, secondo tradizione, erano preparati in Liguria.

Per venire a Lucca, il primo riferimento ai tortelli si ha nel menu di un pranzo degli Anziani che reggevano il Governo di Lucca, riportato da Francesco Giovannini nel Libro *La tavola degli Anziani. I pranzi di Palazzo nella Lucca del '700*.

All'epoca i tortelli erano il piatto che, dopo le zuppe, venivano più cucinati.

I *tordelli* quindi, nascendo come piatto familiare, preparato con quanto disponibile in cucina, venivano preparati dopo i pranzi delle grandi festività. Si riunivano gli avanzi di carne e si mischiavano con mollica di pane, erbi, bietola, pepolino, uovo, pecorino e gli ingredienti variavano a seconda della zona o della famiglia.

Infatti, come per tanti piatti della tradizione, non esiste la *ricetta*: da sempre ogni famiglia ha personalizzato la propria, conservata e tramandata scrupolosamente come ricetta dei *veri tordelli*.

Già nella preparazione della pasta spianata c'è discordanza: in origine era solo acqua e farina, poi si sono aggiunte le uova, ma in numero diverso: è comunque la consistenza robusta della pasta che lo caratterizza, in contrasto con il ripieno morbido.

Particolarità del tordello lucchese è la forma a mezzaluna: il tondo di pasta, tagliato con il bordo del bicchiere rovesciato, oggi con uno stampino, viene piegato su ripieno e i bordi schiacciati con i rebbi della forchetta, per evitare che cuocendo, il ripieno esca.

Il segreto del tordello però sta nella preparazione del ripieno; da prima la farcituta era costituita dalla gallina lessa, dal pollo e dall'arrosto, sempre presenti nei pranzi delle festività. Altri ingredienti sono il macinato di manzo e di maiale, il Parmigiano grattugiato, le uova, la mollica di pane bagnata nel brodo in Lucchesia, la bietola lessata insaporita in padella con olio e aglio in Versilia e in Lunigiana, il prezzemolo, il pepolino (timo) un pizzico di noce moscata.

Un tempo i tordelli venivano cotti nel brodo e conditi con olio o burro e Parmigiano e qualche foglia di salvia ma il vero condimento è un buon

sugo di carne.

È forse questo condimento ad aver trasformato un piatto povero, di recupero, in un piatto simbolo della festa.

Il ragù, come lo conosciamo oggi, è stato utilizzato abbastanza tardi per condire la pasta: è un piatto molto antico, nato inizialmente in Provenza come *daude de boeuf*, uno stufato di carne di bue, diventato poi *ragoût*, successivo piatto francese, a base di carne di montone stufata.

In Italia il ragù compare verso la fine del XVIII secolo, sopratutto a Napoli e Bologna con caratteristiche diverse fra loro.

Troviamo l'utilizzo del sugo di stufato come condimento della pasta nell'opera di Ippolito Cavalcanti *Cucina teorico pratica* della prima metà dell'ottocento, nella cui ricetta comunque non viene citato il pomodoro.

Si parla del pomodoro nel ragù nel 1857 con Carlo Dalbono in *Usi e costumi di Napoli*.

I tagliarini in brodo di fagioli

INGREDIENTI

- 600 g di fagioli qualità "scritto lucchese"
- 150 g di lardo di Gombitelli
- 1 cipolla
- 2 carote
- 2 costole di sedano
- 1 rametto di rosmarino
- 3 spicchi di aglio
- 6 foglie di salvia
- 400 g di polpa di pomodoro
- sale, pepe
- olio evo q.b.

per i tagliarini:

- 600 g di farina 1
- acqua q.b.

Mettere in ammollo i fagioli per 12 ore, quindi cuocerli con 2 spicchi di aglio e 3 foglie di salvia.
Tritare il lardo, la carota, la cipolla, il sedano, il rosmarino, lo spicchio d'aglio e la salvia rimasti, trasferire il trito in una pentola capiente e soffriggere con poco olio. Aggiungere la polpa di pomodoro, i fagioli passati al passaverdure e tutta l'acqua di cottura, salare e pepare. Far cuocere a fuoco dolce almeno 1 ora (eventualmente unire altra acqua).
Nel frattempo preparare la pasta: fare la fontana con la farina, versare al centro l'acqua e impastare. Formare la palla e farla riposare coperta per 20 minuti. Spianarla un poco spessa e ritagliare i tagliarini.
Cuocerli nel brodo di fagioli per pochi minuti.
Servire con un buon giro di olio evo delle colline lucchesi e una spolverata di pepe.



Le ricette che riportano l'uso della pasta cotta insieme ai legumi, la *carne dei poveri* e agli ortaggi ricorrono spesso nella cucina regionale italiana.

Cereali e legumi, spesso prodotti in proprio, rappresentavano gli elementi essenziali dell'alimentazione quotidiana anche se le modalità di preparazione erano e sono molto diverse.

Anche per la pasta e fagioli vi sono interpretazioni diverse nelle varie regioni: in Lucchesia uno dei piatti tipici della cucina tradizionale è rappresentato dai *tagliarini con i fagioli*.

Il tagliarino è una pasta della tradizione povera: quando si preparavano le paste ripiene, i tordelli in particolare, gli scarti della pasta avanzati venivano utilizzati per produrre i tagliarini.

L'uso lessicale in Lucchesia del termine *tagliarino* viene testimoniato nella prima metà dell'ottocento da Niccolò Tommaseo nel Dizionario dei Sinonimi, in cui cita i tagliarini fra i vari tipi di pasta, mentre Idelfonso Nieri nel Vocabolario Lucchese del 1902, riporta la voce *Tagliarini*.

I tagliarini si prestano a molti condimenti, ma la ricetta tipica della zona è con i fagioli.

Una testimonianza della consuetudine di cucinare i tagliarini con i fagioli si ritrova nella Monografia agraria del circondario di Castelnuovo Garfa-

gnana di Carlo De Stefani pubblicata nel 1883.

La coltivazione dei fagioli, spesso in consociazione con quella dei cereali, in particolare del mais è sempre stata radicata nel territorio lucchese e i fagioli locali, differenziandosi da altri per la delicatezza della buccia e la morbidezza della polpa, erano particolarmente famosi. Le particolari caratteristiche del terreno della Piana di Lucca, della Versilia e della Garfagnana hanno costituito l'ambiente ideale per tale coltura e reso possibile lo sviluppo e la diffusione di tante diverse varietà ed ecotipi propri di questi terreni.

L'importanza della coltivazione dei fagioli per l'economia locale è testimoniata da documenti pubblici già a partire dal XVIII secolo ed ha costituito per secoli un elemento fondamentale delle attività agricole ed ha favorito lo sviluppo di una tradizione gastronomica in cui i fagioli recitano il ruolo di protagonisti.

Cambiamenti di gusto, ricerca di piatti più raffinati aveva portato anni fa ad un ridotto interesse per i fagioli.

Ma una Legge Regionale, emanata nel 1997 per favorire la tutela delle risorse genetiche autoctone di interesse agricolo, zootecnico e forestale e la valorizzazione del patrimonio di razze e varietà locali, ha consentito di riprendere la coltivazione delle varietà autoctone di fagioli che erano completamente scomparse o relegate alla sola produzione familiare. Con questo recupero l'Associazione Agricoltori Custodi di Lucca è riuscita ad individuare ben 17 varietà di fagioli che non erano più sul mercato.

In particolare si ricorda il *fagiolo rosso* di Lucca, che è stato inserito tra i presidi Slow Food.

Tornando al piatto, come sempre, per la sua preparazione, esistono varianti a seconda delle varie zone e delle singole famiglie, ma comunque lo schema di base rimane sempre il solito.

Le rovelline alla lucchese

INGREDIENTI

- 8 fettine di fesa di vitello
- 2 uova
- pangrattato
- 200 g di pelati
- 1 cucchiaio abbondante di capperi
- 1 spicchio d'aglio
- olio evo
- sale q.b.

Il termine *rovelline* non si trova nei vocabolari della lingua italiana ma viene in aiuto Idelfonso Nieri con il suo Vocabolario Lucchese dove si trova la definizione di *rovella – rovellina di vitello: striscina battuta un poco e impanata cotta in umido o in padella.*

Se è vero che *tutto ciò che è fritto è buono da mangiare* è anche vero che questo vale per il fritto caldo e croccante.

Certamente non per il fritto freddo, che diventa molle e perde ogni fragranza e ancora peggio per il fritto riscaldato.

È proprio per questo che nella tradizione culinaria lucchese le striscine di carne di vitello, passate più volte nelle uova sbattute con poco sale e poi nel pangrattato, fritte con olio caldo e lasciate asciugare sulla carta gialla, quando avanzavano non venivano riscaldate. Venivano invece rifatte con salsa di pomodoro con aggiunta di capperi e, a seconda delle ricette, di prezzemolo, origano, maggiorana, facendo attenzione che la seconda cottura non disfacesse l'impanatura ottenuta dalla frittura in padella.

Si ricavava così un nuovo piatto, da servire con un contorno di puré di patate o di patate al forno.

Le rovelline alla lucchese nascono quindi come piatto della cucina del riuso, una cucina nata per riutilizzare quello che rimaneva alla fine del pasto.

Recuperare gli avanzi diventa così una vera arte culinaria, come sottolinea il titolo del libro del poeta-scrittore ravennate Olindo Guerrini, *L'arte di utilizzare gli avanzi della mensa*, pubblicato postumo nel 1918, antesignano di una lunghissima serie di testi sul tema, anche molto recenti.

Adoperare gli avanzi non solo per ragioni di economia, ma anche per creare piatti nuovi e appetitosi.

Le Fornelle e il 4° Miracolo di S. Zita

Il Caffè biscotteria S. Zita si trova a Lucca in Piazza S. Frediano dove, nella omonima Chiesa riposa Santa Zita, Patrona di Lucca, cui è intitolata la biscotteria.

I *Miracoli di S. Zita* nascono dal desiderio di trasferire in un prodotto semplice come il biscotto, la ricchezza del gusto di una tradizione tutta lucchese, per regalare un piacere nuovo agli estimatori delle cose buone. Un prodotto dal gusto speciale, che intercetti i sapori di un tempo partendo dagli ingredienti della tradizione, capace di accompagnare e valorizzare non solo il momento del tè o del caffè, ma anche formaggi, vini e liquori.

Dopo la realizzazione, con grandissimo successo dei primi 3 miracoli, Michele Tambellini, titolare del Caffè biscotteria, e ideatore di questi *Miracoli di S. Zita*, ha chiesto alle Fornelle di realizzare il *4° Miracolo*, utilizzando sempre un prodotto che richiamasse Lucca.

Ognuna di noi ha quindi iniziato a far delle prove utilizzando, comunque, come elemento tipico locale, la Biadina.

La Biadina è nata a Lucca nell'ottocento nel negozio di Giambattista Nardini detto "Tista", in Piazza San Michele nel quale, prima lui ed in seguito il *ragazzo di bottega* Vincenzo Landucci detto sempre "Tista", a cui era stata tramandata la ricetta del liquore, offriva ai viandanti venuti a Lucca per il mercato *un po' di biada per il cavallo, ed un po' di biadina per il cavaliere.*

La Biadina è un liquore leggermente amarognolo a bassa gradazione alcolica (25°/27°) ottenuto dalla macerazione lenta della corteccia di *Ginebona officinalis* insieme a *china*, droghe ed erbe aromatiche.

La ricetta fu quindi messa a frutto e divenne una specialità lucchese.

Oggi, ma probabilmente anche all'epoca, la Biadina viene servita nel bicchierino da amaro con alcuni pinoli (meglio se di San Rossore, per esaltarne la tipicità locale) che ne ingentiliscono il sapore in bocca.

Tornando ai biscotti, i vari *campioni* realizzati sono stati sottoposti a valutazione dei responsabili della biscotteria e fra i 14 campioni presentati è stata valutata come migliore la seguente ricetta:



Il biscotto "4° Miracolo di S. Zita"

INGREDIENTI

- 300 g di farina
- 100 g di burro
- 50 g di pinoli tritati
- 50 cc di Biadina "Tista"
- 125 g di zucchero
- 1 uovo intero
- 6 g di lievito per dolci
- 50 g di pinoli interi

Si monta il burro con lo zucchero, si unisce l'uovo, la Biadina, la farina e il lievito setacciati insieme, i pinoli interi e quelli tritati e si impasta il tutto.
Si avvolge l'impasto nella pellicola e si mette in frigo per 1 ora.
Poi si fanno delle palline di circa 12g e si passano nello zucchero.
Quando si inizia a lavorare l'impasto, la parte momentaneamente non utilizzata, deve essere tenuta in freezer per evitare che durante la cottura le palline si schiaccino.
Si dispongono le palline sopra la carta forno e si cuociono per 12/14 minuti a 180° statico stando attenti a non far scurire la superficie.
Non appena fredde si passano velocemente nello zucchero a velo.
Si gustano con te' caldo.

I brigidini

Le Fornelle di Montecatini Terme-Pescia

L'Artusi così li definisce: «È un dolce o meglio un trastullo speciale alla Toscana ove trovasi a tutte le fiere e feste di campagna e lo si vede cuocere in pubblico nelle forme da cialde».

La loro origine è da rintracciare attorno alla metà del XVI secolo a Lamporecchio (Pistoia). Il nome così particolare di questi dolci ha origine da una leggenda: le suore del convento di Santa Brigida (da qui il nome *brigidini*) erano addette alla realizzazione delle ostie per la Comunione per le Parrocchie del circondario. Un giorno, per un loro errore nell'impasto o perché vollero concedersi un piccolo *piacere di gola*, aggiunsero uova, zucchero e anice. Ne uscirono fuori dolcetti che si diffusero rapidamente dappertutto, dando vita ad una tradizione tramandata fino ad oggi. Questo dolce andrebbe fatto con piastre apposite che si trovano in commercio, ma è facilmente riproducibile con il semplice supporto di carta da forno e matterello.

INGREDIENTI

- 240 g di farina
- 120 g di zucchero a velo
- 10 g di semi di anice stellato
- 2 uova
- liquore di anice
- sale

Mescolare le uova con lo zucchero a velo, un pizzico di sale, 1 cucchiaino di liquore e i semi di anice schiacciati in polvere. Aggiungere la farina, amalgamandone metà per volta (se l'impasto risulta troppo colloso aggiungerne 1/2 cucchiaio) fino a ottenere un impasto simile a una pasta frolla, ma un po' più morbido.

Modellare in piccole noci; spianarle con il matterello su un piano infarinato, in uno strato molto sottile. Cuocere i dischi di impasto nella cialdiera ben calda per 1-2 minuti. In alternativa, appoggiarli su una placca coperta con carta da forno e infornarli a 180°C per 5-6 minuti, finché non saranno leggermente dorati.

I brigidini, chiusi in scatole ermetiche e conservate in ambiente asciutto, durano fino a tre settimane.



Il carnevale del Bartoccio

Fausta Giovagnoni - Perugia

Il *Bartoccio* è la maschera tipica del Carnevale di Perugia, dimenticata per molto tempo, ma, in passato, molto conosciuta da tutti i Perugini.

La sua figura risale direttamente alla Commedia dell'Arte; è presente, infatti, già dal '600 nella tradizione letteraria locale, ma nonostante la sua anzianità ha mantenuto nei secoli la sua caratteristica di maschera *pungente*.

Il *Bartoccio*, il cui nome deriva forse da Bartolomeo, – classico contadino un po' rozzo, buontempone, ma sagace – viene dal mondo rurale, esattamente dal Piano del Tevere; il personaggio, quindi, fa il mezzadro come molti contadini dell'epoca.

Con la sua giacca verde, il suo gilet rosso porpora e i suoi calzoni di velluto scuro, nel periodo carnevalesco entra trionfalmente in città a bordo di un carro addobbato trainato da buoi, osserva quello che succede nel mondo urbano, ne nota le stranezze e le mette in *bartocciata*, cioè in versi diretti a colpire i personaggi noti dell'epoca per smascherare i soprusi dei potenti ed evidenziare le lacune della società del tempo, suscitando nel contempo riso e riflessione: una sorta di presa in giro del potere simile alle *pasquinate* romane.



È proprio dal suo carro che il *Bartoccio* suona e balla con un grosso *radicione* (cioè un bastone) sotto il braccio, sguainandolo come una spada al momento di lanciare sferzanti ed irriverenti attacchi alla classe dirigente della città, con la sua spontanea schiettezza, in rigoroso dialetto perugino, sempre circondato dalla sua strampalata corte composta dalla moglie Rosa (donna prosperosa ricoperta da tanti *brilocchi*), dal compare Mencarone (suo amico a volte dispettoso), dalla figlia Santina e da altri personaggi allusivi come *Rubbagalline* e *Truffarello*.

Il *Bartoccio*, dunque, è una figura molto cara ai Perugini e rappresenta il loro modo di intendere il Carnevale in maniera grottesca. È grazie al *Bartoccio* che la Città ha recuperato il piacere di festeggiare il Carnevale nel suo luogo più sacro: l'Acropoli.

Naturalmente, come in ogni tradizione che si rispetti, hanno grande rilievo le specialità culinarie: nell'ambiente contadino il Carnevale, che segnava anche il passaggio dall'inverno alla primavera, veniva quindi festeggiato con un ricco banchetto come buon auspicio per il successo della prossima semina primaverile. Poiché questo festeggiamento precedeva la Quaresima, il banchetto consacratore era molto goloso e privo di remore caloriche; come tale si concludeva con dolci sostanziosi e fritti: *gli Strufoli*. Anticamente la frittura non era nemmeno a base di olio, ma di strutto e per questo proibita nel successivo periodo quaresimale.

L'etimologia della parola *strufolo* risale alla lingua greca, alla parola *strongylos* che significa di forma tondeggiante.

Gli strufoli umbri

Sono caratterizzati da una pasta molto alveolata e leggera; ecco perché, mordendoli, si ha l'impressione di addentare una frittella quasi vuota.

Non sono di facile preparazione, come sembrerebbe: per ottenerli *gonfi e vuoti dentro*, bisogna riservare particolare attenzione al processo di frittura. Alcuni utilizzano il lievito per raggiungere questo risultato, grazie al quale la conservazione del prodotto è agevolata, rendendola morbida per più giorni.



Ricetta Umbra originale

INGREDIENTI

- 8 uova
- 8 cucchiai di olio evo
- 8 cucchiai di zucchero
- 16 cucchiai di farina
- 1 bicchierino di liquore (all'anice, rhum o vin santo)
- 1 buccia di limone grattugiata
- 1 cucchiaino di bicarbonato
- miele e alchermes per guarnire
- olio di semi per friggere

È importante incorporare bene tra loro gli ingredienti e impastare energicamente per qualche minuto fino ad ottenere un composto consistente e omogeneo.
Lasciare riposare l'impasto per circa un'ora.
Scaldare in un tegame una quantità di olio sufficiente per immergere delle palline di impasto da formare con l'ausilio di un cucchiaio. Considerare che l'impasto durante la frittura tenderà a gonfiarsi e il risultato finale dovrà essere quello di una pallina della grandezza di un'albicocca o poco più.
Quando gli strufoli saranno ben dorati, scolarli e tamponarli con carta assorbente, poi porli in un vassoio per irrorarli con alchermes e miele preventivamente sciolto a bagnomaria.

Il torcolo di San Costanzo

Fiorella Piccini - Perugia

San Costanzo dall'occhio adorno, famme l'occhiolino senno' n'c' artorno

Questo detto in dialetto perugino è legato alla leggenda che si tramanda nel tempo e vuole che, in occasione della festa di San Costanzo, le ragazze nubili si recassero alla Chiesa del Santo per ricevere un segnale di buon auspicio per le future nozze. Se guardando l'immagine sacra, grazie ad un curioso gioco di riflessi di luce, sembrava che il Santo chiudesse un occhio a mo' di occhiolino, allora le fortunate si sarebbero sposate entro l'anno, altrimenti ai fidanzati non restava altro che consolarle offrendo loro il tipico dolce: il famoso *Torcolo di san Costanzo*.

Il 29 gennaio a Perugia è festa grande! Si celebra San Costanzo, martire e primo Vescovo della città, uno, e sicuramente il più amato, dei suoi tre Santi Patroni.

La città si anima con eventi e manifestazioni, le strade si illuminano a festa e si rinnova una tradizione, che ha origine già nel XIV sec., particolarmente sentita e partecipata dai perugini, dove fede, arte, cultura, superstizione, gastronomia convivono armoniosamente.

La festa inizia dal pomeriggio della vigilia con la *luminaria grande*, processione ricca di suggestione con lumi, torce, fiaccole, a cui partecipano anche le Autorità civili e religiose e il corteo storico dei cinque Rioni della città. Parte dal Palazzo Comunale dei Priori, si snoda per la *Via Sacra* che collega la Cattedrale alla Chiesa di San Costanzo, e qui, durante i Vespri presieduti dal Vescovo, si rinnova da parte della Comunità e delle Autorità *l'omaggio votivo al Patrono* con l'offerta dei cinque simboli: la corona di alloro, il cero, il torcolo, il vinsanto e l'incenso.

Il giorno del Patrono, oltre alle celebrazioni liturgiche, i festeggiamenti proseguono con la *Fiera Grande*, allestita in prossimità della Chiesa, e con la tradizionale *degustazione gratuita del Torcolo a tutta la cittadinanza* lungo Corso Vannucci, offerta dal Comune e dai fornai e pasticceri perugini. Il profumo di questo dolce invade la città e non c'è

persona che quel giorno non ne assaggi almeno un pezzetto.

Vanto di questo dolce, che viene preparato in onore del Santo già dal 1595, è di avere la ricetta depositata con atto notarile nel 1999, dove sono stati codificati gli *ingredienti*, la *forma* e le *caratteristiche*.

- La forma: *a ciambella* per alcuni rappresenta - la collana di San Costanzo ricca di pietre preziose (il cedro candito, i pinoli e l'uvetta), che si sfilò al momento della decapitazione da parte dei romani. Per altri semplicemente perché era più facile infilarlo nei bastoni per essere trasportato ai vari mercati e fiere.
- Caratteristiche: *i cinque tagli a pentagono* praticati diagonalmente sopra il dolce, rappresentano le cinque Porte corrispondenti ai cinque Rioni del Centro Storico.

Purtroppo quest'anno, a causa del Covid, la festa per celebrare il Patrono è rimasta solo nel cuore. Niente luminarie, ne' bancarelle, niente degustazione, ma la generosità e senso di appartenenza alla comunità non è mancata, infatti i fornai e pasticceri hanno comunque offerto i loro *Torcoli* alla Caritas Diocesana e sono stati promotori, insieme a varie Associazioni e con il patrocinio del Comune, di una raccolta fondi a favore del personale e degli operatori sanitari del nostro Ospedale cittadino per il nobile lavoro che stanno svolgendo e ringraziarli per l'impegno straordinario nella lotta contro questo terribile virus

Il Torcolo di San Costanzo non è solo un dolce, è un simbolo della peruginità, è *Perugia*!!!!



La locandina 2021





I "cinque tagli a pentagono"

INGREDIENTI

- 600 g di farina
- 330 g di acqua tiepida
- 170 g di zucchero
- 25 g di lievito di birra
- un pizzico di sale
- 80 g di olio extravergine di oliva
- 90 g di burro
- 170 g di uvetta sultanina
- 170 g di cedro candito a cubetti
- 170 g di pinoli
- 20 g di semi di anice
- uovo (solo per lucidare)

Sciogliere il lievito nell'acqua tiepida con un cucchiaino dello zucchero. Versare nella farina e impastare fino ad ottenere un composto liscio e omogeneo. Porre a lievitare in luogo tiepido e temperatura costante fino al raddoppio.

Una volta raddoppiato, aggiungere l'olio, il burro, lo zucchero, il pizzico di sale, i canditi a pezzetti, l'uvetta, i pinoli e i semi di anice. Lavorare ancora l'impasto per fare amalgamare bene tutti gli ingredienti e formare tipo un salame. Poi adagiarlo nella teglia da forno, torcendo in senso contrario le due estremità e chiuderlo per dargli la forma di *torcolo*.

Fare lievitare ancora fino al raddoppio, coprendo con dei teli o con pellicola leggermente oleata.

Quando la ciambella sarà raddoppiata praticare sulla superficie 5 incisioni diagonali tipo pentagono.

Sbattere il tuorlo con un cucchiaino di acqua e spennellare sopra il dolce prima di infornare.

Cuocere a 180° per circa 35'.

La parmigiana di Gobbi (cardi)

Graziella Marianeschi - Perugia

È un piatto della tradizione umbra, servito il giorno di Natale, soprattutto nel perugino.

È un piatto un po' laborioso ma vale la pena cucinarlo perché il risultato è appagante.

I cardi chiamati in Umbria comunemente *gobbi*, vengono prima lessati , poi fritti, poi messi a strati in una pirofila, conditi con sugo quasi sempre di carne, abbondante parmigiano grattugiato (da cui il nome parmigiana) e passati al forno a gratinare.

Nella zona di Gubbio c'è l'aggiunta fra uno strato e l'altro di fettine di carne sempre impanate e fritte; così facendo diventa anziché un piatto di mezzo, un secondo piatto.



INGREDIENTI

per la frittura dei Gobbi:

- 2 gobbi
- farina q.b.
- 2 o 3 uova
- 1 o 2 limoni
- olio di semi per friggere
- sale q.b.

per il sugo:

- 150 g di macinato misto
- ½ carota
- ½ cipolla
- ½ costa di sedano
- 500 g di passata di pomodori
- ½ bicchiere di vino
- olio extra vergine di oliva q.b.
- sale pepe q.b.
- Parmigiano grattuggiato

Iniziare a pulire i gobbi tagliando le costole a pezzetti e togliendo tutti i filamenti, tuffarli in acqua acidulata con il limone per evitare che scuriscano. Lessarli in acqua bollente salata e poi passarli prima nella farina e poi nell'uovo e friggerli nell'olio ben caldo.

Preparare il ragù facendo un trito con sedano, carota e cipolla e farlo soffriggere in un tegame con due cucchiai di olio. Aggiungere la carne e farla rosolare per 10 minuti, sfumare con il vino e farlo evaporare, poi aggiungere la passata di pomodori, salare e pepare e far cuocere lentamente per circa un'ora.

Prendere allora una pirofila imburrata e mettere un po' di sugo, fare uno strato con i gobbi fritti, cospargere generosamente con il Parmigiano e poi mettere il sugo; un altro strato di gobbi, ancora parmigiano e sugo e poi infornare per circa 30 minuti.

Sfornare e servire ben calda.

La bruschetta

Graziella Marianeschi - Perugia



L'Umbria, considerata il cuore verde d'Italia, è racchiusa fra rilievi montuosi, boschi, distese di verde che circondano laghi e corsi d'acqua e colline argentee dove crescono milioni di vigorosi ulivi, molti secolari, che producono quell'olio extra ver-

gine di oliva vanto ed eccellenza di questa regione.

Già gli antichi Etruschi lo usavano: prima, come unguento e per illuminazione, poi, scoperte le proprietà benefiche, come alimento. Da allora non ha più abbandonato le nostre tavole.

Il modo migliore per gustare l'olio extra vergine d'oliva è la *bruschetta*, una merenda tipica della tradizione contadina, molto semplice, ma ineguagliabile.

Basta abbrustolire delle fette di pane, sfregarci sopra uno spicchio d'aglio, salare leggermente e aggiungere l'olio a filo.

Si può gustare anche con l'aggiunta di pomodorini o di tartufo.



Il torello alla perugina

Patrizia Guerrieri - Perugia

È un'antica ricetta nata per il recupero di carne lessata per il brodo, usato d'inverno nelle famiglie meno abbienti per riscaldarsi con una minestrina serale; considerando che le condizioni climatiche davano per scontato abbondanti nevicate (ei fù) e i casolari erano riscaldati da un grande camino, con panche interne, che riscaldava la grande cucina, ed il camino non era soltanto riscaldamento, era preposto alla produzione di brace e alla cottura dei cibi.

Nella quotidianità questa ricetta viene preparata non solo con carne di recupero, ma data la squisitezza, con carne fresca.



INGREDIENTI

- 1 Kg di girello di vitello
- 150 g di fegatini di pollo
- 30 g di petto di pollo
- 2 alici
- ½ cipolla
- 1 carota
- 1 costa di sedano
- 2 foglie di salvia
- 1 cucchiaio di capperi
- 1 limone
- 2 bicchieri di vino bianco
- olio extra vergine di oliva
- sale e pepe q.b.

Sminuzzare gli ortaggi, legare il girello con spago da cucina ed adagiare il tutto in una casseruola con l'olio.

Accendere il fuoco e rosolare a fiamma vivace per alcuni minuti. Aggiungere un bicchiere di vino bianco e continuare la cottura a pentola chiusa per circa 20 minuti.

A questo punto aggiungere il petto di pollo tagliato a pezzetti, i fegatini puliti e ben lavati, aggiustare di sale e di pepe e cuocere per altri 20 minuti senza coperchio, bagnando eventualmente la carne con poco vino bianco.

Togliere la carne e passare al setaccio il fondo di cottura insieme alle alici e ai capperi, aggiungendo al sugo così ottenuto il succo di un limone.

Tagliare il girello a fette sottili accompagnandolo con la salsa precedentemente ottenuta.

"Lagane e ceci", Q. Orazio Flacco, *Satire* (1-6,114)

Carmela Gerardi - Potenza

Con le antiche ricette si custodiscono le tradizioni e le tracce che riportano a richiami di storia che rivivono nei secoli.

«Inde domum me ad porri et ciceris refero laganenique catinum» (Me ne torno a casa alla mia scodella di porri, ceci e lagane). Così scriveva il famoso poeta latino Quinto Orazio Flacco nato a Venosa (PZ) l'8 dicembre del 65 a.C.; questa era la sua pietanza preferita, tanto da lasciarne memoria nelle Satire.

Con questa ricetta abbiamo realizzato un interessante lavoro di *Archeologia culinaria* tanto da interessare la troupe di un regista giapponese, il Dr. Terutaka Hashimoto. La cucina è un modo come un altro per esprimere la cultura di un paese, di una regione e di una Nazione.

A quanto pare la lagana è l'antenata della pasta fresca e ancora oggi la base di paste fatte a mano viene chiamata *Lagana*; che questa fosse alla base della cucina dell'antica Roma è accertato nelle sue Satire. Orazio parla di una pietanza a base di porri, ceci e lagane e pare che fosse la sua cena abituale, preparata per lui da tre servi che lo attendevano al ritorno dalla sua passeggiata al Foro.



per 2 persone

INGREDIENTI

per le lagane:
- 180 g di farina
- 180 g di semola di grano duro
- 18 ml di acqua tiepida
- sale, un pizzico abbondante

per il condimento:
- 200 g di ceci secchi
- 5 foglie di alloro
- 1 spicchio di aglio
- 1 porro
- olio extravergine di oliva q.b.
- sale

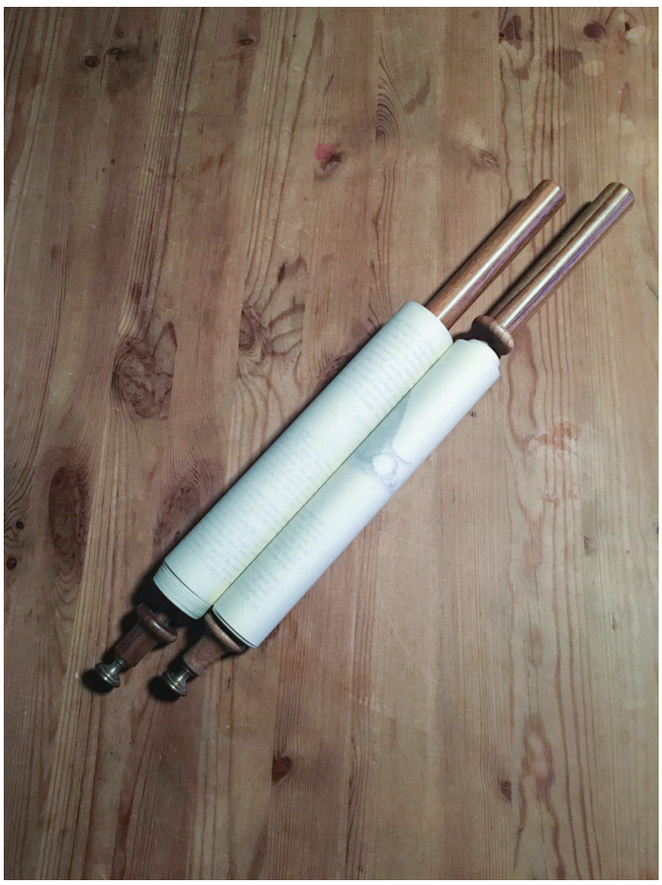
Per i ceci: Mettere a mollo i ceci la sera prima, il giorno dopo coprirli con abbondante acqua e portarli ad ebollizione unendo le foglie di alloro, cuocerli fino a che saranno morbidi, salando a fine cottura.

Per le lagane:

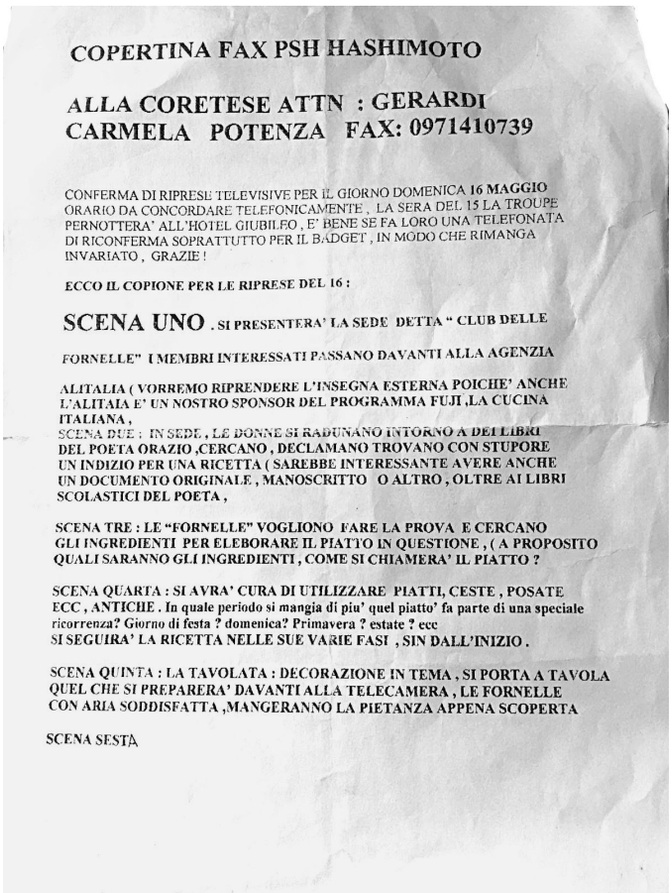
1 - Setacciare le due farine insieme al sale e impastare con acqua tiepida, lasciare riposare per 30 minuti coperta con un panno umido.
2 - Stendere la pasta con un matterello (detto laganaturo) del diametro di 2 cm e ritagliare strisce di pasta larghe 2 o 3 cm e lunghe 5 cm.
3 - In una padella capiente con un due cucchiai di olio soffriggere uno spicchio di aglio e un porro tagliato a rondelle.
4 - Nel frattempo nell'acqua di cottura dei ceci, aggiungere un po' di acqua se necessario, versare le lagane e cuocerle per un paio di minuti, scolarle al dente e saltarle per un minuto nella padella con i ceci unendo due mestoli di acqua di cottura, eliminare l'aglio e servire subito, completando con un filo di olio crudo.

Questa è la ricetta realizzata da noi Fornelle della delegazione di Potenza per le riprese della TV Giapponese. Per l'occasione era anche esposta su un leggio una raffigurazione ipotetica dello scrittore latino Orazio e la ricetta in latino riportata nel testo della satira, la tavola era apparecchiata a tema.

La proposta di questa ricetta al regista giapponese nasce dalla speranza di costituire un utile mezzo per chi, amante della tradizione, voglia gustare i genuini sapori e i deliziosi e invitanti profumi di una volta e anche nel tentativo di recuperare per le future generazioni la memoria del nostro passato.



Il laganaturo (matterello)



COPERTINA FAX PSH HASHIMOTO

ALLA CORETESE ATTN : GERARDI
CARMELA POTENZA FAX: 0971410739

CONFERMA DI RIPRESE TELEVISIVE PER IL GIORNO DOMENICA 16 MAGGIO ORARIO DA CONCORDARE TELEFONICAMENTE , LA SERA DEL 15 LA TROUPE PERNOTTERA' ALL'HOTEL GIUBILEO , E' BENE SE FA LORO UNA TELEFONATA DI RICONFERMA SOPRATTUTTO PER IL BADGET , IN MODO CHE RIMANGA INVARIATO , GRAZIE !

ECCO IL COPIONE PER LE RIPRESE DEL 16 :

SCENA UNO . SI PRESENTERA' LA SEDE DETTA " CLUB DELLE FORNELLE" I MEMBRI INTERESSATI PASSANO DAVANTI ALLA AGENZIA ALITALIA (VORREMO RIPRENDERE L'INSEGNA ESTERNA POICHE' ANCHE L'ALITAIA E' UN NOSTRO SPONSOR DEL PROGRAMMA FUJI ,LA CUCINA ITALIANA ,
SCENA DUE : IN SEDE , LE DONNE SI RADUNANO INTORNO A DEI LIBRI DEL POETA ORAZIO ,CERCANO , DECLAMANO TROVANO CON STUPORE UN INDIZIO PER UNA RICETTA (SAREBBE INTERESSANTE AVERE ANCHE UN DOCUMENTO ORIGINALE , MANOSCRITTO O ALTRO , OLTRE AI LIBRI SCOLASTICI DEL POETA ,

SCENA TRE : LE "FORNELLE" VOGLIONO FARE LA PROVA E CERCANO GLI INGREDIENTI PER ELEBORARE IL PIATTO IN QUESTIONE , (A PROPOSITO QUALI SARANNO GLI INGREDIENTI , COME SI CHIAMERA' IL PIATTO ?

SCENA QUARTA : SI AVRA' CURA DI UTILIZZARE PIATTI, CESTE , POSATE ECC , ANTICHE . In quale periodo si mangia di piu' quel piatto' fa parte di una speciale ricorrenza? Giorno di festa ? domenica? Primavera ? estate ? ecc
SI SEGUIRA' LA RICETTA NELLE SUE VARIE FASI , SIN DALL'INIZIO .

SCENA QUINTA : LA TAVOLATA : DECORAZIONE IN TEMA , SI PORTA A TAVOLA QUEL CHE SI PREPARERA' DAVANTI ALLA TELECAMERA , LE FORNELLE CON ARIA SODDISFATTA ,MANGERANNO LA PIETANZA APPENA SCOPERTA

SCENA SESTA

La convocazione



Il poeta Orazio



Con ringraziamento

TERUTAKA HASHIMOTO

Via Pier Luigi Nervi, 46 - 00063 Campagnano di Roma (Italia)
Tel. e Fax (06) 9042717 - 0360/429908

dal regista

Il babà salato e verza stufata con cotiche

Nuccia Bonanno Verardi - Cosenza

La pandemia sta condizionando le nostre vite ma, per fortuna, alcune tradizioni sopravvivono nonostante tutto. Così sta avvenendo nel nostro territorio calabrese, riferendomi ad una ritualità invernale sempre viva in tutti i ceti sociali: la tradizione del maiale. In ogni angolo delle campagne cosentine ci sono sempre state le giornate di festa in cui, venivano allestiti prelibati banchetti con il consumo di soffritti, ossa spolpate, lardo e la cotenna rimasti dopo la macellazione e la lavorazione della carne suina utilizzata per gli insaccati. La salsiccia, la sopressata, il capocollo, la pancetta arrotolata sono alcuni dei salumi di nicchia e di eccellenza. E, negli anni si sono riscoperte anche antiche varietà di razze suine: molto prelibato il suino nero. I resti del maiale vengono cotti in grandi contenitori di rame detti *quadara*, per un'intera nottata e il giorno dopo serviti con verdura di stagione, soprattutto verza condita con peperoncino piccante. I residui di questo grande pentolone detti *scarafuagli* vengono filtrati e conservati in vasetti di vetro ed utilizzati successivamente. In questa stagione pandemica, purtroppo, queste tradizioni si sono interrotte per evitare gli assembramenti, ma si sono svolte ugualmente, secondo le previste norme di legge e sicurezza, nei piccoli allevamenti privati, ad uso della propria economia domestica e per lo smaltimento di materiale organico. Le ricette che propongo in foto sono un uovo fritto negli *scarafuagli* ed un antipasto: il babà salato al gusto di *scarafuagli* accompagnato da verza ripassata con fettine di cotica e l'aggiunta di peperoncino piccante .



Babà salato

per 4 persone

INGREDIENTI

- 250 g di farina macinata a pietra tipo 1 (Azienda Granata, grano coltivato in Sila)
- 2 uova intere
- 50 g di olio
- 1 bicchiere di latte
- 6 g di lievito di birra
- 200 g di scarafuagli (ciccioli di maiale)
- 1 cucchiaino di sale

Impastare la farina con il sale, le uova, l'olio, gli scarafuguagli sciolti precedentemente sul fuoco, aggiungere il lievito sciolto nel latte tiepido.
Lavorare energicamente ed imburrare e riempire 4 stampini da babà. Porre in forno per un'ora a 50° (e comunque attendere dopo il raddoppio del volume) poi 30 minuti a 200°.

Per accompagnare: verza stufata in un olio extravergine con pezzetti di cotiche di maiale e condita con peperoncino piccante calabrese.



Uovo fritto negli "scarafuagli"

I ciuri di smalto

Gabriella La Rosa - Palermo

Nel settecento a Palermo nelle famiglie aristocratiche vigeva la consuetudine per le figlie femmine, se non sposate, e per salvare i titoli nobiliari e i possedimenti al figlio maschio, di chiuderle in conventi di clausura, dando una dote che dava loro il diritto di assumere il ruolo di *Madri Badesse*; cosicché, conservando i loro titoli nobiliari, comandavano con grande dispotismo sulle converse.

Proprio in questi monasteri è nata la pasticceria palermitana.

Infatti le monache occupavano il loro tempo realizzando dei dolcetti di loro invenzione - che poi vendevano, specialmente in periodi di feste, passandoli agli acquirenti attraverso la *ruota*, e ricevendo il compenso tramite una paletta passata tra le grate - i *ciuri di smalto* (la ricetta dei quali purtroppo è andata perduta).

Ecco la storia:

Un giorno la Madre Abbadessa del convento di Santa Caterina d'Alessandria a Palermo, propose a suo nipote, essendo privo di denari e volendo salvare il suo casato, di sposare una giovane, nobile e ricca fanciulla educata nel suo convento.

Il nipote, non essendo felice di tal matrimonio, mise una condizione: avrebbe sposato la giovane se da lì ad una settimana, la fanciulla si fosse presentata all'altare con un mazzetto di pomelie, fiori che si trovano solo in estate ed ora era inverno.

La Madre Badessa non si perse d'animo e, conoscendo l'abilità di una suora conversa, fece realizzare *ciuri di smalto* dall'aspetto di un mazzolino di pomelie, e così avvenne il miracolo.

Probabilmente furono realizzati di *pasta reale*, con la quale erano abilissime a creare frutta bellissima e colorata.





La Pasta Reale

INGREDIENTI

- 1 Kg di farina di mandorle
- 1 Kg di zucchero a velo
- 8/10 gocce di essenza di mandorle
- aroma di vaniglia
- 200 ml di acqua

Impastare il tutto aggiungendo acqua fino ad ottenere un composto che non si attacca alle mani, aggiungendo, se necessario amido.

Tutto a freddo, con questa pasta si preparano in periodo pasquale le famose pecorelle.

Anche le Fornelle palermitane nel 2018 hanno preparato le famose pecorelle pasquali in occasione di una festa per i bambini assistiti dalle suore del Monastero di S. Caterina in piazza Bellini.





Le Fornelle plasmano le pecorelle

La Pizza rustica

Giovanna Albanese - Palermo

La pizza rustica, che non è altro che una torta salata, fa parte delle ricette della Nonna Stefania, trascritte in un vecchio quaderno dalla copertina nera.

«Perché di gentilezza essere avari, la buona grazia non costa certo danari»: soleva ripetere, sempre, la nonna. Non c'è frase migliore che possa descrivere questa Signora d'altri tempi, le cui ricette di cucina hanno, pure, il sapore dei tempi perduti. Una padrona di casa con grande senso dell'ospitalità. Immaginate una serata in compagnia di molti invitati, parenti e amici, un buffet ricco di pietanze: l'attraente brioche, lo sformato di pasta in crosta, il ragù, il cosciotto di maiale al profumo di vino, il lacerto alla glasse, la pizza rustica, gli ortaggi al gratin, i soufflés al formaggio, i vari sformati... e, in ultimo, gli irresistibili dolci secondo la stagione: la gelatina di frutta,il gelo di anguria, la cassata, *le mont-blanc*, le varie crostate, i dolci alle mandorle...

È una cucina che risente l'influenza della cucina dei *Monsù*.

Come ci informa Gaetano Basile, esperto conoscitore della storia della Sicilia e delle sue tradizioni culinarie, *Monsù* è una voce storpiata dal francese *monsieur*. Nell'800 le famiglie nobili avevano la consuetudine di avere dei cuochi francesi. Il titolo di monsù si dava ai cuochi di casata, cioè a quelli che avevano il privilegio di servire in case patrizie e che, mai avrebbero lavorato presso gente ricchissima, ma non titolata. «Anche i cuochi furono snob in Sicilia»: commenta sempre Basile.

Agli antichi monsù, dobbiamo i nostri solenni *ragoûts, consommés, béchamel, soufflés, glasse, gâteaux, pâtes (à choux, à beignet, à brioche, feuilletée, brisée, sablée...)*.

Monsieur Gaston, monsù presso Giuseppe Tomasi di Lampedusa, offre per la prima volta agli ospiti del principe il famoso *Timballo di maccheroni in crosta*, evitando la famosa brodaglia, primo piatto d'obbligo,ma odiato da tutti i commensali nobili.

La cucina francese influisce, dunque, su quella siciliana. Nell'incontro tra la cucina francese e quella siciliana si viene a creare un'influenza reciproca, per cui alcuni sapori, come l'agrodolce, o alcuni ingredienti tipici della terra di Sicilia finiscono con il fare parte della cucina dei monsù, dando origine ad una cucina veramente particolare e unica.



INGREDIENTI

per la pasta frolla:
- 300 g di farina
- 80/60 g di zucchero
- 2 tuorli d'uovo
- latte una tazzina da caffè

per il ripieno:
- 300 g di ricotta
- 100 g di salame
- 100 g di formaggio (caciocavallo fresco o emmental o primosale tagliato a dadini)
- sale e pepe q.b.

Per la pasta frolla: amalgamare e lavorare tutti gli ingredienti velocemente fino ad ottenere una pasta omogenea. Prima di usare lasciare riposare per mezz'ora.

Per il ripieno: setacciare grossolanamente la ricotta. Aggiungervi il salame, il formaggio o la miscela dei formaggi, il pepe e il sale.

Stendere metà della pasta frolla e foderare una teglia (cm 20/22) unta e infarinata.
Versarvi il ripieno e ricoprire con un altro strato di frolla, tenendone un po' da parte per fare delle guarnizioni.
Cuocere in forno caldo ventilato a 180° per 20/30 minuti, fino a quando la superficie sarà dorata.

Le polpette di pane

Giovanna Albanese - Palermo

La ricetta delle polpette di pane appartiene alla cucina popolare, tipica delle tradizioni culinarie, soprattutto, dell'entroterra siciliano.

Una cucina povera e diversa dalla *haute cuisine*, ma ricca e creativa.

Povera perché vuole reinventare in modo spiritoso la ricca cucina della nobiltà e della borghesia cittadina, sostituendo un ingrediente costoso, come la carne in questo caso, con un altro da reperire con poca spesa; ricca di sapori, quei sapori che solo la terra siciliana può produrre; creativa perché la necessità fa nascere l'inventiva, creando abbinamenti nuovi e diversi che danno quel gusto particolare e rendono una pietanza unica. La semplicità non esclude la qualità.

I sapori sono quelli tramandati e raccontati da chi ha vissuto la povertà del dopoguerra, come la signora Giuseppina di Valledolmo, un paese dell'entroterra siciliano, che, in uno degli innumerevoli incontri di cucina delle Pie donne, volti a raccontare e insegnare le tradizioni culinarie di quel luogo, mi raccontò della fame che lei e la sua famiglia avevano patito. Di lei ricordo il volto sorridente di chi non si lamenta mai, ma anche compiaciuto del riscatto che la vita le aveva donato nel darle dei figli e la salute. Perché è proprio cosi, dove c'è la salute, c'è tutto. Lei, figlia della guerra, lei, parte di una famiglia numerosa di undici figli, tutti dediti all'agricoltura e ai lavori casalinghi. Il privilegio di andare a scuola non apparteneva a tutti e molti, da piccoli, si ritrovavano ad essere responsabili e adulti: le donne erano dedite alla casa e alla cucina e gli uomini alla terra e agli animali. Una vita semplice in cui tutto ciò che per noi oggi è scontato, per loro non era nemmeno immaginabile. La carne era uno di quei beni preziosi ed è per questo che la loro madre per non far loro mancare nulla, simulava la carne utilizzando altri ingredienti, molto più poveri,ma non facendo mai mancare il gusto. In segreto, con la faccia un po' vergognata di quello che stava dicendo, mi confidò che per lei era veramente carne e che quando negli anni avvenire, ebbe il privilegio di assaggiarla, pensò che quella non era carne. Ebbe l'orgoglio di affermare il contrario perché lei sola conosceva la cura che sua madre riponeva nel creare quelle pietanze, nulla a confronto di una fetta di carne. Mi parlava infatti delle cosiddette *polpette di pane*. Fatte con il pane raffermo di diversi giorni, ma ammorbidito con le uova. Nulla si buttava e quel pane raffermo di tanti giorni diventava carne.

Che ne dite di una gustosa cotoletta? Anche quella fatta col pane raffermo per simulare la carne. Alla prossima...



per 4 persone:

INGREDIENTI

- 350 g di pane raffermo o pancarrè
- 100 g di Pecorino o Parmigiano grattugiato
- 4 uova
- 1 cipolletta
- 4 rametti di menta
- 500 g di salsa di pomodoro
- sale e pepe q.b.

Mettere il pane raffermo o il pancarrè nel mixer e farlo frullare, versarlo in una terrina, aggiungere il pecorino o il Parmigiano, la cipolletta e la menta tritati, una presa di sale e di pepe.

Unire le uova sbattute e amalgamare bene l'impasto ottenuto.

Formare delle polpette della grandezza di una noce e leggermente schiacciate.

Friggerle in padella con olio caldo; dopo averle sgocciolate, immergerle nella salsa di pomodoro bollente e farle cuocere per 15 minuti.

Servire calde o tiepide.

Il cacio all'argentiera

Maria Grazia Scordato - Palermo

Il Cacio all'argentiera è una ricetta caratteristica, inventata da una argentiera di Palermo.

Si narra che abitasse proprio in Via dell'Argenteria, una traversina del mercato della Vucciria in cui anticamente lavoravano gli argentieri (a Palermo molti nomi di strade nascono dalle professioni che vi si svolgevano).

Lo scrittore Gaetano Basile raccontò in un'intervista la storia del *Cacio all'argentiera*: «gli argentieri erano considerati ricchissimi perché lavoravano oro e argento, in realtà erano poverissimi perché era il committente a fornire la materia prima, poi si doveva consegnare il lavoro finito più i ritagli e le limature».

All'occhio di tutto il vicinato erano considerati molto benestanti.

In realtà, l'unica cosa che li distingueva dal popolo era che costoro avevano *il luce addrumato* cioè *il fuoco acceso* che a loro serviva per lavorare, mentre gli altri non se lo potevano permettere.

Negli anni Cinquanta per definire la solidità economica, il ceto di una famiglia si diceva *cuoce una volta al giorno o cuoce una volta alla settimana* perché oltre alle spese del cibo c'erano anche le spese della legna e del carbone. Quindi gli argentieri che avevano sempre il fuoco acceso erano considerati ricchi.

La moglie di uno di questi argentieri per far morire di invidia il vicinato si inventò un piatto utilizzando un formaggio dall'odore molto forte: il caciocavallo.

L'odore che sprigionò questa ricetta a base di caciocavallo era identico a quello del coniglio alla cacciatora, per cui tutte le vicine pensarono che l'argentiere cucinasse coniglio, mentre era solo formaggio.

Da qui nasce *Il cacio alla argentiera*.



INGREDIENTI

- Cacio cavallo semistagionato
- aglio
- olio extra vergine
- origano
- aceto

Tagliare il caciocavallo semi stagionato in fette di un certo spessore (non meno di 1 cm), posizionarlo in una terrina con uno spicchio d'aglio, olio extra vergine d'oliva, una spruzzata di aceto e spolverizzare con origano. Metterlo in forno a 180° gradi per circa 10 minuti. Il nostro profumatissimo e stuzzicante cacio all'argentiera è pronto.
Servire caldissimo.

La caponata di mele

Maria Elisabetta D'Anna - Palermo

La cucina siciliana affonda le sue radici nella tradizione povera, basata soprattutto su alcuni ingredienti tipici come le melanzane, il basilico, ingredienti indiscussi della *caponata*, ghiotto contorno.

Sulla *caponata* c'è una grande disputa a proposito del nome: alcuni lo fanno derivare dal nome *Capone* che nel dialetto siciliano indica il pesce Lampuga, un pesce dalle carni magre e pregiate, servito sulle tavole aristocratiche e condito in agrodolce.

Il popolo, che non aveva a disposizione questo pesce o non poteva permetterselo, trovò che le melanzane fossero un ottimo sostituto, dando vita alla ricetta della *Caponata*.

Altri riconducono il termine *Caponata* alla parola antica *Caupona - Cauponium* che significa osteria.

L'osteria si può ricondurre al luogo di ritrovo di tutti i marinai che, al rientro dal lavoro, andavano a rifocillarsi, con un bicchiere di vino accompagnato da un cibo povero, ma saporito che ricorda questa preparazione.

Questo piatto è diffuso in tutto il mediterraneo e conosce numerose varianti; solo in Sicilia se ne contano 37, differenziazioni da provincia a provincia, ma anche da famiglia a famiglia con l'unico comun denominatore rappresentato dall'uso del condimento agrodolce.

Quella che vi proponiamo è una versione più recente cioè: la *Caponata di mele* che noi generalmente prepariamo utilizzando mele siciliane.



INGREDIENTI

- 2 Kg di mele Imperatore
- 2 Kg di mele Smith
- 2 Kg di *picchio pacchio* (cipolle soffritte in un buon olio e pomodori pelati privati dei semi e tagliati a cubetti)
- abbondante cipollata
- olive a pezzetti
- capperi
- aceto di mele
- zucchero
- olio

Sbucciare e tagliare a tocchetti le mele, friggerle (come si fa con le melanzane), NO sale.
Preparare un'abbondante cipollata rosolata; con una parte di questa preparare il *picchio pacchio*, poi aggiungere le olive, i capperi (eventualmente sedano), il resto della cipollata e le mele fritte.
Mescolare il tutto.
Sciogliere q.b. zucchero in aceto di mele e portare sul fuoco. Infine versarlo sul composto.
Spolverare con noccioline tostate.

Il gelo di caffè

Maria Zambito - Palermo

Si tratta di un delizioso dolce al cucchiaio tipico della tradizione siciliana, dalla consistenza del budino e dal sapore intenso.

Gelo in quanto gelatinoso.

Esistono varie varianti del gelo siciliano, il più noto è senza dubbio il gelo di melone, poi seguono il gelo di limone, di arancia, di cannella.

Particolarmente rinomato è il gelo di carrube nelle province di Siracusa e Ragusa.

Anche se resta solo un ricordo, anticamente era tipico il *gelo di mosto* preparato in tempo di vendemmia.



INGREDIENTI

- 400 ml di caffè
- 600 ml di acqua
- 150 g di zucchero
- 40 g di amido
- 1 limone con le foglie
- 1 cucchiaio di cacao

Diluire a freddo nel caffè l'amido ed il cacao, aggiungere l'acqua, lo zucchero e la scorza del limone grattugiata. Portare ad ebollizione mescolando continuamente con un cucchiaio in modo che non si attacchi al fondo.
Si otterrà così una crema che dovrà essere versata in stampini preferibilmente inumiditi in modo che la crema non si attacchi alle pareti. Lasciare raffreddare e quando sarà a temperatura ambiente, porre in frigorifero per un paio d'ore.
Le foglie di limone serviranno per la decorazione.

Le Cassatelle di ricotta

Mimma Leone - Palermo

Sono tipici dolci trapanesi, composti da un involucro di pasta simile ad un grande raviolo, farcito con ricotta e gocce di cioccolato.

Fino a qualche tempo fa si consumavano nel periodo di Pasqua, oggi invece ogni occasione è buona per gustare questa tipicità.

Attenzione merita il paese di Castelvetrano, in quanto è usanza che le fidanzate portino le cassatelle alle suocere il giorno del fidanzamento forse per rendere meno amaro il distacco del figlio (così si dice).

In dialetto siciliano prendono il nome di *cassateddi* anche se nella zona del Marsalese sono conosciute con il nome di *Cappiddruzzi*.

Le farciture delle cassatelle sono tra le più varie e dipendono dalla zona in cui sono preparate. Nel palermitano le infarciscono con crema di ceci, zucchero, cannella, cioccolato e zuccata o capelli d'angelo.

Il Comune di Trappeto dedica una sagra a questo dolce che viene preparato con crema di fagioli al posto della crema di ceci.

In provincia di Enna si trovano ripiene di cacao, mandorle tritate, farina di ceci, zucchero e scorza di limone, come le cassatelle di Agira, rigorosamente cotte al forno la cui ricetta si tramanda da generazioni.

Noi proponiamo la ricetta classica del Trapanese, quindi cassatella fritta con crema di ricotta.

INGREDIENTI

- 500 g di farina 00
- 50 g di zucchero
- 75 g di olio per friggere
- 75 g di Marsala
- ½ bicchiere da vino riempito di acqua
- qualche goccia di aceto

per il ripieno:

- 800 g di ricotta
- 300 g di zucchero
- gocce di cioccolato

Passare al setaccio la ricotta ed inserire lo zucchero e le gocce di cioccolato.
Preparare il ripieno di ricotta e metterlo in frigo.
Tenere da parte l'olio per la frittura.
Portare ad ebollizione tutti gli ingredienti tranne la farina,
Far raffreddare ed infine versare la farina.
Quando tutto è ben amalgamato, cioè si è ottenuta una pasta consistente tipo pasta di pane, si procede a stendere la pasta con il matterello.
Si formano dei dischetti di circa 10 cm, si farciscono con la crema di ricotta e le gocce di cioccolato, si chiudono con pressione notevole ad evitare che possa fuoriuscire il ripieno, si bucherella la superficie della pasta in modo tale che circoli aria.
Infine si procede con la frittura in olio bollente.
Disporre le cassatelle fritte su carta assorbente e spolverizzare con zucchero a velo (alcuni aggiungono anche la cannella).



La Capunata

M. Concetta Nicita - Ragusa

Una sorta di manicaretto a base di verdure ove entra il pesce e si mangia freddo.

L'origine del vocabolo è dovuta agli spagnoli i quali mutarono la parola galletta (biscotto) in *capon* (cappone) e chiamarono *capon de galera*, il biscotto dei marinai e dei galeotti, ammollato nell'aceto e condito nell'olio. A noi siciliani è rimasta l'esclusiva della parola *caponata* e del piatto.

Va comunque detto che anticamente, nella cucina ricca baronale la preparazione prevedeva quale ingrediente principale il pesce fritto unito alle verdure e una salsa a base di pane e mandorle (creazione dei *monsù*).

INGREDIENTI

- 2 carote rosse
- 1 finocchio
- 1 Kg di spinaci
- ½ Kg di cicoria
- 3 carciofi,
- 2 coste di sedano
- olive verdi e capperi
- 180 g di tonno sott'olio
- agrodolce (zucchero 1 parte + aceto 2 parti)
- sale e pepe

per la salsa:

- pane a fettine sottili
- mandorle
- olio extravergine
- aceto
- zucchero

Finocchio, spinaci, cicoria si puliscono e si sbollentano separatamente, si strizzano e si tagliano a pezzetti, si soffriggono in padella con olio e un pò d'acqua, sale e pepe; a cottura ultimata si aggiunge l'agrodolce (aceto 2 parti + zucchero 1 parte) e si fa evaporare.

I carciofi, tagliati a fettine, si passano in padella con olio, un pò di acqua, sale e pepe (prezzemolo facoltativo).

Le carote rosse vanno pulite e tagliate a pezzetti, come anche il sedano e le olive, e si mettono a cuocere in padella con olio, acqua, i capperi, sale e pepe e uno spicchio d'aglio che poi va tolto. A cottura ultimata si aggiunge l'agrodolce e si fa evaporare.

Ora si tolgono, con la schiumarola, tutte le verdure dalle padelle e si uniscono all'intingolo preparato con le carote.

A questo punto, in un vassoio si fa uno strato di verdure, si sistema sopra uno strato di tonno sott'olio e si finisce con il resto delle verdure.

Si copre poi il tutto con una salsa (detta salsa San Bernardo) ottenuta frullando fettine sottili di pane e mandorle (in eguale quantità) fritte in olio d'oliva e poi messe a cuocere in padella con olio, un po' di acqua, un po' di zucchero e aceto.

Decorare il vassoio con fettine di limone e roselline di carote.

Si serve freddo.

Gli Mpanatigghi (Impanatine di carne)

M. Concetta Nicita - Ragusa

Questa è una preparazione molto antica, curiosa, unica, custodita gelosamente nel modicano. Questi pasticcini dolci di carne venivano preparati in diverse località della Sicilia tra la fine del '700 e i primi dell'800 - sembra che l'uso di mettere carne dentro la farcia sia nata, guarda caso, in Quaresima, quando schiere di predicatori (sacerdoti e frati) si recavano da un paese all'altro per la preparazione spirituale dei fedeli alla solennità di Pasqua, e quindi stanchi delle prediche, affaticati perché si muovevano a piedi o a dorso di mulo, poco nutriti perché in periodo di Quaresima, venivano così rifocillati, nelle sacrestie, a loro insaputa dalle suore.

INGREDIENTI

per la pasta:

- 800 g di farina
- 350 g di zucchero
- 200 g di sugna
- 3 tuorli d'uovo
- acqua la quantità che prende per avere una pasta soda

per la farcia:

- 500 g di vitello
- 200 g di cacao
- 180 g di zucchero
- cannella

Per la farcia si fa cuocere in padella la carne di vitello tritata con acqua e un po' di sale e quando è cotta si unisce il cacao e lo zucchero e una presa di cannella.

Quando il tutto è amalgamato si toglie dal fuoco e si fa raffreddare.

Si tira la pasta in sfoglia sottile e si ricavano dei dischetti di circa 10 cm, si farciscono con un cucchiaio del ripieno, si chiudono come se fossero dei ravioli cioè a mezzaluna.

Si mettono in forno a 180° per 20' circa.

Il pasticcio del Gattopardo

Carolina Rocca Bruno - Enna

Il *Pasticcio del Gattopardo*, altrimenti detto il *Timballo del Principe* (di Salina), o *Pasticcio del Monsù*, o ancora *Timballo di Maccheroni in Crosta*, è un'armonia di sapori, che permette di godere anche dell'aroma di zucchero, cannella, pepe nero e tartufi, che viene fuori una volta aperto l'involucro.

Avventurarsi nel mondo gastronomico della città di Enna equivale ad affrontare un viaggio nella storia, dal momento che le diverse civiltà che si sono succedute nell'isola hanno lasciato una sensibile impronta nel campo culinario, formando un miscuglio di varie eredità non sempre ben distinguibili.

Enna, come tutti i centri dell'entroterra siciliano, in passato è stata caratterizzata dalla penuria e dalla difficoltà di comunicazione ed è restata a lungo isolata per vari fattori ambientali, inducendo gli abitanti, ostacolati nella possibilità di intrattenere o proseguire scambi commerciali, ad escogitare piatti confezionati con i prodotti più a portata di mano.

La varietà e la ricchezza gastronomica si deve alla capacità dei siciliani, basata sulla tendenza all'emulazione e sull'interesse per il diverso, di assorbire ed elaborare le culture dei popoli a cui per vari motivi si sono accostati, derivandone vocaboli, mode, stili di vita, e soprattutto cibi e pietanze che hanno reso la cucina fantasiosa, raffinata e gustosa, varia, ricca. E per giunta unitaria, anche se elaborata in un vasto territorio, perché le varianti e le specialità locali si possono ricondurre facilmente ad una matrice comune, riconoscibile, accolta e apprezzata da tutti gli isolani, da qualsiasi angolo della Sicilia la pietanza provenga. Insomma, come accade per il dialetto, in cui le varie pronunce riescono a convivere senza impedire ai parlanti di capirsi, così in cucina, contando sugli stessi elementi fondamentali (pasta, olio d'oliva, verdura, pesce, ricotta, miele, riso, canditi, farina), ma cambiando qualche ingrediente, forma o denominazione, i piatti sono gli stessi come accade per es. con la *Pasta alla Norma* chiamata così a Catania, ad Enna detta *Pasta chi Mirlingiani* (pasta con le melenzane).

Quindi le molteplici dominazioni che si sono succedute nella nostra isola, hanno contribuito non poco a cambiare le usanze gastronomiche dei siciliani. La dominazione borbonica, per es., aveva infatti creato nel Regno delle due Sicilie una contaminazione di cucina francese in quella nostrana, dando vita a una serie di ricette elaborate, che a volte azzardavano la commistione fra dolce e salato, come la *brioche* ripiena e varie versioni di pasticci di cacciagione. L'influenza francese ha introdotto l'uso di ingredienti come la cipolla in salse e condimenti; la salsa *béchamel*, così delicata da rendere raffinati anche sughi forti che poi insaporivano pasta e timballi; la pasta frolla, squisitezza adoperata come involucro di timballi di pasta o di passati di verdure, di ricotta, di carne e di pesce. Furono sempre i cuochi francesi ad inventare pietanze, usufruendo di quanto veniva prodotto dalla calda terra di Sicilia. Nel Seicento non c'era casa aristocratica palermitana che non avesse un cuoco francese, (usanza che continuò anche nei tempi successivi nei capoluoghi siculi), personaggio insolito, primo attore nelle cucine delle splendide case nobiliari. Il suo nome da *Monsieur* venne subito trasformato in *Monsù* dai servi locali che lo assistevano. Chiamato appositamente dalla Francia preparava piatti eccezionali, sconosciuti ai commensali e si esibiva in decorazioni che sbalordivano gli invitati. Erano eleganti consommé, aragoste e polli in gelatina, dolci fantasiosi, fegati d'oca e maestosi pasticci e timballi come *Il pasticcio del Monsù* ricordato anche nella *Cena del Gattopardo*, protagonista dell'omonimo e famosissimo romanzo di Tomasi Di Lampedusa.

L'antica ricetta è del 1860, il romanzo del Gattopardo è stato pubblicato nel 1958, e narra la storia delle vicende significative del principe di Salina e della sua famiglia negli anni dell'Unità d'Italia, in una Sicilia reticente ai cambiamenti.

«Come ogni anno, da generazioni, i Salina si trasferivano con la bella stagione nel palazzo di Donnafugata. Come ogni anno veniva, in occasione del loro arrivo, riaperta la casa, organizzata da

mani sapienti una cena solenne per accogliere gli amici di sempre e ribadire il potere immutato del principe. Quella sera nella grande sala entrò anche Angelica con la sua bellezza italiana, con la sua fisicità prorompente poco raffinata, ma assai conturbante. Il nipote del principe, Tancredi, si innamora di lei; il principe la osserva rapito dalla sua spontaneità e dalla sua bellezza».

Inizia la serata, le candele illuminano la tavola sontuosa, entra il *Timballo di Maccheroni* che l'autore magistralmente descrive.

Dalla storica ricetta le varie rivisitazioni hanno poi portato a realizzare pietanze locali che tentano di emulare il "Pasticcio del Gattopardo".

Ad Enna l'utilizzo di verdure tipiche del territorio, ha portato a sperimentare il *Timballo di verdure selvatiche* e il *Pasticcio di caponata*, cioè una scatola di pasta frolla con dentro le verdure o gli ortaggi; il *Timballo di riso in crosta*, la cui crosta è rappresentata proprio dal riso che fodera la teglia e l'interno è costituito dai maccheroncini conditi con pezzetti di carne con il proprio sughetto, piselli, formaggio pecorino primo sale, proveniente dagli allevamenti di ovini locali, o maccheroni conditi con cavolfiore, ricotta fresca e salsiccia, i *Timballi di selvaggina*, i *Maccheroni in crosta*, o il *Gattò alla francisi*, definendoli una sorta di pasta al forno dentro la frolla.

Ed è proprio questa la ragione, che ci ha portato a provare la storica ricetta, rivisitata, sostituendo il tipo di carne e a riportarla ora in questo contesto.

Giuseppe Tomasi di Lampedusa, nel suo romanzo dà alcune descrizioni precise degli ingredienti, che sono servite da indizio per riuscire ad interpretare la ricetta originale.

La particolarità della pietanza era il fatto che i maccheroni, conditi con sugo di carne, spezie e sapori forti, fossero inseriti in una scatola di pasta frolla dolce e farcita di crema pasticcera solitamente usata in pasticceria.

«L'aspetto di quei monumentali pasticci era ben degno di evocare fremiti di ammirazione. L'oro brunito dell'involucro, la fragranza di zucchero e di cannella che ne emanava, non era che il preludio della sensazione di delizia che si sprigionava dall'interno quando squarciava la crosta. Ne erompeva dapprima un fumo carico di aromi e si scorgevano poi i fegatini di pollo, gli ovetti duri, le sfilettature di prosciutto, di pollo e di tartufi nella massa untuosa, caldissima dei maccheroncini corti, cui l'estratto di carne conferiva un prezioso color camoscio"... (Don Fabrizio) ebbe modo di notare, unico a tavola, che la *demi-glacé era troppo carica...*».

Se ne evince che la pasta frolla era troppo dolce, che la cannella si imponeva su altri aromi, che il condimento comprendeva fegatini di pollo e ovetti in corso di maturazione e quindi mai deposte dalla gallina, (oggi introvabili), che la salsa, era un sugo di carne color camoscio, che più avanti viene definita *demi-glacé*, cioè semi glassata, salsa francese di colore bruno, dalla consistenza vischiosa e cremosa. La cucina dei Monsù presenti nelle case nobiliari dei palermitani la ribattezzò *agglassato* o *aggrassato* (in dialetto siciliano), cioè un modo di sfumare e "atturrare" (tostare) il soffritto di carne, per ottenere un sugo cremoso e scuro. Come per ogni ricetta siciliana, ogni famiglia ha il suo modo di fare l'agglassato. Alcune donne usavano prendere a martellate il fondo di una pentola di alluminio ovale perché più è bitorzoluto, più *l'aggrassato s'atturra* (più la salsa demi-glacé si tosta). In realtà il segreto dell'agglassato è quello di tirare via il soffritto dal fondo, appena prima che si bruci, e che questa operazione venga fatta tante volte, altrimenti si avrà un normale brodo di carne.

Dalla descrizione di Tomasi di Lampedusa, si comprende inoltre che la *demi-glacé* sia l'unica salsa a legare i vari componenti del condimento dei maccheroni.

A seconda della varietà di carne con la quale si vuole preparare la salsa, è necessario abbinare gli ossi del relativo animale per preparare il fondo bruno: ad esempio, se la demi-glacé deve accompagnare un piatto di selvaggina, andranno scelti gli ossi del relativo animale invece del vitello.





per 4 persone

INGREDIENTI

- 300 g di maccheroni corti secchi
- 300 g di salsa bruna
- 200 g di carne di vitello a pezzetti, da sfilacciare appena cotta
- 200 di carne tritata mista di vitello e maiale per fare le polpettine
- 150 g di salsiccia
- 100 g di prosciutto cotto tagliato a dadini
- 150 g di funghi
- 150 g di piselli
- pepe nero in grani
- 1 tartufo nero
- 1 cipolla
- 1 spicchio d'aglio
- 1 carota
- 1 costa di sedano
- 2 foglie di alloro
- 2 foglie di salvia
- 1 rametto di rosmarino
- un bicchiere di vino rosso
- zucchero
- sale
- un cucchiaino di farina
- 1 noce di burro
- un uovo per spennellare l'esterno.

Il giorno prima preparare
la pasta frolla:

- 400 g di farina 00
- 200 g di strutto
- 1 uovo + un tuorlo
- un pizzico di sale
- 30 g di zucchero
- un pizzico di cannella
- ½ bicchiere scarso di vino bianco secco

Impastare velocemente, la farina, lo strutto, lo zucchero, la cannella, il sale, l'uovo intero e il tuorlo e il vino fino ad ottenere una pasta liscia e omogenea.
Ricoprire con la pellicola e metterla in frigo.

Le polpettine

INGREDIENTI

- 200 g di carne tritata mista di vitello e maiale
- 1 uovo
- 2 cucchiai di formaggio grattugiato
- prezzemolo tritato
- 1 pizzico di sale

Amalgamare bene il tutto, preparare le polpettine che devono essere grandi come nocciole. Friggerle in abbondante olio e tenerle da parte.





Il fondo bruno

INGREDIENTI

- 600 g di ossa di vitello
- 1 carota
- 1 cipolla
- 1 costa di sedano
- 2 pomodori
- 1 bicchiere di vino rosso
- erbe aromatiche
- 3 l di acqua
- 1 cucchiaio di olio evo
- sale
- pepe nero in grani

Fare rosolare nel forno statico a 180° le ossa con un po' di carne attaccata e resti di carne con un po' di grasso per 30 minuti. Fare il soffritto con una cipolla, una costa di sedano, una carota tagliati a cubetti, 2 foglie di salvia, 2 foglie di alloro, un rametto di rosmarino, pepe nero in grani e aggiungere le ossa ben rosolate, già tirate fuori dal forno.
Soffriggere molto, evitando che la cipolla si bruci. Il tutto deve diventare marrone molto scuro. Sfumare con vino rosso, e aggiungere a poco a poco l'acqua, per continuare a consentire la rosolatura a lungo. Man mano che la cipolla e le altre cose si anneriscono troppo, vanno eliminate con la schiumarola. È una fase lunga, circa quattro ore, che richiede molta pazienza. Non appena il tutto ha un colore brunito, si filtra, si sfuma nuovamente con il vino e si aggiunge circa un litro e mezzo di acqua o brodo di carne o vegetale (è bene regolarsi in base alla quantità di pasta che si intende cuocere). Si tiene in ebollizione molto dolcemente, fino a che si riduce ad un terzo.

La salsa demi-glacé

INGREDIENTI

- 80 g di farina
- 80 g di burro
- 1 cucchiaino di zucchero
- fondo bruno

Appena il fondo bruno si è ristretto, si aggiunge la farina, il burro e un po' di zucchero. Continuare ancora la cottura a fuoco medio girando in continuazione per favorire una lieve condensazione.
È la salsa che deve conferire al pasticcio, il colore camoscio tanto apprezzato dal principe di Salina.
Con questa salsa si deve condire la pasta.

Il condimento

Soffriggere con un po' di strutto, prima i tocchetti di vitello, poi aggiungere un po' di cipolla, uno spicchio di aglio, i piselli, i funghi tagliati a fettine, i pezzetti piccoli di salsiccia, il prosciutto cotto a filetti, il prezzemolo, l'alloro, il rosmarino. Sfumare con vino o Marsala, brasare fino a completa cottura, infine salare e pepare. Sfilacciare i tocchetti di vitello già cotti.

Il giorno successivo preparare:
la pasta
300 g di maccheroni corti secchi cotti, scolati ben al dente, e ben conditi con la salsa demi-glacé.

La crema pasticcera

INGREDIENTI

- ½ l di latte
- 3 tuorli d'uovo
- 2 cucchiai di farina bianca
- 2 cucchiai di zucchero
- 1 pizzico di sale
- ½ cucchiaino di cannella

Amalgamare gli ingredienti e cuocere.

Assemblaggio degli ingredienti:
Foderare una teglia di 24/26 cm imburrata, con carta forno, adagiare un foglio di pasta frolla sfilata con il matterello, facendola uscire dai margini superiori in modo da potere poi chiudere bene la campana.
Adagiare uno strato, non molto spesso, di maccheroni; poi solo al centro, mettere il condimento di carne con i piselli e i funghi, le polpettine, il tartufo tagliato a lamelle. Continuare con gli ingredienti fino ad esaurimento, facendo sì che i maccheroni, restino ai bordi della teglia e circondano il condimento di carne.
Coprire con la crema pasticcera, facendo attenzione che si insinui bene tra tutti i componenti del pasticcio.
Sarebbe consigliabile realizzare con gli ingredienti una cupola, in modo che la crema pasticcera possa scendere bene ovunque. Adagiare il disco di pasta frolla rimanente, rimboccando sopra i margini di pasta frolla che fuoriescono dalla teglia, in modo da sigillare tutto bene.
Spennellare con un uovo sbattuto.
Per un pasticcio più grande, bisogna realizzare al centro della teglia una sorta di comignolo, facendo un tubo con triplice strato di carta stagnola, in modo da fare uscire i vapori e permettere alla pasta frolla di restare croccante.
Cuocere con forno ventilato a 180 gradi per circa 45 minuti.
A fine cottura, il pasticcio dovrà risultare ben dorato.
Appena lo si taglierà, l'odore di tartufo, cannella, pepe nero e zucchero, sarà inebriante.
Per quanto riguarda il tartufo usato ai tempi del Gattopardo, sicuramente era portato dai cuochi francesi, perché la raccolta del tartufo nero siciliano era molto in uso ai tempi di Federico II di Svevia. Ma fu poi abbondonata, e ripresa in epoca più recente e ad oggi in uso.

I mirlingiani a sosizzedda (Melenzane a salsicciotto) o involtini di melenzane

Carolina Rocca Bruno - Enna

Una traccia del passaggio degli arabi è l'utilizzo in cucina della melenzana che, da uso sporadico e diffidente poiché la si riteneva una *mela insana*, passerà ad impieghi più frequenti. La cucina ennese, e siciliana in genere, fa grande uso di questo vegetale. Lo troviamo come accompagnamento alla pasta o come secondo piatto, tanto apprezzato nel periodo estivo.

INGREDIENTI

- 4 melenzane
- 5 acciughe salate
- 200 g di pangrattato tostato
- salsa di pomodoro q.b.

Affettare le melenzane nel senso della lunghezza e metterle sotto sale per circa un paio di ore. Lavarle, asciugarle e friggerle. Riempire ogni fetta con il composto di pangrattato tostato e acciughe precedentemente diliscate e spappolate, arrotolare e disporre in teglia. Versare un po' di salsa di pomodoro sugli involtini e cuocere in forno per 10 minuti.

La Capunata di Natali (la Caponata di Natale)

Carolina Rocca Bruno - Enna

Ad Enna abbiamo anche una particolare ricetta, *La capunata di Natali*, forse poco preparata dai nostri cuochi, ma presente sulle tavole nel periodo natalizio.

Si deve agli arabi la tendenza ad esaltare i sapori prediligendo l'uso dell'uvetta, dei ripieni piccanti, delle mandorle adoperate nei condimenti delle carni o a contrastarli con l'impiego dell'agrodolce.

INGREDIENTI

- 300 g di mandorle pelate, tostate e tritate
- 1 cucchiaino di pangrattato tostato
- 10 mazzi di sedano
- 200 g di uva passa
- 150 g di capperi salati e lavati
- 200 g di olive verdi snocciolate
- ½ bicchiere di aceto di vino bianco
- 1 cucchiaino di zucchero

Lessare il sedano, sia i gambi che le foglie, in acqua e sale lasciandolo al dente. Rosolare in olio di oliva le olive, i capperi e il sedano tagliato a tocchetti, aggiungere l'uva passa e lasciare cuocere per una decina di minuti. Preparare l'agrodolce con l'aceto e lo zucchero, versarlo in padella dove sono i vari ingredienti e sfumare a fuoco vivace. Spegnere la fiamma e aggiungere le mandorle e il pangrattato.
È un piatto che va servito freddo, anzi sarebbe meglio se preparato il giorno prima in modo da fare amalgamare tutti gli ingredienti.



È possibile trovarlo freschissimo nei biscottifici ennesi, come quello di Gaetano Savoca, un piccolo biscottificio che profuma di antico, in una stradina d'altri tempi che per gli ennesi è la *via dei biscotti*. Siamo andate a trovarlo, non ci ha svelato la sua personale ricetta che ha imparato quando ancora ragazzino faceva l'apprendista nel laboratorio di questo biscottificio che ha poi rilevato 20 anni fa, ma ce ne ha indicato gli ingredienti: farina, la cui qualità è fondamentale per un buon prodotto, lievito madre (u' cruscenti), zucchero, strutto e acqua tiepida quanto basta, *quanto basta*: la misura dell'esperienza. Qui si possono trovare tutti i prodotti della tradizione locale: dai *Mustazzola* nel mese della Madonna, ai *Totò* per la festa di Tutti i Santi, ai tipici *Vucciddati* di fichi di Natale e l'immancabile *Pan di Spagna ennese* con la sua forma a tre punte come quello dei piccoli paesi della Catalogna dai quali sembra avere origine.

Il biscotto comune ennese

Sandra Mingrino - Enna

Un biscotto della tradizione siciliana che veniva cotto nei forni a legna, il biscotto lungo *all'ennisi*, utilizzato da secoli come una cannuccia per succhiare il latte o il vino, dopo averlo spezzato alle estremità, è un cimelio di generazioni e generazioni di ennesi. Proprio con il vino questo biscotto veniva offerto ai confrati alla fine della lunga Processione del Venerdì Santo. I contadini lo portavano con sé perché si conservava di più essendo asciutto. Accompagnava rosoli e liquori nei matrimoni dell'Enna antica.



Il Macco di S. Giuseppe: fra mito e religiosità

Franca e le Fornelle di Siracusa



Salutato da sempre con una serie di riti dai popoli del Nord e da quelli del Mediterraneo, l'Equinozio di Primavera è particolarmente ricordato a Siracusa dal mito di Persefone che arriva dagli Inferi alla Fonte del Ciane per abbracciare la madre Demetra ed incontrare la ninfa Ciane che un pietoso dio ha tramutato in fiume quando si è sciolta in lacrime perdendo l'amica rapita da Ade.

Le rive del fiume si riempiono perciò di vegetazione e di fiori di campo e la natura risorge in tutti i suoi colori e profumi.



Fonte del Ciane

Il passaggio alla bella stagione è sottolineato a Siracusa da varie tradizioni gastronomiche.

Conosciuto fin dai tempi dei romani, il Macco (da maccare=schiacciare) era una purea di fave secche con l'aggiunta di erbette fresche in onore di Demetra; ripresa anche dagli arabi (makl=mescolanza di legumi) l'usanza giunse fino all'avvento del Cristianesimo.



Con il culto di S. Giuseppe, ricordato il 19 marzo, quasi a ridosso dell'Equinozio, il Macco si fa più ricco: alle tradizionali fave si aggiungono vari legumi secchi, residui invernali, finocchietto e molte verdure anche di campo, fino a raggiungere il numero di 19 ingredienti in onore del Santo.

Così preparato e reso gustoso e nutriente dall'aggiunta di pezzetti di formaggio e peperoncino veniva anticamente distribuito ai poveri della città in onore del Santo.

Quale piatto rituale il Macco traccia quindi simbolicamente una linea di separazione fra la stagione che muore e la stagione che puntualmente risorge.

INGREDIENTI

rigorosamente 19!

- Legumi secchi diversi: fave, ceci, piselli, fagioli borlotti, fagioli cannellini, lenticchie; castagne secche
- Verdure: finocchietto selvatico, borragine, cicoria, zucchine verdi, broccoli, spinaci selvatici, amarelli, carote, cipolle.
- Condimenti: olio evo, sale e peperoncino.

La sera prima mettere a bagno i legumi separatamente secondo le loro caratteristiche;
al mattino in una pentola, possibilmente di coccio, dopo aver leggermente stufato le cipolle, mettere i legumi coprirli di acqua e farli cuocere rimestando e aggiungendo sale, olio e peperoncino.
A cottura quasi ultimata aggiungere le verdure e continuare a cuocere fino a raggiungere un insieme denso e amalgamato, unendo altro olio e sale se necessario.
Servire ben caldo.

Cibo di strada alle falde dell'Etna

Cettina Malaponti - Catania

Fra gli svariati cibi di strada tipici del catanese, spiccano le *Crispelle* (crispeddi, in dialetto).

Si tratta di un cibo povero per eccellenza, a base di farina di semola, acqua, sale e lievito; tale pastella viene farcita con acciughe (anciuovu), *crispedda allungata*, o con ricotta di pecora, *crispedda rotonda*, il tutto fritto in un abbondante olio bollente.



La versione dolce delle crispelle con riso, miele e zucchero, si deve alle monache Benedettine e risale al XVI secolo, ed è tipico della festa di San Giuseppe.

Il nome deriva dal fatto che la *crispedda*, appena tuffata nell'olio, si increspa in superficie, restando croccante all'esterno e morbida all'interno.

Cibo tipico di strada è ancora: la *cipollata*, che consiste in una fetta di pancetta fresca che avvolge un cipollotto, per essere grigliata.

Una menzione speciale merita la *grigliata di carne di cavallo*, ravvivata da un salmoriglio fatto di olio, aceto e sale, servita calda, a farcire la pagnotta tipica catanese.

Per ultimo, ma non ultimi, vanno citati i *carciofi*, conditi con aglio verde, prezzemolo, peperoncino, sale e olio, anche questi immersi nella brace sfuocata.

A Catania, anche all'ultimo momento, con il cibo di strada, puoi organizzare una cena sontuosa.

Le crispelle salate

INGREDIENTI

- 1 Kg di farina di semola di grano duro
- 25 g di lievito di birra
- 15 g di sale
- 800 g di acqua tiepida
  (lavorare energicamente con la mano, dentro un recipiente dai bordi alti)

  Lasciare lievitare l'impasto coperto con la pellicola per circa 2 ore.

a parte:

- 500 g di ricotta di pecora
- 150 g di acciughe salate deliscate
- olio di semi di girasole per friggere.

Inumidire le mani con olio di semi e farcire o con ricotta (forma rotonda) o con pezzetti di acciughe (forma allungata), porzioni di pastella quanto ne contiene il palmo di una mano, immergendole poi in abbondante olio bollente.





FERRARA

Fornelle ferraresi impegnate in una gara solidale

Risale al 5 settembre del 2020 l'ultima attività in cui si sono cimentate le Fornelle ferraresi, quando la morsa della pandemia si era un poco allentata. L'occasione è stata la *Gara di sfogline e sfoglini della solidarietà* organizzata a scopo benefico dalla Fondazione Ado (Assistenza domiciliare oncologica) con il patrocinio del Comune di Ferrara.

Nel cortile del quattrocentesco palazzo Crema (un nome e una garanzia!) si è svolta la competizione a colpi di matterello, nel rigoroso rispetto dei protocolli di sicurezza, garantendo il distanziamento tra gli stessi concorrenti e tra questi ed il pubblico.

L'incasso delle iscrizioni al simpatico evento era finalizzato a sostenere le attività dell'associazione di volontariato, la quale ha messo a disposizione le proprie risorse umane e strutturali per l'emergenza sanitaria che stiamo vivendo. Quindi le socie ferraresi potevano non aderire a tale scopo? Certo che no! Così si sono unite a più di 50 concorrenti iscritti, tra uomini e donne giovani e meno giovani, in gara per la preparazione della migliore sfoglia, giudicata in base ad ampiezza, regolarità e spessore. I partecipanti sono stati valutati da giudici impastatori competenti del settore gastronomico, capaci di coinvolgere anche il pubblico, come il giovane cuoco di origine ferrarese Simone Finetti, diventato famoso come concorrente di Masterchef.
In particolare si è distinta la nostra fornella Eleonora che, "armata" del proprio matterello, ha sfidato le razdore più agguerrite nel torrido caldo settembrino. Nel giro di pochi minuti ha steso una splendida sfoglia dorata, rigorosamente a mano, incitata dal tifo delle Fornelle sopraggiunte per sostenere l'amica e la causa benefica.

La manifestazione è stata un successo perché ha coniugato la solidarietà con la valorizzazione della nostra tradizione culinaria, promuovendo quella che è la nostra cultura e il nostro territorio per una tradizione che è bello tenere viva e rilanciare coinvolgendo anche le generazioni più giovani.

Ancora una volta il Club del Fornello è stato protagonista di un evento cittadino all'insegna della partecipazione solidale e della condivisione del patrimonio gastronomico regionale.



Le Fornelle partecipanti: Eleonora è la 4ª da sinistra (la 3ª da destra)

LUCCA

Il biscotto "Il 4° miracolo di S. Zita"



La commercializzazione del biscotto "Il 4° Miracolo di S. Zita" ideato dalle Fornelle di Lucca per il Caffè biscotteria S. Zita, ci consentirà di ricevere un rimborso spese che abbiamo già destinato ed erogato, assieme ad altra somma versata dalle singole Fornelle, alla Caritas diocesana per far fronte all'aumento delle necessità cui quotidianamente è chiamata a rispondere.

REGGIO EMILIA

Raccolta fondi



In questo lungo periodo di continuo *lockdown*, di distanza e di grande paura, il nostro Club ha cercato di tenersi vivo ed attivo pensando ad un progetto che potesse portare, grazie al lavoro delle Fornelle, un po' di aiuto e di sostegno a tante famiglie in stato di fragilità. Parliamo di circa cento famiglie, italiane e straniere, conosciute dalle Sorelle del Cenacolo Francescano, nostre amiche da tempo, tutte numerosissime e in grande stato di difficoltà economica. «Ho pensato quindi», racconta la delegata del club Federica Salsi, «di dar vita ad un progetto utile e fattibile nelle nostre cucine, purtroppo ogni fornella a distanza dall'altra, ma più che mai vicine in un sentimento vivace ed allegro pensando alla sua finalità».

Abbiamo allora preparato tanti stampi di *erbazzone*, la torta salata di spinaci e di bietole che rappresenta uno dei piatti più tradizionali ed apprezzati della nostra cucina reggiana, per poi venderli ai nostri parenti ed amici per potere acquistare dei *buoni spesa* a favore delle famiglie appunto bisognose. In totale abbiamo lavorato circa 250 chili tra spinaci e bietole, abbiamo tagliato finemente circa 700 cipollotti, abbiamo grattugiato 25 chili di Parmigiano Reggiano e usato tanti litri di olio d'oliva. L'erbazzone è stato poi consegnato in un *packaging* realizzato con carta naturale e nastri di juta che esaltava il sapore della sua tradizione. Il tutto per il bellissimo risultato di avere prodotto 250 pezzi di erbazzone, venduti poi a € 20/cad.

Con i vari arrotondamenti di amici generosi siamo riuscite a raggiungere la cifra per noi sorprendente di € 5500, interamente utilizzata per l'acquisto di ben Nr 184 buoni spesa da € 30/cad. Le famiglie, incredule per questo gesto inaspettato, ci hanno mandato, tramite le Sorelle, tantissimi messaggi e disegni fatti dai loro bambini, tutti emozionanti e ricchi di parole commoventi di ringraziamento. Per noi Fornelle questi messaggi hanno rappresentato il riconoscimento più bello e di più grande soddisfazione. E nel silenzio di queste giornate lunghe e tutte uguali abbiamo provato tutte insieme delle bellissime emozioni che, ripeto, ci hanno fatto sentire vicine e in compagnia.









CENTO

Le Fornelle contribuiscono alle spese per il restauro dell'Altare Maggiore



L'anno 2020, anche se siamo state molto distanziate, ci ha visto molto vicine nell'evento più significativo per la nostra città di Cento: la riapertura al culto della Basilica della Madonna della Rocca, dopo il restauro durato sei lunghi anni.

Noi abbiamo contribuito alle spese del restauro dell'Altare Maggiore con un'offerta di € 3.500 (tremilacinquecento) per il leggio e l'ambone in legno, su cui Padre Ivano ha voluto apporre due targhette a ricordo del dono delle Fornelle.

In occasione, poi, del Santo Natale abbiamo deciso (non facendo cene, incontri o pranzi) di regalarci, insieme agli auguri, una pubblicazione riguardante un reportage fotografico su India e Africa, esposto e premiato alla Mostra TIME EMOTION, tenutasi al Museo Internazionale di Malta.

Il volume presenta foto scattate da un ragazzo di vent'anni, nato e cresciuto a Cento, che usa il suo hobby fotografico per raccogliere fondi a favore di questo Museo maltese.

PIACENZA

WhatsApp solidale

L'idea era quella di mettere sulla tavola della Caritas diocesana di Piacenza l'antipasto per il pranzo di Natale.

Con un rapido giro di WhatsApp ci siamo velocemente organizzate in tal senso e la mattina del 22 dicembre abbiamo consegnato ad Emilia, la responsabile del centro, l'antipasto per quasi 100 ospiti, a cui si è aggiunto un enorme panettone gentilmente offerto da Carolina.

Questa ci è sembrata la risposta più utile all'emergenza sociale causata dalla pandemia.