sale&pepe

Mensile

Data 08-2018
Pagina 16/23
Foglio 1 / 8

TEMA MESE

Ferragosto

TRADIZIONI ANTICHISSIME, USANZE DELL'ITALIA DI IERI E NUOVI ESPERIMENTI PER MANGIARSI TUTTO IL MEGLIO DELL'ESTATE, SPECIE SE SAPORITO, FREDDO E A COLORI

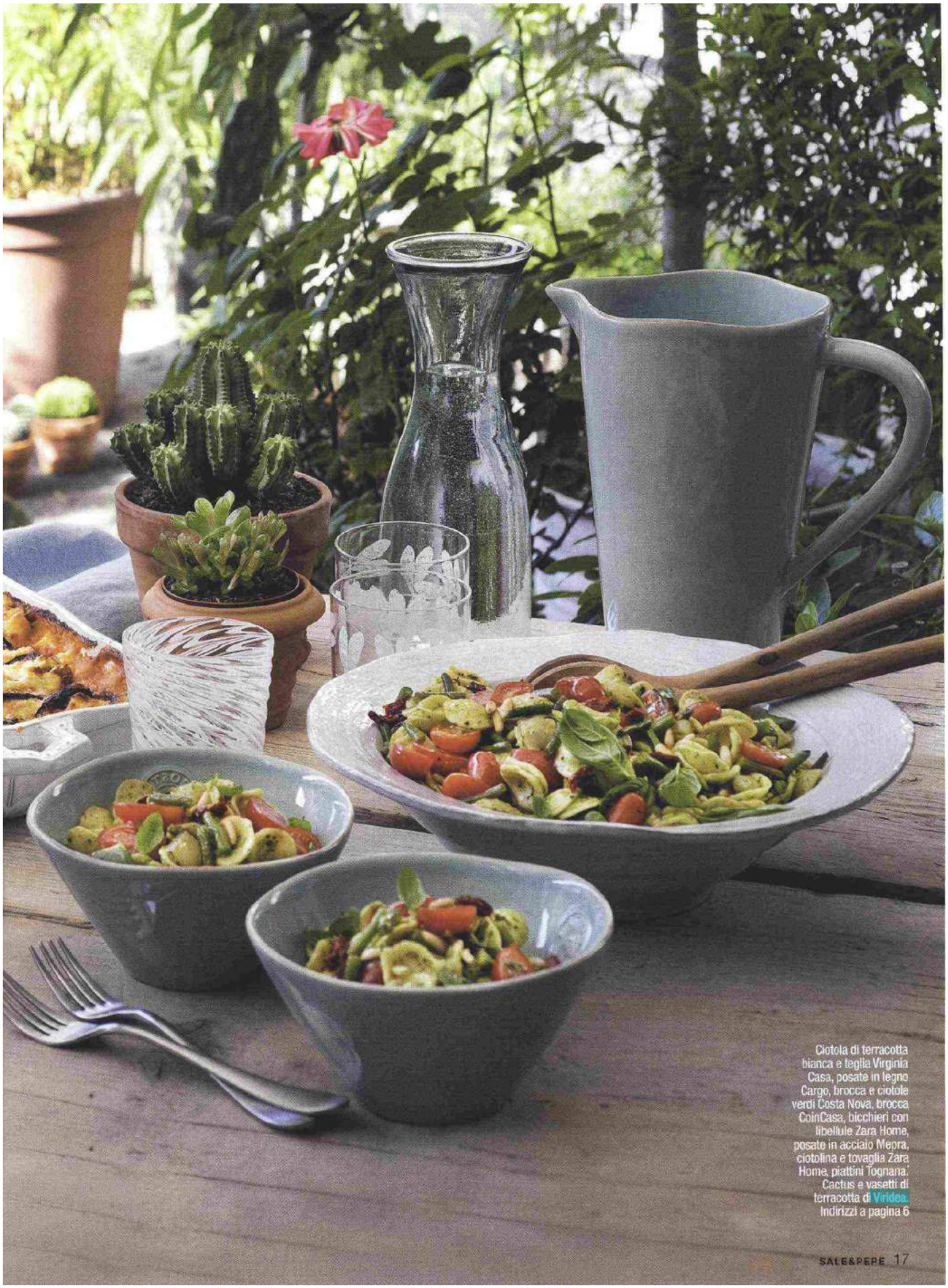
testo di Martina Liverani, ricette di Antonella Pavanello,
foto di Francesca Moscheni, styling di Table Top Flores Manfredi

A Ferragosto piccioni arrosto. L'antico detto popolare individua nel saporito volatile il piatto con cui celebrare la festa di mezza estate, ed è ancora oggi un'usanza consolidata in Toscana. Ma c'è molto di più sulla tavola di chi festeggia il Capodanno dell'estate con ottimo cibo. La festa che sradica milioni di italiani (lo scorso anno furono 5,1 milioni secondo Coldiretti) dalle loro fresche case condizionate e li spinge all'aria aperta ha un'origine molto antica: deriva infatti dalle Feriae Augusti, indette dall'imperatore Ottaviano Augusto per celebrare il riposo dal lavoro dei campi dopo la raccolta dei cereali. Si festeggiava con cibo, giochi, feste e corse di cavalli e il gozzovigliare durava parecchi giorni. Il rito pagano fu poi inserito nel calendario delle festività religiose cattoliche e fatto coincidere con l'Assunzione di Maria, ma delle antiche origini romane mantiene ancora la voglia di convivialità e di fuga dalla routine. E anche il cibo di Ferragosto ha gli stessi sapori rustici e contadini di quando si festeggiava nei campi. Torniamo al piccione. Pellegrino Artusi nel suo "La scienza in cucina e l'arte di mangiar bene", riprende il latino maccheronico del detto: "Quando sol est in leone / bonun vinum cum popone / et agrestum con pipione" suggerendo sì il piccione ma anche vino e melone: accoppiata semplice e comodamente trasportabile nelle gite fuoriporta.

> segue a pag. 18

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

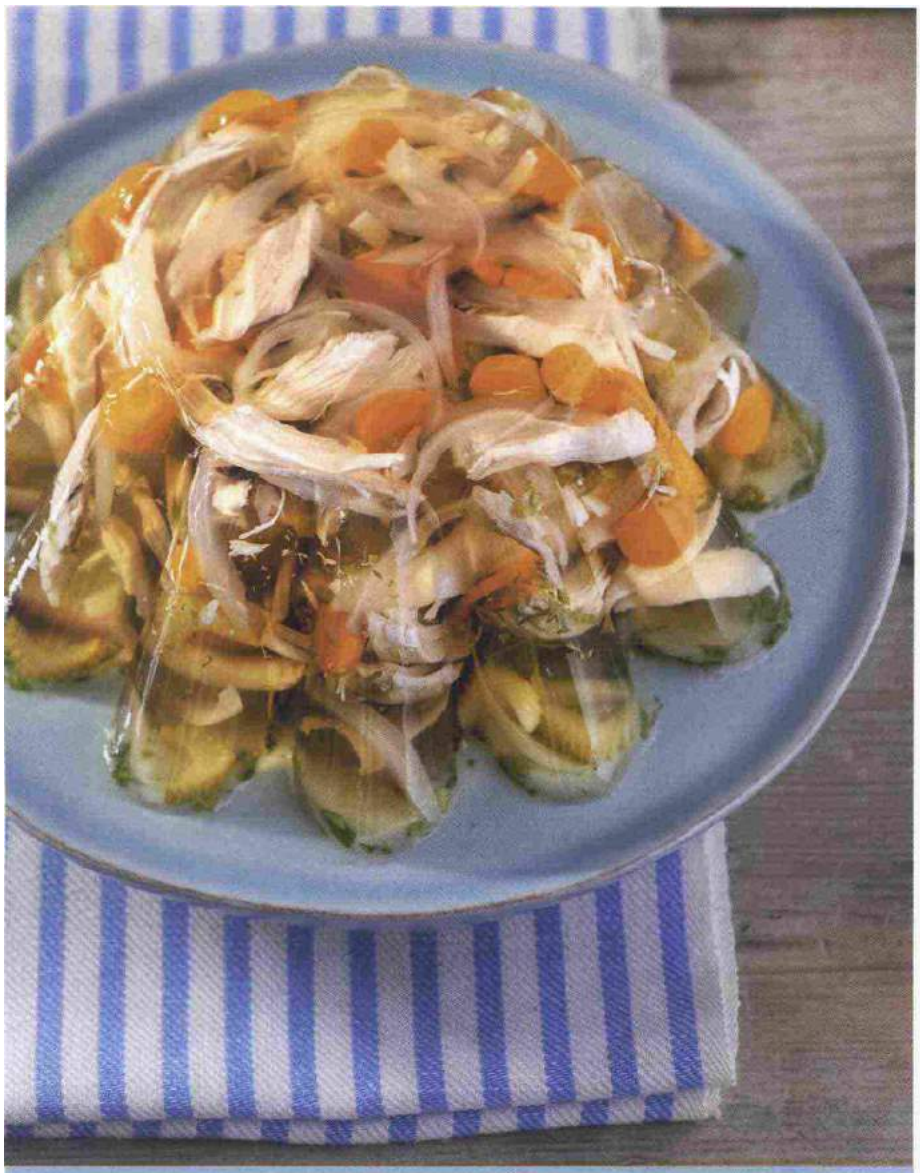
Codice abbonamento: 075342



Ciotola di terracotta bianca e teglia Virginia Casa, posate in legno Cargo, brocca e ciotole verdi Costa Nova, brocca CoinCasa, bicchieri con libellule Zara Home, posate in acciaio Mepra, ciotolina e tovaglia Zara Home, piattini Tognana. Cactus e vasetti di terracotta di Viridea. Indirizzi a pagina 6

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Codice abbonamento: 075342



> segue da pag. 16

Di coppie gastronomiche d'altronde il Ferragosto è pieno: prosciutto e melone, pizza e fichi, anguria e feta, sono solo alcune delle più fortunate liason. Ma per scoprire le tradizioni culinarie degli italiani in questa giornata, ci vengono in aiuto pure film o romanzi. La famiglia Passaguai (film del 1951, di e con Aldo Fabrizi) a Ferragosto si riunisce e raggiunge la spiaggia di Fiumicino con lasagne e cocomeri al seguito; nell'episodio L'ascensore (da Quelle strane occasioni del 1976 di Luigi Comencini), un monsignore e una ragazza poco vestita trascorrono il Ferragosto bloccati in ascensore con il cesto da pic nic, mentre il più recente Pranzo di Ferragosto (2008 di e con Gianni di Gregorio) racconta la preparazione di un pranzo in compagnia di chi non è partito. Infine nel racconto Il Godipoco di Alberto Moravia spuntano panini ferragostani al prosciutto o di vitella fredda per l'incontentabile Pina.

> segue a pag. 21

POLLO IN GELATINA CON GIARDINIERA ESTIVA

PER 8 PERSONE
1 pollo di 1 kg - 1 grossa cipolla bionda - 1 carota - 1 costa di sedano - 1 mazzetto guarnito (prezzemolo, alloro, timo) - 2 chiodi di garofano - 3 dadi per gelatina - 6 cucchiai di aceto - sale grosso - pepe nero in grani
per la giardiniera: 4-5 coste di sedano - 2 carote - 1 cipolla rossa di Tropea - 500 ml di aceto - 2 foglie di alloro

● **1** Sbucciate la cipolla bionda e pelate la carota; mettetele in una pentola con il sedano, i chiodi di garofano, qualche grano di pepe, il mazzetto guarnito e 1 cucchiaino di sale. Aggiungete il pollo, coprite con acqua e portate ad ebollizione. Cuocete a pentola coperta per 1 ora. Scolate il pollo e lasciatelo intiepidire; privatelo della pelle, staccate la polpa dalle ossa e fatela raffreddare in frigorifero. Filtrate il brodo e mettetelo in frigorifero per 6-8 ore.
● **2** Lavate e pulite carote, sedano e cipolle della giardiniera; tagliate le verdure a pezzetti. Versate l'aceto e 250 ml di acqua in una pentola, unite l'alloro e portate a ebollizione. Tuffatevi le verdure per 5 minuti, scolatele e fatele raffreddare.
● **3** Separate dal brodo di pollo freddo la parte grassa che sarà affiorata in superficie; misuratene 750 ml e versatelo in una pentola con i 3 dadi per gelatina. Fate sciogliere i dadi, mescolando; spegnete e unite 750 ml di acqua fredda e i 6 cucchiai di aceto.Mentre la gelatina intiepidisce, sfilacciate la polpa del pollo. Versate 1 cm di gelatina in uno stampo da budino di 2 litri di capacità e fatela rapprendere in freezer per 10 minuti. Iniziate a disporre qualche pezzetto di pollo e poca giardiniera.
● **4** Coprite con altra gelatina e fatela rapprendere in freezer. Continuate con gli strati, procedendo nel modo descritto e mettete in frigo per 8 ore. Al momento di servire, immergete per 10 secondi lo stampo in acqua calda, appoggiatevi sopra un piatto di portata e capovolgetelo, facendo scendere l'aspic con un colpo deciso.

MEDIA
● **Preparazione 1 ora** ● **Cottura 1 ora e 10 minuti** ● **250 cal/porzione**

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Codice abbonamento: 075342

LASAGNE ALLA PARMIGIANA DI MELANZANE

PER 8 PERSONE
3 melanzane (circa 1 kg) - olio di semi di arachidi per friggere - 2 cucchiai di olio extravergine d'oliva - 1 spicchio d'aglio - 700 ml di salsa di pomodoro - basilico - 250 g di pasta fresca per lasagne - 600 ml di besciamella - 300 g di ricotta di pecora - 80 g di parmigiano reggiano grattugiato - latte - burro - sale - pepe

1 Scaldate l'olio in una casseruola con lo spicchio d'aglio schiacciato. Dopo 1 minuto unite la salsa di pomodoro, 1 dl di acqua, qualche foglia di basilico, sale e pepe e cuocete per 15 di minuti mescolando di tanto in tanto.
2 Intanto, lavate le melanzane, asciugatele, tagliatele a fette di 1/2 cm di spessore e friggetele poche alla volta in abbondante olio di semi bollente finché risulteranno leggermente dorate. Sgocciolatele man mano su carta assorbente da cucina e salatele. Cambiate la carta più volte e tamponandole, in modo da elimonare più unto possibile.
3 Stendete un velo di besciamella sul fondo di una pirofila rettangolare di circa 22x30 cm e fate uno strato di pasta, accavallando leggermente i fogli. Stendete sulla pasta un velo di besciamella e uno strato di salsa di pomodoro preparata. Disponete uno strato di melanzane, sbricolatevi sopra poca ricotta e spolverizzate con uno strato di parmigiano reggiano.
4 Continuate con gli strati, in modo da esaurire gli ingredienti. Tenete da parte 2 cucchiai di besciamella, diluitela con 3-4 cucchiai di latte e versate il composto sulla superficie delle lasagne. Completate con parmigiano reggiano e qualche fiocchetto di burro e cuocete in forno già caldo a 180° per 25-30 minuti. Lasciate intiepidire le lasagne per 10 minuti prima di servirle.

FACILE
Preparazione 40 minuti **Cottura 1 ora** **480 cal/porzione**

Tovaglia di lino Society, sottopentola di ferro CoinCasa, piattino di ceramica Virginia Casa. A sinistra: runner a righe Busatti, pala per torta Mepra, piatto da portata Costa Nova, piattini impilati decorati Tognana, tovagliolo di lino Zara Home. Indirizzi a pagina 6

Codice abbonamento: 075342

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

INSALATA DI ORECCHIETTE AL PESTO DI ZUCCHINE E MAGGIORANA

PER 8 PERSONE
600 g di orecchiette fresche - 200 g di patate - 300 g di pomodori datterini - 12 pomodori secchi sott'olio - 100 g di fagiolini - 2 cucchiai di pinoli - sale - pepe
per il pesto: 2 zucchine (circa 180 g) - 20 g di foglie di basilico - 10 g di foglie di prezzemolo - 10 g di foglie di maggiorana - 1 cucchiaio di pinoli - olio extravergine di'oliva - sale grosso

1 Lavate le zucchine, asciugatele, spuntatele e tagliatele a rondelle. Lavate ed asciugate le erbe aromatiche. Riunite le zucchine, le erbe, i pinoli e un pizzico di sale grosso in un mixer e frullate, unendo 1 dl di olio a filo, in modo da ottenere un pesto denso e omogeneo. Trasferitelo in una grossa ciotola.
2 Tostate i pinoli in una padellino antiaderente per 2-3 minuti, finché risulteranno leggermente dorati; tagliate i pomodori secchi a pezzetti. Sbucciate le patate, tagliatele a dadi di 1 cm di lato e lessatele per 6-8 minuti. Spuntate i fagiolini, lavateli e lessateli per 5-7 minuti: dovranno rimanere al dente. Sgocciolateli in acqua e ghiaccio, scolateli ancora, asciugateli e tagliateli a pezzetti di 2-3 cm. Lavate i datterini e tagliateli a metà.
3 Lessate le orecchiette in abbondante acqua bollente salata e scolatele al dente, tenendo da parte 1 dl dell'acqua di cottura. Conditele con 2 cucchiai di olio e stendete le orecchiette su un largo vassoio e fatele raffreddare.
4 Diluite il pesto di zucchine con qualche cucchiaio dell'acqua di cottura della pasta tenuta da parte, per renderlo più fluido. Trasferite le orecchiette fredde nella ciotola con il pesto e mescolate per condirle. Unite i fagiolini, le patate, i pomodorini, i pomodori secchi e mescolate ancora. Completate coi pinoli tostati e, se vi piace, con qualche foglia di basilico e servite.

FACILE
- Preparazione 40 minuti
- Cottura 20 minuti • 430 cal/porzione

Ciotolina Costa Nova, posate Mepra, cappello Zara Home, piattino Tognana. A destra: piatto da portata Virginia Casa, tovaglia e tovaglioli di lino Zara Home, pila di piattini Virginia Casa, oliera e saliera Maxwell & Williams. Indirizzi a pagina 6

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Codice abbonamento: 075342

CROSTATA DI POLPO ALLA GALIZIANA

PER 8 PERSONE
1 polpo da 500 g già pulito - 1 foglia di alloro - 1 spicchio d'aglio - 2 grosse cipolle bionde - 4 pomodori ramati - 1 peperone rosso - olio extravergine di oliva - 1 cucchiaino di paprica affumicata - sale e pepe
per la pasta: 190 g di farina - 50 ml di latte - 50 ml di olio extravergine di oliva - 1 uovo - sale

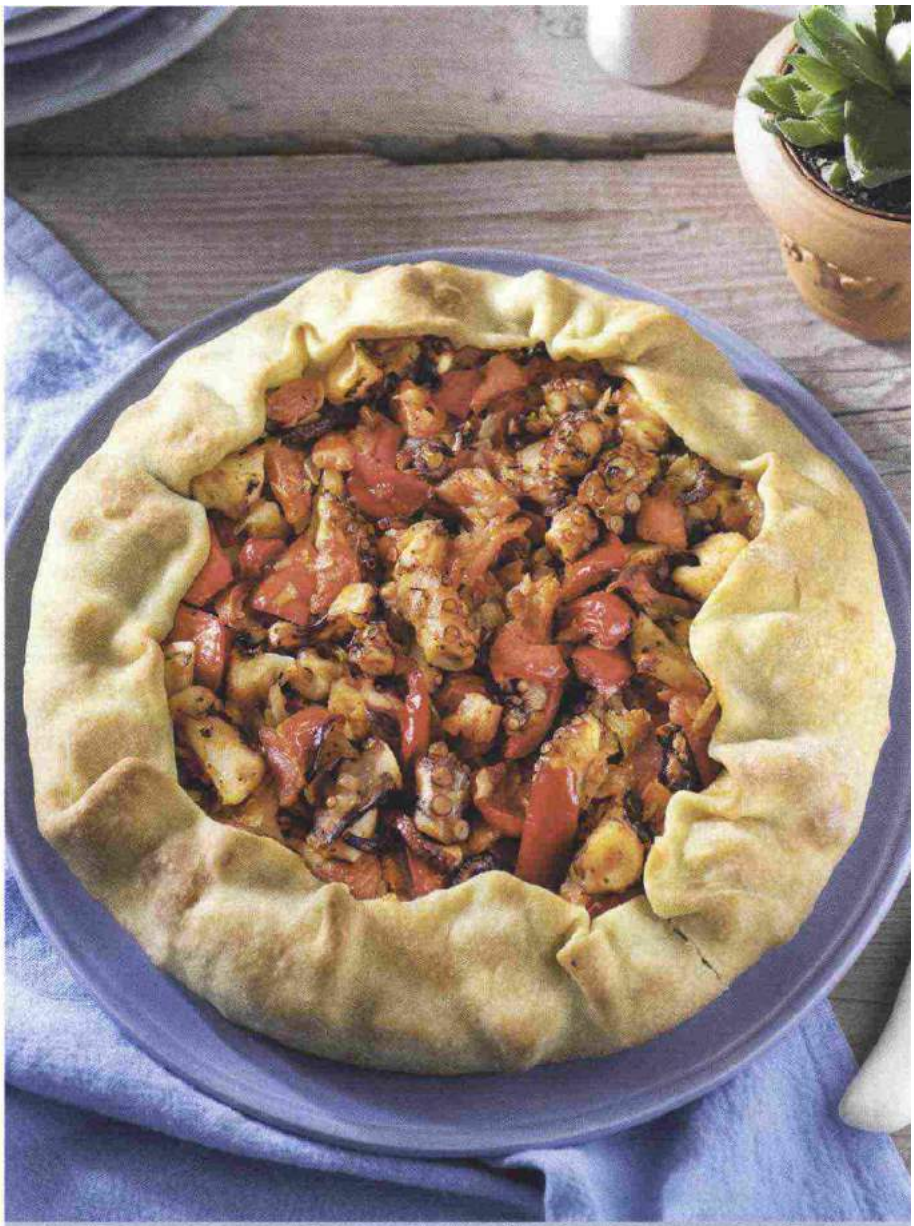
1 Versate la farina in una ciotola; in un'altra ciotola sbattete l'uovo con l'olio, il latte e sale. Versate il composto sulla farina e lavoratelo, in modo da ottenere un impasto liscio ed elastico. Formate una palla, avvolgetela con pellicola e fatela riposare per 1 ora.

2 Versate un filo d'olio in una casseruola, unite lo spicchio d'aglio non sbucciato, l'alloro e il polpo ben lavato. Mettete la pentola coperta su fuoco medio-basso e fate cuocere per circa 20 minuti. Spegnete e fate intiepidire il polpo nella sua acqua, quindi scolatelo e tagliatelo a pezzi.

3 Tritate le cipolle; lavate i pomodori, incideteli a croce sulla sommità e tuffateli per 1 minuto in acqua bollente; scolateli, pelateli, privateli dei semi e tagliateli a pezzetti. Lavate il peperone, eliminate picciolo, semi e filamenti e riducetelo a pezzetti. Scaldate 2 cucchiai di olio in una padella antiaderente e fate stufare dolcemente le cipolle per 5-6 minuti; unite i pomodori e dopo 2 minuti i peperoni. Cuocete per 5 minuti mescolando spesso, unite il polpo, insaporite con sale, pepe e paprica, cuocete ancora per 4-5 minuti, spegnete e lasciate intiepidire.

4 Stendete la pasta in un disco sottile con il matterello e rivestite una teglia di 28 cm di diametro unta con olio, facendo sbordare quella in eccesso. Versate il ripieno sulla pasta, livellatelo e ripiegate sopra la pasta in eccesso. Cuocete la crostata in forno forno già caldo a 180° per circa 30 minuti finché la pasta sarà leggermente dorata. Servitela tiepida.

FACILE
Preparazione 35 minuti
Cottura 1 ora • 240 cal/porzione



> *segue da pag. 18*

Tutti questi cibi hanno il compito di celebrare la prosperità delle antiche origini (e quindi i sapori ricchi), di calarsi nella stagionalità degli ingredienti (per cui ortaggi e frutti dell'estate) e considerare che parte integrante della celebrazione sta proprio nel consumare il pasto all'aria aperta, con un cerimoniale più pratico che scenografico. Al netto di grigliate e barbecue, la fantasia della tradizione regionale, non ha limiti: gli Zitoni di Ferragosto al pomodoro sono tipici della Costiera Amalfitana; in Umbria si condisce la pasta con il sugo di papera, in Lazio si mangia pollo in umido con peperoni, a Belluno le lumache, in Puglia il galletto ripieno con uova, salame e formaggio, in Sicilia la caponata di melanzane, in Calabria le frittole di maiale.

> *segue a pag. 23*

Codice abbonamento: 075342

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

VOGLIA DI MARE
Luca Zaccheroni (nella foto a sinstra) e Omar Casali (a destra) sono rispettivamente proprietario e chef del Maré: uno stabilimento balneare con ristorante a Cesenatico sulla Riviera Romagnola.

Luca, come si trascorre Ferragosto in Riviera?
C'è una parte di Romagna che non va al mare a Ferragosto, ma preferisce un picnic in collina o una scampagnata con gli amici. In spiaggia si festeggia con giochi, gavettoni, grigliate, cocomerate e tanta voglia di spensieratezza e aggregazione. Sembra di tornare indietro agli anni Sessanta, quelli del boom, e alle mode di quei tempi.

Omar, e per quanto riguarda il cibo?
Anche a tavola, il Ferragosto è una festa: chi pranza al ristorante si concede più tempo e qualche piatto in più. C'è anche chi mangia in spiaggia. Sotto l'ombrellone ho visto di tutto: dalla parmigiana di melanzane ai tramezzini, dalla pasta al forno ai salami, formaggi e grandi vini. I clienti mi chiamano ad assaggiare.

Cosa si mangerà al ristorante del Maré?
Nel menu di agosto hanno spazio gli ortaggi di stagione, come i peperoni o i fiori di zucca, che si sposano al pesce. I piatti sono pensati per essere leggeri e gustosi.

CAKE SALATO AI FAGIOLINI CON OLIVE E POMODORI SECCHI

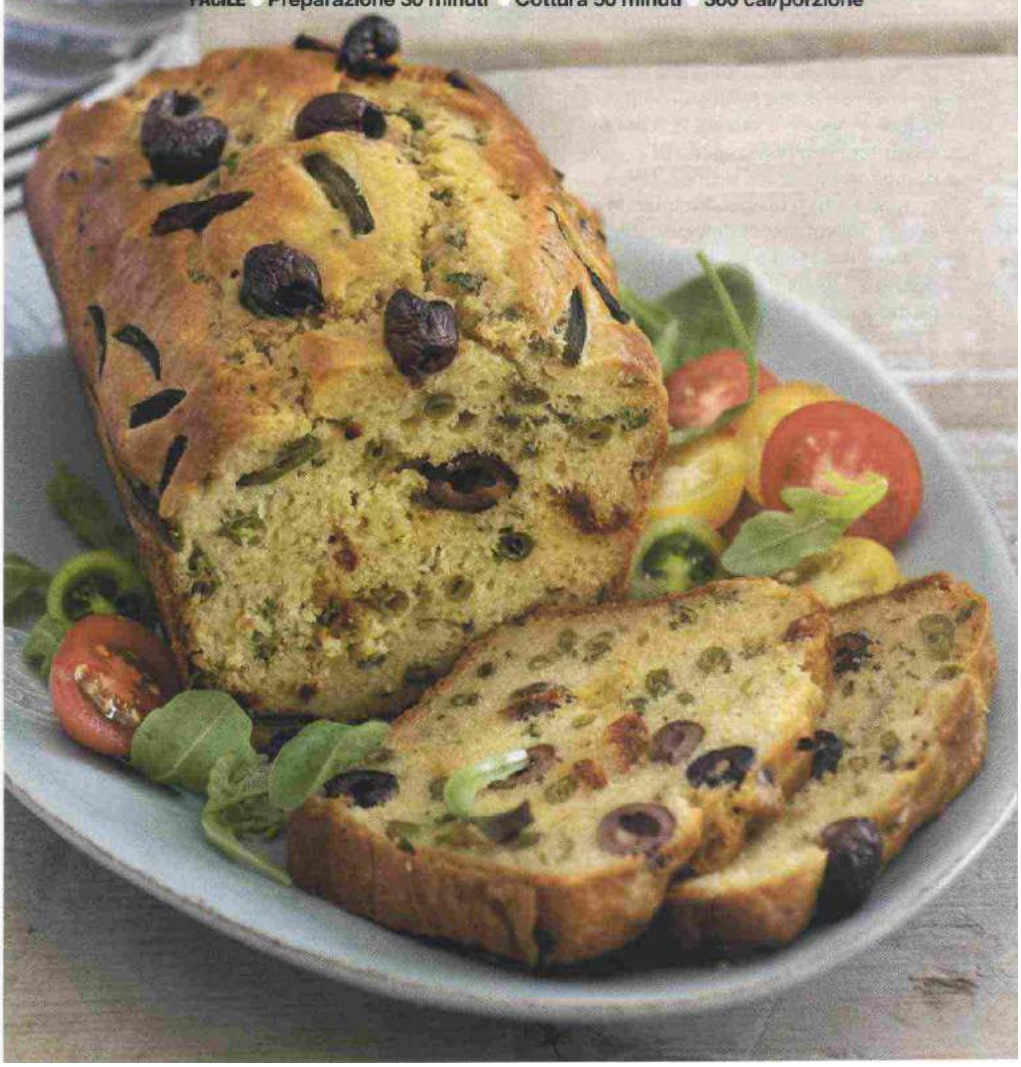
PER 8 PERSONE
120 g di fagiolini - 4 uova piccole - 100 ml di latte - 100 ml di olio di oliva 1 cucchiaino di senape - 250 g di farina autolievitante - 10 foglie di basilico - 80 g di olive nere denocciolate - 8 pomodori secchi sott'olio - 80 g di grana padano grattugiato - burro - sale - pepe

1 Spuntate i fagiolini, lavateli e lessateli per 5 minuti. Scolateli, raffreddateli in acqua e ghiaccio, sgocciolateli ancora, asciugateli e tagliate ciascuno in 3 parti. Tritate grossolanamente i pomodori secchi. Imburrate uno stampo rettangolare a bordi alti di circa 22x10x5 cm e rivestitelo con carta da forno bagnata e strizzata. Intanto accendete il forno a 175°. Sgusciate le uova in una ciotola, unite la senape, il latte e l'olio e sbattetele con una frusta.

2 Lavate le foglie di basilico, asciugatele e tagliuzzatele. Disponetele in un'altra ciotola e unite farina, sale e pepe; fate un incavo al centro e versate il composto di uova. Mescolate con una frusta, fino a ottenere un impasto omogeneo e privo di grumi. Aggiungete all'impasto il grana, la maggior parte delle olive, dei fagiolini e dei pomodori secchi ed incorporateli al composto, mescolando con una spatola.

3 Versate l'impasto nello stampo, guarnite la superficie con le olive, i fagiolini e i pomodori secchi tenuti da parte e infornate per 40-45 minuti, finché il cake risulterà gonfio e dorato e uno stecchino infilato al centro uscirà asciutto. Sfornate il cake, lasciatelo raffreddare 5 minuti nello stampo quindi sformatelo, fatelo raffreddare su una gratella per dolci e servitelo a fette tiepido o a temperatura ambiente

FACILE • **Preparazione 30 minuti** • **Cottura 50 minuti** • **360 cal/porzione**



Codice abbonamento: 075342

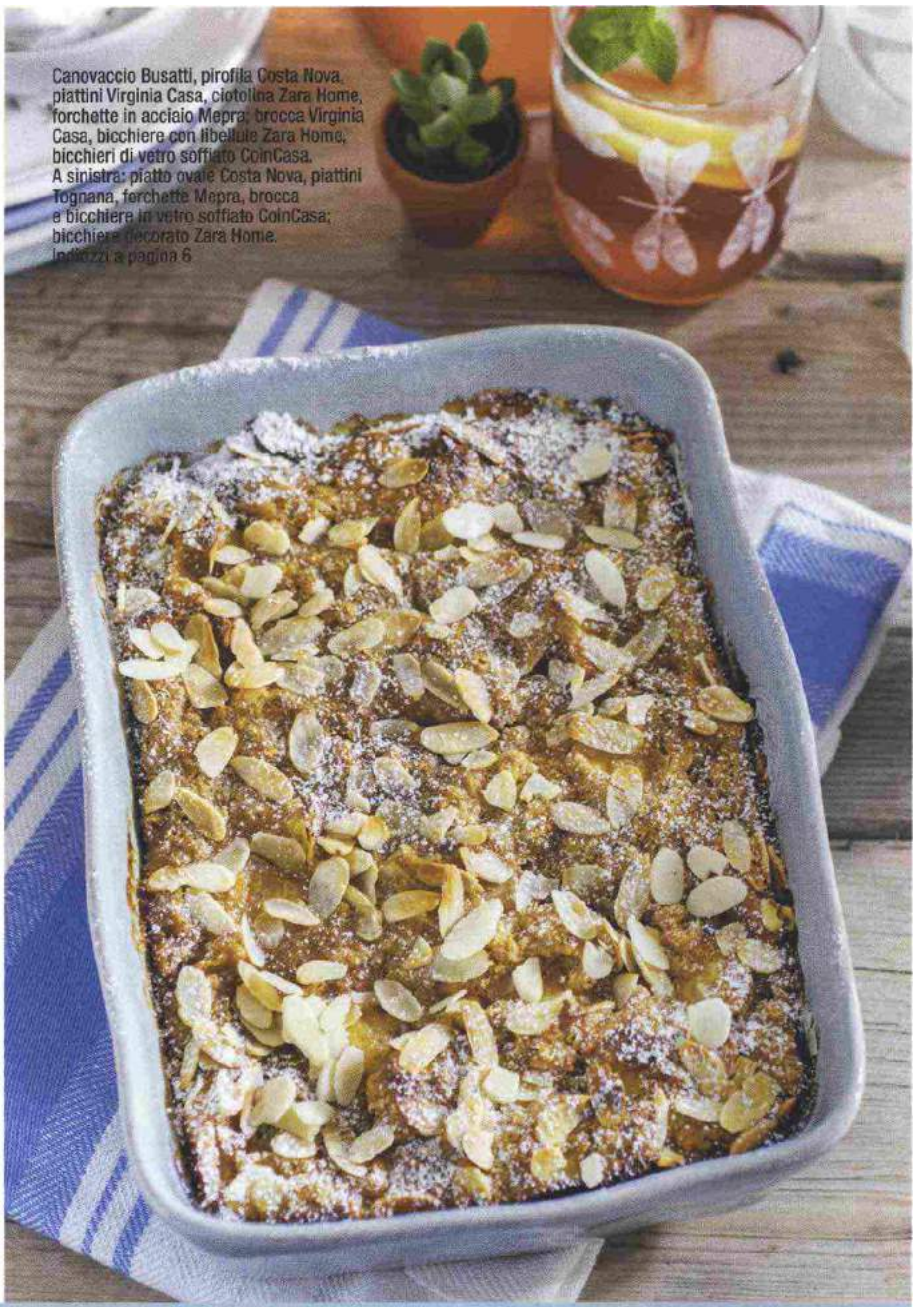
Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

TORTA DI PESCHE E AMARETTI CON PANNA ALLA LAVANDA

PER 8 PERSONE
6 pesche gialle - 300 g di amaretti - 2 uova - 2 cucchiai di zucchero - 4 cucchiai di farina di mandorle - 80 g di mandorle a lamelle - pangrattato - burro per accompagnare: 300 ml di panna fresca - 1 cucchiaio di zucchero a velo - 1 cucchiaio di fiori di lavanda

● **1** Accendete il forno a 180°. Intanto, sbucciate le pesche, tagliatele a pezzetti e riunitele in una ciotola. Unite le uova sbattute con lo zucchero, gli amaretti sbriciolati, la farina di mandorle, 40 g di mandorle a lamelle e mescolate bene. Se l'impasto risulta troppo umido, unite un paio di cucchiai di pangrattato.
● **2** Versate l'impasto in una pirofila, spolverizzatelo con le lamelle di mandorle rimaste e qualche fiocchetto di burro e infornate per circa 45 minuti, finché la superficie sarà leggermente dorata e la torta risulterà soda, ma ancora morbida all'interno.
● **3** Fatela raffreddare e servitela a temperatura ambiente, accompagnandola con la panna montata con lo zucchero e spolverizzata con i fiori i lavanda sbriciolati.

FACILE
● **Preparazione 15 minuti**
● **Cottura 45 minuti** ● **390 cal/porzione**



Canovaccio Busatti, pirofila Costa Nova, piattini Virginia Casa, ciotolina Zara Home, forchette in acciaio Mepra; brocca Virginia Casa, bicchiere con libellule Zara Home, bicchieri di vetro soffiato CoinCasa. A sinistra: piatto ovale Costa Nova, piattini Tognana, forchette Mepra, brocca e bicchiere in vetro soffiato CoinCasa; bicchiere decorato Zara Home. Indirizzi a pagina 6

> *segue da pag. 21*

E c'è anche il tipico dessert

Discorso a parte meritano i dolci: a Pitigliano si preparano i Biscotti di mezz'agosto che sono a forma di otto e profumano di anice; nell'Appennino bolognese si impastano gli Zuccherini montanari; ciambelline anche in Calabria con uva passa, noci e mosto d'uva. In Sicilia a Ferragosto si mangia il gelo d'anguria, decorato con foglie di limone e gelsomino. Nella zona di Sorrento si prepara un dolce bizzarro: le melanzane al cioccolato; mentre a Stresa si "sfogliano" le Margherite, dolcetti realizzati in onore di Margherita di Savoia che poi la regina volle introdurre per le celebrazioni del Ferragosto. Al momento della frutta i grandi protagonisti sono il melone e il cocomero, perché buoni e pratici per riempirci i portabagagli dell'auto, e perfetti per la condivisione: il naturalista francese Henri Bernardin de Saint-Pierre autore del volume Études de la Nature, scrive che: "Il melone appare come già suddiviso in fette perché è stato fatto per esse consumato in famiglia". Poiché qualunque sia il menu (comprese le nostre moderne interpretazioni), ciò che conta è trascorrere la giornata in compagnia. Altrimenti adottare il pensiero del celebre compositore gourmet Gioachino Rossini: "Faremo un pranzo splendido, mangeremo un tacchino. Saremo solamente in due. Io e il tacchino". Avendo la premura di sostituire il tacchino con il piccione, però.

Codice abbonamento: 075342

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.