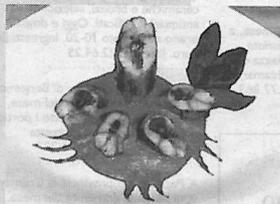


LE VIE DEI GOLOSI

LA RICETTA

DI OGGI

Anguilla
alla comacina



INGREDIENTI PER 4 PERSONE

⇒ 1 anguilla, cipolla, carota e sedano, una manciata di funghi secchi tritati

⇒ 2 pomodori, ½ litro di vino rosso, 1 mazzetto composto da salvia, prezzemolo, timo e alloro

⇒ olio, burro, farina quanto basta, sale e pepe

Preparazione

Tagliate l'anguilla in pezzi (4-5 in base alla lunghezza), cospargetela di sale e pepe e infarinatela. Preparate un trito con cipolla, carota e sedano, fatelo rosolare in olio e burro e soffriggetevi i pezzi di anguilla aggiungendo anche i funghi, i pomodori tagliati a concassé e il mazzetto di erbe. Cuocete il tutto a fuoco vivo per 5 minuti e unite il vino. Abbassate la fiamma e coprite il tegame. A cottura ultimata (calcolate circa 20-30 minuti) asportate il mazzetto di erbe.

GASTRONOMIA / Le proposte dell'Istituto Alberghiero "Gianni Brera"

Il pesce dei poveri nobilitato con le erbe

Un gustoso secondo piatto all'insegna della tradizione lariana



IL VINO CONSIGLIATO

● FRANCIACORTA DOCG "SATÈN"

● PARTICOLARITÀ

Il termine "Satèn" designa la semplicità e il ricordo della parola "seta" (come morbidezza e consistenza del tessuto) e della parola "satinato" come immagine riflessa del colore.

● CARATTERISTICHE

Ottenuto solo con uve chardonnay

(prevalenti) e pinot bianco, ha un perlage finissimo e persistente, quasi cremoso. Colore: giallo paglierino, anche intenso. Profumo: sfumato ma deciso di frutta matura con delicate note di fiori bianchi e frutta secca. Sapore: sapido e fresco, morbido

● COSÌ IN TAVOLA

Temperatura di servizio: 10-12 °C. Calice: flûte classica. Si abbina a tutti i pesci di lago. È uno spumante "a tutto pasto" per eccellenza

L'anguilla (dal latino *anguis*, serpente) è un pesce che vive in acque dolci e salmastre. Un tempo "cibo dei poveri" viene consumata specialmente a cavallo di Natale perché erroneamente considerata un alimento magro. In realtà è un pesce molto grasso (24% circa), che è perciò opportuno preparare con pochi, o addirittura senza,

Classificata tra i pesci di acqua dolce, l'anguilla è, per la precisione, un pesce migratore che nasce in quella parte dell'oceano Atlantico-chiamata Mar dei Sargassi.

Sono poi necessari tre anni perché le larve percorrano gli 8000 km che separano il Mar dei Sargassi dalle coste europee. Divenuta adulta, l'anguilla risale la foce dei fiumi e può scegliere di vivere sia in acque dolci sia in acque salmastre. Solitamente predilige i fondali fangosi e limacciosi, gli stagni in

particolare, ma vive bene anche in alcune zone di mare. L'anguilla è un pesce molto valorizzato sul nostro Lario, tipico del centro lago e della zona di Novate Mezzola, alla confluenza tra Valtellina e Valchiavenna.

La ricetta ideata per le "Vie dei golosi" dagli allievi chef del "Brera" di Como (nella foto) è "L'anguilla alla comacina" (vedi scheda a lato), insaporita con funghi secchi,

È ottima arrostita sullo spiedo e infarinata con zucchero e cannella oppure cotta con le cipolle

cannella, oppure l'anguilla con i sciguletti: una volta tagliata a pezzi si cuoce in umido con un grande quantitativo di cipolle e pomodori. Qualsiasi sia la ricetta, è comunque sempre bene aromatizzare e addolcire l'anguilla per eliminare l'odore di muschio.

È ottima accompagnata da patate lesse o polenta bianca.

CURIOSITÀ



Disegno della pianta di cannella

La cannella è la corteccia odorifera di un arbusto della famiglia delle *Lauraceae* (numerose varietà sono coltivate nello Sri Lanka, in India e in Cina), incisa sull'albero, tagliata a striscioline, grattata in modo da separarla dal sughero e poi essiccata al sole.

Durante il processo di essiccazione, la cannella si arrotola su se stessa, a forma di bastoncini. Oppure viene ridotta in polvere. Si distinguono essenzialmente due varietà: la cannella di Ceylon, di colore chiaro e gusto dolce, e la cannella di Cina, più scura e acre.

Assai utilizzata nel Medioevo, allo scopo di profumare salse e carni in umido, la cannella è una delle spezie più impiegate al mondo. In particolare, in Marocco e in Europa centrale, dove serve ad aromatizzare quasi tutti i prodotti di pasticceria, e nell'Europa del Nord, dove la si utilizza nel pan pepato.

BANQUETING

UNA TAVOLA A TEMA

"Trompe l'oeil" rustico al sapore di cioccolato e zucca

Gli allievi in "banqueting designers" del Brera hanno progettato la tavola di questa settimana, giocando sul "trompe l'oeil", ovvero della simulazione della realtà. Per questo allestimento, dedicato a serate dall'atmosfera rustica, gli studenti hanno utilizzato anche cioccolatini a foggia di castagna e noce.

Per realizzarla procedete in questo modo: procuratevi una pagnotta del diametro di circa 20 cm, svuotatela e riempitela con frutti di stagione (castagne, noci, piccole mele); al centro adagiate una piccola boule in vetro porta tealight che, per l'occasione, deve essere aromatizzato alla zucca.

Disponete intorno alla composizione appena creata delle spighe a rag-



La composizione proposta dagli esperti dell'Istituto Brera di Como giera, tagliate a un'altezza di circa 10 cm. Per incorniciare ulteriormente la vostra creazione, potete cospargervi sopra cioccolatini a forma di noce, nocciola e castagna, abbinati a noci e castagne vere.

I vostri ospiti rimarranno stupiti dall'alle-

stimento "godereccio" che caratterizzerà la vostra tavola.

Per la realizzazione del menù consigliamo di stampare la lista con i nomi delle portate su una carta paglia e legarla con un nastro di rafia naturale, intrecciato con della corda.