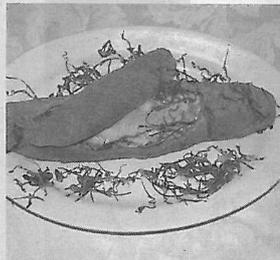


# LE VIE DEI GOLOSI

## LA RICETTA

### DI OGGI

Trota salmonata  
in crosta



### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

⇒ 500 g di pasta sfoglia, 1 trota di circa 700 g, salvia, rosmarino, maggiorana, aglio, timo, sale e pepe

⇒ succo di limone, 1 cucchiaino di olio d'oliva

#### Preparazione

Lavare, squamare e diliscare la trota. Aromatizzarla con gli aromi, salare e pepare. Stendere la pasta sfoglia su un foglio di carta da forno, ungerla con un goccio d'olio e appoggiarvi la trota, spolverandola con tutti gli aromi, salare e pepare. Ricoprire con la pasta sfoglia formando un pesce e decorarla. Pennellarla con un uovo sbattuto e passarla in forno a 180 °C per 40 minuti circa. Servire molto calda.

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

## La trota si veste di pasta sfoglia

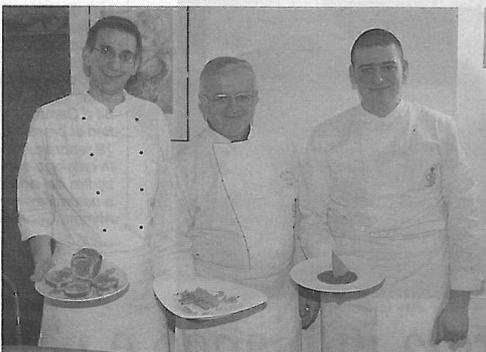
Una fantasiosa e ricca variante del tipico pesce di lago

La trota salmonata è la regina della tavola imbandita oggi dagli allievi chef dell'Istituto Alberghiero "Gianni Brera" coordinati da Angelo Novati.

La trota, pesce d'acqua dolce della famiglia dei salmonidi, si pesca nei torrenti (*varietà fario*) e nei laghi (*salmo lacustris*). Non a caso abbonda nelle acque lariane, anche se gran parte della produzione italiana proviene dall'acquacoltura.

La varietà salmonata, a carne rosea, viene alimentata con crostacei o gamberetti che ne colorano le carni.

Le carni della trota, non molto grasse, sono di facile digestione, per cui non presentano particolari



### IN CUCINA

Gli allievi dell'Istituto Alberghiero "Gianni Brera", diretto da Franco Soldaini. Oggi i giovani aspiranti cuochi coordinati da Angelo Novati hanno ideato un menù con "Trota salmonata in crosta" e "Mandarini gelati". (fotoservizio Fkd)

controindicazioni dietetiche. Ricche di potassio e fosforo, hanno un valore calorico di 83 calorie per 100 g di prodotto. La ricetta proposta per questa puntata de *Le vie dei golosi* si differenzia dalle preparazioni classiche (al vapore, al burro o alla gri-

glia) perché molto più ricca, e soprattutto con un notevole effetto scenico dato dalla copertura di pasta sfoglia e dai profumi degli aromi, soprattutto della maggiorana. Informazioni sulla ricetta allo 081.30.55.40.

### CURIOSITÀ

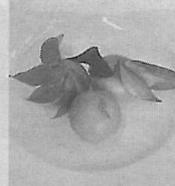
La maggiorana appartiene alla famiglia delle Lamiacee. È una pianta erbacea simile all'origano, molto ramificata, che raggiunge i 50 centimetri di altezza. Originaria del Medio Oriente e dell'Africa settentrionale, è utilizzata per le sue proprietà aromatiche molto gradite in cucina. Le foglie sono ovali e di colore biancastro, i fiori hanno colore bianco o leggermente rosato. Della pianta si utilizzano le foglie e le estremità fiorite. Una volta recisi, i fiori si

raccogliono a mazzi e si lasciano essiccare all'ombra in luoghi non umidi, quindi si conservano in sacchetti. L'infuso di maggiorana può essere utilizzato nella preparazione del bagno, per un effetto tonificante e profumato. Nell'antichità, con la maggiorana si intrecciavano le corone poste sul capo degli sposi durante le cerimonie nuziali, come augurio di felicità. Gli antichi Greci ne facevano uso sia per curare le malattie sia per preparare profumi e cosmetici.

## IL DOLCE

### DI STAGIONE

Mandarini gelati



### INGREDIENTI PER 4 PERSONE

⇒ 800 g di mandarini, 60 g di amido di mais

⇒ 50 g di zucchero, menta per guarnire

#### Preparazione

Lavare e asciugare i 4 mandarini più grossi e tagliare la calotta superiore. Con l'aiuto di uno scavino, togliere delicatamente la polpa dall'interno, in modo da non rovinare la buccia. Spremere tutto il succo degli altri mandarini e della polpa recuperata e mescolare con amido di mais e zucchero. Versare il tutto in una casseruola e far cuocere per 2 minuti, continuando a mescolare la crema affinché non si attacchi sul fondo. Lasciarla appena intiepidire e versarla nelle bucce dei mandarini svuotati, riempiendoli bene. Riporre il tutto in un congelatore per 2 ore. Prima di servirli mettere il coperchietto su ciascuno e foglie di menta per guarnire.

### IL VINO CONSIGLIATO

#### ● GARDA CLASSICO CHIARETTO

● CARATTERISTICHE  
Colore rosa piuttosto intenso, con riflessi rubino. Profumo intenso, con tracce fiorite e fruttate. Sapore secco, sapido, salino. Gradazione alcolica minima 11,5 °C

● COME SERVIRLO  
Temperatura 10-12 °C  
Calice tulipano medio

## BANQUETING LA TAVOLA A TEMA

### Look essenziale con giochi lineari di fili di beargrass e ampolle di vetro

Fili e forme per una tavola "minimale". La semplicità di questa nuova presentazione della tavola è alla base della decorazione che viene presentata oggi e che è realizzata con fili di beargrass e piccoli contenitori di vetro dalla forma scultorea. Il "beargrass", letteralmente "erba dell'orso", è un fogliame verde a texture delicata molto utilizzato nelle composizioni floreali come elemento decorativo; nell'allestimento qui riportato è l'insolito protagonista che crea giochi lineari e decora una tovaglia a contrasto, disegnandone elementi decorativi.

Disponete a vostra scelta dei fili di beargrass che dipartono dal vasetto in vetro principale (nell'immagine a destra, i fili decorano solo da un lato).

Nel vasetto in vetro sistemate sassi colorati. Al di sopra, posizionate un cono, sempre in vetro, nel quale si può adagiare un piccolo fiore bianco (rosa o margherita) o una candela galleggian-

te. Questa composizione si può adattare bene anche a buffet: sfruttate la direzione opposta del tavolo con il beargrass (tavolo orizzontale con beargrass verticale, e viceversa) e posizionate vari vasetti in vetro a diverse altezze. In alternativa incorniciate il vassoio del buffet disegnando linee circolari. Poiché il beargrass è un fogliame delicato, si consiglia di tagliare le punte in maniera tale che si presentino tutte della stessa lunghezza e senza parti rovinate.

