

SAPORI&SAPERI

A CURA DI VERA FISOGNI
info: v.fisogni@laprovincia.it

TREND DI DESIGN

E per dessert, un sandwich Purché sia ripieno di gelato

ANNA PIAZZI

Il dessert fresco, in agosto, è la regola. Come alternativa al classico gelato in vaschetta, si può proporre un mix di sandwich ripieni di gelato alla crema o alla frutta. L'effetto è dato dalla varietà dei biscotti che impiegherete per preparare questi golosissimi dolcetti. Potete utilizzare i wafer, i brownies, quelli a base di pasta frolla o di cioccolato. L'effetto sarà proporzionale alla vostra fantasia e al vassoio che riuscirete a preparare. L'alternativa al fai-da-te, garanzia di precisione millimetrica, è disporre di appositi stampi, come quelli di Tescoma (11,90 euro per il set di tre pezzi; info: www.tescomaonline.com).



I sandwich di gelato con stampi Tescoma

TORTE IN FACCIA / UN DOLCE, UN FILM

Un tirchio quasi perfetto Ma la dolcezza lo mette ko

BERNARDINO MARINONI

“Un tirchio quasi perfetto” (2017), l'avaro patologico di nome François Gautier, è visibilmente detestato, specie dai condomini che al novello Arpagone, un pur valente violinista, hanno molto da addebitare, finché danno credito alla tesi della figlia - che l'interessato non sapeva di avere - per la quale il personaggio interpretato da Dany Boon - conserva lo stesso abbigliamento per tutto il film, alla maniera dei cartoni animati - sarebbe un campione di occulta generosità. Un benefattore che paga con il proprio disagio il mantenimento di remoti orfanelli, sicché lo prendono tutti a benvolere nella commedia



che il regista Fred Cavayé dirige con sufficiente esprit transalpino, senza mancare di servire una torta: il protagonista se la vede recapitare dalla famiglia, numerosa, di un vicino, ingombrante la sua parte, che ha suo malgrado aiutato. Che dire: il dolce è prettamente casalingo, cioccolato - tanta - e una dedica scritta con la panna a caratteri scolastici - il vicino ha sei bambini - comprensiva di errore ortografico, perdonabilissimo.

Pollo & funghi al gusto di Bitto Ghiotta vacanza

Il Ferragosto è archiviato, ma non il piacere di un menù ricco che profuma di montagna. Dalla Valtellina un'ispirazione da provare.

CRISTINA SAGGIOMO*

Il formaggio è il frutto di una serie di conoscenze e tradizioni molto interessanti. Lo stesso tipo di formaggio può variare a seconda del tipo di latte, al luogo di produzione e dall'allevamento dell'animale e dal modo in cui viene stagionato.

Il Bitto, tipica eccellenza della Valtellina, è ottenuto impiegando la cagliata di vitello. La pasta ricavata viene messa nelle tradizionali fasce di legno con scalzo concavo a spigolo che le conferiscono una forma non perfettamente tonda. Il processo di stagionatura si protrae per almeno 70 giorni e inizia nelle casere d'alpe per poi terminare nelle strutture di fondovalle. La pasta del Bitto è di colore paglierino scuro, untuosa a causa della buona percentuale di grasso presente ed è elastica: per questi motivi l'uso in cucina non è dei più semplici.

Ai lettori proponiamo la ricetta del “pollo ai funghi e Bitto filante”. Gli ingredienti li trovate nel box qui accanto. Per la preparazione, procedete così.

Iniziate con l'infarinare le fettine di pollo e mettetele in padella già calda, con una noce di burro spumeggiante. Fatele rosolare per bene su ambo i lati e aggiungete i funghi: quelli secchi dovranno essere messi in ammollo in acqua calda almeno mezz'ora prima, quelli freschi vanno precedentemente puliti, in modo molto accurato, e tagliati a cubetti.

Successivamente bagnate con mezzo bicchiere di vino bianco e lasciate evaporare. Completate la cottura aggiungendo il latte e del brodo vegetale, finché la carne non sarà cotta e molto morbida. A cottura ultimata regolate con sale e pepe, aggiungete il prezzemolo e cospargete sulle fette di pollo i funghi presenti nella padella. A questo punto adagiate su ogni pezzo di pollo delle fette di Bitto e mettetle il coperchio alla padella. Spegnete il fuoco e quando il formaggio sarà fuso servite immediatamente.

*Centro Studi Casnati - Istituto Alberghiero “Gianni Brera”.

La ricetta di questa pagina è proposta dagli studenti e dai docenti dell'Istituto Alberghiero “Gianni Brera” del Centro Casnati di Como, diretto dal professor Danilo Discacciati. Oltre a far riscoprire sapori del territorio, i contributi intendono invitare i lettori all'alimentazione consapevole.

(LA FOTO È SOLO INDICATIVA DEL PIATTO)



Profumato e saporito, dà carattere ai piatti

Gioiello gastronomico

Ingredienti

(per 4 persone)

- 8 fette di petto di pollo
- 100 gr di funghi secchi (o 200 gr di funghi freschi)
- 80 gr di Bitto, 50 gr di latte
- brodo vegetale q.b.
- vino bianco, burro, farina, prezzemolo tritato, sale & pepe

quanto basta a insaporire

La curiosità

Il prezzo del Bitto varia molto, anche a seconda del tempo di stagionatura: pensate che nel 2001 a New York è stata venduta all'asta una forma stravecchia, addirittura a 2000 €!



1. È la vitamina H che favorisce i processi biologici di ristrutturazione della cute, dei capelli e delle unghie. Si trova in fagioli, spinaci, noci.



2. La vitamina B5 stimola le cellule della pelle a rigenerarsi. È presente nel grano saraceno, nella pappa reale, nel polline, nelle nocciole.



3. La vitamina C è un potente anti ossidante: si trova nei vegetali rossi, arancioni e gialli. Da provare anche la papaya e l'acerola.

La tavolozza di verdura e frutta

Benessere a colori al rientro dalle ferie

L'alimentazione corretta è il migliore cosmetico, perché comunica lo stato di benessere attraverso pelle, unghie e capelli. Ma quali suggerimenti seguire? Anzitutto, bere acqua (fino a 2 litri) serve a «mantenere un livello di idratazione ottimale» nel dopo vacanze, come spiega la dottoressa Maddalena Montalbano, medico dermatologo, specialista in medicina estetica a Milano. Da prevedere nel menù: le vitamine A (frutta gialla), E (olio d'oliva), C (verdure rosse), B5 (grano saraceno, pappa reale: basta una punta di cucchiaino al giorno), H (pomodori, piselli) e F (ribes nero, frutta secca). ARIANNA AUGUSTONI

Polenta, pancetta, “murunit” Merenda povera ma buona

Tradizioni da ritrovare

La pausa del lavoro, in estate? Un'appetitosa consuetudine

Importante sia per i contadini che per gli uomini che interrompevano il lavoro nelle botteghe di casa era la “marenada” o merenda pomeridiana, una sorta di happy hour ma molto, molto più parsimoniosa. In campagna ci si fermava all'ombra dei “muron” i gelsi o sotto i

pergolati dell'uvache adornavano i “casot” per gustare una fetta di polenta fredda o un pezzo di pane con qualche cubetto di pancetta tesa, una fettina di salame nostrano, quando andava bene o un “cucumerin suta asè” cetrioli dell'orto di famiglia conservati sott'aceto spesso insieme a peperoncini verdi dolci tipici brianzoli. Un frutto, se c'erano piante in zona, i “murunit” le more di gelso meglio se condite con una bella spruzzata

di vino rosso e un cucchiaino di zucchero (stesso trattamento si riservava alle fragole dell'orto). Gli artigiani si concedevano una pausa nella cucina di casa, consumavano più o meno la stessa merenda concedendosi in più una tazza di latte e vino rosso “bei fresch” in cui intingere un tocco di pane, a volte pan giallo. Nonostante il caldo dei mesi estivi potrebbe far pensare al consumo di piatti freddi, mio suocero e forse tanti altri nati



Stefania Barni GASTRONOMA

nei primi anni del 1900 preferiva pranzare con i classici piatti della cucina più o meno tipica brianzola con l'accortezza “de lasai intevèdi” ovvero di far perdere calore per esempio alla classica “minestra de zucc cunt i fasò de Spagna o burlott” perché la zucca del mese d'agosto è più buona di quella invernale (era il detto di mia suocera).

Stessa cosa per il “risott gialt cunt ullumber” il risotto all'amilanesa preparato inderogabilmente col brodo di carne, ogni Santa domenica, a volte arricchito con “il Cuntturnu”, una sorta di intingolo preparato con il “quinto quarto” di polli e galline, solo se nostrane: fegato, creste, cuore, bargigli cotti in un sughetto aromatico e speziato.

Con la carne del brodo preparava, solo nelle giornate più calde, una sorta di insalata ricca, aggiungendo alla stessa tagliata a listarelle le falde della cipolla utilizzata per aromatizzare il brodo, qualche rondella di cetriolo sott'aceto, fettine di barbabietola al vapore, torsoli cotti delle verze, aglio e prezzemolo tritati con la mezzaluna nella fossetta, creata dall'usara del tempo, nel tagliere di legno che periodicamente ripuliva e sistemava con un colpetto di “pulidura” o con la carta vetrata, deformazione professionale per lo stesso mestiere di San Giuseppe. Stefania Barni

Gastronoma, è curatrice del Tavolo della convivialità ad Agrinatura