

VISIBILIA

# Novella Cucina

#LaSantaCucina  
**PASQUA COLORATA**  
di Daniela Santanchè



Diretto da Carlo Faricciotti

a solo  
**1,50**  
euro

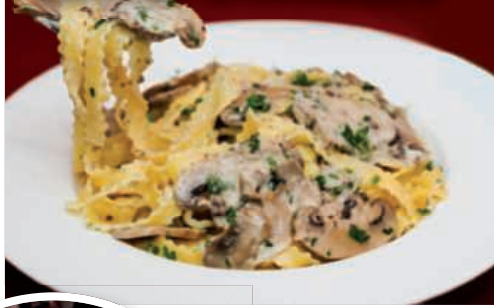
*La Molisana*



**LA PASTA  
AL SUO MEGLIO**

*Crai*

**VIAGGIARE  
CON IL CARRELLO**



*Matilda  
De Angelis*

**LE RICETTE  
DEI GIOVANI**



DI DIEGO PAURA



*Nero Bottega*

**UNA SORPRESA  
DOLCE AMARA**



ISSN 1122-2688  
9 781122 268804



**RIORDINA**



**CONSERVA**



**RISCALDA**



**IMPIATTA**





**Da oltre 70 anni la nostra missione è portare allegria, piacere e  
convivialità sulla tavola progettando e realizzando prodotti in plastica  
riutilizzabile. Tutti i materiali utilizzati mantengono inalterate le proprietà  
organolettiche ed il sapore del cibo, riducendo l'impatto sull'ambiente.**

[www.giostyle.com](http://www.giostyle.com)

segui su 

# INNAMORATEVI, OGNI GIORNO.

**Le storie speciali** nascono sempre  
da ingredienti **semplici**.

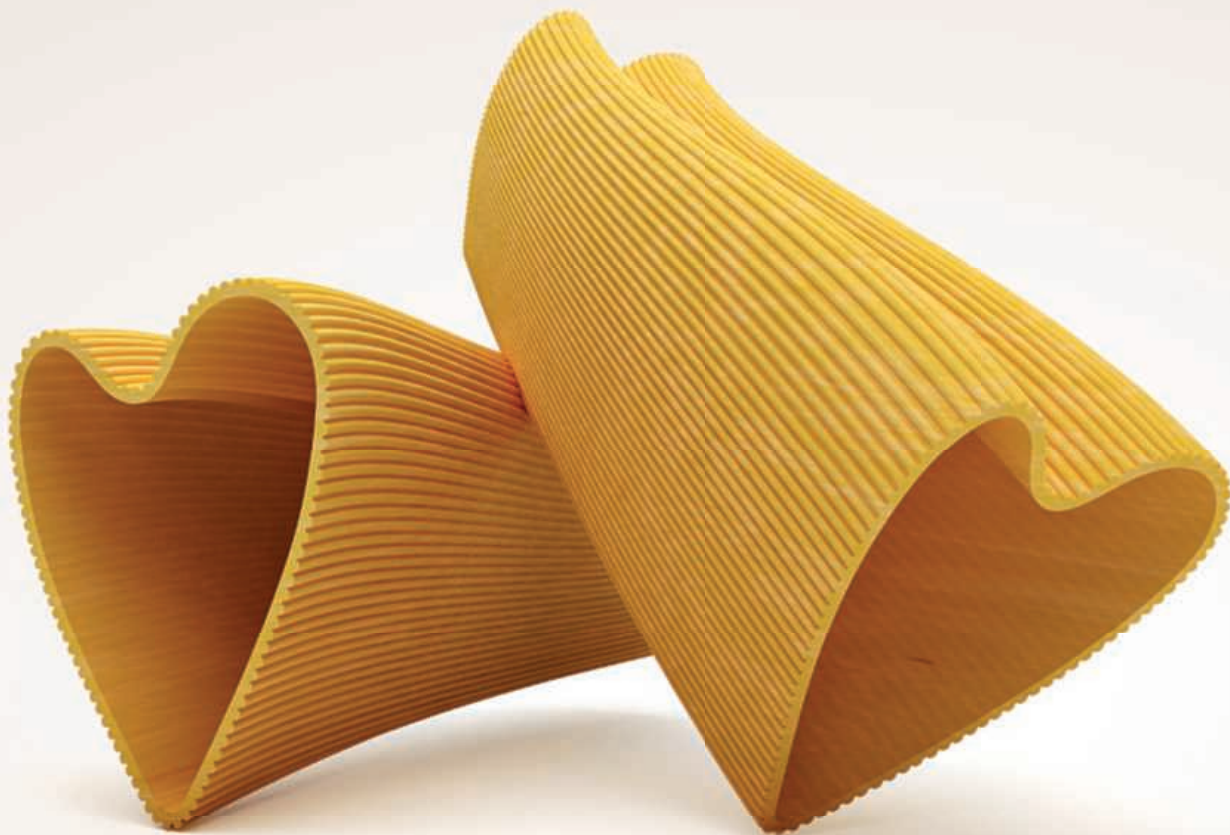
Questa non è semplicemente una pasta, è la storia di una famiglia di mugnai che dal 1910 custodisce e tramanda un vero e proprio culto del grano duro.

Nel nostro molino sono ammessi solo i migliori grani italiani decorticati delicatamente a pietra per preservarne intatte le qualità originali.

Le semole purissime in giornata arrivano fresche e fragranti nel nostro Pastificio, dove diventano La Molisana: una pasta di filiera integrata, saporita, tenace, nutriente.

Una pasta amata e curata in ogni dettaglio per farti innamorare ogni giorno.





*la*  
**Molisana**

# SI con RISO<sup>®</sup>



## Scotti

# SENZA LATTOSIO



LA NUOVA LINEA BUONA PER TUTTI





**SENZA**  
Olio di palma  
Proteine del latte





**C**ameriere. Poi maître, docente in una scuola alberghiera di Riccione. Infine la medaglia d'oro a *MasterChef Italia*.

La storia di Francesco Aquila è esemplare. Ci parla di un uomo che partendo dal gradino più basso ha saputo salire la scala fino al podio più alto.

«Sono un vero autodidatta. Lavoro nel mondo della ristorazione e degli alberghi da quando ho 14 anni, ma ho sempre fatto altro, mai il cuoco. Ho iniziato come semplice cameriere e poi sono cresciuto, con tanta gavetta, fino a diventare maître» ha raccontato al *Resto del Carlino*.

Una figlia di 4 anni, Ludovica, che «mi dà una grande carica, è stato difficile stare lontano da lei. Tutto quello che farò in futuro sarà per mia figlia» ha detto invece all'agenzia Dire. Con *MasterChef* non era stato amore a prima vista, anzi.

Nel 2015 aveva provato entrare nel cooking show di Sky, ma fu scartato alle selezioni.

«Ci rimasi molto male. Pensai che con *MasterChef* avevo chiuso per sempre, non volevo più riprovarci. Poi ho provato per gioco a re-inviare la candidatura ed è andata bene». Origini pugliesi («sono nato ad Altamura, la mia famiglia è di Gravina di Puglia»), ma che vive a Bellaria da quando ha tre anni e si sente un romagnolo doc, ora Aquila vuole salire ancora più in alto. «Ma con i piedi sempre ben piantati a terra. Perché il bello comincia adesso». Presentando il suo libro di ricette, *MY WAY zio Bricco che ricette!* (in libreria con Baldini+Castoldi) Aquila parla di un «percorso di crescita e di realizzazione».

Sa che «si può giocare con la tradizione, rinnovandola nella forma, nelle consistenze e nella presentazione».

Ma sa anche che è possibile farlo «solo quando si conoscono la storia e la cultura di un piatto, quello che ha significato per generazioni e generazioni. Per poterlo traghettare dal passato al futuro conservandone ciò che più conta: il valore emotivo, il reale significato». ■

**Il vincitore di "MasterChef Italia" aveva iniziato come cameriere e ora è docente oltre che chef diplomato. Una storia esemplare**



di Carlo Faricciotti  
direttore di Novella Cucina

**Francesco Aquila**  
**Il volo de**





## Tavola pronta

“Tavola pronta” è il nome dell’antipasto di Francesco Aquila realizzato con funghi cardoncelli, stracciatella, borragine, pane, peperone crusco, origano e sfera di gazpacho pugliese. Uno dei piatti della finale del cooking show di Sky

**Ingredienti** pomodoro canone q.b.; un peperone verde; un carosello; 2 g di alginato di sodio; 140 ml di acqua ; 4 g di cloruro di calcio; 100 g di funghi cardoncelli; 200 g di borragine; 50 g di farina; sale e olio q.b.; 60 g di stracciatella; aglio, zucchero semolato, peperoncino, origano, olio EVO e pepe q.b.

**Preparazione** In un frullatore inserite il pomodoro, il carosello e il peperone, mezzo cucchiaino d’olio, mezzo cucchiaino di zucchero, l’origano e l’alginato di sodio. Frullate fino a ottenere un composto

omogeneo. Passate al setaccio fine in modo da eliminare semi e bucce e prelevare il gazpacho con una grossa siringa senza ago. Lasciatelo gocciolare in una soluzione di acqua e cloruro di calcio, dando vita a sfere che verranno lasciate in soluzione per un minuto circa. Prelevatele con un colino e lavatele in una ciotola con acqua pulita. Con la pasta di pane formate una lunga stringa che sarà poi fatta girare attorno a uno stampo per cannoli di 4 cm, formando una spirale. Cuocetela in forno preriscaldato a 220° per 6-8 minuti. Scottate la borragine in acqua salata per un paio di minuti, quindi frullatela a immersione fino a farne una crema. Tagliate i cardoncelli a brunoise, saltateli velocemente in padella con aglio, olio e peperoncino; quindi, aiutandovi con un coppapasta, formate un disco che verrà inserito all’interno della spirale di pane. Accanto adagiate la crema di borragine e la sfera di gazpacho. Completate il piatto con sbuffi di stracciatella e una spolverata di peperone crusco tritato.

Mettete la crema di borragine nel mezzo e con una base piatta schiacciata. Da un lato appoggiate una spirale di pane e al suo interno i funghi, la stracciatella, pomodori e foglioline di borragine. Davanti la sfera di gazpacho.



- 10 #lasantacucina  
Pasqua colorata
- 14 Matilda De Angelis  
Le ricette dei giovani
- 20 La Molisana  
La pasta al suo meglio
- 22 Paolo Romeo  
Colori e sapori della Sicilia
- 26 Crai  
Viaggiare con il carrello
- 28 Villa Imperiale  
Nel mare che bagna Napoli
- 34 Orogel  
Il cuore tenero dei carciofi
- 36 Nico Carlucci  
Colomba da medaglia
- 40 Pan Piuma  
Bontà e morbidezza
- 42 Elisa Nata  
Ve lo do io il Giappone
- 46 Riscopriamo la tradizione  
Pasqua abruzzese
- 50 Nero Bottega  
Una sorpresa dolce amara
- 52 Food Blogger  
Socializziamo a tavola
- 58 Asdomar  
Tonno di pregio
- 60 Tiziana Colombo  
I consigli di NonnaPaperina
- 64 Andrea Pasqualucci  
La mia prima Stella
- 70 Giampaolo Sodano  
Liscio come l’olio
- 74 Massimo Brunaccioni  
Vegan Coach
- 80 JK Place Roma  
Lusso e Cucina
- 86 Fabrizio Gotta  
Duello di primi
- 88 Il Cocoladieta  
Pasta con saggezza (e brio)
- 90 Cinema & Cocktail
- 94 Scuola di pasticceria  
I brownies
- 96 News



## Taralli di Pasqua

**Ingredienti per 16 taralli** 270 g di farina 00; 2 uova; 70 g di zucchero bianco; 35 g di olio EVO; un cucchiaino di lievito in polvere; una scorza di limone e succo per la glassa; un pizzico di sale  
**Per la glassa** 70 g di zucchero a velo (se necessario); un albume d'uovo (opzionale); succo di mezzo limone.

**Procedimento** In una terrina sbattete l'uovo con lo zucchero fino a quando lo zucchero non si sarà quasi sciolto. Aggiungete la farina setacciata, il lievito, l'olio, il sale. Grattugiate la scorza di limone e mescolatela all'impasto. Una volta che l'impasto si è riunito nella ciotola trasferitelo su un piano di lavoro e impastate con le mani fino a ottenere un impasto morbido e liscio. Potete usare una planetaria con un gancio per impastare, ma è quasi inutile poiché l'impasto è morbido e molto facile da lavorare. Coprite l'impasto con la pellicola trasparente e lasciate riposare per circa 30 min. Preriscaldate il forno a 200°. Arrotolate ogni pezzo in una corda, lunga circa 20-25 cm. Se l'impasto è troppo appiccicoso, spolverizzatelo con un po' di farina. Piegare le corde a metà e attorcigliate le estremità l'una sull'altra. Fissate le estremità formando una forma ad anello. Disponete i taralli su una teglia rivestita di carta forno. Cuocere in forno preriscaldato a 200° per 20 min. Nel frattempo preparate la glassa. Sbattete l'albume con un pizzico di sale e il succo di limone fino a ottenere una schiuma. Aggiungete lo zucchero a velo e continuate a battere fino a raggiungere punte semi rigide. Una volta che i biscotti iniziano a diventare leggermente dorati, sfornateli e lasciateli raffreddare. Una volta che i taralli siano completamente raffreddati, immergeteli nella glassa e lasciate riposare su una griglia per biscotti per far fuoriuscire la glassa extra. Aggiungete dei granelli di colore.

**Suggerimento** In alternativa, potete fare la glassa senza uova semplicemente mescolando lo zucchero a velo con il succo di limone fino a ottenere una pasta di medio spessore.



#lasantacucina

# Pasqua colorata



L'editore e tutti noi di Novella Cucina vi auguriamo una felice Pasqua. E che sia l'ultima sotto il peso della pandemia

## Panini pasquali

**Ingredienti per 6 panini** 2 cucchiaini di lievito secco istantaneo; un pizzico di sale; 2 uova; 110 g di zucchero semolato; 310 ml di latte; 75 g di burro; 525 g di farina 00 (qualche grammo in più per formare un impasto); 6 uova sode; un cucchiaino di aceto bianco; 10 gocce di colorante alimentare; uovo lavato: cioè un uovo e un cucchiaino di acqua mescolati per unire; spruzzatori.

**Procedimento** Mettete lievito, sale, uova e zucchero nel mixer e mescolate. Mettete latte e burro in una piccola casseruola a fuoco medio-basso e riscaldate finché il burro non si sarà sciolto. Posizionate la casseruola sul banco della cucina o su una tavola di legno e lasciate raffreddare fino a quando non è tiepida. Aggiungete la miscela tiepida di burro fuso e latte alla miscela di lievito. Aggiungete metà della farina e accendete il mixer a velocità media. Aggiungete lentamente farina fino a formare un impasto compatto. Aggiungetene finché l'impasto non sarà più appiccicoso. Impastate per 10 min o fino a un impasto omogeneo. Mettete l'impasto in una ciotola unta, coprite e lasciate lievitare in un luogo caldo fino a quando l'impasto non sarà raddoppiato (circa un'ora). Nel frattempo colorate le uova sode. Mettete 1/2 tazza d'acqua bollente, aceto e colorante alimentare in una ciotolina. Mescolate. Usate un mestolo forato per mettere le uova nella ciotolina e muovetele fino a ottenere il colore desiderato. Usate la schiumarola per rimuovere le uova e mettetele ad asciugare. Quando la pasta è raddoppiata toglietela dalla ciotola e mettetela su una tavola di legno infarinata. Schiacciatela e formate un rettangolo di 40 centimetri circa. Tagliatelo in 12 pezzi. Arrotolate ogni pezzo in una forma di 30 centimetri. Mettete due pezzi fianco a fianco. Attorcigliateli in una treccia, pizzicando le estremità. Chiudete a cerchio. Disponeteli su una teglia rivestita di carta da forno. Coprite e lasciate lievitare un'ora circa. Preriscaldate il forno a 180°. Spennellate ogni pane con l'uovo sbattuto e aggiungete la granella. Adagiate un uovo colorato al centro di ogni pane. Cuocete per 15-20 min o fino a doratura.





# #lasantacucina



## Nido di Pasqua

**Ingredienti per la torta** 270 g di farina 00; un cucchiaino di bicarbonato di sodio; 1/2 cucchiaino di lievito in polvere; 70 g di burro ammorbidito; 70 g di olio di cocco non raffinato, ammorbidito; 200 g di zucchero semolato; 70 g di zucchero di canna scuro; un cucchiaino di estratto di vaniglia; 5 uova; 135 g di latte di cocco in scatola; 70 g di scaglie di cocco candito; 135 g di nocciole tostate; **Per la glassa** 70 g di burro a temperatura ambiente; 270 g di zucchero a velo; 2 cucchiai di latte di cocco; un cucchiaino di estratto di vaniglia; pizzico di sale; 200 g di cocco grattugiato; uova di cioccolato per decorare.

**Procedimento** Preriscaldate il forno a 180°, imburrate e infarinate molto bene una tortiera. In una ciotola media, sbattete insieme il burro e l'olio di cocco per la torta fino a renderla cremosa e liscia. Aggiungete lo zucchero raffinato e quello di canna e sbattete fino a

ottenere un composto spumoso. Aggiungete le uova, una alla volta, seguite dall'estratto di vaniglia. Aggiungete metà della farina e mescolatela, quindi aggiungete il latte di cocco e infine aggiungete il resto della farina più il lievito e il bicarbonato. Infine, aggiungete il cocco e le nocciole. Versate il composto nella teglia preparata e infornate per 50-55 min, fino a quando uno stuzzicadenti inserito al centro non risulti pulito. Mettete da parte per raffreddare completamente. Preparate la glassa. In una ciotola media, sbattete il burro fino a renderlo cremoso. Aggiungete lo zucchero a velo un po' alla volta fino a quando non è stato amalgamato, quindi aggiungete il latte di cocco, la vaniglia e il sale. Posizionate il ciambellone su un piatto da portata o su un supporto per torta e coprite l'intera superficie con la glassa. Coprite con il cocco grattugiato, premendolo sulla superficie per farlo attaccare. Per il gran finale, mettete al centro le uova di cioccolato e servite.



# BOTTEGA

Artigiani della bontà







di Diego Paura

**Matilda De Angelis**  
**Le ricette**  
**dei giovani**



**R**educe dalla partecipazione al Festival di Sanremo targato Amadeus-Fiorello, in veste di co-conduttrice, Matilda De Angelis si è messa in evidenza anche per essere un'artista dal cuore ad "alto tasso di beneficenza".

Infatti con l'amico Gianni Morandi, emiliano doc come lei, ha partecipato alla "Raviolata di solidarietà" di Alessandra Spisni, preparando i ravioli destinati alle tavole delle "Cucine popolari" che ogni giorno offrono un pasto caldo a 500 persone in difficoltà.

Da promessa del cinema italiano ad attrice amata da Hollywood fino al palcoscenico di Sanremo, Matilda è entrata nel firmamento delle star grazie al film *Veloce come il vento*, nel 2016, che l'ha lanciata da protagonista al fianco di Stefano Accorsi (al- ▶

### Sfoglina a fin di bene

Matilda De Angelis, 25 anni, "sfoglina" per un recente evento di beneficenza nella sua Bologna. Foto dai social.



### Tortellini in brodo della tradizione

**Per il brodo** Partite a freddo con mezzo cappone, un pezzo di biancostato o doppione, sedano, carota, cipolla in proporzione 20%-40%-40% e fate sobbollire per un paio d'ore. Eliminate le impurità con la schiumarola e togliete delicatamente la

carne a fine cottura, per non intorbidire il brodo.

**Per i tortellini** Preparare la sfoglia con un impasto 1:1, per ogni uovo rigorosamente a pasta gialla, 100 grammi di farina per sfoglia. Impastate e fate riposare. Preparate il ripieno amalgamando prosciutto crudo, mortadella, lonza di maiale, Parmigiano Reggiano 36 mesi, uova, sale e noce moscata. Stendete la sfoglia e tagliate a quadratini di circa 2-3

cm, aggiungete la farcia e chiudete con il tradizionale metodo dei tortellini, a ricordare la forma dell'ombelico di Venere. Utilizzate metà del brodo come acqua di cottura dei tortellini, il resto sarà da aggiungere a piacimento al piatto.

**Opzionale** Per un tocco innovativo, ma sempre legato alla tradizione, per richiamare la goccia di Lambrusco aggiunta dai "nonni", una spolverata di vinaccia essiccata e macinata.

**È l'attrice del momento: da Sanremo alle serie tv al cinema tutti la vogliono. Da bolognese, non dimentica i piatti di casa**





Matilda De Angelis

# Le ricette dei giovani



## Tagliatelle alla bolognese

**Per il ragù** Fate il fondo con soffritto di sedano, carota, cipolla e alloro, facendo "sudare" le verdure. Aggiungete in ordine prima il trito di pancetta tesa, seguite con macinato scelto di muscolo di manzo, infine il diaframma. Fate rosolare bene e sfumate con Lambrusco amabile e aggiungete il doppio concentrato di pomodoro. Cuocete a fuoco lento dalle 6 alle 8 ore.

**Per le tagliatelle** Partite dalla sfoglia classica con impasto 1:1 e tagliate a strisce della larghezza di 7 mm (che diventeranno 8 mm a cottura ultimata). La lunghezza ideale della tagliatella invece è di 25 cm.

**Opzionale** Se si vuole animare la conversazione a tavola, utilizzate gli spaghetti al posto delle tagliatelle, per provocare la reazione dei più tradizionalisti.



### Il grande cuore degli artisti

Matilda De Angelis e Gianni Morandi, 76 anni, "sfoglini" d'eccezione per le Cucine Popolari di Bologna. Foto dai social.

► tro bolognese).

Nella sua città la De Angelis ha partecipato a questa iniziativa di beneficenza in cui alcuni noti personaggi hanno cucinato insieme decine di ravioli e tortellini per persone in condizioni di fragilità economica e sociale.

«Sono stata musicista di strada, ho girato l'Europa in furgone, comprendo perfettamente cosa significa procurarsi un piatto caldo», ha detto lei. «Incontravo persone che poi mi ospitavano a casa loro e mi davano da mangiare per tre giorni, diventavamo famiglia, mi davano un letto comodo... Ma mi è capitato anche di dormire in tenda in autogrill».

È raro trovarla a parlare di cibo, ma tra i suoi piatti preferiti troviamo la cotoletta che gusta voracemente quando si trova a Milano. Sulle sue esperienze dietro ai fornelli invece vige un silenzio totale. ►



# LA SPESA ARRIVA IN UN CLICK.

La freschezza e la convenienza di Esselunga direttamente a casa tua.



 Scarica la App  
Esselunga Online  
oppure collegati al sito  
**ESSELUNGA.IT**

 Inserisci i prodotti nel carrello

 Scegli giorno e fascia oraria  
per la consegna

**PRIMA CONSEGNA  
GRATUITA\***

Per scaricare la App  
inquadrare  
il QR code



\* Promozione valida solo per i nuovi registrati.

**ESSELUNGA®**  


PIÙ LA CONOSCI, PIÙ TI INNAMORI.

L'autore delle ricette in queste pagine è Giuseppe Tarantino. Classe 1984, nasce a Napoli e si appassiona alla cucina da piccolo. Creativo, brillante, affianca diversi chef stellati. Bolognese ormai per adozione, nel 2017 ha preso la cucina del Ristorante Corbezzoli, con proposta gourmet, e del Ristorante Corbezzolino, con una cucina mediterranea e tradizionale, all'interno del Relais Bellaria Hotel & Congressi alle porte di Bologna.



► Ha raccontato che dieci anni fa aveva avuto grandi problemi legati all'alimentazione. «Intorno ai 16-17 anni ho sofferto di disturbi alimentari. Ero anoressica. Fino a qualche anno fa ne parlavo a fatica e anche oggi non mi piace farlo: non è bello ricordare».

Le è capitato di «pubblicare su Instagram una mia foto con le smagliature sulle cosce e di sentirmi in dovere di dire alle altre ragazze che è importante imparare ad amarsi e accettarsi. Molte volte ci sono cose insuperabili: o le accetti o lotterai sempre con te stessa e contro qualcosa che esiste solo nella tua testa, ma che senti così tanto reale da spezzarti il fiato, toglierti la voglia di uscire la mattina e farti venire quella di coprire gli specchi con le lenzuola. Io l'ho vissuto e non lo auguro a nessuna».

Matilda De Angelis



# Le ricette dei giovani



## Bollito di vitello con bagnetto verde, asparagi e funghi

**Procedimento** Punta di petto di vitello arrostita con burro e erbe aromatiche. Raffreddate e cuocete a bassa temperatura dalle 12 alle 14 ore sottovuoto a 84°. Glassate con il suo fondo e servite con bagnetto verde (emulsione di prezzemolo, acciughe, aglio e pane raffermo), sauté di funghi e asparagi di stagione spadellati.

**Opzionale** Per dare carattere e aroma, si può aggiungere una spolverata di caffè tostato.



**OROGEL®**



**PER SCEGLIERE VIRTÙ DI BRODO  
BASTA LEGGERE L'ETICHETTA.**

Niente aromi, glutammato, addensanti e niente sale.  
Solo le migliori verdure coltivate in Italia,  
per un brodo naturale e ricco di leggerezza.

**Perché non tutto fa brodo.**



Orogel. La meraviglia di ogni giorno.

La Molisana

# La pasta al suo meglio





## Cubetto con minestra di verdure, legumi ed erbe fresche

**Ingredienti per quattro persone** 320 g di Cubetto 63; 1 kg di carote; 600 g di pomodori ciliegino; 400 g di piselli sgranati; 400 g di fave fresche sgusciate; 300 g di fagioli lessati; 2 patate; 500 g di zucchine; una costa di sedano; cipolla fresca, maggiorana, erba cipollina, menta, zenzero e un limone q.b.

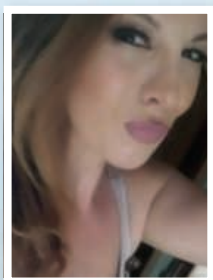
**Procedimento** Pulite tutte le verdure, sbucciatele se necessario e sgranate i legumi. Lessate le carote in acqua bollente, lasciandone un paio da parte aggiungendo metà della cipollina fresca. Raffreddate in acqua e ghiaccio, frullate le carote nel mix con olio EVO e aggiungete sale, una fettina di zenzero e una spolverata di pepe fino a ottenere una consistenza morbida. Nel frattempo lessate i legumi separatamente e private le fave delle bucce, tagliate patate, zucchine, sedano e carote a cubi regolari di 2 cm. In padella saltate a fuoco moderato una cipollina fresca e uno spicchio d'aglio con i cubi di patate e le carote e lasciateli cuocere per 10 minuti coperti, girando ripetutamente. Aggiungete il sedano e le zucchine e procedete allo stesso modo finché non saranno teneri e infine i legumi sgocciolati. Eliminate l'aglio, aggiungete un po' di sale, maggiorana, una foglia di menta e una spolverata di pepe. Nel frattempo preparate i pomodorini confit dividendo a metà i pomodorini, privati dei semi, sistemati in una teglia con olio EVO, sale, un pizzico di zucchero di canna, qualche zesta di limone e fateli cuocere in forno statico a 110° per 2 ore. Cuocete i Cubetti al dente, scolateli e versateli in padella con olio EVO. Componete il piatto sistemando alla base la crema di carote e posizionando all'interno del piatto Cubetti, verdure e legumi, giocando con colori e forme. Finite con pomodorini confit, qualche foglia di menta e maggiorana e un giro d'olio EVO.

# Solo grano duro italiano di Alta Qualità proveniente dalle regioni del Centro-Sud. Una scelta che esalta il sapore



Paolo Romeo

# Colori e sapori della Sicilia



di Stefania  
Castella



## Viaggio in Sicilia

Vincitore del campionato italiano Cous Cous Fest 2017

**Procedimento** Cuocete il Cous Cous con un brodo di pesce che verrà sgranato appena freddo. Aggiungete crema di pomodori secchi, buccia d'arancia e buccia di limone, gamberi rossi di Mazara, la spuma di burrata e per finire una sfera di gelato allo zenzero.





**Folgorato a dodici anni dalle  
divise dei cuochi, negli anni  
lo chef siciliano ha saputo  
cesellare identità e stile:  
“Sono solare, allegro e i miei  
piatti mi rispecchiano”**

### **Uovo poche con funghi porcini e salsa di caprino, tartare di gambero e tartufo siciliano**

**Procedimento** Cuocete a 65° per 30 minuti l'uovo. Saltate con olio aromatizzato al tartufo i funghi porcini, sciogliete a bagnomaria il caprino, sgusciate il gambero di nassa e fatene una tartare. Finito il piatto, grattugiate il tartufo siciliano.

**A**bbiamo tutti un tratto distintivo che ci rende riconoscibili ognuno nel proprio campo.

Così è per Paolo Romeo chef dalla passione infinita. Il colore è uno dei tratti che caratterizza i suoi piatti e li rende immediatamente distinguibili insieme alla solarità che riporta al colore e al calore della terra da cui proviene, la Sicilia.

La formazione, con la gavetta in Italia e all'estero; le esperienze al fianco di chef di altissimo livello; i riconoscimenti (la medaglia di bronzo alle Olimpiadi della Cucina di Erfurt, in Germania, l'argento ai Campionati Italiani di Brescia, la vittoria al Campionato Italiano del Cous Cous Fest di San Vito Lo Capo e nella prima edizione di Cibality a Genova); l'approdo all'EuroToques, la Comunità Europea di cuochi fondata da Gualtiero Marchesi. Questi i molteplici traguardi di una carriera importante, costruita con tenacia.

**Come nasce la sua passione per la cucina?**

«A 12 anni, quando invitato a un matrimonio sono rimasto affascinato dalle divise degli chef, incantato da quel mondo. Quando ho terminato gli ►



## Ravioli beccafico

**Procedimento** Tirate la sfoglia di pasta fresca sottile, chiudetela a forma di tortello con una crema di olive sarde, capperi di Pantelleria e finocchietto selvatico. Pelate a crudo dei pomodori ciliegino e fatene una brunoise. Preparate una crema di patate e zafferano e per finire le sarde cotte a vapore. Il piatto va servito con una spolverata di mollica atturrata.



► studi e i miei mi hanno spinto a cercare lavoro, ho iniziato a far pratica nei ristoranti. Dopo un po' ho vinto un concorso nella Guardia Costiera, ma ho rinunciato per continuare in cucina».

### Una scelta vincente.

«Sì. Sapevo che quella era la strada era giusta. Alla fine degli anni '90 al fianco di grandi chef ho iniziato il mio percorso nella cucina gourmet».

### Una formazione tutta sul campo.

«Decisamente. Ho cominciato lavando le pentole e ho fatto tutta la trafila. Molti giovani non immaginano che nella cucina sia sempre esistita una sorta di gerarchia, che bisogna passare attraverso una certa gradualità prima di sentirsi arrivati. Oggi credono che il successo. In realtà la gavetta è tanta. Io dopo il primo ri-

storante a Genova, aperto con due soci e la vittoria al campionato italiano di Cous Cous, ho vissuto una personale svolta fino a oggi, con l'apertura del mio ristorante a Messina, il Letrevi».

### Che tipo di cucina propone al Letrevi, letteralmente "Le tre vie"?

«Quella che mi rappresenta: una cucina gourmet in cui ogni piatto è espressione della mia creatività. Sono solare, allegro e i miei piatti rispecchiano la mia identità».

### Un periodo difficile, c'è voluto tanto coraggio per affrontare questi mesi di lockdown.

«Sì, ma stare fermi non era e non è possibile. Si viveva e si vive in bilico, ma bisognava comunque provare. Io poi non riesco a stare immobile, fermo».

### Quanto le ha cambiato la vita questo lungo periodo di chiusura?

«Tanto. È stato allucinante. Per noi cuochi sempre in attività, abituati a vivere di notte, stare a casa ti cambia parecchio la vita. Ho ripreso a lavorare dopo mesi durissimi in cui spesso ho creduto che non ce l'avrei fatta».

### Cosa ha fatto per affrontare tutto?

«Sono un ciclista e quando si poteva mi allenavo. Il mio primo lavoro è stato proprio quello, correvo per alcune squadre del Nord Italia. Stare fermo mi uccide. Mi sono dedicato molto alle mie figlie dopo tanto tempo in cui siamo stati lontani. A Messina inoltre sono docente in una scuola. Insomma fermo non riesco a stare, vivo a mille e spero di continuare a poter stare in attività reagendo così a tutto quello che abbiamo passato».



# La Costiera®

**LA COSTIERA, I LIMONI CON NOME, COGNOME E INDIRIZZO. PROVALI.**

Giallo è il Sole, giallo è l'oro, giallo e prezioso è il limone La Costiera.

La Costiera produce e commercializza il **Limone di Sorrento IGP**,  
un agrume pregiato perché prodotto "Originale italiano".

La Costiera è anche cedri, bergamotti, **Limoni di Messina IGP**,  
**Limoni di Siracusa IGP**, **Limoni Bio** e altre varietà.

La Costiera propone al mercato la sua vasta gamma di agrumi,  
i migliori e per tutto l'anno.



www.madannalady.com

F.lli Vinaccia Srl - Via Pantanello, Il Trav. Dx, Sn - 04022 Fondi (LT)

Per acquistare i nostri prodotti online vai su [www.la-costiera.com](http://www.la-costiera.com)

[www.la-costiera.com](http://www.la-costiera.com)



**U**n viaggio in Italia attraverso la buona tavola. Un percorso in cui i sapori raccontano le regioni, i territori, i microclimi e le diverse tradizioni che nel corso dei secoli hanno reso il nostro patrimonio gastronomico unico al mondo.

Crai offre ai propri clienti una linea Premium valorizzata dalla presenza dei marchi di tutela dei consorzi. Una vera e propria ricerca dell'eccellenza scegliendo, nelle diverse aree geografiche, i prodotti che costituiscono autentiche specialità. Tutto garantito dall'esperienza e dalla capacità di selezione di noi italiani.

Appena fatti, subito confezionati, per portare in tavola tutta la fragranza e il sapore dei migliori prodotti della nostra tradizione.

Un grande impegno per offrire sempre il meglio. Dalla pasta alla mozzarella di bufala DOP, dalla marmellata al caffè, dalla salsa di pomodoro ai biscotti fatti come una volta, oggi puoi ritrovare il piacere di scoprire tutte le prelibatezze del Bel Paese stando seduto a tavola. ■

**CRAI Spesa Online:  
il tuo negozio di  
fiducia sempre con te**



Con CRAI puoi fare la spesa anche dal tuo computer, smartphone o tablet. È facile e veloce. Collegati a [craispesaonline.it](http://craispesaonline.it) oppure scarica l'App di Crai (disponibile su Android e IOS), seleziona il tuo negozio di fiducia, scegli la modalità di consegna (a casa o ritiro in negozio) e fai la spesa. Su Crai Spesa Online trovi il tuo negozio CRAI di fiducia, pronto a garantirti anche sul web tutta l'affidabilità, la qualità e la convenienza che contraddistinguono la spesa con CRAI.

**Piaceri**  
- ITALIANI -

LA TRADIZIONE  
HA SEMPRE RAGIONE.

# Piaceri Italiani Viaggiar con il car







e  
relo



## Reginelle ai funghi

**Ingredienti per 4 persone** 350 g di Reginelle all'uovo Piaceri Italiani; 250 g di funghi freschi; qualche fungo porcino secco; poca panna fresca; uno spicchio d'aglio; un ciuffo di prezzemolo; olio EVO; vino bianco; sale; pepe nero.

**Procedimento** Mondate i funghi con un panno umido, quindi tagliateli grossolanamente con una mezzaluna. Mettete in ammollo in acqua tiepida, per mezz'ora, dei funghi porcini secchi. Una volta ammorbiditi, scolateli, sciacquateli velocemente, quindi tagliateli a pezzetti. In un tegame scaldate un paio di cucchiaini d'olio e rosolatevi lo spicchio d'aglio tritato finemente. Aggiungetevi i funghi, una generosa presa di sale e cuocete 5 minuti a fuoco medio. Sfumate con il vino bianco, lasciate evaporare e aromatizzate con un po' di prezzemolo tritato fino. Cuocete per altri 10 minuti a fuoco dolce, mescolando di tanto in tanto. Aggiungete un paio di cucchiaini di panna da cucina e mescolate bene per amalgamare. Nel frattempo cuocete le Reginelle all'uovo Piaceri Italiani in abbondante acqua bollente salata, scolatele al dente e saltatele nel tegame del sugo di funghi. Mescolate bene. Distribuitele nei piatti individuali e servitele spolverizzate con una macinata di pepe.

# Villa Imperiale Nel mare che bagna Napoli

**A Posillipo, dove l'occhio  
abbraccia Capri e la Costiera,  
ma vuole anche la sua parte.  
Grazie a chef d'eccellenza in  
una struttura d'eccellenza**

**I**l mare non bagna Napoli scriveva Anna Maria Ortese nel suo crudo ritratto di scorci napoletani. Perché Napoli ha più di una sfaccettatura, ognuna con un riflesso diverso.

Da qui, da Villa Imperiale, il mare invece non solo bagna Napoli, ma lascia la sua impronta di suono, di odore, di qualcosa di irripetibile. «Difficile da raccontare se non lo vedi da vicino» racconta Stefania Varriale, la cui famiglia è proprietaria di questa struttura da trent'anni.

Villa Imperiale con la sua piscina e la discesa al mare della Gaiola, bandiera blu e acqua cristallina, è una struttura in quel di Marechiaro, borgo incantato di Posillipo, luogo in cui si mescolano storia, realtà e leggenda, come per la Villa degli Spiriti, anch'essa parte della struttura e un tempo lussuosa dimora del ricco liberto romano Publio Vedio Pollione. Luogo in cui i pescatori raccontano di udire, nelle notti di calma piatta, suoni melodiosi che si allargano fino al mare.

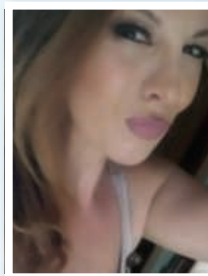
Spazio unico, la villa è stata set di diversi film. Il recente *7 ore per farti innamorare*, regia di Giampaolo Morelli con Serena Rossi; quello sui fratelli De Filippo di Sergio Rubini e su Caravaggio di Michele Placido con Riccardo Scamarcio. Senza dimenticare *Un posto al sole* e *Gomorra*.



**Stefania Varriale  
ci racconta Villa  
Imperiale?**

«È parte della mia famiglia da quando mio padre, nel 1991, se ne è innamorato. Quest'anno festeggiamo i trent'anni di attività. Trent'anni di amore indissolubile. È una struttura polifunzionale: la mattina offre piscina e mare, la sera eventi e ricevimenti. Oltre al panorama che abbraccia Capri e la Costiera sorrentina, la bellezza qui è anche nella memoria che ne fa una location unica. La Villa degli Spiriti, unico esemplare di villa marittima a tre piani; la discesa verso il mare della Gaiola, ►





di Stefania  
Castella



## Assoluto di Lampuga in crosta di melanzane con guazzetto marinaro, mousse di melanzana affumicata e mandorle tostate

**Ingredienti per 4 persone** 1,2 kg di lampuga freschissima; 2 melanzane lunghe; 100 ml di crema di latte; 50 g di mandorle a lamelle; 150 g di pomodorini vesuviani; aglio, prezzemolo, basilico, olio EVO, olio di arachidi, farina, sale iodato, origano e pepe nero q.b.

**Procedimento** Sfilettate la lampuga eliminando attentamente la pelle e le eventuali lische. Ponete la polpa di lampuga

in un cutter, aggiungendo la crema di latte e regolando di sale e pepe. Confezionate sottovuoto un cilindro aiutandovi con carta pellicola unta d'olio e cuocere al roter a 60° per 40 minuti. Raffreddate velocemente e conservate in frigorifero. Avvolgete una melanzana con carta alluminio e ponete su fiamma diretta (meglio ancora se la si cuoce su brace a carboni). Quando risulterà cotta e morbida, ponete in un frullatore a cono e regolare di densità aggiungendo olio EVO delicato, sale, pepe, pecorino grattugiato e foglioline di basilico. Ponete in un dispenser a biberon e conservate a bagnomaria. Con le lische della lampuga, gli spicchi d'aglio e gambi di prezzemolo preparate del brodetto di lampuga aggiungendo magari anche acqua di frutti di mare. Scottate velocemente i pomodorini tagliati in quattro con uno spicchio d'aglio rosso in camicia e bagnate

con il brodetto di lampuga. Pelate a zebra la seconda melanzana con l'ausilio di un pelapatate, tagliatele sottilmente nel senso della lunghezza, infarinate leggermente e friggete in olio d'arachidi. Asciugate su carta paglia. Tagliate alla julienne la pelle delle melanzane, infarinate leggermente e friggetele rendendole croccanti. Avvolgete il cilindro di lampuga con le fette di melanzane fritte, tagliate con attenzione in quattro il cilindro e ponete su una teglietta (su carta forno). Cospargete di mandorle a lamelle e infornare a 175° fino a rendere le melanzane croccanti e le mandorle dorate. In ogni piatto fondo versate un po' di guazzetto, il cilindro di lampuga, la julienne di melanzane e guarnite con la mousse di melanzane affumicate e una foglia di basilico vetrificata.





Villa Imperiale

# Nel mare che bagna Napoli



## Gnocchetti di patate viola con vongole veraci, seppia e il suo nero

**Ingredienti per 4 persone** 700 g di patate viola; 2 uova; 800 g di Vongole veraci; una seppia fresca da 600-800 g.; 300 g di pomodorini vesuviani; sale, pepe, peperoncino, aglio rosso, vino bianco, prezzemolo, farina 00, olio EVO e pecorino grattugiato q.b.

**Preparazione** Lessate le patate viola, spellatele a caldo, schiacciatele; aggiungere 2 uova, sale, pepe, pecorino grattugiato e impastare fino a ottenere un'adeguata densità. Formate gli gnocchetti che potranno essere, a piacimento, di forma quadrata, incavati e lisci oppure incavati e rigati (come quelli tradizionali). Pulite la seppia conservandone la sacca che contiene il nero, tagliate le parti bianche a strisciole. Scottate la seppia in un padellino con olio EVO, aglio rosso in camicia e sale. Conservare la seppia in

un piccolo contenitore e nello stesso padellino scottate i pomodorini tagliuzzati grossolanamente cui andrà poi aggiunto il nero di seppia. Scoppiate le vongole in padella, sgusciatele conservandone qualcuna intera per l'impattamento. Cuocete gli gnocchetti in abbondante acqua salata e terminate la cottura con le vongole. Nella fase di mantecatura aggiungete anche la seppia scottata. Con la tecnica dello "splash" ponete sul fondo di un piatto la salsa al nero di seppia, poi gli gnocchetti e infine guarnite con qualche vongola non sgusciata.





Il nostro segreto è nelle olive.



Gregghides 2 litri

Una famiglia che lavora fianco a fianco e che da sempre tramanda gli aromi e i sapori della nostra tradizione creando, da decenni, un prodotto di altissima qualità che rispecchia la serietà e la professionalità dell'azienda.

[www.oliodesantis.it](http://www.oliodesantis.it)



## Frisellina di mare

**Ingredienti per 4 persone** 2 friselle di grano integrale di alta qualità; 8 totanetti baby freschissimi; 4 sepioline freschissime; 8 gamberi gobetti freschi; 4 polipetti baby; 8 cozze vive; 12 vongole veraci vive; 150 g di tonno freschissimo; 2 limoni; 200 g di dadolata di verdure cotte a vapore (carote, zucchine, cime di broccoletti); 50 ml di ketchup di datterino homemade; 50 ml di ketchup di datterino giallo homemade; 50 ml di pesto di basilico homemade; 75 ml di salsa citronette; olio EVO delicato e sale in scaglie q.b.

**Preparazione** Abbattete il tonno (ai fini della sicurezza alimentare), scongelatelo, tagliatelo in cubetti con lati di 1,5 cm e marinatelo con sale e succo di limone. Pulite accuratamente totanetti, sepioline e

polipetti. Sbollentateli per tipologia e per pochi secondi in acqua leggermente salata. Bloccatene la cottura in acqua e ghiaccio. Cuocete e raffreddate allo stesso modo i gobetti e mondateli dal carapace. Aprite al naturale cozze e vongole conservandone l'acqua. Al momento del servizio rompete grossolanamente le friselle e irroratele leggermente con l'acqua dei frutti di mare lasciandole comunque ancora leggermente croccanti. Con l'aiuto di un coppapasta circolare dal diametro di circa 14 cm e uno più piccolo di circa 5 cm posto all'interno di quello più grande formate la "finta frisella" disponendo a strati e con cura i vegetali, i molluschi, il tonno, i gamberetti e i pezzi di frisella. Decorate il piatto a piacimento con il pesto e i due ketchup, togliete i coppapasta e condite con sale a scaglie e abbondante salsa citronette.

► con una storia particolare ed è parco marino protetto. Il gioco delle correnti contribuisce poi alla trasparenza di un'acqua dalle sfumature incredibili. Il profumo del mare, il rumore delle onde che si infrangono sugli scogli... Qualcosa di difficile da spiegare a parole».

### Un luogo dalla conformazione incredibile.

«Siamo a Posillipo. "Pausilypon" in greco voleva dire "tregua, sollievo dal dolore". Il mare allevia».

### Sarà stato un periodo difficile quello vissuto in questi ultimi mesi.

«Come per tanti. Siamo rimasti chiusi per mesi. Rispettosi delle regole, abbiamo dimezzato la portata dei servizi, una scelta pesante considerando la grandezza della struttura e i costi di manutenzione. Gli eventi organizzati sono concentrati sul ristorante, con le distanze, ma lavora un quarto della struttura. Considerando che abbiamo una capienza di 270 persone, a molti eventi abbiamo dovuto rinunciare. La paura, poi, sposta serate, matrimoni; fare un matrimonio con le mascherine è assurdo. Molti confidano nel vaccino, si spera che si torni alla normalità, ma ciò che si è perso non si recupera più».

### C'è anche il problema di sostenere i dipendenti.

«Per noi che siamo una struttura familiare, sono tutti parte della nostra famiglia, si cerca di sostenere anche loro. I nostri due chef, Rosario Consalvo e Gianluca Centomani, sono il nostro orgoglio, hanno vinto il premio per il piatto dell'anno poco prima che scoppiasse l'emergenza sanitaria. Vorremmo avere risposte certe e progetti futuri anche per loro».

### Una speranza per il futuro?

«Cerchiamo il coinvolgimento di assessori e autorità. L'impegno c'è, ma il sostegno ancora non è sufficiente. Ristoratori, proprietari di strutture come la nostra lavorano prevalentemente con il turismo, che non c'è più. Si spera che domani torni una normalità che ci permetta di andare avanti, che domani sia meglio».



HAI MAI VIAGGIATO CON IL PALATO?



**Con Piaceri Italiani puoi farlo ogni giorno, senza muoverti da tavola.**

Una grande selezione. Una grande attenzione ad ogni passaggio della filiera. Un grande rispetto delle tradizioni culinarie più autentiche. Un grande impegno per offrirti sempre il meglio. Dalla pasta alla mozzarella di bufala DOP, dalla marmellata al caffè, dalla salsa di pomodoro ai biscotti fatti come una volta, oggi puoi ritrovare il piacere di scoprire tutte le prelibatezze del Bel Paese stando seduto a tavola.

*Piaceri*  
- ITALIANI -



## Costine di agnello con patate e carciofi servite con salsa verde

**Ingredienti per 2 persone** una busta di Patate e Carciofi Orogel; 6 costolette d'agnello; 2 rametti di rosmarino; 4-5 foglie di salvia; 10 g di capperi dissalati; 20 g di cetriolini sott'aceto; 2 acciughe sotto sale ben pulite (in alternativa 4 filetti di acciuga sott'olio); 2 tuorli sodi; 120 g di olio EVO; 30 g di pancarré senza crosta; 25 g di prezzemolo; sale e pepe; aglio; pepe in grani.

**Preparazione** Cuocete in padella l'aglio intero schiacciato e, quando sarà molto calda, aggiungete le costolette di agnello e rosolate 3 minuti per lato. Versate il contorno di Patate e Carciofi surgelato e cuocete tutto insieme. Condite con due rametti di rosmarino e qualche foglia di salvia. Togliete dal fuoco e aggiungete del pepe in grani. Preparate la salsa verde frullando il prezzemolo con le acciughe, i capperi, i cetriolini, il pancarré, i tuorli, sale, pepe e olio. Servite il misto di verdure e costolette di agnello con qualche goccia di salsa, rametti di rosmarino e foglie di salvia.



# Orogel Il cuore tenero dei carciofi





**TantoCuore,  
cuori di carciofi  
in spicchi: è  
la soluzione  
pratica e  
gustosa con  
cui Orogel  
porta in  
tavola tutta la  
ricchezza della  
natura**

**R**icchi di fibre e perfetti per ogni occasione, i carciofi meritano un posto d'onore in qualsiasi stagione. I carciofi possono sbocciare in bellissimi fiori viola.

Già prima di fiorire, però, il cuore di questa pianta mediterranea è tenero, gustoso e salutare.

I carciofi sono per antonomasia una verdura dalle numerose proprietà detossificanti, ideali per chi segue una dieta detox.

Il segreto di tutte le proprietà dei carciofi risiede in una sostanza particolare, la cinarina, un polifenolo responsabile del loro caratteristico sapore.

La cinarina è un acido contenuto nelle foglie, i cui principi attivi sono disattivati con la cottura: per questo nei decotti e negli infusi di carciofo non va usata l'acqua bollente, ma solo calda e in generale non vanno sottoposti a lunghe cotture.

In Orogel li raccolgono tra marzo e maggio e li preparano secondo il brevetto TantoCuore, in modo da preservare integrità, morbidezza e sapore.

Potete quindi consumarli sempre, ma ve li consigliamo soprattutto in questa stagione di passaggio, grazie al loro tesoretto di acqua, fibre, sali minerali e vitamine.

Sono un valido aiuto per cucinare senza sprechi: i carciofi TantoCuore Orogel sono già puliti, pronti per essere cucinati in padella e in microonde.

Li potete consumare in qualsiasi forma: dai primi piatti alle insalate miste, passando per i contorni dei vostri secondi piatti preferiti.

Provateli anche per guarnire frittate o risotti. I carciofi sono davvero versatili.

I Carciofi in Spicchi TantoCuore di Orogel, perfettamente puliti e tagliati, sono una novità esclusiva. Più teneri, più buoni e versatili.

Con i consigli che trovate sul sito [www.rogel.it](http://www.rogel.it) potrete rendere i carciofi protagonisti di tantissime ricette.

Iscrivendovi alla newsletter di Orogel, riceverete subito il ricettario "Insieme che Meraviglia" in formato PDF con tutte le ricette. ■






del maestro  
fornaio  
Nico Carlucci



# Nico Carlucci Colomba da medaglia





# Il nostro maestro fornaio e collaboratore ha ricevuto un premio per la sua Colomba. Qui ci svela come prepararla a casa

**E**cco la mia ricetta per preparare la Colomba Pasquale, giunta nei primi 30 posti del concorso "Divina Colomba", organizzato dall'azienda Goloasi di Turi. Su 230 professionisti da tutta Italia la mia colomba non ha affatto sfigurato ricevendo un ottimo punteggio finale da giudici di fama internazionale che hanno valutato tutte le colombe partecipanti al concorso.

L'origine di questo dolce è legata a molte leggende, una di queste è collocata nella prima metà del VI secolo d. C.: durante l'assedio di Pavia da parte di re Alboino, lo stesso si vide offrire da un vecchio mercante un dolce a forma di colomba in segno di pace.

La storia recente, e forse quella più realistica, vede nei primi del Novecento una nota azienda milanese creare un dolce simile al panettone, per arricchire i menu di Pasqua: nasce così la colomba come la conosciamo oggi, un morbido dolce lievitato, con canditi e una croccante ricopertura di glassa e mandorle.

La colomba che ho realizzato è to-

talmente artigianale con prodotti selezionati e di altissima qualità. Il segreto? Il lievito madre e l'amore per quello che si fa.

Partendo dalla farina di altissima qualità e performante, anche il burro e il tuorlo a pasta gialla sono fondamentali per arricchire di colore e sapore la mia colomba. La farina utilizzata è per grandi lievitati, quindi una farina di forza, appositamente concepita dal molino per dare forza, alveolatura e struttura al prodotto finale. Il lievito madre viene rinfrescato iniziando tre volte prima dell'utilizzo finale in ricetta con proporzione 1:1 (cioè 1 Kg. di lievito madre, 1 kg. di farina e 500 g di acqua) ogni 3 ore.

Il burro è di altissima qualità ed è uno degli ingredienti principali perché come noto è un esaltatore di gusto naturale. Il tuorlo a pasta gialla è prodotto da galline allevate a terra e nutrite con mangimi naturali. I restanti ingredienti sono rigorosamente naturali, freschi e in alcuni casi bio. Ovviamente si potrebbe modificare la ricetta per cambiare il gusto finale, per esempio sostituendo la frutta candita con il cioccolato. ■

**Occorrente** Planetaria o impastatrice a braccia tuffanti, sacca da pasticciare con beccuccio piatto, spianatoia in legno, raspa in plastica, pirottini da 1 kg., spilloni per girare le colombe, coltello, passino, recipienti per ingredienti, pellicola alimentare, grattugia, spatola in gomma, boccali graduati, pennarello, nastro adesivo in carta, termometro da immersione, sonda esterna per cottura.

**Ingredienti per 5 Colombe da 1 Kg. circa** 1000 g di Farina Grandi Lievitati "Dolci Tentazioni"; 325 g di lievito naturale (rinfrescato 3 volte); 500 g di acqua a temperatura ambiente; 250 g di tuorli a pasta gialla; 375 g di burro a temperatura ambiente; 250 g di zucchero semolato. **Ingredienti per il secondo impasto** 250 g di Farina Grandi Lievitati "Dolci Tentazioni"; 250 g di zucchero semolato; 325 g di tuorli a pasta gialla; 375 g di burro a temperatura ambiente; 125 g di miele di acacia; 12,5 g di sale marino fino; 2 pz di bacche di vaniglia; 25 g di zeste di limone; 25 g di zeste di arancio; 1000 g di arancio a cubetti **Per la**

**glassa** 40 g di amido di mais (maizena); 200 g di mandorle varietà "Filippo Cea" pelate; 250 g di albumi; 75 g di farina di mais Fioretto; 200 g di nocciole intere spellate; 250 g di zucchero di canna **Per guarnire** 100 g di granella di zucchero media; 100 g di mandorle varietà "Filippo Cea" di Toritto; 50 g di mandorle a filetti (facoltativo) varietà "Filippo Cea" di Toritto

**Procedimento** Per prima cosa preparate la glassa, versate in un mixer le mandorle e le nocciole pelate, unite lo zucchero di canna e frullate il tutto. Trasferite il composto nella ciotola della planetaria, aggiungete la farina Fioretto, l'amido di mais, l'albume e lavorate il tutto con la frusta per pochi minuti. Una volta ottenuta una glassa omogenea versate la glassa in una sacca da pasticciare con beccuccio piatto e lasciate riposare. Per preparare il pre impasto inserite nell'impastatrice a braccia tuffanti o planetaria lo zucchero e l'acqua a una temperatura di 22 °, mescolate e formate uno sciroppo, aggiungete la farina ►





► setacciata e il lievito madre solido a pezzi (rinfrescato per tre volte prima dell'utilizzo). Dopo circa 15 minuti, a pasta formata, incorporate il burro morbido, ma non sciolto, e i tuorli alternandoli. Lavorate la pasta finché sarà quasi liscia, stando attenti che non diventi troppo lucida. L'operazione non dovrebbe durare più di 22-25 minuti circa. Se si lavora con una impastatrice tuffante, la pasta sarà pronta quando comincerà a fare delle grosse bolle d'aria sulla superficie. Lasciate lavorare la pasta finché sarà quasi liscia, stando attenti che non diventi troppo lucida. Versate l'impasto in un recipiente possibilmente quadrato e alto e lasciate lievitare in cella o in forno con luce accesa per 12 ore circa a una temperatura di 28-30 ° o in alternativa a temperatura ambiente coperta con telo in plastica alimentare, non a contatto, fino a che sia triplicato il suo volume iniziale (si consiglia di contrassegnare con nastro adesivo in carta e pennarello il volume iniziale dell'impasto). Per preparare l'impasto finale inserite il primo impasto in impastatrice a braccia tuffanti o planetaria, aggiungete la farina e gli aromi e lasciate impastare sino a quando il composto sarà diventato liscio, incorporate lo zucchero con il miele e 1/3 dei tuorli, quindi lavorate la pasta finché ritornerà liscia ed elastica. A questo punto incorporate il sale con 1/3 di tuorli, ripetete l'operazione, di seguito aggiungete il burro morbido e la rimanenza dei tuorli, quando la pasta ritornerà omogenea incorporate l'acqua, lavoratela 2-3 minuti e incorporate anche tutta la frutta. A impasto pronto tagliate secondo le pezzature prescelte, formate una pagnotta e mettete a riposare per circa un'ora in cella a 30° o in forno casalingo con luce accesa. Di seguito, dividete in due parti uguali, formate il corpo e le ali che si posizioneranno negli appositi stampi di cartoncino a microonde. Riponete in cella con una temperatura di 30° con un'umidità del 60% e fate lievitare fino al bordo dello stampo: lo stazionamento in cella (o in forno casalingo con luce accesa) sarà di 5-6 ore. Quando il dolce sarà pronto per la cottura, ghiacciate con uno strato sottile di massa all'amaretto, cospargete qua e là qualche mandorla intera e a filetti e inzuccherate con della granella e poi con dello zucchero a velo. Le colombe da 1 kg saranno cotte dopo circa 55 minuti a 170° (cotte devono avere 93° al cuore). Una volta cotte, con l'ausilio di spilloni, le colombe si lasciano stazionare a testa in giù per 12-14 ore per raffreddarsi e stabilizzarsi. Si confezionano con dei sacchetti adeguati e si chiudono facendo attenzione che non passi molta aria, per non velocizzare l'invecchiamento e la formazione di muffa. ■

CARLUCCI NICO  
**Bakery**  
CHEF  
CONSULTING

CARLUCCI NICO  
**Bakery**  
CHEF  
CONSULTING

Nico Carlucci

CONSULENTE TECNICO DI PANIFICAZIONE  
3285811759





# UN SORSO PIÙ IN ALTO

BEVI LA PUREZZA DELLE ALPI.



Nel cuore delle Alpi piemontesi, tra boschi e torrenti incontaminati, nasce Acqua Valmora. Un'acqua minerale, **pura** e **leggera**, che porta con sé tutte le qualità della sua **origine alpina**.



Acqua Valmora utilizza bottiglie **100% riciclabili**.

**VALMORA**  
ACQUA MINERALE



Pan Piuma

# Morbidezza e bontà





Se ha gradito questo quotidiano o rivista e se la ha trovata in qualsiasi altra parte che non sia il sito qui sotto indicato, significa che ci è stato rubata, vanificando, così, il lavoro dei nostri uploader. La preghiamo di sostenerci venendo a scaricare anche solo una volta al giorno dove è stato creato, cioè su:

**[www.eurekaddl.com](http://www.eurekaddl.com)**

Se non vuole passare dal sito può usare uno dei seguenti due contenitori di links,

gli unici aggiornati 24/24 ore e con quotidiani e riviste

SEMPRE PRIMA DI TUTTI GLI ALTRI:

**<https://filecrypt.cc/Container/73886A714A.html>**

**<https://www.keeplinks.org/p17/5ff15490b62ea>**

Senza il suo aiuto, purtroppo, presto potrebbe non trovarla più: loro non avranno più nulla da rubare, e lei più nulla da leggere. Troverà quotidiani, riviste, libri, audiolibri, fumetti, riviste straniere, fumetti e riviste per adulti, tutto gratis, senza registrazioni e prima di tutti gli altri, nel sito più fornito ed aggiornato d'Italia, quello da cui tutti gli altri siti rubano soltanto. Trova inoltre tutte le novità musicali un giorno prima dell'uscita ufficiale in Italia, software, apps, giochi per tutte le console, tutti i film al cinema e migliaia di titoli in DVDRip, e tutte le serie che può desiderare sempre online dalla prima all'ultima puntata.

#### IMPORTANTE

Si ricordi di salvare tutti i nostri social, perchè alcuni di essi (soprattutto Facebook) potrebbero essere presto chiusi, avranno TUTTI il nuovo indirizzo aggiornato:

- Cerca il nuovo indirizzo nella nostra pagina **Facebook**
- Cerca il nuovo indirizzo nella nostra pagina **Twitter**
- Cerca il nuovo indirizzo nel contenitore Filecrypt: **Filecrypt**
- Cerca il nuovo indirizzo nel contenitore Keeplinks: **Keeplinks**
- Cerca il nuovo indirizzo nella nostra chat: **chatdieurekaddl**

METODI PER AVERCI ON LINE PER SEMPRE IN POCHI SECONDI

(si eseguono una volta sola e sono per sempre!)

Clicchi qui a lato: **[justpaste.it/eurekaddl](http://justpaste.it/eurekaddl)**





## Cannoli

**Ingredienti** 3 fette PanPiuma grano tenero Bio; 60 g di zucchero; 2 tuorli d'uovo; 40 g di maizena; 400 g di latte; buccia di limone; fragole; zucchero a velo.

**Procedimento** Preparate la crema, montate uova e maizena con lo zucchero e la buccia di limone. In un pentolino portate a ebollizione il latte e versate insieme agli altri composti. Continuate a mescolare con la frusta a fuoco lento fino a quando la crema non si sarà addensata. Ora preparate i cannoli stendendo le fette di Pan Piuma grano tenero Bio con il mattarello e arrotolandole nel tubetto di alluminio. Infornate per 5 minuti a 180° e guarnite con l'utilizzo della sac a poche. Guarnite con fragole e zucchero a velo.

**P**an Piuma propone le sue famose e morbidesime maxi fette senza crosta anche in versione biologica.

Pochissimi e semplici ingredienti certificati chiaramente indicati sulla confezione, senza l'aggiunta di zuccheri, coloranti, conservanti

## Pochi, ma buoni. Una regola antica, quella applicata dall'azienda veneziana nella scelta degli ingredienti che vanno a dar vita alle sue fette

e additivi. Questo il segreto di Pan Piuma, da sempre attento a proporre un prodotto sano e genuino.

Pan Piuma è il pane industriale con meno ingredienti in commercio: solo sei nella versione grano tenero. Farina, olio extra vergine di oliva, lievito naturale e sale marino di origine biologica sono lavorati con grande attenzione per dar vita a questo buonissimo pane, mentre la lenta lievitazione garantisce un prodotto naturalmente morbido.

Nascono così le grandi e morbide fette di Pan Piuma che, in tutte le loro varianti, sono senza crosta e presentano il vero sapore di pane. Pan Piuma in versione biologica è disponibile in quattro referenze da 400 grammi. Grano tenero, nella classica ricetta alla farina di grano tenero; Grano duro, realizzato

con semola di grano duro che conferisce un gusto intenso e una morbidezza senza limiti; Integrale, con tutte le proprietà delle fibre naturali senza rinunciare al sapore; Fiocchi di cereali, realizzato con fiocchi di avena, farro, orzo, segale e semi di girasole.

Pan Piuma biologico è inoltre senza lattosio e privo di zuccheri, coloranti, conservanti e additivi, ideale anche per un'alimentazione vegana e per chi soffre di intolleranza al lattosio.

Da un semplice toast o tramezzino a ricette più elaborate come cannelloni o tempura, Pan Piuma è sempre pronto ad accompagnare ogni momento della giornata. Nel sito [www.panpiuma.it](http://www.panpiuma.it) è disponibile una vasta scelta di ricette per tutte le occasioni. ■





**C**i sono viaggi che ti cambiano la vita, viaggi che iniziano ancor prima di compiersi, caratterizzati dal desiderio, dal sentore di un'affinità.

È forse quello che è avvenuto ad Elisa Nata ed è ciò che accade sfogliando il suo libro, che racconta l'esperienza vissuta nell'incanto di una terra lontana, per tanti versi più vicina di quanto si possa immaginare. Il suo *Nipporivelazioni gastronomiche*, edito da Trenta Editore, è uno scrigno che racchiude un mondo, quello del Giappone.

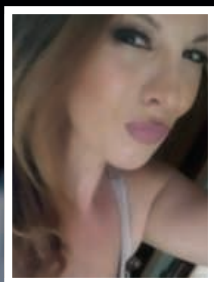
In dieci ricette l'autrice ci accompagna nell'assaggio di piatti e tradizioni, sapori che nascono dalla cura, che riportano luoghi che sanno restare impressi nella memoria.

E se la pancia ha la sua di memoria, allora diventa ancor più importante l'immersione culturale che passa proprio dalla tavola, dallo studio e dal sapore unico di un piatto. Il libro è scritto in collaborazione con AIRG (Associazione Italiana Ristoratori Giapponesi, impegnata nella promozione della cucina giapponese in Italia).

**Elisa il Giappone, i suoi piatti, la sua cultura, sono stati una folgorazione...**

«Sì è stato il luogo scelto come viag-

**Elisa Nata ha raccolto in un libro dieci ricette della cucina del Sole Levante in un racconto che va oltre il piacere della buona tavola**

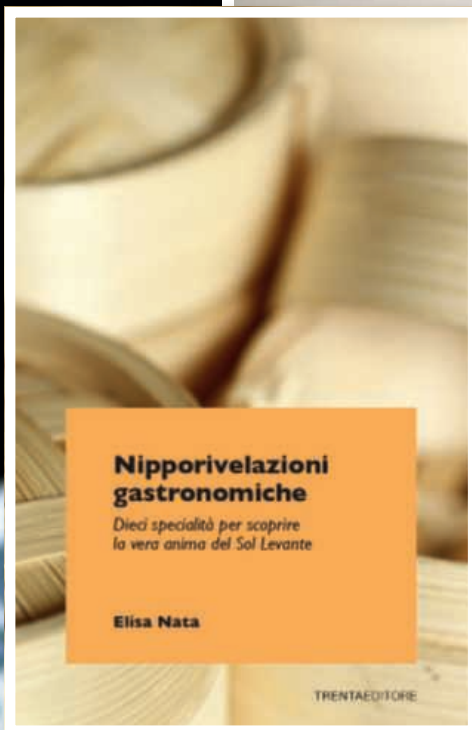


di Stefania Castella



**Elisa Nata  
Ve lo do io  
il Giappone**





## Alla scoperta del Giappone

Elisa Nata, giornalista, è autrice di *Nipporivelazioni gastronomiche* (128 pagine, 12 euro) pubblicato da Trenta Editore, disponibile in libreria e sui principali siti di vendita online. Foto a cura di Annalena De Bortoli, coordinatrice AIRG.

gio di nozze ed era un Paese con cui intuitivo di avere una certa affinità. Ce ne siamo innamorati sperimentando da subito una calma straordinaria».

### Quando è avvenuto?

«A ottobre del 2017, un percorso itinerante che ha visto tra le mete principali Tokyo, Kanazawa, Takayama, Kyoto e Osaka. Durante il viaggio abbiamo avuto modo di incontrare un amico giapponese conosciuto a Milano per cui abbiamo ritrovato aspetti poco conosciuti, abitudini e percorsi che difficilmente avremmo potuto fare. In Giappone è possibile inoltre ritrovare un'enorme varietà di pietanze, perché molto spesso i ristoranti si focalizzano sulla preparazione di piatti ben precisi per cui abbiamo provato quelli dedicati al ramen, alla tempura. Siamo rimasti così colpiti che nove mesi dopo ci siamo ritornati. Questa volta dedicandoci solo a Tokyo».

**Questa cultura così lontana può somigliarci in qualcosa?**

«Più che somigliarci, direi che in certi aspetti siamo complementari e forse proprio per le diversità entrambi attratti. Ci sono differenze di comportamento, per esempio loro sono molto più calmi, una pacatezza dettata dal senso del dovere, della cortesia, dell'ospitalità. Noi siamo più frenetici, istintivi. Aspetti diversi che in una certa misura ci completano».

**Lei è una che sperimenta quando si trova davanti un piatto nuovo o è legata alle abitudini?**

«Sperimento molto, anche in Giappone sono stata in giro ad assaggiare tanti piatti della cucina tradizionale nipponica. In generale, tranne piccole eccezioni, mi piace assaggiare nuovi sapori».

**Ciò che colpisce della cucina giapponese è la cura dell'estetica del piatto.**

«Sì ed è legata in particolare alla ricerca di armonia, intesa come equilibrio visivo, di sapori, fondamentale per far star bene l'ospite attraverso il cibo. C'è la grande volontà ▶

## Gomasu, salsa di semi di sesamo all'aceto

**Ingredienti** 40 g di nerigoma; 30 g di konbu dashi; 30 g di aceto di riso; 30 g di zucchero; 15 g di salsa di soia koikuchi

**Procedimento** Miscelate nel mortaio in ceramica scanalata (suribachi) tutti gli ingredienti e lavorate delicatamente fino a ottenere una crema densa e omogenea. È ottima in estate per condire dei germogli di soia appena scottati o delle melanzane grigliate, ma anche con il tofu.



## Chawanmushi

Il Chawanmushi si serve in genere caldo in inverno e freddo in estate e, oltre alle componenti della crema, è caratterizzato da bocconcini di altri ingredienti, sempre in numero dispari, da pescare con un cucchiaino di legno. I bocconcini possono essere dadini di pesce, crostacei, pollo, verdure a fettine, germogli o erbe.

**Ingredienti** 150 g di uova medie; 450 ml di brodo dashi; 60 g di petto di pollo; 8 piccoli gamberi; 4 funghi shimeji o shijtake freschi; un cucchiaino di salsa di soia; un cucchiaino di mirin; un cucchiaino di sake; mezzo cucchiaino di sale; scorza di yuzu (in alternativa limone); 4 rametti di mitsuba (o prezzemolo)

**Procedimento** Pulite i funghi; nel caso degli shijtake eliminate in gambi e tagliateli in due o più pezzi, in base alla dimensione. Sgusciate i gamberi e privateli del filo interno, quindi sciacquateli in acqua molto calda;

tagliate il pollo a dadini e sciacquate anche questo (è una tecnica che leva gli odori, si chiama shimofuri). Asciugate bene con carta da cucina. Scottate per 30 secondi i rametti di mitsuba in acqua bollente e poi teneteli in acqua ghiacciata. Tagliate 12 fili sottili dalla scorza di yuzu o dell'agrume scelto. Sciogliete nel brodo dashi un pizzico di sale, la soia, il mirin e il sake e scaldate appena sul fuoco, affinché i sapori si amalgamino bene, quindi spegnete e lasciate raffreddare. Sciogliete le uova con le bacchette senza sbattere, mescolandole delicatamente per unire tuorli e albumi senza incorporare aria, fino a ottenere una crema omogenea; unite poi il dashi aromatizzato e filtratele, in modo da eliminare eventuali strisce di albume non miscelato ai tuorli. Distribuite gamberi, pollo e funghi in 4 tazze resistenti al calore; versate a filo in ogni tazza 1/4 della miscela di uova, cercando di non lasciare bolle d'aria e rimanendo circa un paio di centimetri sotto il bordo, poi forate, una per una con uno stuzzicadenti, le eventuali bollicine rimaste in

superficie. Se non disponete dei loro coperchi, sigillate le tazze con alluminio o pellicola da cucina resistente al calore, in modo che non entrino eventuali gocce di acqua. Versate dell'acqua in tegame abbastanza capiente da contenere le 4 tazze: il liquido dovrà arrivare a metà altezza delle tazze. Scaldate l'acqua e fatela sobbollire per 3 minuti. Disponete le tazze nel tegame, regolate il livello dell'acqua aggiungendone di bollente o levandola, perché arrivi sempre a metà altezza delle tazze; aspettate che riprenda il leggero bollore e fate cuocere per 4 minuti a fuoco alto, poi abbassate e fate cuocere altri 4 minuti, in modo che l'acqua frema appena, quindi spegnete e lasciate riposare 2 minuti. Sarà pronto quando le uova risulteranno compatte, ma morbide: infilando uno stecchino tra crema e tazza non vedrete rimanenze di dashi. Levate la copertura, decorate con tre scorzette a filini e un rametto di mitsuba. Se li avete, coprite con i coperchietti delle tazze per mantenere la temperatura e servite il chawanmushi caldo.





► di fare una cosa bene. I maestri di sushi ad esempio dedicano tanto tempo allo studio e alla preparazione. Dai gesti basilari, come la pulizia del pesce, fino alla preparazione finale, un'esperienza che si sviluppa nell'arco di anni. C'è un'attenzione alla bellezza che punta a rispettare criteri estetici e sensoriali e che non è mai fine a se stessa».

**Quando è giunto il suo percorso giornalistico al mondo della gastronomia?**

«Nel 2015 quando ho iniziato a collaborare con diverse testate, Mi sono appassionata sempre di più avvertendolo come una via per conoscere altre culture e forse di più anche la nostra».

**Tornerà in Giappone quando si potrà viaggiare?**

«Assolutamente sì. Quello che alla fine emerge quando vai via è una sensazione di grande nostalgia così quando sono a Milano rivedo ad oltranza *Lost in Translation* per ritrovare suoni e immagini del Giappone!».

**Ha replicato qualche piatto o li ha ricercati una volta a casa?**

«Sono una grande assaggiatrice, ma non proprio una grande cuoca. Più che altro provo i piatti che prepara mio marito. Gli onigiri per esempio, buonissimi, uno dei sapori che mi manca di più. Ho ritrovato tante cose grazie ai ristoranti AIRG, grande fonte di conoscenza e di ispirazione, che mi hanno permesso di venire a contatto con diverse esperienze, diversi cuochi. Grazie a loro ritrovo quei sapori che ricordano il mio viaggio».

**Cosa ci conquisterà nel suo libro di questo viaggio in Giappone?**

«Principalmente ho cercato di puntare sull'autenticità per la narrazione e le ricette. Spero di aver trasmesso le mie sensazioni, quelle che dedico a chi vuole conoscere una terra che non ha mai incontrato. Chi invece ha già avuto modo di conoscerla può ritrovare curiosità magari inaspettate».

## Konbu Tsukudani

**Ingredienti** 2 alghe konbu; 250 ml di acqua; 2 cucchiaini di salsa di soia; 2 cucchiaini di sake; un cucchiaino di aceto di riso; un cucchiaino di mirin; ½ cucchiaino di zucchero; ½ cucchiaino di semi di sesamo bianco, tostati

**Procedimento** Tagliate le alghe a

striscioline molto sottili; unitele ad acqua e aceto, portate a leggero bollore e lasciate cuocere a fuoco bassissimo per circa 20 minuti. Unite salsa di soia, sake, mirin e zucchero e fate cuocere per altri 20-25 minuti, fino a che il liquido non si sarà asciugato. Servite la preparazione fredda, in porzioni molto piccole, cosparsa a piacere con i semi di sesamo.







di Carla De Iulii

**Tappa in  
Abruzzo,  
per  
festeggiare  
con la  
tradizione  
contadina**

# Riscopriamo la tradizione **Pasqua abruzzese**



**S**ono tanti i ricordi delle festività pasquali legati all'infanzia, memorie che s'intrecciano con i racconti di famiglia. Usanze e riti che rimarranno sempre nel cuore e che si cerca di tener stretti riproponendoli alle persone più care quando se ne ha l'occasione.

E perché non approfittare della Pasqua per svelare qualche ricetta segreta, qualche aneddoto e raccontare un po' di tradizione?

L'Abruzzo, una volta terra di pastori, riesce a conservare ancora oggi, attraverso i suoi piatti tipici, i legami con un passato contadino, dove ogni famiglia, stretta intorno al focolare, celebrava i momenti di festa con una cucina povera, ma al tempo stesso ricca di sapori intensi.

E, puntuali come un orologio svizzero, ogni anno arrivano le Pizze di Pasqua (sbattute e non sbattute), l'agnello "cace e ova", le mazzarelle teramane (con il pomodoro o in bianco), la stracciatella con l'indivia, la zuppa di Pasqua, le uova sode dipinte a mano, il timballo di scrippelle, la pizza cola (tanto amata dai più piccoli)... In Abruzzo, di regola, il giorno di Pasqua, a metà mattina, si fa "lo sdijuno", uno spuntino abbondante, ricco di tipicità locali, benedette dal parroco durante la funzione liturgica della sera prima. La tavola è apparecchiata in grande stile (nella mia famiglia con il servizio a fiori della Ceramica di Castelli) e, prima di iniziare a mangiare, è d'obbligo recitare una preghiera di ringraziamento.

Riaffiorano i ricordi. Quando ero più ragazzina, a casa dei miei nonni paterni eravamo sempre in tanti a fare lo sdijuno. A tavola veniva portato un grande cesto di vimini, decorato a festa, ricco di Pizza di Pasqua (nella versione dolce), uova sode colorate dai più piccoli, uova di cioccolata, salame (da mangiare assieme alla Pizza di Pasqua), mazzarelle e taralli lesati. A volte c'erano anche i fiadoni della zia Fenizia, ravioli salati cotti in forno, impastati con il formaggio pecorino abruzzese e tipici della zona dell'aquilano.

Terminato lo sdijuno si passava al vero e proprio pranzo di Pasqua, anche ►

## Le mazzarelle teramane

Involchini preparati con le interiora dell'agnello e i profumi dell'orto, poi avvolti in foglie di lattuga o di indivia e legati con le budelline dello stesso animale (alcuni le legano anche con lo spago da cucina, ma la tradizione impone le budelline ben pulite).

Cotte in padella o in forno, in bianco e con un sughetto leggero di pomodoro, secondo gli usi familiari: in foto, sono nella versione bianca e rossa.

**Ingredienti per 6 persone** 600 g di polmone d'agnello; 400 g di budelline di agnello; 60 ml di olio evo; prezzemolo e maggiorana q.b.; 4 cipolline fresche; foglie d'indivia q.b.; uno spruzzo abbondante di vino bianco; 2 spicchi d'aglio; sale e pepe q.b.; 500 g

di polpa fine di pomodoro (se si vuole mangiarle nella versione "rossa").

**Procedimento** Lavate bene il polmone e tagliatelo a fettine non troppo sottili. Lavate bene le budelline d'agnello in acqua e aceto. Preparate un trito di prezzemolo, maggiorana, cipolline e aglio; lavate le foglie di indivia e stendetele su di un piano da lavoro. Cospargere le foglie di indivia con il trito già preparato e mettere sopra due fettine di polmone, avvolgendo le foglie su se stesse, legandole con le budelline. Rosolare la mazzarelle in una padella ampia nell'olio EVO fino a quando non saranno ben dorate e poi spruzzatele con il vino bianco. Aggiustate di sale e pepe e terminate la cottura a fuoco molto lento. Per chi vuole, aggiungete il pomodoro e cuocete in forno per qualche minuto o in padella. Servitele ben calde.





## L'agnello "cace e ova"

Emblema della cucina povera e semplice, ma nello stesso tempo genuina, è un altro piatto tipico abruzzese delle festività pasquali (anche se ormai è diffuso in tutti i periodi dell'anno). Qui, il sapore piuttosto forte della carne d'agnello (simbolo della Pasqua e sacro alla tradizione religiosa) è "smorzato" dal succo di limone e dal mix di erbe aromatiche (timo, rosmarino e alloro). Protagonisti della preparazione sono l'agnello, il formaggio pecorino grattugiato (non troppo forte) e le uova. La cremina a base di uova e pecorino abruzzese DOC che avvolge sapientemente i bocconcini di carne di agnello costituisce il pezzo forte. Nella mia famiglia, il vino

bianco è sostituito dal succo di limone.

**Ingredienti per 6 persone** 1 Kg e 1/2 di bocconcini di carne d'agnello (generalmente il cosciotto); 4 uova; succo di 2 limoni grandi; 3 cucchiaini di pecorino abruzzese grattugiato; sale e pepe q.b.; 2 spicchi d'aglio; 1 rametto di rosmarino; 1 rametto di timo; 3 foglie d'alloro; 3-4 cucchiaini di olio EVO.

**Procedimento** Prendete i bocconcini d'agnello e trasferirli in una padella capiente assieme all'olio EVO, l'aglio in camicia, il rosmarino, il timo e le foglie di alloro, facendoli rosolare bene. Aggiungete il succo di limone e lasciarlo evaporare; aggiungete di sale e pepe e continuate la cottura a fuoco lento per 25-30 minuti o

comunque fino a quando lo spezzatino non risulterà cotto e morbido. Nel frattempo, in una ciotola sbattete le uova con il pecorino abruzzese grattugiato. Eliminate l'aglio, il rosmarino, il timo e l'alloro dalla carne e versate la cremina sulla carne, mescolando velocemente fino a rendere l'agnello "cacio e ova" cremoso.

**Il segreto di famiglia:** «La cremina di uova e pecorino, una volta versata nella carne, deve restare morbida e non deve rapprendersi come per le uova strapazzate. L'importante è non prolungare molto la cottura, amalgamando la cremina alla carne molto rapidamente, tenendo il fuoco di cottura molto basso. Da servire caldissimo, preferibilmente mantenendo la preparazione nella padella di cottura».



Riscopriamo la tradizione  
**Pasqua**  
**abruzzese**

► se era difficile sedersi a tavola realmente affamati dopo l'abbondante colazione!

La Pizza di Pasqua era accompagnata da pezzetti di uova di cioccolato o da fette di salame, oppure a chiusura del pranzo pasquale.

Un tempo le donne di famiglia, qualche giorno prima delle feste, si organizzavano assieme per "ammassare" le Pizze di Pasqua. Per la cottura, venivano presi accordi con il fornaio più vicino e gli uomini, addetti al trasporto, attendevano pazientemente che le pizze fossero pronte. I racconti di quei momenti sono tanti, alcuni dei quali fanno anche sorridere.

Per esempio, mi è stato raccontato da un amico che, da bambini, lui e i suoi fratelli adoravano saltare e fare le capriole sul letto della nonna, ma che, nella settimana prima di Pasqua, gli veniva posto il veto!

Le Pizze di Pasqua, dolce lievito abruzzese, tipico della zona del Teramano, hanno necessità di lievitare a lungo (circa 18 ore). Anticamente si lasciavano "crescere" nelle apposite forme, nei luoghi più strani e insoliti, e comunque al caldo: a casa del mio amico venivano allocate sapientemente sotto le coperte "rinforzate" del letto matrimoniale della nonna. Da qui il divieto assoluto di saltare!

Per altre ricette ed esperienze enogastronomiche vi aspetto sul mio sito [www.carlalacontessina.com](http://www.carlalacontessina.com) ■





## Pizza di Pasqua (con lievito madre)

Tempi di preparazione: 18 ore circa

**Ingredienti** 100 g di lievito madre; 140 g di latte tiepido; 100 g di zucchero semolato; 70 g di olio di semi; 3 uova intere; 450 g di farina; un limone grattugiato (non trattato); semi di anice; uvetta e canditi a piacere

**Procedimento** Impastate tutti gli ingredienti insieme (preferibilmente nel primo pomeriggio) fino a raggiungere il doppio del volume. In serata si rimpasta (nel gergo "si da un giro di pieghe") e si mette a lievitare nuovamente per tutta la notte nella pentola coperta da pellicola trasparente (l'impasto deve essere leggermente unto in superficie per non farlo aderire alla pellicola). Per riscaldare il forno, fate cuocere a 150 gradi per circa 45-50 minuti. Lasciar raffreddare e servite.



## La Zuppa di Pasqua

Una ricetta abruzzese della tradizione di famiglia e del riuoso, tipica della cittadina di Giulianova, in provincia di Teramo. Qui il pane rafferma, bagnato nelle uova sbattute e arricchito con formaggio grattugiato, mozzarella e filetto di lonza, viene poi ammorbidito con abbondante brodo bollente di carne e cotto lentamente sul fuoco per qualche minuto.

**Ingredienti per 6 persone** Pane rafferma tagliato a fette (circa ½ kg); 6 uova intere; 150 g di parmigiano grattugiato (o pecorino abruzzese); 200 g di filetto di lonza tagliato a listarelle; 2-3 mozzarelle fior di latte; 1 l di brodo di carne; sale e pepe q.b.; una

casseruola dai bordi alti, antiaderente, con coperchio.

**Procedimento** Tagliate il pane a fette e passatelo nelle uova sbattute, aggiungendo sale e pepe quanto basta. Disponetene un primo strato nella casseruola e distribuitevi sopra il filetto di lonza a listarelle, la mozzarella a cubetti e il formaggio grattugiato. Procedete così con altri strati fino a raggiungere un paio di centimetri dal bordo della pentola. A questo punto aggiungete il brodo avendo l'accortezza di coprire tutti gli strati di pane. Chiudete con un coperchio e lasciate cuocere per circa 15 minuti a fuoco lento fino a quando la mozzarella non sarà sciolta e il brodo avrà ammorbidito il pane. Servitela calda.



**Gusto deciso,  
ma mai  
aggressivo.  
Morbido e  
vellutato al  
palato. Da  
gustare anche  
sul gelato  
o in una  
preparazione  
tutta da  
scoprire**

**Nero Bottega**

**Una sorpresa  
dolce amara**





liquori cremosi rappresentano una categoria del beverage relativamente recente. Indicativamente sono prodotti di facile approccio e di immediato appeal che rientrano in una fascia di prezzo medio e che si rivolgono ai giovani e alle donne.

Nero Bottega, liquore cremoso a base di cioccolato fondente e grappa, è un goloso suggerimento per la prossima Pasqua. È un prodotto di grande personalità che incontra il pieno favore dei consumatori per la sua immediata piacevolezza.

Nero Bottega si caratterizza per il sapore morbido, rotondo e pieno, che richiama la quintessenza del puro cioccolato e le note fruttate della grappa. La bassa gradazione alcolica (15°) rende questo prodotto un ottimo afterdinner, da consumare preferibilmente freddo, non solo dopo i pasti ma anche in qualsiasi momento della giornata. È inoltre un apprezzato ingrediente per la preparazione di gustosi cocktail e si sposa egregiamente con gelati a base di latte (vaniglia, crema, fiordilatte), dando origine a un gustoso "affogato" arricchito dai sentori della grappa.

L'elegante packaging completa il profilo del prodotto. La bottiglia satinata, che ricorda la forma di un uovo di Pasqua, si caratterizza per la possibilità di essere riutilizzata come vaso per una rosa o un altro fiore singolo.

Nero Bottega si affianca a Gianduia e a Fiordilatte, creando un'inedita collezione di liquori al cioccolato, che abbraccia fondente, Gianduia e cioccolato bianco. ■



## Gorgeous Chocolate

**Ingredienti** 35 ml di Nero Bottega; 15 ml di Grappa Riserva Privata Barricata; 50 ml di succo di pera

**Preparazione** Versate gli ingredienti nello shaker, aggiungete il ghiaccio a cubetti e agitate energicamente per pochi secondi. Servite il cocktail in una coppetta Martini. Guarnite il bordo del bicchiere con cacao in polvere e una fettina di pera.





## Valeria Raciti

Su Instagram il suo profilo è valeria.raciti Cercatela però anche su Facebook e YouTube, dove ha un suo canale

**Valentina, Valeria, Martina e Mocho:** quattro food influencer del momento si raccontano e ci regalano una ricetta per menu da leccarsi i baffi. Ce n'è per tutti i gusti: dalla torta di mele della nonna al sandwich XXL. I social network sono la chiave del loro successo, ma come hanno iniziato a muovere i primi passi su Instagram e che rapporto hanno oggi con i loro follower?

Sono Diego Cortes, consulente in Digital Food & Wine Marketing e questa è una succulente selezione preparata proprio per voi.

**V**aleria Raciti, catanese, classe 1987, da sempre amante della cucina, dopo il diploma classico lavora come segretaria amministrativa. Ma l'amore per il food è così forte che nel 2018 Valeria si iscrive ai provini per l'ottava edizione di *MasterChef* e conquista il titolo di *MasterChef d'Italia*, rivoluzionando la sua vita e pubblicando in seguito anche il libro di ricette, *Amore, curiosità, istinto: la mia cucina felice* (Baldini+Castoldi). Oggi lavora come personal chef e food influencer. Sin dalla sua partecipazione al programma, Valeria ha conquistato giudici e pubblico con la sua simpatia e la sua cucina, rappresentativa del territorio e delle sue origini siciliane.

**Quando ha iniziato a muovere i primi passi sui social?**

«Ho aperto il mio profilo Instagram poco tempo prima di entrare a *MasterChef* per gioco... un po' perché lo facevano tutti e desideravo restare al passo con i tempi, un po' perché mi affascinava l'idea di veicolare attraverso le immagini messaggi spontanei, istantanei e apparentemente finalizzati alla mera bellezza... Con il tempo e dopo la mia esperienza a *MasterChef* ho capito quanto la mia visione fosse limitata e come invece la potenzialità di quelle immagini fosse illimitata».

**Qual è il suo rapporto con i follower?**

«Simbiotico. Do con genuinità e





di Diego Cortes  
[www.diegocortes.it](http://www.diegocortes.it)

# Food Blogger Socializziamo a tavola

altrettanto ricevo. Sono grata a ognuno di loro. Proprio recentemente ispirata dal dipinto realizzato dall'amico e artista Emanuele Montanucci ho paragonato il rapporto con i miei follower a una relazione amorosa, che lui raffigura come un usignolo dentro una gabbia chiusa solo in parte. Da un lato chi regge la gabbia manifesta la voglia di trattenere, dall'altra l'usignolo nonostante sia libero di poter volare via sceglie di restare. Si instaura una sorta di rapporto di fiducia e affetto, che nel mio caso passa attraverso il cibo. Come nella

mia vita reale, anche in quella virtuale il cibo è espressione d'amore e cerco di fare il possibile affinché dalle immagini che posto, o dai vi-

deo che realizzo, questo messaggio passi chiaro. E così, magicamente, l'inevitabile distanza si accorcia, quasi fino a scomparire».

## **Risotto zucca, amaretti e semi di anice**

**Ingredienti per 4 persone** 320 g di riso originario; 500 g di zucca delicata; 5-6 amaretti; un litro circa di brodo vegetale; 50 g di Parmigiano Reggiano; 30 g di burro; un cucchiaino colmo di semi di anice; pepe q.b.

**Procedimento** Tagliate la zucca a fette,

disponetela su una teglia da forno, aggiungete sale e olio e infornate per circa un'ora a 150°. Una volta cotta, eliminate la buccia e frullate la polpa. Per questa preparazione il riso non va tostato: metterlo in una pentola e aggiungete il brodo a temperatura ambiente. Cuocete pilaf finché il brodo si sarà assorbito. Aggiustate di sale, quindi mantecate con crema di zucca, burro freddo, Parmigiano, pepe nero e semi di anice. Impiattate aggiungendo sulla superficie gli amaretti sbriciolati.



## Steak Sandwich

Ingredienti 500 g di Ribeye Black Angus; un peperone rosso; un peperone giallo; maionese; 60 g di bacon; scamorza affumicata; ciabatta di pane.

Procedimento: Posizionate la bistecca in forno a 52° per circa 2 ore. Nel frattempo, cuocete il bacon in padella, fino a che sarà super croccante. Tenete da parte due cucchiaini del grasso del bacon e frullateli insieme alla maionese e al bacon per formare la vostra

baconnaise. Arrostiti i peperoni su una fiamma, metteteli in una ciotola e coprite con la pellicola per facilitare la spellatura. Dopo di che tagliate i peperoni a filetti. Togliete la bistecca dal forno, asciugatela perfettamente con panno carta e condite con un velo d'olio d'oliva, sale e pepe. Cuocete in padella alla massima temperatura per circa un minuto per lato. Tostate il pane e componete il panino con i filetti di peperone, la carne a strisce, la scamorza affettata finemente e abbondante baconnaise.



## Mocho

mochof è il suo nome su Instagram e Mochof si chiama anche il suo canale YouTube



**M**assimo Novati, 192 cm per 140 Kg, conosciuto da tutti come Mocho, adora il cibo e ha una passione XXL per le cucine di tutto il mondo.

In un periodo in cui tutto è light, il suo stile è completamente in controtendenza, il suo canale YouTube è un susseguirsi di succulenti ed esagerate videoricette, sfiziosi videoassaggi live, viaggi in giro per il mondo alla ricerca dello street food più estremo

Ma il primo amore non si scorda mai. Gli USA per lui non sono solo una terra promessa, ma anche l'isola del tesoro delle sue papille gustative. Degli States, Mocho conosce ogni più piccola e interessante sfaccettatura.

Nel 2020 va in onda su Food Network Italia con il programma tv *This is America* e quest'anno è nel cast fisso di *Ogni Mattina*, in onda su TV8, tenendoci compagnia con il suo stile travolgente e inconfondibile.

### Quando ha iniziato a muovere i primi passi sui social?

«Sin da piccolo sono sempre stato appassionato del mondo Internet. Per quanto riguarda YouTube, ho iniziato il mio percorso nel 2018 sul canale Cucina da uomini. L'anno dopo ho aperto il mio canale personale e il resto, come si suol dire, è storia...».

### Qual è il rapporto con i follower?

«Cerco di rispondere a tutti i commenti. Mi chiedono consigli e direi che il rapporto con i follower è stata la base per far crescere i miei canali. La community è uno dei miei punti di forza. Il mio rapporto con il food è splendido: mi alzo al mattino e già penso a cosa mangerò a pranzo e cena».



## Crostata cioccolato bianco e fragole

**Ingredienti** 240 g di farina 00; 2 tuorli medi; 150 g di burro; 100 g di zucchero a velo; buccia grattugiata di limone (facoltativa). **Per la copertura** 300 g di cioccolato bianco (di buona qualità); 200 ml di panna vegetale; marmellata di limoni; fragole q.b.

**Procedimento** Sbucciate in un mixer, aggiungete tutti gli ingredienti, azionate a velocità media e lavorate il composto per qualche secondo. Formate un panetto

e conservate in frigorifero per un'ora. Per la copertura, portate a bollire la panna, spegnete il fuoco e unite il cioccolato bianco fatto a pezzetti. Mescolate con un cucchiaino di legno. Rivestite con la pasta frolla uno stampo da crostata da 22 cm di diametro e bucherellate la superficie con una forchetta, disponete al suo interno dei pesetti tipo fagioli secchi e cuocete in forno statico a 180° per 20 minuti. Eliminate i pesetti e cuocete per altri 10 min. Aggiungete sulla base la marmellata. Versate la ganache sulla base e fate riposare. Decorate la superficie con fragole e menta.

**V**alentina Boccia, napoletana di nascita e di cuore, pasticcerica, autrice e content creator. Fonda nel 2012 "Ho Voglia di Dolce!", un blog incentrato sulla pasticceria e la cucina. Nel 2017 pubblica con Mondadori l'omonimo libro *Ho Voglia di Dolce*.

**Quando ha iniziato a muovere i primi passi sui social?**

«Il mio blog nasce nel 2012 e con esso anche la mia pagina Facebook e successivamente quella Instagram. Dieci anni fa non mi sarei mai aspettata tutto questo successo. Era un mondo sconosciuto, i blog erano poco diffusi. I social, se usati bene e se si hanno cose interessanti da raccontare, rappresentano un grandissimo potenziale».

**Qual è il suo rapporto con i follower?**

«Credo sia una delle componenti fondamentali. Lo curo costantemente ed è una parte del mio lavoro che seguo in prima persona. Con più di 2 milioni di follower diventa impegnativo perché sono centinaia le richieste e i messaggi cui rispondere ogni giorno, ma è anche la parte più bella».

**Valentina Boccia**

Come poteva chiamarsi la sua pagina Instagram se non "hovogliadidolce"?



Se ha gradito questo quotidiano o rivista e se la ha trovata in qualsiasi altra parte che non sia il sito qui sotto indicato, significa che ci è stato rubata, vanificando, così, il lavoro dei nostri uploader. La preghiamo di sostenerci venendo a scaricare anche solo una volta al giorno dove è stato creato, cioè su:

**[www.eurekaddl.com](http://www.eurekaddl.com)**

Se non vuole passare dal sito può usare uno dei seguenti due contenitori di links,

gli unici aggiornati 24/24 ore e con quotidiani e riviste

SEMPRE PRIMA DI TUTTI GLI ALTRI:

**<https://filecrypt.cc/Container/73886A714A.html>**

**<https://www.keeplinks.org/p17/5ff15490b62ea>**

Senza il suo aiuto, purtroppo, presto potrebbe non trovarla più: loro non avranno più nulla da rubare, e lei più nulla da leggere. Troverà quotidiani, riviste, libri, audiolibri, fumetti, riviste straniere, fumetti e riviste per adulti, tutto gratis, senza registrazioni e prima di tutti gli altri, nel sito più fornito ed aggiornato d'Italia, quello da cui tutti gli altri siti rubano soltanto. Trova inoltre tutte le novità musicali un giorno prima dell'uscita ufficiale in Italia, software, apps, giochi per tutte le console, tutti i film al cinema e migliaia di titoli in DVDRip, e tutte le serie che può desiderare sempre online dalla prima all'ultima puntata.

#### IMPORTANTE

Si ricordi di salvare tutti i nostri social, perchè alcuni di essi (soprattutto Facebook) potrebbero essere presto chiusi, avranno TUTTI il nuovo indirizzo aggiornato:

- Cerca il nuovo indirizzo nella nostra pagina **Facebook**
- Cerca il nuovo indirizzo nella nostra pagina **Twitter**
- Cerca il nuovo indirizzo nel contenitore Filecrypt: **Filecrypt**
- Cerca il nuovo indirizzo nel contenitore Keeplinks: **Keeplinks**
- Cerca il nuovo indirizzo nella nostra chat: **chatdieurekaddl**

METODI PER AVERCI ON LINE PER SEMPRE IN POCHI SECONDI

(si eseguono una volta sola e sono per sempre!)

Clicchi qui a lato: **[justpaste.it/eurekaddl](http://justpaste.it/eurekaddl)**





## Torta di mele di Nonna

**Ingredienti** 5 mele (3 per l'impasto e 2 per decorare); 180 g di zucchero; 3 uova; un limone; 1/2 baccello di vaniglia; 250 g di panna da cucina; 50 g di latte; 300 g di farina; 16 g di lievito per dolci **Per lucidare la torta** 1/2 baccello di vaniglia; 200 g di acqua; 30 g di zucchero; 15 g di amido di mais o riso.

**Procedimento** Sbucciate e tagliate le mele, due a fettine (per la decorazione) e tre a cubetti. Cospargete con il succo

di limone per non farle annerire. Montate le uova con lo zucchero, la scorza del limone e la vaniglia. Unite il latte e la panna, infine la farina e il lievito setacciati. Mettete le mele a cubetti nell'impasto e versate il tutto in una teglia imburata. Disponete le mele a fettine sopra alla torta, poi infornate. Cuocete in forno statico a 170° per 45 minuti circa. Lasciate raffreddare e preparare la gelatina per lucidare. Mettete tutti gli ingredienti sul fuoco e cuocete mescolando fino a che non si sarà addensato e non sarà trasparente (circa 5 min). Poi potete "lucidare" la torta.

## Martina Russo

Su Instagram è [martinarusso\\_real](#), ma la trovate anche su YouTube e altri social



**M**artina Russo, 22 anni, di Bologna, è la vincitrice di *Bake Off Italia* 7, cooking show in onda su Real Time.

La passione per la cucina è arrivata molto presto nella sua vita: «Il libro di ricette più prezioso che ho era di mia nonna e risale al 1979».

Ha detto: «Partecipo a *Bake Off Italia* perché voglio dimostrare a tutti che non sono solo quello che sembro e dunque ciò che si vede da fuori». Nel 2020 esce il suo primo libro, *Martina QB*, edito da Rizzoli.

Oggi Martina collabora con brand del food e anche del successo sui social.

### Primi passi sui social?

«Sono sempre stata molto attiva sui social, anche prima del programma. Avevo già un seguito notevole. Dopo ho iniziato a curare il profilo e a dedicarlo di più alla cucina».

### Rapporti con i follower e con il cibo?

«Buono. Mi scrivono spesso e rispondo a tutti, ma ultimamente ho meno tempo. Mi dispiace se a volte non riesco ad accontentare tutti, ma in questo periodo mi sto dedicando di più al privato, lontano dal digitale. Con il cibo ho un buon rapporto perché cucinare per gli altri mi rende felice e soddisfatta. Rendere felici le persone attraverso un mio dolce è una grande soddisfazione».

### Che dolce ci presenta?

«La domanda più frequente nelle interviste è: "Nel tuo libro, scrivi che hai fatto la tua prima torta a 4 anni. Che torta era?". Eccola qui quindi, la torta di mele di nonna! Facilissima, pochissimi ingredienti e super veloce (ma buonissima, ovvio). Sono super affezionata a questa torta, perché da qui nasce il mio amore per la cucina. Se oggi sono quella che sono probabilmente è merito di questa ricetta».



# HO SCELTO LA QUALITÀ KASANOVA

**PETRA**  
ecoWOOD

Ho scelto la  
**PENTOLA  
CON VAPORIERA**  
per preparare  
le mie ricette facili,  
veloci e gustose.

**E COME FAI  
A NON COMPRARLA  
ANCHE TU?**

A SOLI  
**39,90€**

*Benedetta Rossi,  
la foodblogger più amata  
dagli Italiani.*

SCOPRI DI PIÙ!



## PENTOLA CON VAPORIERA

CUCINO PRIMO SECONDO E CONTORNO IN UNA VOLTA SOLA,  
RISPARMIO TEMPO E FATICA E POSSO USARLA ANCHE SULL'INDUZIONE.  
IN PIÙ, CON LA COTTURA A VAPORE  
LE MIE PIETANZE SONO PIÙ "LEGGERE".

**KASANOVA®**



**Nel mercato premium del tonno in vaso vetro, ASDOMAR si distingue da sempre con prodotti di altissima qualità. Solo filetti compatti, lavorati artigianalmente, dalle carni tenere e saporite, in olio di oliva o al naturale. Ma non solo**

**N**ell'offerta di alta gamma si aggiungono i filetti all'olio extravergine di oliva biologico e sale integrale, lavorati completamente a mano, tagliati al coltello e confezionati uno ad uno. Una nuova variante che vede la qualità dei filetti di tonno ASDOMAR accompagnata dall'olio più pregiato, olio extravergine di oliva biologico, e un pizzico di sale marino integrale, cioè non raffinato chimicamente. Il tutto per offrire al consumatore un prodotto super premium che racchiude in sé solo il meglio del mercato. I filetti di tonno all'olio extravergine di oliva biologico e sale integrale sono disponibili nei formati 150g e 250g.

Un'altra novità del 2021 sono i classici filetti di tonno all'olio di oliva, nel nuovissimo formato da due vasi da 150g. Un'elegante proposta per raddoppiare il gusto e la qualità in un confezionamento speciale. All'interno della confezione sono inclusi due vasi vetro contenenti tutta la qualità degli intramontabili filetti ASDOMAR all'olio di oliva, lavorati solo in Italia, in Sardegna; in vendita a un prezzo davvero speciale! ■



# ASDOMAR Tonno di



## Insalata di pasta limone, finocchietto e mandorle con Filetti di Tonno all'Olio Extra Vergine di Oliva

**Ingredienti** 2 confezioni di Filetti di Tonno all'Olio Extra Vergine di Oliva; 280 g di

fusilli integrali; un limone non trattato; un mazzetto abbondante di finocchietto; 2 cucchiaini di mandorle a lamelle; sale e pepe; olio EVO; peperoncino frantumato.

**Procedimento** Fate cuocere la pasta in acqua leggermente salata in ebollizione per il tempo di cottura indicato sulla confezione. Scolatela e raffreddatela sotto un getto di acqua corrente. Ponetela quindi in una ciotola. Conditela con quattro cucchiaini di olio EVO, una spolverata

di sale e pepe, il succo di mezzo limone, il finocchietto tritato finemente, un po' di peperoncino e i filetti di tonno ben sgocciolati e sbriciolati grossolanamente (tenetene qualcuno intero per decorare il piatto). Mescolate bene e lasciate insaporire. Tostate le mandorle in un padellino a fiamma moderata finché non saranno dorate e croccanti e unitele all'ultimo momento prima di servire la pasta. Decorate con i filetti interi e qualche fettina sottilissima di limone.



# pregio



## Crostini con uova di quaglia

**Ingredienti per 4 persone** 4 fette di pane consentito ai cereali; una confezione di Hummus di ceci & olio di oliva NOA; 8 uova di quaglia; 40 g di burro chiarificato; qualche foglia di maggiorana; sale, pepe e semi di coriandolo q.b.

**Procedimento** Dividete le fette di pane in due per ottenere 8 crostini dallo spessore di 1 cm, metteteli in forno e fateli dorare

a una temperatura di 220°. In alternativa utilizzate il classico tostapane. In una padella antiaderente versate il burro, accendete la fiamma bassa e fatelo sciogliere. Aprite le uova di quaglia in padella e cucinatele per circa 2 minuti, fino a quando l'albume non apparirà rassodato. Aggiungete un pizzico di sale. Spalmate l'Hummus ceci & olio di oliva NOA sui crostini e ponete su ciascuno un uovo di quaglia fritto. Cospargete i crostini con grani di coriandolo sminuzzato, decorate con foglioline di maggiorana e servite.



Tiziana Colombo

# I consigli di No



# Tiziana Colombo, sui social Nonnapaperina, ed Exquisa alleati per una Pasqua senza intolleranze

**L'**arrivo della primavera quest'anno ci accompagna anche alla celebrazione della Pasqua rievocando il desiderio dei primi tepori della stagione che si colora di rinascita con nuovi boccioli, raggi di sole e cieli tersi.

Un'atmosfera che risveglia il buon umore e la voglia di rendere speciale ogni momento da trascorrere a casa, come un menu pasquale che, nel pieno rispetto della tradizione, sfoggerà carote, coniglietti e oveti in un tripudio di bontà variopinte e deliziose, sane e facili da realizzare, per condividere con gli affetti più cari piacevoli e indimenticabili momenti di bontà.

Exquisa, specialista dei Freschi Cremosi, offre una varietà di proposte di qualità. Tutto l'occorrente, più sano e genuino, per portare in tavola fantasiose creazioni, nuove alchimie di sapori e gustose sorprese, soddisfacendo le esigenze più diverse, anche in caso di intolleranze alimentari.

Le ricette che vi proponiamo sono state realizzate da Tiziana Colombo, in arte social @nonnapaperina, food specialist che vuole aiutare le persone con problemi di alimentazione e intolleranze alimentari e non solo. ■

## Risotto alle carote viola

**Ingredienti per 4 persone** 320 g di riso Carnaroli; 300 g di carote viola; mezzo bicchiere di vino bianco secco; uno scalogno; un l di brodo vegetale; 50 g di burro, sale; 125 g di Exquisa Fresco Cremoso Classico.

**Procedimento** Sbucciate lo scalogno, lavatelo e tagliatelo a fettine sottili. Fatelo imbiondire appena in una pentola con 30 grammi di burro a fiamma bassa e aggiungete il riso per farlo tostare. Versate il vino bianco

e alzate la fiamma per farlo sfumare completamente. Abbassate la fiamma e aggiungete il brodo vegetale poco per volta, portando il riso a cottura. Quando sarà cotto mantecatelo con il Fresco Cremoso Classico di Exquisa e 15 grammi di burro. Mescolate per bene e poi versate il riso in uno stampo imburrato per lasciarlo riposare. Nel frattempo, dopo averle pulite accuratamente, bollite le carote. Una volta cotte, basta tagliarle alla julienne e passarle nel burro rimasto. Quindi prendete il riso rimasto nello stampo e disponetelo su un piatto cercando di mantenere la forma ottenuta, decoratelo con le carote e servitelo.



# nnapaperina





Tiziana Colombo

# I consigli di Nonnapaperina



## Cream tart pasquale

**Ingredienti per 6 persone** Per la pasta frolla 250 g di farina di riso; 50 g di farina di mandorle; 50 g di fecola di patate; 120 g di burro freddo; 110 g di zucchero a velo; un uovo intero; 2 tuorli; scorza di arancia e limone grattugiata; un pizzico di sale. **Per la farcia** una confezione di Exquisa Fresco Cremoso Classico 175 g; 100 g di yogurt greco; 150 ml. di panna fresca; 70 g di zucchero a velo; un cucchiaino di estratto di vaniglia. **Per la decorazione** qualche lampono, corallini misti, ovetti o confetti di cioccolato.

**Procedimento** Per la base Utilizzate una

planetaria con frusta a K, versate la farina e il burro freddo tagliato a pezzetti per ricavare un composto granuloso. Unite lo zucchero a velo, le uova e un po' di sale, la scorza di limone e arancia e mescolate per un minuto fino a ottenere un impasto uniforme che conserverete in frigo avvolto in una pellicola, in forma di panetto. Dopo circa 30 minuti riprendete il panetto e tagliatelo in due parti. Stendetele per ottenere due rettangoli dallo spessore di mezzo centimetro ciascuno. Prendete uno stampo a forma di coniglio o un foglio di carta con questa forma e ritagliate la pasta frolla con l'aiuto di un coltello a punta sottile. Adagiate le due forme su una teglia

rivestita di carta da forno e cuocetele per 16 minuti in forno preriscaldato a 180°. Sfornate e fate intiepidire le forme su una gratella.

**Per la farcia** Unite tutti gli ingredienti per realizzare la crema e montateli per bene, aggiungete anche lo zucchero e la vaniglia. Versate la crema in un sac à poche con punta tonda da 1 cm. Farcite una superficie di frolla che farà da base su tutto il perimetro e aggiungete i lamponi tagliati a fettine, poi riponete sopra la base di frolla rimasta il secondo strato di frolla. Farcite ricreando degli spuntoni e guarnite a piacimento con confetti colorati, lamponi e corallini. Mettete in frigo per circa 2 ore e servite.



**TOMASONI**<sup>®</sup>

*Formaggi per tradizione dal 1955*

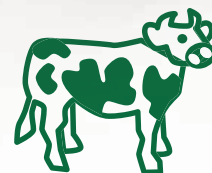
Fkdesign\*

# *Crema del Piave*<sup>®</sup>

*Gustosa e delicata,  
dal sapore unico  
ed inconfondibile*



*Crema del Piave, lo stracchino morbido e vellutato dal delicato sapore di latte che il Caseificio Tomasoni produce con cura e passione dal 1955. Con la sua straordinaria cremosità racchiude tutta la storia del territorio e della tradizione veneta vocata all'artigianalità più genuina e sostenibile.*



**Caseificio Tomasoni**  
via Bovon, 3  
31030 Breda di Piave TV

[www.caseificiotomasoni.it](http://www.caseificiotomasoni.it)

seguici su:  



**N**on ancora trentenne, Andrea Pasqualucci ha ottenuto una Stella Michelin per la sua cucina al Moma, un ristorante unico nel suo genere inaugurato quindici anni fa di fronte all'Ambasciata degli Stati Uniti a Roma.

Ideatori del concept del locale sono i fratelli Gastone e Franco Pierini, imprenditori nel mondo della ristorazione da quando, ancora ragazzi, cominciano a lavorare in un piccolo bar aperto dalla mamma. Nel corso del tempo hanno collezionato tante esperienze di successo, ma è con il "progetto Moma" che hanno ottenuto ottimi riconoscimenti diventando un punto di riferimento nel panorama gastronomico romano.

Il confronto costante tra lo chef e la proprietà è il valore aggiunto del locale, dove i menu sono realizzati partendo da una scelta etica: selezionare un'ottima materia prima ►

## Spghettino tiepido all'olio di coratina, caprino e melassa di cipolle

**Ingredienti per quattro persone** 360 g di spaghetti; olio EVO di Coratina; 10 pomodori cuori di bue; uno spicchio d'aglio; fiori d'aglio; 10 foglie di basilico; 130 g di caprino stagionato; 10 cipolle rosse; 10 g di miele; 10 g di aceto di vino rosso; 5 g di succo di limone.

**Procedimento** Per realizzare la melassa di cipolle pulite e tagliate le cipolle rosse in 4 spicchi, cuocetele in una pentola coperte di acqua per 2 ore. Passate le cipolle e l'acqua rimanente all'estrattore, riportate a riduzione il liquido ottenuto fino a una consistenza sciropposa, aggiungete il miele e l'aceto, freddate e mantenete in frigo. Per realizzare l'acqua di pomodoro tagliare i pomodori cuore di bue a cubetti e ripassateli velocemente in padella con olio, lo spicchio di aglio e il basilico. Eliminate l'aglio e il basilico e passate i pomodori con

il loro liquido all'estrattore. Tenete da parte il succo ottenuto. Per realizzare la neve di caprino tagliate il caprino stagionato a pezzetti e abbattetelo in negativo. Una volta congelato frullatelo velocemente al cutter creando una granella di formaggio gelato. Mantenete in congelatore. Con gli scarti delle cipolle rosse si ottiene la polvere, bruciatele dunque in forno e frullatele, ottenendo una cenere. Cuocete gli spaghetti in abbondante acqua salata per 4 minuti, scolateli e finite la cottura in padella per altri 3 minuti con l'acqua ottenuta dall'estratto di pomodori. Trasferite gli spaghetti in una bowl molto larga e iniziate a mantecare aggiungendo il basilico tagliato a julienne, il succo di limone, sale e abbondante olio EVO di Coratina, freddo di frigo, a filo. Create un'emulsione e allo stesso tempo abbassate la temperatura della pasta. In un piatto piano non caldo disponete al centro la melassa di cipolle, sopra un nido di spaghetti, ancora qualche goccia di melassa sopra, poca cenere di cipolla e terminate con un cucchiaino abbondante di neve di caprino. Decorate con fiori d'aglio e servite subito.



**Andrea Pasqualucci** **La mia**



## Tagliolini vongole e cime di rapa

**Ingredienti per quattro persone** 300 g di foglie di cime di rapa; 150 g di farina 00; 100 g di semola rimacinata; 3 tuorli; 100 g di pane raffermo; 50 g di cipolla; 15 g di acciughe; 15 g di capperi; uno spicchio d'aglio; un peperoncino; 7 g di sale; 500 g di pomodori pelati. Per la salsa: 500 g di vongole veraci; 100 g di acqua di vongole; 300 g di gambi di cime di rapa.

**Procedimento** Per realizzare l'impasto pulite le cime di rapa suddividendole in foglie, gambi e cimette. Sbollentate le foglie, freddatele in acqua e ghiaccio e frullatele con un po' di acqua, filtratele con un panno eliminando tutta l'acqua

ricavando una purea asciutta. Frullate la purea nell'uovo e impastate con le farine per ottenere la pasta all'uovo. Fate riposare in frigo per almeno un'ora. Successivamente stufate la cipolla con pochissimo olio, aggiungete un battuto d'aglio, acciughe, capperi e peperoncino e rosolate. Sfumate con il vino, aggiungete i pelati e cuocete come un sugo per pochi minuti. Aggiungete il pane raffermo tutto il sugo. Stendete largo su una placca e seccate in forno a 70° per una notte. Frullate. Per la salsa aprite in padella le vongole precedentemente spurgate con olio, aglio prezzemolo e zenzero e appena si aprono spegnete il fuoco e sbucciatele. Filtrate l'acqua di cottura delle vongole. Sfibrate i gambi delle cime di rapa, sbollentateli in acqua e sale, una volta

cotti frullateli con l'acqua delle vongole e aggiustate di olio e sale se occorre. Sbiancate per pochi secondi le cime di rapa e freddatele in acqua e ghiaccio. Ridurre di 3/4 a fuoco basso 500 grammi di vino bianco. Stendete la pasta e tagliate i tagliolini. In una padella scaldate un filo d'olio e uno spicchio d'aglio, aggiungete l'acqua delle vongole, poca acqua neutra, un pizzico di peperoncino e poca riduzione di vino. Cuocete i tagliolini in acqua bollente salata per un minuto, scolate e finite la cottura in padella. Mantecate lasciandoli molto umidi, a fine cottura aggiungete le vongole sgusciate e le cime di rapa, aggiustate di sale e olio qualora servisse. Impiattate cominciando con la salsa di vongole e cime alla base del piatto, posate sopra i tagliolini e completate con una spolverata di pane.

**Poco più che trentenne, lo chef del Moma di Roma ha già ricevuto la Stella Michelin. «Ma la mia strada parte da lontano»**



di Tiziana Cialdea



# prima Stella





## Cappelletti alle erbe di campo e Conciato di San Vittore

**Ingredienti per quattro persone** Per la pasta: 9 tuorli sodi; 9 tuorli crudi; un uovo intero; 500 g di farina 00. Per il ripieno: 150 g di ricotta vaccina; 500 g di erbe di campo miste (cicoria, ramoraccio, tarassaco, malva, ortica, ecc.). Per la spuma: 350 g di Conciato di San Vittore (formaggio di pecora a pasta dura); 300 g di albume; 100 g di latte; aglio nero di Voghiera

**Procedimento** Impastate gli ingredienti della pasta in una planetaria con una foglia e mettete l'impasto sottovuoto il giorno prima dell'utilizzo. Condite la ricotta con olio e sale e cuocete in forno

a 150° fino a colorazione. Cuocete le erbe in acqua salata, scolatele e strizzatele bene, tritate finemente al coltello, unite la ricotta, aggiustate di sale e pepe e riempiete un sac-à-poche. Per la spuma tagliate il conciato e mettete in infusione nel latte caldo, frullate il tutto e filtrate. Aggiungete gli albumi e caricate un sifone con due cariche a gas, tenete in caldo a 60°. Stendete la pasta all'uovo molto finemente e confezionate i cappelletti con la farcia alle erbe. Cuocete i cappelletti in acqua bollente salata per 1 o 2 minuti, scolate condendoli con olio EVO. In una fondina adagiate 5 fettine di aglio nero finissime, ponete sopra i cappelletti, coprite tutto con la spuma calda e decorate con fiori di borragine e i cuori più teneri crudi delle erbe di campo conditi con poco olio EVO.

► direttamente da piccoli coltivatori, allevatori e pescatori del territorio italiano, ovviamente in base alla stagionalità.

Per Pasqualucci, che compirà 32 anni a luglio, alla base di ogni portata c'è un singolo elemento portante: la semplicità.

«Da quando sono piccolo mi piace mangiare, tanto. Non so da dove arrivi questa passione così forte per il cibo, forse da mia nonna che negli anni '40 aveva una trattoria in zona Prati Fiscali. L'unico legame

può essere quello» spiega lo chef che già dopo le scuole medie aveva ben chiaro il suo destino.

«Ho sempre voluto fare lo chef e per questo ho scelto di studiare all'Istituto Alberghiero, prima che esplodesse la moda del food. All'epoca non se ne parlava così tanto e dopo il diploma non ho fatto fatica a trovare lavoro. In passato gli chef importanti erano un quinto di adesso. Oggi sembra che gli chef abbiano la stessa importanza dei medici, ma non è così».

Eppure non tutti, come lei, riescono a ottenere il riconoscimento più ambito, quello della Guida Michelin, soprattutto in età giovanissima.

«Ma il mio percorso parte da lontano. Ho iniziato a lavorare come cameriere e poi ho lavorato con Armando De Giorgi, che mi ha fatto innamorare della cucina a diciotto anni al punto che tutto il mio tempo libero lo dedicavo allo studio. Pensavo che la cucina si fermasse alla dimensione casalinga: entrando in contatto con l'alta cucina ho scoperto un mondo nuovo, bellissimo, del quale volevo sapere sempre più. Così ho letto tantissimi libri di cucina, da solo, anche di chef stellati con i quali mi sono ritrovato a collaborare, da Oliver Glowig a Moreno Cedroni. Il mio sembra un percorso già scritto e non so come sarebbe stata la mia vita oggi se avessi seguito i consigli dei miei insegnanti delle medie: secondo loro avrei dovuto studiare al Liceo Artistico e anche i miei genitori avrebbero voluto che seguissero quel percorso, perché ero portato. Ma non hanno ostacolato la mia scelta e oggi l'arte la porto nei piatti».

**Da quanto lavora al Moma?**

«Da quattro anni. Sono tornato a Roma da Senigallia, dove ave-





Andrea Pasqualucci

# La mia prima Stella



vo lavorato da Moreno Cedroni alla Madonnina del Pescatore e qui all'inizio dividevo la responsabilità dei fornelli con un collega, Roberto. Poi sono diventato executive e dopo due anni è arrivata la Stella. Oggi sento una responsabilità doppia, perché confermare giorno dopo giorno un riconoscimento così importante non è facile, ma sono innamorato di quello che faccio e sento la fiducia della proprietà: questo mi permette di esprimermi al meglio, sempre».

**Che emozione ha provato quando ha saputo che il suo nome era entrato nell'olimpo della cucina?**

«In passato ero fissato. Volevo lavorare solo in ristoranti stellati, per conoscere sempre più a fondo il mondo dell'alta cucina. Credo che tutti i calciatori sognino di arrivare a giocare nel Real Madrid e per me le cucine stellate erano in vetrina al mio personale campionato. Se non avessi fatto quelle esperienze non avrei raggiunto questo traguardo. Ma devo ammettere che rispetto agli inizi, negli ultimi anni e anche prima di ottenerla, la "malattia" della Stella mi è passata. Conosco dei colleghi che lavorano per prendere la Stella a tutti i costi. Io sono più rilassato in questo senso e non parlo così adesso che l'ho presa. Quando sono arrivato qui ►

## Seppie e verze

**Ingredienti per quattro persone** 4 seppie locali sporche da 300 g circa cadauna; 2 verze; miso di ceci e farro; una testa d'aglio; una patata grande; 2 scalogni; vino bianco e fumetto di pesce q.b.

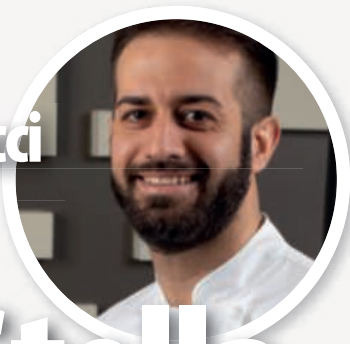
**Procedimento** Pulite bene le seppie prestando attenzione a non rompere la sacca dell'inchiostro e i fegati che serviranno per la salsa. Passate le seppie rapidamente sotto l'acqua per eliminare i residui di sabbia e asciugatele bene. Tagliate ogni seppia verticalmente in tre parti uguali e intagliatele leggermente per arricciare in cottura. Una volta pronte marinateli in poco miso frullato con poco fumetto. Per la salsa pelate e tagliate a julienne le patate e lo scalogno, appassite in casseruola con un filo d'olio e una foglia di alloro poi sfumate con poco vino bianco secco. Una volta evaporato il vino bagnate con il fumetto fino a coprire e cuocete dolcemente fino a cottura delle patate. Una volta pronte aggiungete a caldo

le sacche di nero e i fegati e frullate liscio aggiustando di sale. Per la salsa di verza utilizzate le foglie esterne più verdi. Tagliatele finemente e sbollentate in acqua bollente salata, scolatene bene e frullate a caldo con olio a filo, sale, qualche goccia di limone e acqua di cottura se serve. Tagliate i cuori di verza in quattro e marinateli per una notte con sale, pepe e vino bianco. Cuocete sottovuoto a 75° per 35 minuti. Per la salsa pulite la testa d'aglio e togliete l'anima agli spicchi, sbollentate per tre volte nel latte partendo sempre da freddo. Una volta ammorbiditi scolatene e frullate con olio EVO montando come una maionese. Scottate velocemente le seppie e i cuori della verza su una piastra. Impiattate su un piatto piano alternando la salsa al nero di seppia e la salsa di verza, adagiate le seppie e i cuori di verza grigliata, qualche spuntone di aioli e finite il piatto con foglie di verza croccanti precedentemente piastrate e poi seccate.



Andrea Pasqualucci

# La mia prima Stella



## Foie gras con sorbetto di cipolla rossa

**Ingredienti per quattro persone** 200 g di petto di pollo; 20 ml di brandy; 25 g di Porto ridotto; 50 g di fegatini di pollo puliti; 65 g di latte; 65 g di cipolla rossa; 20 g di burro; un tuorlo; un rametto di timo; un grammo di sale; 3 g di miso di ceci; 25 g di burro salato; 20 g di panna; un'alice. Per il sorbetto alla cipolla rossa: 250 g di cipolle rosse; 125 g di estratto di rabarbaro; 60 g di zucchero; 15 g di glucosio; 5 g di sale fino.

**Procedimento** Tagliare il pollo a cubetti e marinare una notte con il brandy; sciacquate bene i fegatini e marinare una notte nel latte. Tagliate a julienne la cipolla e fatela appassire con il burro e il timo, una volta stracotta lasciatela scolare una notte in frigorifero. Il giorno successivo scolate e asciugate bene i fegatini. Unite il pollo, i fegatini,

la cipolla e i restanti ingredienti nel Bimby o in un frullatore e frullate per 5 minuti alla massima potenza. Montate con i 25 grammi di burro salato fuso. Setacciate il composto e lasciatelo riposare una notte in frigo. Ripartite in stampi a piacere 70 grammi di composto, abbattete in negativo e mettete sottovuoto le singole porzioni. Preparate dunque il sorbetto tagliando la cipolla alla julienne, cuocete in acqua bollente e aceto di lamponi in pari peso e lasciate raffreddare. Portate a bollore gli altri ingredienti, aggiungete la cipolla precedentemente cotta, frullate tutto e passate in un colino. Congelate il composto e montate in una gelatiera. Cuocete il foie gras da congelato per 20 minuti a 65° vapore. Una volta cotto lasciatelo riposare 10 minuti. Procedete come la cottura di un foie gras classico in padella con sale, pepe, burro, timo e scalogno. Servite con il sorbetto alla cipolla, il pan brioche e della frutta caramellata secondo gusto e stagione.

► con la proprietà ci siamo confrontati proprio su questo aspetto: ai fratelli Pierini ho chiesto se avevano intenzione di prendere la Stella e loro mi hanno detto di no. Così abbiamo iniziato questa collaborazione e, lo ammetto, ero molto tranquillo. Non volevo iniziare una nuova esperienza sentendomi vincolato a un risultato. Ho lavorato in tranquillità, senza mai essere sotto pressione. E forse è proprio per questo che il riconoscimento è arrivato: abbiamo tutti fatto del nostro meglio senza un obiettivo, ma per il piacere di farlo».

### È cambiato il suo lavoro da due anni a questa parte?

«Indubbiamente. Prima ero meno responsabilizzato. Oggi è diverso. Ma la cura nei piatti è sempre stata massima. Quello che mi piace di più del mio lavoro è l'attenzione che riserviamo ai prodotti: insieme ai titolari abbiamo scelto di rifornire le dispense solo di materie prime del territorio italiano, principalmente laziale. Anche se mi piace sperimentare, nelle mie ricette c'è una base della tradizione casalinga, familiare. I fratelli Pierini partono dal presupposto che il cibo è memoria e la loro esperienza quarantennale per me è un punto fermo: i loro rapporti con i fornitori durano da tanto tempo e, soprattutto dopo l'anno che è passato, oggi più che mai è fondamentale disporre di una filiera certa e se, possibile, corta. La nostra filosofia è quella di mangiare meno, mangiare meglio e mangiare prodotti di stagione. Principalmente e possibilmente italiani, perché sono migliori».

### Qual è il suo piatto forte?

«Me lo chiedono sempre, ma ogni volta non so dare una risposta precisa: dagli antipasti ai primi, dai secondi fino ai dolci a me piace cucinare tutto. Di piatti che mi rappresentano, secondo gli altri, ce ne sono molti, ma io non me la sento di sceglierne uno a discapito dell'altro, perché ognuno è come un figlio e per ognuno uso la stessa attenzione».





# #ioscelgoitaliano



## *Italia. Terra di poeti, viaggiatori e buongustai*

Per scegliere bene bisogna conoscere meglio. E nessuno può conoscere le ricchezze dell'Italia meglio di chi, come noi, in questo Paese ci è nato ed è cresciuto fino a realizzare 800 supermercati. In MD, ogni giorno, trovate prodotti di eccellenza che selezioniamo in base al miglior rapporto qualità prezzo. Ma MD non è solo cibo.

Per chi ha fame di relax e divertimento, infatti, abbiamo creato il sito MD Viaggi; ricco di offerte per godersi le vacanze sulle nostre più belle spiagge e montagne. Con l'hashtag #ioscelgoitaliano vi sarà più facile ritrovare tutto ciò che l'Italia e MD hanno di buono da offrirvi. E per aiutarvi a preparare le nostre migliori ricette vi invitiamo a Casa MD, il blog studiato per diventare dei bravi chef con gustosi video-suggerimenti di Antonella Clerici e lo chef Mauro Improta.



*Buona Spesa, Italia!®*



mdspa.it



**Un progetto  
passo passo**

Giampaolo Sodano e la moglie Fabrizia Cusani. Lui dirigente pubblico e privato, giornalista, deputato, direttore; lei architetto e urbanista. Dal 1992 hanno creato insieme passo passo nella Toscana l'azienda agricola L'Oliveaia e Tuscus, frantoio artigiano.

**Giampaolo Sodano**

**Tutto liscio  
come l'olio**



# Direttore di Rai, deputato, giornalista, organizzatore, mastro oleario. Oggi la sfida di Giampaolo Sodano si chiama Tuscus Frantoio Artigiano

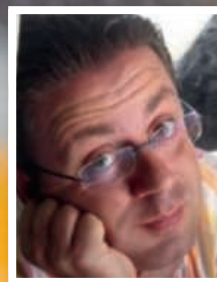
**G**iampaolo Sodano non si ferma mai. Giornalista, dirigente, deputato, direttore di Raidue, fondatore del festival Cartoons on the Bay". Con la moglie Fabrizia Cusani, architetto e urbanista, vive a Vetralla, alle porte di Viterbo, dove guida sia Tuscus Frantoio Artigiano sia il quotidiano online Moondo.

## Parliamo di Tuscus Frantoio Artigiano?

«Tutto parte nel 1992. Una scoperta di Fabrizia. Prima la terra, 20 ettari a Nepi, poi il frantoio. Ora faccio il "mastro oleario". Una vita vissuta correndo. Ogni tappa è diventata un ricordo. Intanto il nostro olio "Tuscus" si pavoneggia sugli scaffali di Milano e Roma e nelle cucine dei grandi chef. Adoro il lavoro e amo tutto ciò che faccio. La verità è che l'innamoramento è un'emozione, volatile, mentre l'amore è un sentimento e ha bisogno di molte cure. È stata Fabrizia a farmelo scoprire».

## All'inizio di ogni filare di ulivi spiccano colorati cespugli di rose.

«Spesso la mattina amo passeggiare nell'oliveto, amo il profumo dell'erba bagnata e delle rose in- ▶



di Diego Paura



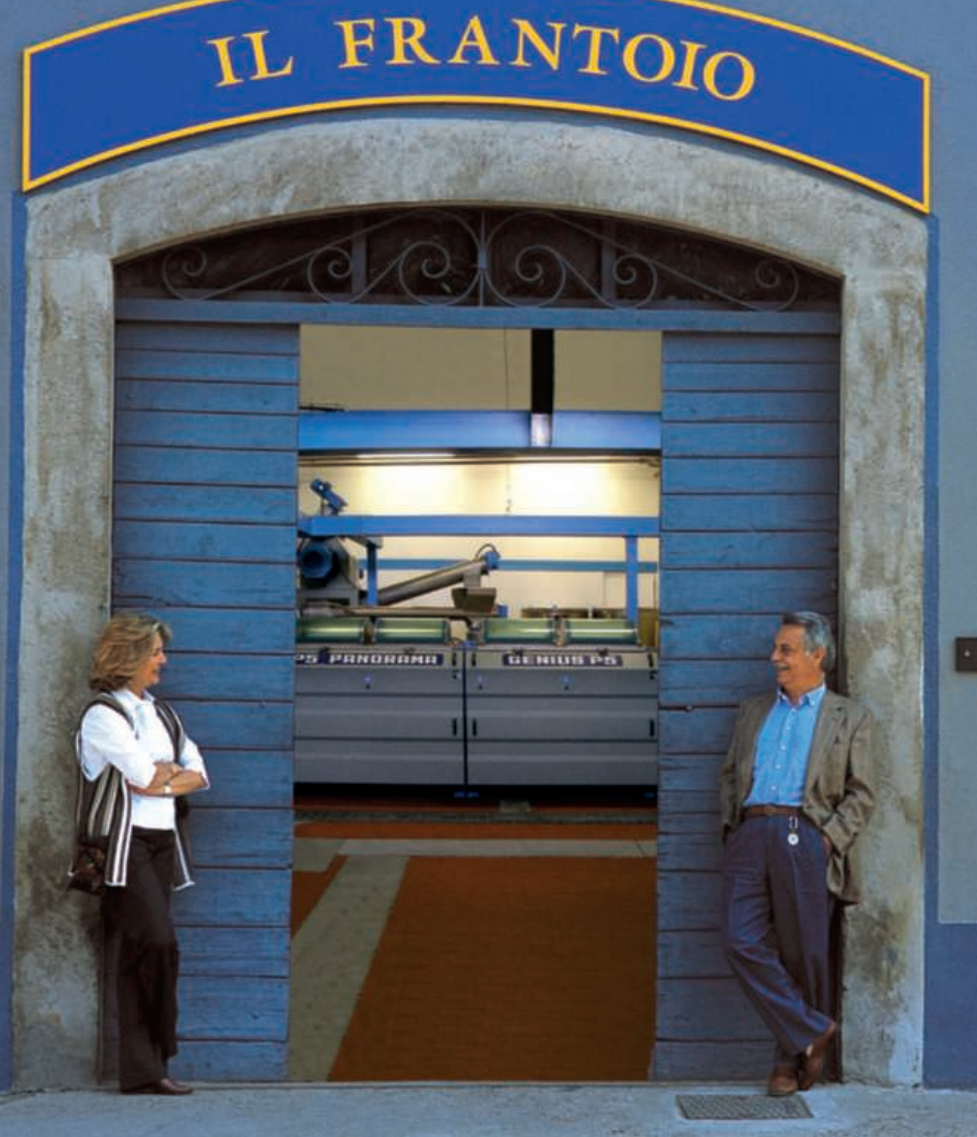
## Spaghetti del Re Laris

**Procedimento** Metto in una zuppiera 4 cucchiaini (per 300 g di linguine) di olio extra vergine Grand Cru Re Laris, una vera eccellenza che produco con olive selezionate della nostra olivaia per avere quel gusto leggermente amaro e piccante con una fragranza intensa di frutto fresco. Grattugio la buccia di un limone verde, aggiungo un bel ciuffo di prezzemolo fresco tritato e una macinata di pepe bianco, amalgamo il tutto e lascio Re Laris insaporire per un'oretta. Quando l'acqua bolle, calo le linguine e mentre aspetto

che arrivino a cottura aggiungo nella zuppiera una manciata di bottarga (che mi arriva da un amico siciliano) grattugiata a scaglette usando la parte della grattugia con cui si fanno le verdure a julienne. Scolo le linguine al dente tenendo un poco di acqua di cottura a parte. Maneggio gli spaghetti con metà del Re Laris insaporito, aggiungo ancora della bottarga grattugiata aggiungendo l'acqua di cottura al bisogno per renderle fluide e scivolose. Impiatto aggiungendo ciò che mi è rimasto del Re Laris insaporito, spolvero di bottarga e guarnisco con il prezzemolo fresco tritato. E la cucina è invasa dal suo profumo.



# IL FRANTOIO



## In due si fa tutto meglio

L'Olivaia, l'azienda agricola, dove c'è l'oliveto e Tuscus, il frantoio artigiano dove si fa l'olio, sono i due poli attorno a cui ruota l'impresa di Giampaolo Sodano e Fabrizia Cusani, sopra all'ingresso del Frantoio.

► glesi che Fabrizia ha voluto all'inizio di ogni filare. E poi faccio sosta su una panchina che ho messo nel "Giardino di Claudio", l'ultima opera di un uomo buono e giusto che ha costruito la nostra casa sulla sua terra. Rimasi incantato la prima volta che arrivai in questo luogo, mi ricordava i quadri di Van Gogh. Seduto, ammiro il monte Soratte che mi sta di fronte e mi trovo a interrogare la memoria, come se dovessi recuperare ciò che ho perduto. Guardo i nostri olivi allineati e mi tornano alla mente i versi di Nazim Hikmet: "La vita non è uno scherzo. Prendila sul serio come fa lo sciatto, ad esempio, senza aspettarti nulla dal di fuori o nell'al di là. Prendila sul serio, ma sul serio a tal punto che a settant'anni, ad esempio, planterai degli ulivi non perché restino ai tuoi figli, ma perché non crederai alla morte pur temendola e la vita peserà di più sulla bilancia". Io la vita l'ho presa sul serio, molto sul serio».

## Come e perché questa metamorfosi?

«Un giorno, trent'anni fa, siamo fuggiti dalla città. La campagna non è il luogo dove siamo nati, è il luogo che abbiamo scelto per realizzare un nuovo progetto comune. Abbiamo affrontato il viaggio come un'avventura e il nuovo lavoro con la forza che nasce dallo stare insieme. Abbiamo avuto il coraggio, e la fortuna, di passare da una vita a un'altra. È stato come riscoprire. Un'esperienza per inventare una nuova fase della vita. Il tempo non si misura più da ciò che si fa, ma dall'avvicinarsi delle stagioni. È come ri-vivere, tra presente e passato, le emozioni della memoria. Intorno a una tavola con le persone amiche. Per godere del gusto e delle virtù, per raccontare del cibo come cultura e dell'olio come tradizione. È come ri-vedere. Quando un pellegrino sulla via Francigena attraverserà la Tuscia tra Sutri e Nepi e farà sosta sotto la grande quercia dell'Olivaia, il suo sguardo si perderà nell'argento di un bosco di olivi. Quel bosco che abbiamo piantato nel 1993. Sarà come ri-nascere». ■



# BENESSERE BIO

U  
Z  
-  
>  
Σ



Qual è il gusto del benessere? Quello della nuova **Nuova Linea Bio Farmo**, fatta di soli due ingredienti: **lenticchie e ceci**.

Senza addensanti o additivi artificiali, la linea Bio Farmo è un'ottima fonte di fibre, inoltre è ricca di proteine e garantisce la giusta proporzione di carboidrati.

Pasta e snack bilanciati e healthy al 100%, per darti tutto il benessere di cui hai bisogno. La puoi trovare su [shop.farmo.com](https://shop.farmo.com).



PROVALA ANCHE TU



Eat a better life





**Body builder, preparatore atletico, autore di un libro di ricette. Onnivoro? No, vegano**



**R**omagnolo di nascita, 35 anni, preparatore atletico e fitness coach, Massimo Brunaccioni è anche un body builder.

«Il body building non è uno di quegli sport che consentono ai professionisti di mantenersi solo con quello. Personalmente lo considero una passione, un hobby. Ma effettivamente sono un body builder, ovvero un atleta per 364 giorni l'anno. In pratica riposo solo il giorno della gara, che è uno show e non prevede performance, ma porta "in scena" il frutto di un lavoro durato gli altri 364 giorni, un po' come quando si dà un esame a scuola».

Guardando le sue foto, nessuno immaginerebbe che Massimo sia vegano. Invece sì.

**Come riesce a conciliare attività sportiva e alimentazione vegana?**

«Effettivamente ci hanno sempre insegnato che per essere muscolosi ►

**Massimo Brunaccioni**

**Vegan Coach**



## Crocchette tofu e ceci

**Ingredienti per otto/dieci pezzi** 180 g di tofu al naturale; 2 cucchiai di salsa di soia; 4 cucchiai rasi di farina di ceci; 4 cucchiai colmi di lievito alimentare in scaglie; 150 ml di bevanda vegetale a base di soia naturale; sale, pangrattato e succo di limone q.b.

**Procedimento** In una terrina schiacciate il tofu con uno schiacciapatate, aggiungete la salsa di soia, il lievito e la farina di

ceci. Mescolate bene e iniziate a versare la bevanda vegetale fino a formare un composto molto morbido. Assaggiate e aggiustate di sale. Prendete un po' di pangrattato con una mano e con l'altra prelevate un cucchiaio colmo di impasto per adagiarlo sulla mano con il pangrattato. Spolverizzate la parte superiore dell'impasto con altro pangrattato e passate la polpetta da una mano all'altra, facendo cadere il pangrattato in eccesso. Adagiate le

crocchette, ben distanziate tra loro, in una padella spennellata di olio. Spennellate la superficie delle crocchette con altro olio. Mettete la padella su fuoco basso e coprite con un coperchio. Cuocete lentamente muovendo la padella di tanto in tanto. Dopo circa dieci minuti girate le crocchette e ripetete il procedimento. Al termine della cottura dovranno essere ben dorate e croccanti fuori e morbide dentro. Prima di servire irrorate con abbondante succo di limone.





## Muffin Sicilia bedda

**Ingredienti** 200 g di farina di tipo 0; 100 g di fecola; 100 g di mandorle non pelate tritate finemente; 150 g di zucchero di canna; 100 ml di olio di semi di girasole deodorato; scorza di due arance bio e il loro succo; una bustina di lievito per dolci bio; bevanda vegetale a base di soia al naturale q.b.

**Procedimento** Mescolate la farina con la fecola, le mandorle tritate, lo zucchero, il lievito e la scorza grattugiata delle arance, poi aggiungete l'olio e il succo delle arance. Versate la bevanda

vegetale fino a ottenere un composto denso, ma cremoso. Amalgamate bene e versate il composto nei pirottini da muffin fino a 2 centimetri dal bordo. È possibile cospargere la superficie con mandorle tritate grossolanamente. Mettete in forno preriscaldato a 180 gradi per 20 minuti. Verificate la cottura inserendo uno stuzzicadenti che dovrà uscire completamente asciutto. Una volta freddi, si possono coprire i muffin con cioccolato fondente sciolto e decorarli con mandorle tostate intere o tritate, a seconda di come vi piace.



Massimo  
Brunaccioni  
**Vegan  
Coach**

► e per alzare i pesi bisogna mangiare carne, pesce, uova. Proteine insomma. È strano vedere dei body builder vegani, lo ammetto. Detto questo, anch'io quando sono diventato vegano, ormai dieci anni fa, ero particolarmente spaesato. Così ho studiato, mi sono informato e, in autonomia, ho cercato di capire come funziona l'alimentazione vegana. Il nostro corpo non sa da dove gli arrivano i nutrienti: non sa se le proteine arrivano dalla carne o dalla soia. L'importante è che gli diamo quello di cui ha bisogno, dunque proteine, carboidrati e grassi, oltre a tutti i micronutrienti. Bisogna mangiare le giuste quantità e una corretta varietà di alimenti vegetali che permettano di raggiungere il proprio fabbisogno».

### Perché ha scelto di diventare vegano, abbracciando un nuovo stile di vita?

«Molti ancora confondono l'essere vegani con le diete. In realtà la dieta vegana è una vera e propria scelta di vita. La mia è stata dettata dall'etica: essendo un grandissimo amante degli animali non potevo più mangiarli, sebbene nell'infanzia non mi sia mai posto la questione. Tutto è cambiato quando con mia moglie Eleonora (Abroggi, body builder categoria bikini, campionessa del mondo, n.d.r.) abbiamo preso un cagnolino, Luce. Con quel cucciolo si è creato un feeling pazzesco e così, da un momento all'altro, ci siamo guardati in faccia e ci siamo detti che non avremmo più potuto mangiare quotidianamente altri animali. È stata la scintilla che ci ha fatto cambiare vita dall'oggi al domani».

### Che difficoltà avete incontrato?

«Soprattutto all'inizio abbiamo dovuto iniziare a conoscere dei sapori nuovi. Io ero un amante della carne e del pesce e improvvisamente mi sono ritrovato a mangiare proteine con sapori decisamente neutri. Quando abbiamo capito come cucinarli, impreziosendoli con altri ingredienti, ci siamo abituati e oggi paradossalmente non riesco nemmeno più a sentire l'odore della carne senza provare fastidio».

Ma siete diventati vegani senza ►



## Cappelletti in brodo

**Ingredienti per la sfoglia** 800 g di semola di grano duro rimacinata; 200 g di farina di ceci o di lupini; 350 ml di acqua; un cucchiaino di curcuma; due cucchiaini di olio di semi di girasole deodorato; sale q.b. **Per il ripieno** 250 g di seitan al naturale; 50 g di granulare di soia; 50 grammi di lievito ali; una carota media; una cipolla media; scorza grattugiata di un limone bio; 50 g di tofir; noce moscata, sale e pepe q.b.

**Procedimento** Portate a ebollizione un litro di acqua. Nel fare il granulare di soia, fatelo bollire per 10 minuti e poi scolatelo bene. Tagliate il seitan a quadretti. Affettate una cipolla e fatela appassire in un tegame con acqua e olio. Aggiungete il sedano e la carota tagliati a pezzi e lasciate insaporire per qualche minuto. Versate il seitan nella soia, mescolate e fate insaporire per qualche minuto. Aggiungete sale e pepe. Mescolate e versate acqua calda a sufficienza per almeno mezz'ora di cottura a fuoco lento. Di tanto in tanto, controllate che il composto non si attacchi al fondo. Quando le carote saranno ben cotte, alzate la fiamma e, mescolando spesso, lasciate evaporare tutta l'acqua. Spegnete e lasciate raffreddare. Quando il composto è ben freddo, macinatelo con il tritacarne oppure con un robot da cucina, ma senza ridurlo in poltiglia. Trasferite il macinato in una terrina, aggiungete il tofir, la scorza grattugiata del limone, il lievito alimentare, la noce moscata e

aggiustate di sale e pepe. Riponete il ripieno in frigorifero per alcune ore. Per la sfoglia, versate in una terrina le due farine, il sale e la curcuma, miscelate e formate una fontana al centro. Versate l'olio e l'acqua fino a formare un impasto morbido, trasferitelo sulla spianatoia e impastate per almeno 10 minuti. Coprite dunque l'impasto e lasciatelo riposare per 30 minuti. Dividete l'impasto in palline che non pesino più di 300 grammi l'una. Stendere la sfoglia in uno strato sottile, ma non troppo, aiutandovi con abbondante semola per evitare che si attacchi alla spianatoia. Eliminate poi i residui di semola sopra e sotto la sfoglia perché impediscono alla pasta di attaccarsi quando si confezionano i cappelletti. Con una apposita rotella tagliate la sfoglia a quadretti di circa 4 centimetri di lato. Con una sac a poche distribuite il ripieno della dimensione di una nocciola su ogni riquadro. Chiudete i cappelletti e distribuiteli sopra una teglia rivestita di carta forno che andrà a messa in freezer per qualche ora. Una volta induriti, i cappelletti potranno essere conservati nel congelatore fino a 3 mesi. Prima della cottura, lasciate scongelare i cappelletti per 15 minuti, poi versateli nel brodo vegetale bollente in piccole quantità. Calcolate 30 secondi dal momento in cui il brodo riprende l'ebollizione. Scolateli con un colino e metteteli in una terrina. Ripetete l'operazione con gli altri cappelletti. A cottura ultimata, versate tutti i cappelletti nel brodo e servite, in questo modo resteranno al dente.





## Creme caramel

**Ingredienti** 250 ml di bevanda di anacardi; 250 ml di bevanda al cocco; mezzo baccello di vaniglia; scorza di mezzo limone bio; 80 g di zucchero di canna chiaro; 35 g di amido di mais; un pizzico di curcuma.

**Procedimento** Iniziate preparando il caramello. Mescolate lo zucchero e l'acqua in un pentolino e mettetelo su fuoco basso. Quando lo zucchero inizierà a bollire non andrà più mescolato. Non tenetelo troppo a lungo sul fuoco, altrimenti diventerà scuro

e amaro. Spegnete la fiamma e versate lentamente mezzo bicchiere di acqua bollente, facendo attenzione a bolle e schizzi. Quando il caramello avrà smesso di friggere, mescolate e lasciate intiepidire. Si può conservare in un vasetto a temperatura ambiente per mesi. Mentre il caramello si raffredda, preparate la crema versando in un pentolino le due bevande vegetali, il baccello di vaniglia inciso in senso longitudinale e la scorza del limone. Portate a ebollizione, spegnete e lasciate in infusione finché la bevanda aromatizzata non diventerà tiepida. In un pentolino, mescolate l'amido di mais

con lo zucchero e la curcuma. Continuando a mescolare il composto, aggiungete lentamente la bevanda tiepida per evitare che si formino grumi. Mettete la pentola sul fuoco e, sempre mescolando, fate addensare. Quando il caramello sarà pronto, versate un cucchiaino negli stampini ruotandoli per farlo aderire anche sulla parte bassa delle pareti, poi versate la crema calda. Lasciate raffreddare, coprite con pellicola trasparente e riponete gli stampi in frigorifero per qualche ora. Al momento di servire, rovesciate gli stampi sui piatti.



## Massimo Brunaccioni Vegan Coach

► fare il passaggio intermedio da vegetariani?

«Abbiamo escluso la carne dall'oggi al domani. Poi, gradualmente, abbiamo tolto prima il pesce, poi le uova e solo alla fine i latticini. Prima di diventare vegani siamo stati vegetariani per sette o otto mesi. Non siamo quelli che condannano chi non ha fatto una scelta come la nostra: la quasi totalità delle persone che conosco e che frequento non sono vegane, ma rispetto la loro scelta. Mia madre, per esempio, è stata vegetariana dal 1994, ma non mi ha mai fatto pressione affinché seguissi il suo esempio. La mia è stata una scelta personale. E anche lei è diventata vegana, più o meno dieci anni fa, insieme a me».

**E con sua mamma, Daniela Callarelli, ha scritto un libro di allenamenti e ricette vegane, Vegan coach. È lei la cuoca di famiglia?**

«Tra noi due la vera influencer è lei. Al di là del fatto che è una bravissima cuoca, ha le sue pagine social su Facebook e Instagram e in più gestisce un blog di cucina. Così quando mi hanno contattato dalla Harper Collins l'ho coinvolta nel progetto. Ho imparato a cucinare grazie a lei e insieme sperimentiamo sempre. Per il libro abbiamo selezionato solo piatti facilmente realizzabili, buoni e gustosi, pensati in ottica fitness. Dunque sani, con una corretta ripartizione dei macro nutrienti. Il mio non è il classico libro di ricette e consigli dedicato solo a chi fa sport, ma è rivolto a tutte quelle persone che hanno a cuore il proprio benessere a 360 gradi».



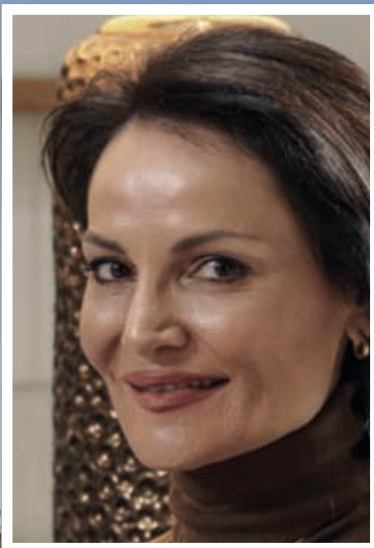
# BONTÀ SEMPLICE

Scegliere VERDE & BIO significa portare in tavola tutta la bontà e la genuinità che gli alimenti biologici sono in grado di offrire: ingredienti puliti, selezionati con cura e ricette semplici.



GUSTOSI E FRAGRANTI  
LIEVITAZIONE NATURALE CON PASTA MADRE  
SENZA OLIO DI PALMA  
SENZA LATTE





### Lo chef e la manager

Da sinistra, Michele Ferrara, chef executive e Maria Strati, Director Sales & Marketing. Sono le punte di diamante del J.K. Place a Roma.

## J.K. Place Roma

# Lusso e Cucina





**D**a quando sono arrivata qui, nello scorso mese di ottobre, abbiamo cambiato il menù già due volte. Prima di trasferirmi a Roma sono stata responsabile del J.K. Place di Capri».

Maria Strati, greca di nascita e romana di adozione, nella Capitale ha sposato in pieno le proposte culinarie dello chef Michele Ferrara. «Le sue idee in cucina riescono ad affascinare tanto i turisti quanto i romani e questo è un aspetto non da poco in un momento storico come quello che stiamo vivendo. Nonostante il Covid, l'attività dell'hotel non si è mai fermata e la cucina è uno dei nostri principali biglietti da visita».

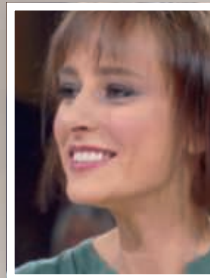
Detto che J.K. sono le iniziali del fondatore, Jonathan Kafri, la struttura è aperta non solo a «chi sceglie di dormire da noi, ma anche a tutta quella clientela che si limita alla ristorazione, per un pranzo veloce che comunque è un'esperienza. Non a caso insieme allo chef studiamo insieme non solo la composizione del menù, ma anche il suo equilibrio e i prezzi. Ma alla fine è sempre lui a decidere: ci confrontiamo e io rispetto molto il suo lavoro perché credo fermamente nell'importanza della gastronomia in un albergo. Non sono una fan dei buffet, dunque al di là delle restrizioni legate all'emergenza, l'idea di servire la colazione al tavolo mi ha sempre entusiasmato. Ora offriamo questo servizio anche ai clienti che non pernottano da noi, con prodotti fatti in casa».

Lo chef è molto bravo «nella tecnica, ma la sua più grande abilità è quella di esaltare tutti i sapori. Conosce bene gli ingredienti e sa lavorarli nel modo migliore, dall'antipasto al dolce e dalla colazione alla cena».

Lui, Michele Ferrara, è un ex studente di Economia e finanza, a Cagliari. «Dopo quattro anni di università ho mollato tutto per inseguire una passione, quella per la cucina».

Oggi è chef executive del JK Cafè di Roma, ma lavora ai fornelli da dieci anni. E la sua abilità fa pensare che la esperienza ne abbia molti di più. Gli inizi, al Forte Village, a Santa Margherita di Pula, in Sardegna. «Ho fatto un corso di otto mesi e suc- ▶

## Un lussuoso boutique hotel a due passi da Piazza di Spagna che attraversa l'emergenza modulando menu e offerte



di Tiziana Cialdea



### Spghettoni cacio e pepe

**Ingredienti per due persone** 200 g di spaghetti; 150 g di pecorino romano con stagionatura media; pepe nero q.b.

**Procedimento** Mettere a cuocere gli spaghetti in acqua salata e successivamente mettete in una ciotola il formaggio con il pepe e un poco

d'acqua di cottura (per far stemperare il pecorino). Create una crema e mettete da parte. Una volta cotta la pasta scolatela e mettetela in una ciotola conservando un poco d'acqua di cottura bollente a parte. Unite la crema di formaggio, una bella macinata di pepe e iniziate a girare la pasta, giocando con l'acqua calda aggiungendone quanto basta fino a ottenere la cremosità desiderata.



J. K. Place Roma

# Lusso e Cucina



## Risotto ai pomodori arrosto, con stracciatella e basilico

**Ingredienti** 80 grammi di riso Carnaroli; 40 grammi di stracciatella di burrata; 30 grammi di vino bianco secco; 50 grammi di burro; 40 grammi di Parmigiano Reggiano 36 mesi. Per la crema di pomodori arrosto: 200 grammi di pomodori datterini; uno spicchio d'aglio; 50 ml di olio EVO; un'arancia; 4 grammi di sale; 3 rametti di timo fresco.

**Procedimento** Disponete i datterini in una teglia, unite tutti gli ingredienti e mescolateli assieme. Cuocete in forno ventilato a 180° per 45 minuti. Una volta arrostiti frullate il tutto e passate a colino con maglia fina e tenete da parte. Prendete una casseruola da risotto

, accendete il fuoco e mettete il riso a tostare: quando non si riesce a tenerlo in mano perché è troppo caldo la tostatura è completata. Sfumate con il vino bianco facendolo evaporare bene, aggiungere 200 grammi di crema di datterini e un mestolo di acqua calda e fate cuocere a fiamma moderata mescolando frequentemente per 13 minuti. Ogni volta che il riso si asciuga aggiungete acqua fino al completamento della cottura. Una volta cotto fatelo riposare per 40 secondi coperto e passati i 40 secondi aggiungete il burro ghiacciato e il Parmigiano e iniziate a mantecare energicamente fino a quando non si sono sciolti. Quando il riso ha raggiunto la giusta cremosità, il piatto è pronto.

**Impiattamento** Mettete il risotto in una fondina, battete con la mano sotto il piatto per livellarlo, aggiungete una quenelle di stracciatella e qualche foglia di basilico.

► cessivamente uno stage. La mia carriera è sempre stata all'insegna dell'inseguimento di una meta: non sempre si trovano colleghi disposti ad aiutare chi si affaccia al mestiere. Così, all'inizio ho cercato di apprendere il più possibile da autodidatta e di fare quante più esperienze possibili, in Italia e all'estero. Ho lavorato in Francia per due anni, in una catena di bistrot italiani a Parigi e, sempre nella capitale francese, in un ristorante gastronomico italiano».

Da ottobre 2019 è responsabile della cucina del J.K. Place Roma, boutique hotel che è un piccolo paradiso di 27 stanze nel pieno centro della Città Eterna, con tutti gli ambienti, privati e comuni, curati dall'architetto Michele Bönan.

L'eleganza discreta e lussuosa al tempo stesso della location richiede altrettanta perfezione in cucina ed è qui che Michele dà il meglio di sé, con i piatti della tradizione italiana e i grandi classici internazionali. Anche a dispetto del Covid, che ha trasformato il mondo dell'ospitalità alberghiera. Intanto, perché J.K. Place Roma è aperto per il pranzo anche a chi non pernotta in hotel. E a cena con la formula "staycation", che per i romani prevede una tariffa preferenziale.

«Questi mesi di incertezza ci hanno portato ad avere una nuova prospettiva lavorativa. Oggi si razionalizza tutto, dalla spesa alla programmazione dei menu, che comunque seguono la stagionalità. Per permettere ai romani di viaggiare senza muoversi da Roma, poi, ogni domenica organizziamo un brunch a tema, con la cucina tradizionale delle varie regioni d'Italia. La mia filosofia di cucina si basa sulla valorizzazione della materia prima, che deve essere di eccellenza».

### Dove trova l'ispirazione per i menu?

«Se nel periodo pre-Covid l'ispirazione mi arrivava dopo un lungo studio, oggi faccio di necessità virtù. La semplicità dei sapori è alla base di ogni mio piatto, che inizio a pensare mentre faccio la spesa, al mercato. La fortuna per realizzare una ricetta vincente è quella di avere i prodotti giusti, ovviamente abbinata alla capa-



cità di accostarne i sapori. Oltre a fare la spesa in prima persona, ho un rapporto continuo e costante con i fornitori: capita che siano loro a darmi delle idee sulla base dei prodotti che mi propongono. Se prima il menu cambiava ogni due mesi, oggi grazie a questa nuova normalità cerco di proporre delle novità ogni giorno».

### **Che differenza c'è tra il lavoro in un ristorante "normale" e quello in un hotel?**

«Da quando sono qui sono disponibile anche quando non sono presente. In questo contesto il lavoro cambia non di giorno in giorno, ma di ora in ora. Devo essere sempre sul pezzo, in grado di soddisfare qualsiasi esigenza».

### **Lavorare nella cucina di un hotel 5 stelle lusso le fa sentire il peso della responsabilità?**

«Rispetto all'attività di ogni chef che lavora nella cucina di un ristorante ho affinato le mie tecniche di problem solving, che devono essere immediato. Mi metto alla prova costantemente e questo di riflesso mi mette addosso un po' di stress. Ma è sotto pressione che si dà il massimo, almeno nel mio caso. Noi abbiamo clienti molto esigenti e dobbiamo essere pronti ad accontentarli, ma senza uno standard predefinito. Ogni cliente è diverso e dunque ha le proprie richieste: riuscire a farli felici tutti è la mia più grande soddisfazione. Qui al J.K. Place Roma, che fa parte di un piccolo gruppo internazionale, non siamo mossi dalla mentalità secondo cui tutto ha un prezzo. Personalmente mi confronto quotidianamente con Maria Strati e insieme lavoriamo alle novità da proporre su base settimanale. La nostra sinergia fa sì che il mio lavoro sia ancora più apprezzato sia dagli ospiti dell'hotel, che consideriamo "amici di famiglia", sia da chi ci viene a trovare solo per un pranzo. Perché di solito ritorna».

### **Il confronto con una clientela internazionale che riflesso ha sulla sua proposta culinaria?**

«Nell'ultimo anno abbiamo lavora- ▶

## **Pollo ai peperoni**

**Ingredienti per due porzioni** 2 supreme di pollo ruspante da allevamento biologico da 250 grammi l'una. Per il contorno: un peperone rosso e 8 cipollotti freschi fini. Per l'olio al basilico: 200 grammi di basilico fresco e 500 ml di olio EVO. Per la salsa al burro e rosmarino: 2 kg. di ossa di pollo; 3 carote; 3 cipolle dorate; 2 spicchi d'aglio; 3 coste di sedano; un mazzetto di rosmarino; 10 grammi di burro; 250 ml di aceto balsamico Modena IGP; 10 ml di salsa di soia. Per la polvere di olive: 50 grammi di olive nere denocciolate.

**Procedimento** Accendere il forno a 180°, disponete le ossa di pollo in una teglia e infornate per 40 minuti. Lavate e mondate carote, cipolle e sedano. Disponete il tutto in una casseruola con olio abbondante e lasciate rosolare a fiamma media. Una volta terminate queste due fasi, prendete le ossa di pollo arrostite, scolatele dal grasso in eccesso e mettete nella casseruola con i vegetali precedentemente rosolati. Mescolate e riempite la casseruola d'acqua fino a coprire il tutto. Aggiungete gli ingredienti restanti e fate bollire dolcemente fino a quando il suo volume non sarà dimezzato. A questo punto filtrate il liquido rimasto con l'aiuto di un colino a maglia fina, disponetelo in un'altra casseruola e fatelo ridurre a fiamma dolce finché non si sarà addensato. Infine aggiustate di sale. Preparazione del contorno: lavate le verdure e asciugatele. Prendete il

peperone intero e disponetelo in una teglia in forno a 180° per 20 minuti. Mondate i cipollotti eliminando le foglie verdi e le radici. Sbollentateli in acqua bollente per 3 minuti, scolateli e asciugateli. Successivamente disponeteli in una padella calda e ripassateli su tutti i lati fino a dorarli. Pelate il peperone precedentemente arrostito e togliete i semi facendo attenzione a ottenere 4 falde regolari. Tenete in caldo per l'impattamento. Per l'olio al basilico: sbollentate il basilico in acqua calda per 10 secondi, scolatelo e raffreddatelo in acqua fredda. Strizzate bene e frullate con un blender insieme a mezzo litro d'olio alla massima potenza per 3 minuti. Infine filtrate l'olio con un colino a maglia fina. Per la polvere di olive nere: disponete le olive in un piattino e fatele essiccare nel microonde per 4 minuti alla massima potenza finché non si saranno disidratate. Frullate le olive essiccate fino a ottenere una polvere. Mettete una padella antiaderente sul fuoco con un filo d'olio fino a raggiungere il punto di fumo, disponete le supreme (salate e pepate) dalla parte della pelle fino a farle dorare. Dopo averle girate, abbassate la fiamma e lasciatele rosolare per altri 5 minuti circa fino a cottura ultimata.

**Impiattamento** Disponete la suprema nel piatto leggermente decentrata sulla sinistra, alternate sulla destra del pollo le falde di peperone con il cipollotto, fate un giro di olio verde, spolverizzate con polvere di oliva nera e infine versate la salsa calda al rosmarino addolcita con il burro.







J. K. Place Roma

# Lusso e Cucina

► to per lo più con un turismo business, italiano ed europeo. Non sono io a condizionare le loro scelte, ma accade il contrario: per questo mi adeguo, ma mai snaturando la mia identità e la mia storia. Non amo le contaminazioni estreme e in ogni piatto tendo a utilizzare pochi ingredienti che stiano bene tra loro e soprattutto siano riconoscibili. Ultimamente abbiamo accolto tanti romani, anche per eventi privati. I clienti hanno apprezzato questa semplicità, frutto di un'attenzione estrema a ogni dettaglio, a partire proprio dai piatti». ■

## Filetto di spigola nel baby orto

**Ingredienti** 180 grammi di filetto di spigola; 2 baby carote; 2 baby zucchine; un baby finocchio; 2 baby pannocchie; 2 cipollotti. Per la crema di piselli: 200 grammi di piselli; 50 grammi di olio EVO.

**Procedimento** Sbollentate i piselli per 5 minuti, scolateli e metteteli dentro il frullatore. Montate la crema con l'olio di oliva e l'aiuto d'acqua (quanto basta), salate, disponete in una ciotola e tenete da parte. Successivamente lavate e mondate le verdure, sbollentatele per 2 minuti in

acqua bollente e poi grigliatele. Tenete da parte, in caldo. Per il pesce: prendete una padella antiaderente e disponetela sul fornello a fiamma moderata, condite la spigola con olio e sale e adagiatela sulla padella dalla parte della pelle. Fatela dorare e poi girarla. Arrostitela per 5 minuti e infine disponetela in una teglia e tenetela in caldo.

**Impiattamento** Prendete un piatto piano, sporcatelo con la crema di piselli, adagiate il filetto di spigola e le verdure in maniera ordinata a circondare il filetto, terminate con qualche fogliolina verde, un giro di olio EVO e del sale Maldon.



## Vitello tonnato

**Ingredienti** 100 grammi di filetto di vitello; 200 grammi di basilico fresco; 500 ml di olio evo; 5 pomodori datterini; una grattata di zeste di arancia e di limone; timo q.b.; 2 grammi di zucchero a velo; uno spicchio d'aglio; sale e olio evo q.b. Per la salsa tonnata: 6 acciughe; un uovo; un tuorlo; 300 grammi di olio di semi; 30 grammi di capperi di Pantelleria; 30 grammi di vino bianco secco; 100 grammi di tonno sott'olio sgocciolato. Per la guarnizione del piatto: 4 acciughe del Cantabrico arrotolate; 6 foglie di basilico e altri 30 grammi di capperi di Pantelleria dissalati (da ridurre in polvere).

**Procedimento** Scottate il filetto su tutti lati e mettete in forno ventilato preriscaldato

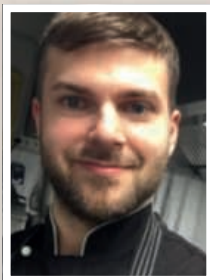
a 200° per 12 minuti, poi toglietelo e lasciatelo riposare da parte. Preparete la salsa tonnata: mettete l'uovo intero e il tuorlo in un frullatore alla massima potenza e unite a filo l'olio di semi facendo montare la maionese. Una volta montata aggiungere il tonno, i capperi, due acciughe e il vino bianco. Frullate bene e aggiustate di sale. Disponete la salsa in un dispenser e tenerlo da parte. Per l'olio al basilico: sbollentate il basilico in acqua calda per 10 secondi, scolatelo e raffreddatelo in acqua fredda. Strizzate bene e frullate con un blender insieme a mezzo litro d'olio alla massima potenza per 3 minuti. Infine filtrate l'olio con un colino a maglia fina. Per la polvere di capperi: disponete i capperi in un piattino e fateli essiccare in microonde per 4 minuti alla

massima potenza finché non sono disidratati. Frullate i capperi essiccati fino a ottenere una polvere e tenete da parte. Sbollentate i pomodori datterini in acqua bollente per dieci secondi, scolateli e pelateli. Conditeli con le zeste degli agrumi grattugiate, il timo, lo zucchero a velo, l'aglio, il sale e l'olio e mettete tutto in forno ventilato ad appassire per 3 ore a 90°. Fateli raffreddare, disponeteli in una ciotola e tenete da parte.

**Impiattamento e dressage** Tagliate il vitello freddo a fettine e disponetele al centro del piatto in maniera circolare. Versatevi sopra la salsa tonnata e disponete in maniera ordinata, ma sparsa i confit, le acciughe del Cantabrico e le foglie di basilico. Terminate con una pinzata di polvere di capperi e un giro di olio al basilico.







dello chef  
Fabrizio Gotta



**Gusti e sapori  
tradizionali  
della mia terra,  
si fondono con  
influenze oltre  
confine per  
accontentare  
tutti i palati  
anche i più  
esigenti**

**Fabrizio Gotta**

# **Duello di primi**



## Risotto al Radicchio trevigiano con mele Renette, mantecato all'Asiago

**Ingredienti per 2 persone** 150 g di riso Carnaroli; una mela renetta; un radicchio rosso; uno scalogno; 60 g di Asiago; 10 g di burro; una manciata di parmigiano; olio evo q.b.; un bicchiere di vino bianco; 500 ml di brodo vegetale; sale e pepe q.b.

**Procedimento** Lavate il radicchio e tagliatelo finissimo al coltello. Tritate

uno scalogno e soffriggetelo in una casseruola con un goccio d'olio. Unite il radicchio e stufatelo dolcemente. Versate il riso e tostatelo per qualche minuto. Sfumate con il vino e appena incomincia a evaporare, aggiungete gradualmente il brodo, girando sempre di continuo. A metà cottura, aggiungete la mela già sbucciata e tagliata a cubettini, salate e pepate a piacere. Passati 15 minuti il riso è pronto. Fuori da fonti di calore mantecate con burro, Asiago tagliato a cubettini finissimi e Parmigiano. Girate bene con un cucchiaio per amalgamare tutti gli ingredienti e poi impiattate a piacere.

## Gnocchi di patate con ragù di salsiccia

**Ingredienti per 4 persone** 500 g di patate; un uovo; 150 g di farina; 200 g di salsiccia; un bicchiere di vino rosso; 150 ml di salsa di pomodoro; un rametto di rosmarino; una carota; un cipollotto; olio EVO, sale e pepe q.b.

**Procedimento** Per gli gnocchi, fate bollire le patate in acqua salata e saranno pronte dopo 25 minuti circa. Pelatele da calde e schiacciatele con lo schiacciapatate. Appena tiepide, incominciate a lavorarle. In planetaria, o in una ciotola capiente, unite alle patate la farina, l'uovo, il sale e una macinata di pepe. Impastate per bene fino ad amalgamare tutti gli ingredienti. Portate l'impasto in un piano da lavoro, formate dei cilindri e tagliateli a tocchetti di 2 cm, poi con i rebbi della forchetta rigateli dandogli la classica forma. Per il condimento, tritate finemente il cipollotto e la carota. In una padella, con un filo d'olio, fate rosolare le verdure con il rosmarino. Aggiungete la salsiccia precedentemente sgranata e cuocetela per qualche minuto. Sfumate con il vino e una volta evaporato versate la salsa e terminate la cottura. Fate cuocere gli gnocchi in acqua salata e quando verranno a galla saranno pronti. Scolateli delicatamente e conditeli con il ragù.







di Elisa Origi  
giornalista  
e scrittrice







# Il Cocoladieta

# Pasta con saggezza (e brio)

**Può una pasta essere scondita e nello stesso tempo buona e gustosa? Sì, se a farla è la chef Gabriella Fantuz**

**L**a chef Gabriella Fantuz ci dà una sua personale interpretazione del giorno 30 del Cocoladieta, il diario alimentare scritto per tenere compagnia, lungo 100 giorni di percorso, a chi è a dieta. Riflessioni, piccole storie e inviti a rivedere con ottimismo

e brio il proprio modo di sedersi a tavola. Ecco dunque la “pasta scondita”: l’assenza di condimenti pesanti non pregiudica la possibilità di gustare un primo piatto unico, leggero e adatto quindi anche a chi si è dato l’obiettivo di perdere peso e ritrovare snellezza e buon umore. ■

## **Pasta “scondita”**

**Ingredienti per 4 persone** 3 asparagi; 60 g di pasta lunga; mezzo scalogno; un cucchiaino di olio EVO; un cucchiaino di Grana Padano grattugiato.

**Procedimento** Mettete a bollire una pentola di acqua salata (che servirà anche per cuocere la pasta), sbollentate per

4 minuti gli asparagi spellati e privati della parte dura terminale, raffreddateli e tenetene da parte le punte. Con la parte restante dei gambi e il mezzo scalogno, preparate la salsa aggiungendo il cucchiaino d’olio e un poco d’acqua. Frullate e aggiustate di sapore con il Grana Padano. Mettete a cuocere la pasta, scolatla e conditela con la salsa.





## Aranà

Ispirato al film *Baarìa*, di Giuseppe Tornatore, 2009

**Bartender** Fabio Torre, proprietario e bar manager dell'Angel's Pub di Masterbianco (Catania)

**Ingredienti** 4,5 cl di Seven Hills Italian Dry Gin; un cl di succo di verdello di Sicilia; 2 cl di sciroppo di melograno homemade; 1,5 cl di liquore di finocchio selvatico; Top di velluto di Limoncello Pallini. **Bicchiere** calice da grappa. **Garnish** foglia di salvia, meringa al cioccolato fondente e caramella al lampone.

**Preparazione** Con la tecnica shake&strain, versate gli ingredienti in uno shaker, eccetto il Limoncello Pallini, e shakerare energicamente. Versate, filtrando, nel bicchiere. Il bicchiere scelto è quello da grappa, con la bocca stretta, per trattenere gli odori. La preparazione si completa emulsionando con del sucro di velluto di Limoncello Pallini, versandolo in cima al cocktail. Come guarnizione, adagiate sul bordo del bicchiere una sottile foglia di salvia su una meringa con del cioccolato fondente e una caramellina al lampone sulla base del bicchiere.

**Ispirazione** Il nome del cocktail è l'abbreviazione della parola siciliana aranao, melograno. *Baarìa*, con le sue ambientazioni campagnole e lo stile di vita siciliano, fa da musa ispiratrice e riporta alla memoria gli elementi combinati nel cocktail. L'intero film è un particolare simbolismo della tuttora attuale spontaneità e genuinità dell'animo siciliano. Il drink e il film si accompagnano grazie all'armonia di profumi e sapori dei liquori e degli sciroppi. Concetti espressi attraverso la miscelazione alcolica di agrumi, finocchio e melograno che sono profumo, ricordo e percezione della Sicilia.

Consigli d'autore

# Cinema & Coc



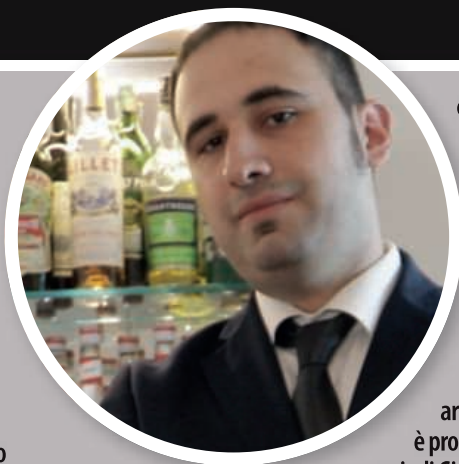
## Borgo Tre Case Sling

Ispirato a Il ragazzo di campagna, di Castellano & Pipolo, 1984.

**Bartender** Alessio Ciucci, bartender del Borgo La Chiaracia Resort & SPA, di Castel Giorgio (Terni)

**Ingredienti** 3,5 cl di Ginepraio Organic Tuscan Dry Gin; un cl di bitter homemade con caffè di cicoria, scorze di arancia e boccioli di rosa; 1,5 cl di liquore alla ciliegia; 4 cl di succo di mela Fuji o Smith; 2 cl di succo di pompelmo. **Bicchiere** highball. **Garnish** bocciolo di rosa, due fettine di mela e cannella.

**Preparazione** Per il bitter homemade: in un cl di bitter, lasciate per 5-10 minuti in infusione a freddo un cucchiaino da caffè di cicoria in un barattolo sterile. Sostituite i chicchi di caffè di



cicoria con 5-8 boccioli di rosa e le scorze di un arancio e lasciate in infusione per 3-5 giorni, passati i quali si deve filtrare il tutto. Il bitter aromatizzato è pronto. Versate quindi Ginepraio Gin,

bitter e tutti gli altri ingredienti in uno shaker e agitate, senza ghiaccio. Versate in un bicchiere highball con ghiaccio e decorate con un bocciolo di rosa, due fettine di mela e una leggera spruzzata di cannella.

**Inspirazione** Twist "alla paesana" del classico

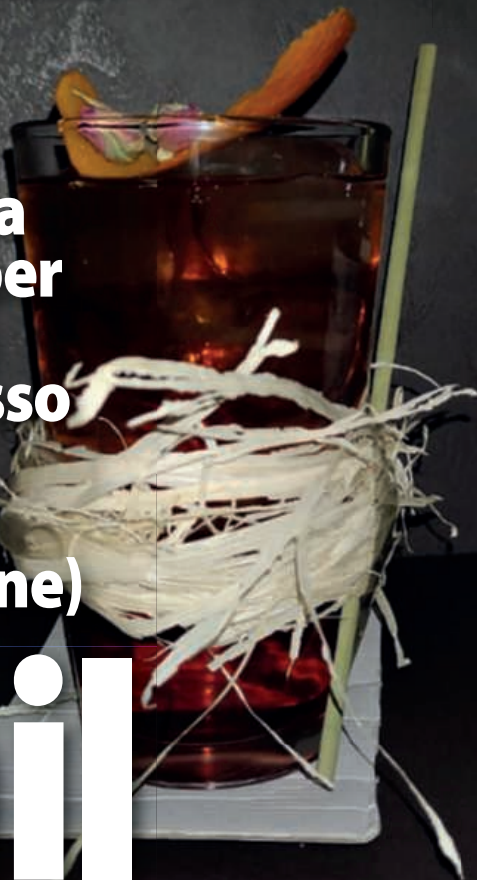
Singapore Sling (classe 1915), reinterpretato da Alessio Ciucci, che si affida come ingrediente principale al Ginepraio, gin toscano biologico realizzato con tre varietà di ginepro: il Valtiberina, il Chianti e il Riviera. Gin, liquore alla ciliegia e bitter aromatizzato homemade rappresentano le donne del protagonista: sua madre, Maria Rosa (la ragazza che, secondo sua madre, doveva sposare) e Angela, la ragazza milanese di cui si invaghisce, rappresentata anche dal frutto del peccato per eccellenza, la mela. Il suggerimento è di estrarre la mela Fuji, che rimane dolce e non farinosa. Il succo di pompelmo dona un tocco citrico al

drink, servito – TAAAC, direbbe Pozzetto - in un bicchiere highball con paglia intorno. Sottobicchiere e cannuccia facoltativa cartonati e... TAAAC, il drink è servito!



di Carlo Dutto

Se c'è una cosa che mi fa tanto male è l'acqua minerale! Miracolosa sarà, ma per piacere io non la posso bere! (Fred Buscaglione)



ktail



## RoMartini

Ispirato al film *La Grande Bellezza*, di Paolo Sorrentino, 2013

**Bartender** Michele Ferruccio, food and beverage manager del Treefolks a Roma - foto del drink e del bartender di Alberto Blasetti

**Ingredienti** 5 cl di Seven Hills Italian Dry Gin; un cl di liquore alla camomilla Quaglia; una goccia di orange bitter. **Bicchiere** coppetta Martini. **Garnish** un'ostrica italiana (il mare della Sardegna).

**Preparazione** Versate il Seven Hills Gin in un mixing glass precedentemente raffreddato, quindi versate il bitter e il liquore alla camomilla, aggiungete del ghiaccio e mescolate con uno spoon per circa 15 secondi. Versate il tutto, senza ghiaccio, in una coppetta Martini precedentemente congelata, infilate l'ostrica italiana con uno stecchino e inseritela nel cocktail.

**Ispirazione** Il bartender Michele Ferruccio, food & beverage manager del Treefolk's Public House di Roma, a Trastevere, esperto nell'avviamento di locali (tra i più importanti si possono citare Zuma, Rude e The Corner a Roma), si ispira per questo suo twist sul Martini a *La Grande Bellezza*, film premio Oscar di Paolo Sorrentino. Una città che si offre indifferente agli occhi meravigliati dei turisti in un'estate dove la città splende di una bellezza inafferrabile e definitiva. Un film che, per Ferruccio - ma non solo - risulta affascinante e che rivive in questo cocktail in tutta la sua grande bellezza, attraverso sapori e aromi che rappresentano Roma e l'Italia, utilizzando il Seven Hills Gin, con botaniche del nostro territorio, abbinato a un liquore alla camomilla, che rappresenta il sapore di Roma e definito dal sapore dell'ostrica italiana, da sempre simbolo di bellezza e autenticità. Seven Hills Gin celebra le tradizioni e la passione d'Italia. Le sette erbe e spezie che crescono naturalmente sui Sette Colli su cui sorge la capitale, vengono amalgamate in una miscela versatile e delicata, ricca di storia e tradizioni.







# NUOVE CONFEZIONI COMPOSTABILI UN PICCOLO GESTO NEL RISPETTO DEL PIANETA

Ki Group continua a proporti i migliori prodotti biologici  
con un'attenzione crescente alla SOSTENIBILITÀ AMBIENTALE.

Le confezioni dei prodotti di uso quotidiano a marchio *Ki Come te* passano dalla plastica al  
COMPOSTABILE, materiale proveniente da materie prime di ORIGINE VEGETALE.



CONFEZIONE  
**100%**  
COMPOSTABILE

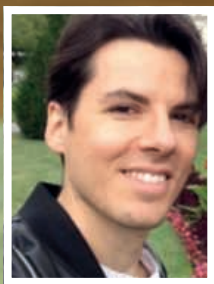
**RICICLAMI COSÌ:** La confezione va smaltita nel BIDONE DELL'ORGANICO. In questo modo potrà essere avviata al compostaggio industriale trasformandosi in COMPOST (terriccio fertile utilizzabile come fertilizzante per la terra). Il processo di compostaggio avviene esclusivamente in ambiente a temperatura controllata, non nelle compostiere domestiche. **FAI LA DIFFERENZA!**



I prodotti Ki sono disponibili nei negozi di alimentazione specializzata  
[www.kigroup.com](http://www.kigroup.com)







di Niccolò  
Maggesi



Scuola di pasticceria

**Brownies**

**senza pensieri**



## Brownies allo yogurt e noci

**Ingredienti (per una teglia quadrata dal fondo di 18 cm)** 180 g di cioccolato fondente; 200 g di yogurt bianco non zuccherato; 120 g di yogurt greco; 120 g di zucchero semolato; 125 g di farina; 40 g di cacao amaro; 50 g di gherigli di noci; un cucchiaino di estratto di vaniglia o una bustina di vanillina; un pz. di sale; 2 g di lievito per dolci; codette di cioccolato q.b.

**Procedimento** Sciogliete il cioccolato a bagnomaria o in microonde. Mescolatelo ai due yogurt con una frusta a mano o una spatola. Aggiungete lo zucchero, il pizzico di sale e la vaniglia. Unite la farina e il cacao ben setacciati e continuate a mescolare. In ultimo, aggiungete le noci sbriciolate grossolanamente e il lievito. Trasferite l'impasto, che risulterà piuttosto sodo, nella teglia foderata con carta da forno o unta con dell'olio e cosparsa di cacao e cospargetelo di codette prima di infornare in forno statico preriscaldato a 180° (160° ventilato) per circa 20-25min. Lasciate completamente raffreddare, pareggiate i bordi se necessario e servite a cubotti.

**V**oglia di brownies senza sensi di colpa? I morbidi dolcetti americani serviti a quadrotti sono famosi per il sapore dal carattere intenso e per la consistenza scioglievole al palato. Ma sono anche vere bombe caloriche, tanto che di solito fare il bis si rivela molto pericoloso!

Così abbiamo pensato a questa variante della ricetta tradizionale – solitamente infarcita di burro e uova – che non solo ne taglia bruscamente l'apporto calorico, ma regala al dolce per come lo conosciamo un gusto nuovo e altrettanto gradevole.

Lo yogurt, infatti, mantiene la sua nota acidula e le noci aggiunte all'impasto aiutano l'insieme a legare tanto piacevolezza del cioccolato e freschezza dello yogurt.

Al posto della frutta secca potete optare per altre pepite di cioccolato, da aggiungere intere all'impasto, oppure mantenervi fedeli alla tradizione e condire i vostri brownies con le nocciole. Insomma, spazio alla fantasia, ma soprattutto al piacere di uno dei dolci più replicati al mondo. ■



**Temete i dolci che “fanno ingrassare solo a guardarli”?  
La soluzione è in queste pagine, grazie alla fantasia del nostro maître pâtissier**



## CasAmica Onlus

# Una scelta che aiuta chi soffre

**P**er Pasqua ci sono le sorprese di CasAmica Onlus: un dolce pensiero che è anche un aiuto concreto a chi affronta la prova della malattia lontano da casa. Colomba e uova di cioccolato con cui



avrà l'opportunità di fare un gesto solidale sostenendo le attività di accoglienza

dell'associazione. Non manca poi una nuova versione del biscottone di CasAmica (una frolla decorata con glassa colorata). Tutte le proposte sul sito <https://donisolidali.casamica.it/>

## Fedez e Aviva Wines Brindisi social



**I**n una delle ultime storie su Instagram Fedez si è mostrato mentre brindava con Aviva Wines, la start-up italiana dei vini del momento. Nella storia si vede appunto il musicista appoggiare su un tavolo tre bottiglie di Aviva con tanto di slogan: «Aviva. Sei a casa e non sai per cosa festeggiare? Un podio a Sanremo, una denuncia nuova del Codacons? Aviva». Fedez ha fatto così il verso alla nota associazione dei consumatori che spesso e volentieri l'ha preso di mira.



## Raviolificio Scoiattolo

# Il raviolo va a nozze con il ramen

I nuovi Raviolini di Vitello dell'azienda varesina protagonisti di un piatto dal gusto orientale e (cosa che non guasta mai) facile da preparare

**R**aviolificio Scoiattolo propone una ricetta insolita che strizza l'occhio all'Oriente e reinterpreta i suoi Raviolini al Vitello, una delle new entry nel catalogo della storica azienda varesina. Parliamo di ramen, un piatto ispirato alla tradizione gastronomica del Sud-Est asiatico.

Il ramen è una tipica ricetta orientale a base di pasta, servita in brodo di carne o pesce,

con aggiunta di carne di maiale. I Raviolini al Vitello Scoiattolo, con il loro ripieno cremoso e gustoso, chiudono il cerchio dei sapori decisi che caratterizza questa preparazione, mentre il loro formato con sfoglia rustica e decisa permette di ricreare il gusto tipico del ramen, che prevede una buona dose di pasta nel brodo.

I Raviolini al Vitello sono l'ultima novità in casa Scoiattolo. Presenti sui banchi delle principali





insegne della GDO da soli quattro mesi, hanno già raccolto un grande apprezzamento fra i consumatori, tanto da diventare il prodotto Scoiattolo con il trend di crescita più alto mese su mese.

L'incontro tra Raviolini al Vitello e brodo fusion rappresenta una versione più pratica e golosa da realizzare a casa.

A decretarne il successo non è solo il ripieno di solo vitello 100% italiano (che rende il gusto pregiato e molto sfizioso), ma anche la produzione in modo trasparente che prevede l'utilizzo di grano 100% italiano, uova fresche 100% italiane da allevamento a terra e un packaging in plastica riciclata.

## Dimmidisi Insalate personalizzate

Con i Ciapp (uova sode) a Milano, quella buona Pasqua in Molise, la Pasqualina in Veneto: la Pasqua è il trionfo delle insalate, in tutte le salse e in tutti gli abbinamenti. Ma "un'erbetta" non vale l'altra. Soprattutto nelle occasioni speciali. Ci pensa Dimmidisi a trasformare un semplice contorno in qualcosa di unico, con la nuova insalata Primavera limited edition dedicata alle festività pasquali. Una combinazione di lattughino verde, mizuna, tatsoi, bietolina rossa, lattughino rosso, proposta in due buste da 250 g, con due personalizzazioni grafiche. Un mix che si presta a preparazioni e abbinamenti diversi, riuscendo così ad

accontentare più gusti.

Dimmidisi è un marchio de La Linea Verde, gruppo italiano ai vertici del mercato italiano dell'ortofrutta fresca pronta al consumo e leader nei mercati dei primi piatti pronti freschi e delle bevande fresche.

La Linea Verde è stata fondata nel 1991 dai fratelli Giuseppe e Domenico Battagliola, tuttora alla guida del gruppo.

Tutte le referenze sono prodotte in Italia. Per garantire nel modo migliore continuità qualitativa e quantitativa della materia prima, e di conseguenza prodotti finiti, il gruppo si avvale di aziende di proprietà, di partner e fornitori selezionati e qualificati, italiani e quando necessario esteri.

## Terre Pompeiane Babàre, il babà da bere

Babàre è un liquore che racconta la Campania, la napoletanità e la tradizione con un pizzico d'innovazione. È praticamente il primo "babà da bere", realizzato dall'azienda Terre Pompeiane, nel Napoletano. «La produzione di liquori ispirati alle ricette antiche e realizzati con i prodotti tipici del territorio vesuviano sono il futuro» dice Vincenzo Avitabile, il titolare «E il mio piccolo laboratorio si dedica alla produzione di liquori artigianali». Per la Pasqua 2021 l'azienda campana ha lanciato anche l'uovo "Babàre", con puro cioccolato bianco al gusto di rum, con granella di babà all'interno.







## Il Gavi e i segni zodiacali Un incontro stellare

**N**ell'ambito delle celebrazioni del "2021 Anno del Cortese", voluto da Regione Piemonte per valorizzare lo storico vitigno autoctono piemontese di cui il Gavi è la maggior espressione, il Consorzio Tutela del Gavi ha chiesto ad Andrea Gori e Giulia Graglia, autori di *Divinando Le stelle nei bicchiere*, di indagare la natura astrologica del Gavi Docg. Tre tipologie del Grande Bianco Piemontese - Annata, Riserva, Spumante - associata ai segni dello Zodiaco per esplorare le affinità e evidenziare buoni auspici per i prossimi mesi. «L'obiettivo non è tanto capire a quale segno possa piacere una determinata tipologia di vino» spiegano Andrea Gori, wine critic e oste e Giulia Graglia, astrologa e creativa «quanto

piuttosto leggere le similitudini caratteriali e di personalità tra persone e vini per augurare a tutti quanti un brindisi per un "cortese" 2021, anno in cui il desiderio universale è di lasciarsi alle spalle i mesi pandemici che ancora stiamo vivendo». E così si scopre che se il Gavi di per sé incarna bene lo spirito del Toro, nelle sue tre tipologie può adattarsi a ogni segno zodiacale. «Con questo viaggio tra le stelle» commenta Roberto Ghio, presidente del Consorzio Tutela del Gavi «vogliamo prima di tutto mandare un messaggio positivo. La denominazione ha retto bene l'impatto della pandemia, segnando nel 2020 un + 1% in termini di bottiglie prodotte e senza diminuire il suo impatto nell'export, dove rimane presente in ben 100 Paesi nel mondo».



## Fairtrade Una dolce Pasqua equosolidale

**T**empo di Pasqua con le proposte del commercio equosolidale certificato Fairtrade, che promuove condizioni commerciali più vantaggiose per gli agricoltori di Asia, Africa e America Latina. Disponibili da Aldi, Lidl e Coop, decine di tipologie di prodotti a base di cioccolato. Il cacao è stato acquistato a condizioni Fairtrade: ai coltivatori è stato corrisposto il Prezzo minimo Fairtrade, tale da coprire i costi medi di una produzione sostenibile e il Premio Fairtrade, un extra per avviare progetti di miglioramento produttivo ed emancipazione della comunità.

## Foodlab Salmone doc

**L**a nebbia di Parma - la Fumära in dialetto locale - presta il suo nome alla nuova linea di prodotti Foodlab. L'azienda italiana con sede nella food valley parmense lo porta in tavola dopo un percorso tutto al naturale, che preserva intatta la consistenza della carne e garantisce un gusto rotondo e vellutato, davvero italiano.



**Novella  
Cucina**

DIRETTORE RESPONSABILE

**Carlo Faricciotti  
VISIBILI!**

EDITORE

Visibilia Editore S.p.a.

PROGETTO GRAFICO  
E IMPAGINAZIONE

Rubberduck - Michele Migliarini  
e Paolo Bosani  
info@rubberducksrl.it

SEDE LEGALE

Via Privata Giovannino De Grassi 12-12/a -  
20123 Milano, tel. 02-54008200 Pubblicazione  
registrata presso il Tribunale di Milano n.  
278 del 15/11/2018 Tutti i diritti di proprietà  
letteraria e artistica riservati

DIREZIONE

Via Privata Giovannino De Grassi 12-12/a -  
20123 Milano

STAMPA

Mediagraf SpA

viale della Navigazione Interna, 89  
35027 Noventa Padovana - PD  
Stampato in Mediagraf Spa, azienda dedita al  
rispetto e alla tutela dell'ambiente, valori dimostrati  
dalla certificazione UNI EN ISO 1400:2015 e dalla  
garantita riduzione di emissioni di CO2 grazie  
all'impianto fotovoltaico e di trigenerazione.



PUBBLICITÀ

Visibilia Concessionaria S.r.l.  
tel. 02-54008200  
mail: info@visibilia.eu

DISTRIBUZIONE IN ITALIA

Press-Di Distribuzione  
Stampa e Multimedia S.r.l.  
via Mondadori, 1 Segrate - MI  
tel. 02/75421

DISTRIBUZIONE PER L'ESTERO

Johnsons International  
News Italia S.r.l.  
via Valparaiso, 420144 Milano





# FORTE DELLA VITA

## LA TRADIZIONE AL PASSO COI TEMPI.

---

FORTE DELLA VITA, BRAND SPECIALIZZATO DA PIÙ DI TRENT'ANNI NELLA PRODUZIONE DI PRODOTTI BIOLOGICI, RINNOVA LA SUA IMMAGINE, AL FINE DI ESALTARE MAGGIORMENTE LA QUALITÀ CHE DA ANNI LA CONTRADDISTINGUE.

UN RINNOVAMENTO IN FAVORE DI UN'IDENTITÀ PIÙ DISTINTIVA, CHE SOTTOLINEA IL VALORE DELL'ARTIGIANALITÀ CHE STA ALLA BASE DEI SUOI PRODOTTI.

---

IN ARRIVO UNA GRANDE NOVITÀ:  
4 NUOVI MODI DI VIVERE LA NATURA IN UNA LINEA ESCLUSIVA DAL SAPORE UNICO...



I prodotti Fonte della Vita sono disponibili nei negozi di alimentazione specializzata  
[www.kigroup.com](http://www.kigroup.com)





# BOTTEGA

Artigiani della bontà

