

UN ASSAGGIO
DI PIATTI
TIPICI
REGIONALI



l'arcigoloso

PROSEGUE
LA VETRINA
DELLE
OSTERIE



Supplemento settimanale di informazioni per i buongustai a cura di Arcigola

Via della Mendicita Istruita, 14 - 12042 BRA (CN) - Tel. 0172/426207-421293

NOTIZIE ARCIGOLA



Ascoli Piceno
Proprio ieri, domenica 7 ottobre, si è svolta, per iniziativa della condotta del Piceno, una giornata interessante: "Arcigola alla riscoperta delle buone erbe", cui hanno partecipato il Giardino Botanico di Santa Maria di Propezzano, l'Erboristeria il Germoglio di San Benedetto, l'azienda Agrobiologica Aurora di Ofida, la Libreria Rinasca di Ascoli Piceno. L'obiettivo: riprendere contatto e conoscenza con l'affascinante mondo delle erbe aromatiche, oggi piuttosto sconosciute al più. Al momento informativo ed espositivo ha fatto seguito un pranzo presso il ristorante Villa Aliverti di Ascoli Piceno, con un menu tutto alle erbe.

FESTE DELL'UNITA' VENTURINA (Livorno)
Grande, anche quest'anno, la festa de l'Unita di Venturina, in alta Maremma. Ricco il cartellone delle iniziative, curate

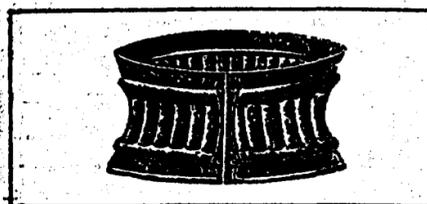
stima la ristorazione e, per i visitatori, una sorpresa: «il boccon bono», un simpatico libretto di ricette e frottola della Festa. Non solo ricette - di piatti di tradizione ma anche di preparazioni più creative - ma curiosità e commenti.

Crema
Negli ultimi anni la condotta cremasca dell'Arcigola ha proposto, all'interno della festa de l'Unita, uno spazio dedicato alla cucina di qualità. Quest'anno si è preferito rivolgere l'attenzione, anziché a materie prime rare, a prodotti più comuni (salumi, verdure, formaggi, carni, vini) che non avessero niente a che vedere con i prodotti massificati della grande industria alimentare. È stato facile trovare salumi ben allevati o salami di autentica qualità artigianale? Evidentemente gli organizzatori ci sono riusciti, visto il successo strepitoso del ristorante della Festa.

L'UTENSILE

Se il fois gras va messo in forma

EUGENIO MEDAGLIANI



Un tempo con il termine *pâté* si indicava un piatto composto da carni o pesci avvolti in un particolare tipo di pasta, detta *fronc* - ovvero «da fondere» - che veniva cotta al forno. Questa preparazione poteva essere sia rozza, come i *pâtés* di campagna assai diffusi nella provincia francese, sia particolarmente raffinata come il *pâté de foie gras*.

Avvolto in una fetta di prosciutto oppure in uno strato di grasso di maiale, il *pâté* appare tutto nei ristoranti più chic quanto sui piatti delle colazioni o in un picnic. È un alimento particolarmente pratico per i lunghi viaggi: chiuso ermeticamente nel suo strato di grasso, accompagnato i crocchi e gli esploratori del Nuovo Mondo. Paga inoltre che tracce di miscele di carni, ritrovate dagli archeologi nei resti delle cucine degli antichi greci, possano essere definite come gli autentici predecessori degli odierni *pâtés*. Forse il segreto della popolarità di questo alimento attraverso i secoli va fatto risalire alla semplicità della sua composizione: carni ben tritate, me-

scolate a grassi, aromi e spezie.

Mentre per la preparazione dei *pâtés* più comuni è sufficiente una casseruola ovale, per realizzare il *pâté en croûte* è necessario utilizzare stampi particolari. Si tratta di forme composte da più pareti di lamiera stagnata, lavorate e tenute assieme da cerniere o da clip. Lo stampo deve essere imburato e foderato internamente di una pasta che deve sporgere di almeno un paio di centimetri dal bordo superiore, in modo da formare una specie di cresta, su cui verrà applicato il coperchio, sempre di pasta.

Quest'ultimo viene forato in modo da permettere sia la fuoriuscita dei vapori durante la cottura, sia di versare, attraverso l'apertura e al termine della cottura, del burro fuso o dello strutto tiepido, allo scopo di tappare gli eventuali spazi vuoti che possono essersi formati nella farcia. Gli stampi dovranno essere aperti solamente quando burro o strutto si saranno completamente raffreddati.



Il secondo contributo di Vitalba Paesano, da «La verità nel piatto», Rizzoli 1990, offre al consumatore utili consigli sull'acquisto del pollame.

I polli in commercio in Italia devono sempre portare l'indicazione del produttore, in un cartellino o in un bollino applicato alle carni. Attualmente nel nostro paese sono in circolazione due tipi di pollo: uno parzialmente e uno completamente eviscerato (quest'ultimo si definisce di solito come «gà pulito»).

Il pollo completamente eviscerato, al quale sono stati tolti il collo, testa, zampe, ma anche organi interni (visceri, fegato, stomaco, cuore e polmoni), subisce, rispetto all'altro, un'ispezione sanitaria in più, al momento della macellazione, quando il veterinario ispettore della Usl decide, sulla base delle caratteristiche dei visceri, se quel pollo può essere considerato sano oppure no. È un esame rapido, ma fondamentale: lungo le linee di macellazione (dove «passano» da 3800 a 7500 polli l'ora) di solito solo il 3% non supera l'esame del veterinario. Quando, infatti, la lesione non convince l'ispettore della Usl, l'animale viene allontanato dalla catena (oppure se ne utilizzano alcune parti non compromesse). In tutti gli altri casi, invece, la sicurezza è fuori di dubbio. Sono stati eseguiti, infatti, controlli incrociati: il veterinario che si occupa dell'igiene della produzione zootecnica ha controllato l'allevamento; l'altro, specializzato in igiene degli alimenti, ha verificato in fase di macellazione le condizioni di salute di ogni pollo.

Al momento dell'acquisto di un pollo intero non resta che accertare la presenza del bollino sanitario (da una parte ci sarà scritto l'indirizzo dello stabilimento, dall'altro, nel caso di pollo completamente eviscerato, il numero del macello). I polli senza bollino, nel nostro paese, devono considerarsi illegali.

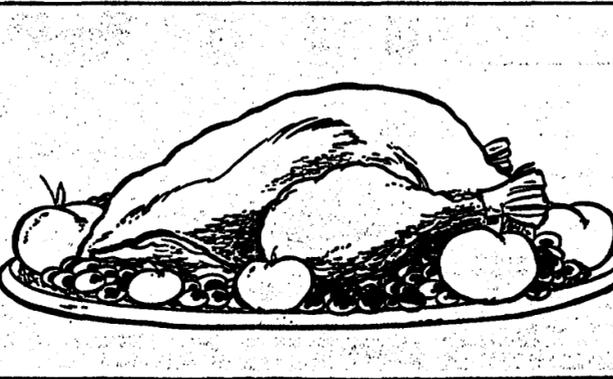
Quando al prodotto d'importazione (che è una fetta limitata del mercato, utilizzata soprattutto dalla ristorazione collettiva), anch'esso, naturalmente, deve riportare il bollino.

In Italia per legge possono essere importati solo polli vivi o completamente eviscerati. Di recente sono stati giudicati illegali quelli eviscerati che non riportavano alcun taglio sull'ad-



Per il pollo occhio al bollo

VITALBA PAESANO



dome (l'eviscerazione era stata ottenuta per aspirazione degli organi interni). I giudici hanno ritenuto, infatti, che quei polli potevano contenere residui contaminati e quindi rischiosi per la sicurezza alimentare.

Quale pollo, dunque, scegliere, al momento dell'acquisto? Gli stessi operatori del settore ammettono che il più sicuro in assoluto è il pollo completamente eviscerato, che ha subito un controllo sanitario individuale in più. Inutile, soprattutto, acquistare un pollo parzialmente eviscerato, per poi, farselo pulire dal pollivendolo.

Anche da un punto di vista economico, quest'ultimo è più

conveniente. Chi acquista pollame confezionato (tipica formula da supermercato) troverà sull'etichetta il nome del produttore e del macello, il peso della carne, la data di scadenza, espressi con la formula «da consumarsi entro il...» e non più «preferibilmente» come era una volta, a maggior discrezione del consumatore. Di solito (ma ogni produttore decide e dà garanzie personali) le parti di pollo hanno una durata di otto giorni, il pollo intero di dieci, le frattaglie solamente di sei.

Le confezioni per le macellerie riportano le stesse indicazioni, ma il macellaio è autorizzato ad aprire la confezione e a vendere separatamente, al

dettaglio, tutte le singole parti. Si può dire a cuor sereno che il pollo andrebbe acquistato intero, purché da un punto di vista nutrizionale e di qualità tutte le sue parti, più o meno, si equivalgono. Per una questione di gusto e di praticità, invece, si acquistano spesso solo le parti (soprattutto petto e cosce, ma anche ali), il che comporta un passaggio in più nella lavorazione.

I produttori assicurano che le «parti» vengono dai «stelli» dei polli venduti interi. Al massimo si tratta di prosciutto allungamento dal 50 giorni di media al 54-55, per ottenere, soprattutto nei maschi, una massa più consistente di carne. Maschi e femmine (che in alleva-

mento possono vivere rigorosamente separati per tutta la loro esistenza) hanno una destinazione diversa sul mercato: la femmina, che raggiunge un peso di pollo-pulito di un chilo e duecento grammi circa, viene venduta di solito come pollo intero, ideale per famiglia. Del maschio, allevato più a lungo, si tende a vendere le singole parti staccate, oppure lo si avvia alla produzione di quei prodotti di pollo che costituiscono l'ultima generazione di preparati a base di carne. La gallina da brodo, invece, è la classica «vecchia» che fa buon brodo, perché viene macellata a diciotto mesi.

Al momento dell'acquisto, quali regole seguire per assicurarsi un buon prodotto?

* Controllare in ogni caso la presenza del bollino e rifiutare prodotti anonimi, anche se probabilmente venduti per «spuntare» e genuini.

* Non lasciarsi condizionare dal colore della pelle che non è indicativo: oggi è di moda il pollo a pelle bianca perché si pensa che sia meno grasso. Ma il colore è una questione di mangimi: se il pollame viene allevato con mais, glutine e xantofilla avrà la pelle gialla, se è nutrito con prodotti a base di frumento, tenderà più facilmente al bianco (ma molto dipende anche dalle caratteristiche genetiche della razza). I gusti del pubblico, al riguardo, si differenziano anche a seconda delle regioni: così i polli «gialli» che sono rifiutati al Nord, da sempre grande produttore di mais, mangiano ideale.

* Rifiutare pollame che presenta tumefazioni o arrossamenti, conseguenze, di solito, di una macellazione non accurata.

* Rifiutare anche tagli anneriti intorno alle ossa.

* Evitare confezioni che presentano liquido: in questi casi si può trattare di un pollo non ben refrigerato, conservato in cattive condizioni o di una confezione troppo vecchia.

* No anche al prodotto che si presenta viscido e che denuncia così una cattiva igiene della macellazione oppure un'interruzione della catena del freddo.

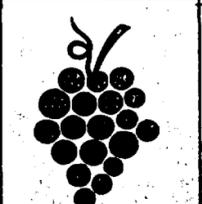
* Rispettare sempre la data di scadenza.

Come consumatori non si può fare di più: a differenza della bistecca estronata, il pollo, anche se trattato, in pentola non «bulla».

USI E CONSUMI

Cura dell'uva antitossine

ANGELA LUNA



I villeggianti arrivavano all'inizio di settembre, quando i grappoli più precoci già trascorrevano. Le colline intorno, la sera, erano un unico bagliore perché ovunque bruciavano i falò propiziatori di una buona vendemmia. Gli alberghi facevano il tutto esaurito: pallide damigelle anemiche, signore già in età che dai grappoli vellutati traevano le ultime gioie della vita, gentiluomini impettiti che, con il bastone da passeggio, camuffavano un'afezione reumatica o un principio di gotta, passavano le loro giornate, picchiando l'uva, all'ombra dei tigli di piazza Castello. Si cominciava con un grappolo un'ora prima dei pasti e si aumentava via via la quantità, mentre diminuiva quella degli altri alimenti, fino a consumare per alcuni giorni esclusivamente uva.

Questo succedeva nelle Langhe, a La Morra, all'inizio del secolo; ma in molte zone vinicole si praticava da tempo la cura dell'uva, in alberghi attrezzati per l'occasione o in vere e proprie case di cura specializzate. Terapia, vacanza, un tocco di morbigerata mondanità si intrecciavano negli opulenti scenari di provincia, con riti e modi già sperimentati nelle pigre e oziose giornate termali.

Fare la cura dell'uva oggi, a casa propria? Può essere un'ottima idea. Per chi è anziano, per chi ha problemi di ricam-

bio o di ipertensione, per chi è stitico o sovrappeso, per chi soffre di artrite, gotta o altri disturbi articolari. Più semplicemente, per chi decide di distaccarsi dopo un'estate di alimentazione non proprio regolare. È noto l'elevato valore nutrizionale dell'uva, ma forse non altrettanto il ventaglio stupefacente delle sue proprietà terapeutiche. Esse si assumono sostanzialmente in due direzioni: da un lato le proprietà depurative e disinfestanti, dall'altro quelle tonificanti, rinvigorisanti, energetiche e rinfrescanti. Nella polpa - e ancor più nella buccia, che quindi andrebbe ingerita - sono contenuti, oltre all'acqua e agli zuccheri, molti sali minerali, le vitamine A, C, B1 e B2, e sostanze toniche, tra cui il tannino e l'encianina.

Praticare la cura dell'uva non è difficile: si può mangiare a sazietà, purché, naturalmente, non interferisca con altri alimenti. Una monodietà, dunque, che può subire qualche deroga all'inizio della cura quando se ne sente il bisogno, si può consumare qualche fetta di pane integrale. Poi, solo uva. Bianca e nera, ben matura e dolce, non trattata con fitofarmaci, accuratamente lavata prima del consumo. Per i tempi e le quantità non esistono regole fisse. Si mangia diluendo il consumo in vari momenti giornalieri, anche ravvicinati, finché ci si sente sazi. Ci si può limitare a due o tre giorni (e già si sentono benefici), ma è meglio prolungare per una settimana, per poi ripetere la cura dopo circa un mese. Attenzione alle prime possibili risultanze: maggior attività intestinale, stimolazione della diuresi, eventuale ma temporanea ricattizzazione di vecchi sintomi che possono ripresentarsi a causa del processo di eliminazione delle tossine.

A TAVOLA

I grappoli in pentola

L'uva in cucina è molto versatile e si presta a preparazioni sia dolci che salate. Si associa bene alla frittaggina da piuma, alle frittaglie, al fegato. Tra i piatti più noti ci sono senz'altro le quaglie all'uva. Le quaglie, avvolte in sottili fette di pancetta, vengono rosolate al tegame e cotte per qualche minuto. Vengono poi messe in una teglia, circondate di chicchi d'uva, irrorate con il fondo di cottura e spruzzate di cognac. Basteranno dieci minuti perché l'uva appassisca e ceda i propri profumi, e le quaglie terminino in forno il processo di cottura. Qualche ricetta suggerisce di unire, al momento dell'ingresso in forno, i fegatini saltati in padella e sminuzzati o passati al setaccio.

Dall'uva la cucina regionale tradizionale ha intinto a piene mani. In quasi tutta la pianura padana è diffuso il sugo (*sugo, suc*): un budino a base di uva nera da vino. In molte regioni, cuocendo a lungo il mosto di prima pigiatura, si ottiene un denso sciroppo adatto ad accompagnare alcuni dolci o a preparare bibite dissetanti: *vinotto*, lo chiamano in Puglia, *sapa* in Sardegna, *saba* in Emilia-Romagna.

In Piemonte s'usava preparare con il mosto la mostarda d'uva (così è chiamata nel Monferrato, mentre nelle Langhe prende il nome di *cognà*).

Si fa sbollire a lungo il mosto e vi si aggiungono pezzi di mela cotogna o di pera, gherigli di noce. Ne esce una sorta di confettura scura e densa, con cui si era soliti accompagnare la polenta. Diversi ristoranti la riproposcono, inventando nuovi abbinamenti: con il bollito misto, in un gradevole contrasto dolce-salato, oppure con la panna cotta, il cui sapore dolcissimo viene smorzato dall'asprezza della *cognà*.

Una ricetta «nuova». Infine, da provare. Per fare questa «bavarese di uva» occorrono quattro uova, un ettogrammo di zucchero, mezzo litro di Moscato, un cucchiaino di fecola, un grosso grappolo d'uva bianca, quattro fogli di colla di pesce. Si spremono (o si centrifugano) gli acini d'uva, ricavando un bicchiere di succo. Messa a bagno la colla di pesce e fatta sciogliere, ben strizzata, a fuoco dolce con qualche cucchiaino di succo d'uva, si battono a spuma i tuorli d'uovo con lo zucchero, si aggiunge la fecola, poi il Moscato, il succo d'uva e la colla di pesce. Si cuoce il composto a fuoco dolce finché non giunge ad ebollizione. Si lascia raffreddare la crema, poi si incorporano gli albumi montati a neve ferma. Si versa il tutto in una coppa e si lo raffreddare e rassodare in frigorifero.

VETRINA DELLE OSTERIE D'ITALIA

Un angolo di Bengodi in Vicolo Squallone tra luganeghe, lasagne, tortellini e saba

SANDRO BELLEI

Per verificare se la cucina modenese merita ancora la fama legata al suo nome, il sistema migliore resta quello di infilare le gambe sotto la tavola. In questa città, del resto, inoltrarsi nelle piccole vie medioevali del centro storico è una deliziosa continua sorpresa. Agli ocri e ai rossi (rivoluzionari o estensivi?) di certe facciate si alternano pareti di mattoni stralini, che colano il tempo. In questo dedalo di contrade dai nomi strani, di cortili con inimitabili *trompe-l'oeil* e di portici che non finiscono mai, s'incontrano i tesori più ghiotti, per gli occhi ma anche per lo stomaco.

In via Farini per oltre trecento anni la famiglia Giusti ha condotto la storia, omonima salisatteria. Siamo nel cuore della città. Il negozio è piacevolmente vecchio stile. Entrare significa sentire subito un languore allo stomaco. Intorno vi sono trofei di culatelli e prosciutti, grappoli di salsicce e zamponi, cascate di mortadelle e salami, aiuole di coppe e pancette, il più vario e appetitoso mosaico di salumi e formaggi che Adriano «Nano» Morandi, l'ex garzone divenuto erede della bottega quando l'ultimo dei Giusti ha deciso di dedicarsi esclusivamente a

l'invecchiamento del suo prestigioso aceto balsamico, possa proporre ogni giorno alla vasta clientela. La fama di questo negozio dall'architettura degna del boccaccesco paese di Bengodi, nel cui retro si apre in vicolo Squallone instancabili stogline scultoreo col maitre polsi davanti al tagliere per sfornare enormi pastelle di sfoglia, ha rapidamente varcato i confini della provincia.

L'anno scorso Nano Morandi ha deciso di non limitarsi a vendere dal suo banco le migliori *dell'attessen* del mercato locale, italiano e straniero. In pochi mesi, nell'angusto spazio del retro del negozio ha allestito, con conforto di alcuni amici e del più avveduto fra gli assessori del Comune, una piccola osteria con appena cinque tavoli. L'arredamento è quello delle case borghesi modenesi del secolo scorso. Poca gente, ma giusta, e solo a mezzogiorno. «Alta sera» - dice - «apo solo per chi ne vale la pena» e si ricorda di prenotare con molto anticipo.

L'osteria di Giusti (ma perché poi quell'inutile «acca»?) in poco tempo si è assicurata una vasta clientela di prestigio. Nano Morandi conosce tutti, perché dal suo banco ha venduto golosità a mezza Modena. Da quando ha deciso di

mettere su tavola piovono le prenotazioni, per mangiare da lui bisogna mettersi in lista d'attesa, ma non può e non vuole derogare dallo spazio fisico che ha a disposizione. Anche perché il negozio continua a pesare sulle sue spalle e quelle della moglie. Solo 24, dunque, i posti a disposizione. E solo a mezzogiorno. L'apertura alla sera è un'eccezione.

Nel negozio, quasi il simbolo di una Modena golosa che ostenta il proprio benessere dalle vetrine traboccanti di ogni grazia di Dio, è una porzione di lasagne che trasudano becciamella, cabaret colmi di dorata pasta fresca, variegata insalata russe, mascalponi e squaqueroni (un delicato formaggio semiliquido romagnolo dalla vena deliziosamente asprigna prodotto in 48 ore da una capriata fresca), gorgonzole con la goccia, piramidi di sceltissimo parmigiano reggiano stravecchio, torte di riso, composte di frutta.

Nell'osteria che spesso ospita i più noti, assidui e incalliti «bisanò», s'incontrano i modenesi tiratardi che davanti a un bicchiere di Lambrusco o Chateau d'Yquem possono parlare di tutto fino a mattina. In questo saloon metropolitano non è difficile che Nano

ospiti gli artisti del vicino Teatro Comunale o qualche ferrista venuto a caccia di un Ferrarossa per incrementare la propria collezione. Ancora una volta la passione per il do di petto e quella per il rombo del Cavallino si prendono a braccetto coi piedi sotto la tavola.

Da Giusti, oltre alle bottiglie più prestigiose della ricca enologia italiana e straniera, si trovano i piatti della grande tradizione modenese. Nano Morandi e la moglie non hanno voluto scostarsi troppo da come mangiavano da giovani a casa loro. L'abbrivio viene da una piccola intelligente «invenzione»: un antipasto formato da trinitelle che, alla ricerca del purtoppo perduto sapore dell'infanzia, sono preparate col minestrone, il risotto (un tempo quel che era avanzato dal giorno precedente) o il baccalà. Poi dalla cucina arrivano preziosi, minuscoli tortellini, che «muoiono» in un brodo rigorosamente di cappone. Ma la scelta è vasta. La carta, infatti, offre anche tortellini di ricotta e spinaci, tagliatelle col guanciale e, soprattutto d'estate, stricchetti di pasta all'uovo con verdure di stagione. Tra i piatti di carne fa ancora aglio la tradizione: cotollette in umido coi piselli, piccoli cappelli

da prete (ripieni della stessa farcia dello zampone ma con la forma degli antichi ricomi degli arcipreti) con contorno di pure, salsiccia luganega con patate lessate all'aceto balsamico.

Nano consiglia gli abbinamenti col vini («alla carta, sinora, ho sostituito la visita alla formidissima cantina, durante la quale i clienti si redono conto da soli di cosa sono in grado di offrire»), ma la moglie è la regina dei dolci. Da qualche tempo ottiene grosso successo un piatto della tradizione rivisitato in chiave modenese: la panna cotta alla saba. La saba (va detto per i non modenesi) si ottiene dalla lunga ebollizione del mosto del Trebbiano e si sposa bene, in uno stupefacente abbinamento agro-dolce, con moltissimi ingredienti di cucina.

Da Nano, divenuto ormai un punto di riferimento della gastronomia modenese, non è necessario mangiare tutto ciò che propone il lungo menu. All'osteria, un tempo, ci si andava più che altro per stizio. Adriano Morandi ritiene che sia così anche oggi.

Osteria Giusti
Vicolo Squallone, 46 - Modena
Tel. 059/222533
Chiusa domenica e lunedì
Prezzi: 40.000 esclusi i vini