

TECNICHE DI CUCINA GLI GNOCCHI



Hanno origine così antica da essere considerati i capostipiti di tutta la pasta. Il termine primitivo *maccarone* indica un ingrediente frantumato in poltiglia più o meno soda da cui trarre pallotte di verdure, di legumi o di varie farine arricchite con altri ingredienti, cotte nell'acqua e condite in vario modo. La famiglia degli gnocchi è multiforme. Gli **gnocchi di farina** sono forse i più antichi. Semola o farina di grano tenero, ma anche farina di mais o di castagne e altre unite all'acqua, cucinate come polentine offrono l'impasto da

gnocchi: un esempio quelli alla romana. Vi sono anche gnocchi da polentine molto liquide: versate a cucchiaiate nell'acqua bollente grazie alla presenza di uova si prendono in forma irregolare (*spätzle* altoatesini). Gli **gnocchi di ortaggi** si preparano con zucca, rape, carote, fagioli, fave, patate ridotti in purea, mescolati alla farina, eventualmente insaporiti con erbe, formaggio, uova, spezie. Quelli di patate – sono più recenti, ma anche più praticati – possono mescolarsi con erbe più o meno aromatiche, come le ortiche o i porri.

Gli **gnocchi di formaggio** e soprattutto di ricotta, insaporiti con formaggi stagionati e spezie, arricchiti con erbe o spinaci, legati con uova, sono gli antesignani del ripieno di molte paste. Non a caso esiste in Toscana lo *gnudo*, uno gnocco/raviolo senza l'involucro di pasta.

Gli **gnocchi di avanzi**: di pane raffermo, come i passatelli, i canederli, la pasta rasa, di polenta di mais, di riso lessato, di carne o di pesci bolliti o arrostiti. Anche le frattaglie – soprattutto il fegato ridotto in poltiglia e unito al pangrattato – possono risultare molto appetitose.

GNOCCHI DI PATATE PERFETTI



La **diffusione** di questa preparazione a partire dall'Ottocento e soprattutto nel Nord Italia è tanto praticata da trasformarsi in un'arte raffinata. Queste le regole.

Le **patate** devono essere farinose, di pasta bianca, della stessa dimensione. Punzecchiatele e cuocetele partendo da acqua fredda, salata, se possibile a vapore. Ben cotte e caldissime, sbucciatele e schiacciatele sulla spianatoia.

Di **farina bianca** ne basterà pochissima. Se le patate sono bollenti il calore le renderà collose (gelificazione) e quindi in grado di legare l'impasto. Poca farina e gli gnocchi si scioglieranno in bocca. Gettateli in acqua bollente salata e prelevateli man mano che tornano a galla.

GNOCCHI DI RICOTTA



La **ricotta** costituisce un ingrediente ideale: non ha consistenza collosa, ha un gradevole gusto, si sposa con mille altri ingredienti. La migliore in assoluto è quella di pecora.

Farina e tuorlo d'uovo con il loro potere addensante ed emulsionante offrono una tenuta in cottura che la ricotta da sola non ha. Non si deve però eccedere, altrimenti lo gnocco diventa troppo compatto. I migliori si sciolgono in bocca.

Altri ingredienti si possono aggiungere per ottenere un gusto più complesso. Ortaggi in foglia, erbe aromatiche e spontanee, spezie, formaggi stagionati di qualsiasi tipo. Altri ingredienti come lo zucchero, il miele, la scorza di agrumi possono offrire gnocchi dolci.

GNOCCHI CON GLI AVANZI



Il **pane raffermo** è l'ingrediente principale che, unito al formaggio, alle uova e alle spezie, fra tutte la noce moscata, con solo un tocco di farina, produce un impasto perfetto per la cottura in brodo. Passatelli, pasta rasa, *knödel* e canederli, con aggiunta di prosciutto o mortadella, amano il brodo. Il pane è anche la base di gnocchi di frattaglie, salumi, avanzi di bolliti o arrostiti.

La **polenta avanzata** la sera precedente, schiacciata e arricchita di uova, parmigiano grattugiato e farina, diventa impasto per gnocchi da condire con burro nocciola e salvia.

Il **riso bollito** amalgamato con i soliti ingredienti si trasforma in ottimi gnocchetti. Per le *geneffe* siciliane (riso, uova, grana e zafferano) doppia cottura: fritte e poi in brodo.

GNOCCHETTI DI ZUCCA CON CREMA DI AMARETTI

Ristorante Collina, Almenno San Bartolomeo (Bergamo)

V

INGREDIENTI

per 6 persone

PER LA PASTA:

7 etti di zucca delica
3 etti di patate a pasta bianca

280 g di farina di frumento
tipo 0

5 uova

sale

PER IL CONDIMENTO:

15 g di amaretti

un dl di latte

un bicchierino di liquore
al rabarbaro

30 g di grana padano

40 g di burro

sale

Sbriciolate gli amaretti e portateli a bollire con il latte e un pizzico di sale, quindi togliete dal fuoco, passateli al mixer e poi al setaccio.

In un pentolino versate il liquore al rabarbaro e fatelo sobbollire lentamente finché non abbia raggiunto una consistenza sciropposa.

Sbucciate la zucca, eliminate i semi e i filamenti, affettatela sottilmente e stufatela a fuoco lento, e a tegame coperto, con una noce di burro, aggiungendo, se necessario, un po' di acqua. Mescolate di tanto in tanto, perché non attacchi al fondo, e togliete dalla fiamma quando comincerà a sfaldarsi.

Nel frattempo lessate le patate in acqua non salata, pelatele e tagliatele a pezzetti, trasferitele in un passaverdura con la zucca e raccogliete la purea in una ciotola. Unite all'impasto le uova, una presa di sale, la farina, e amalgamate gli ingredienti fino a ottenere una consistenza simile a una besciamella molto densa; versate il composto in una tasca da pasticciere a becco liscio di circa un centimetro di diametro e ritagliate dei tocchetti di un paio di centimetri di lunghezza.

Fate cadere gli gnocchetti direttamente in una pentola di acqua salata in ebollizione, scolandoli con l'aiuto di una schiumarola non appena riaffiorino.

Impiattate condendo con la salsa agli amaretti, il resto del burro – che avrete fatto sciogliere in un pentolino –, una spolverata di grana grattugiato, qualche goccia di ristretto di rabarbaro, e servite.

TEMPO DI ESECUZIONE

UN'ORA E MEZZA



POLENTA CON FUNGHI E MONTE VERONESE

Trattoria Dalla Rosa Alda, Sant'Ambrogio di Valpolicella (Verona)



INGREDIENTI

per 6 persone

mezzo chilo di farina di mais

6-7 etti di funghi misti (finferli, gambe secche, grisetti...)

2 spicchi di aglio, un ciuffo di prezzemolo

monte veronese da tavola

olio extravergine di oliva

sale

Pulite i funghi e tagliateli a grossi pezzi. Tritate finemente l'aglio e parte del prezzemolo mantenendoli separati.

In una casseruola riscaldate un po' di olio, versate l'aglio e i funghi, aggiustate di sale e cuocete per 15-20 minuti, finché non diventino teneri. Ultimare con il prezzemolo, mescolate e servite in caldo.

In una pentola capiente, meglio se di rame, portate a ebollizione un litro e mezzo di acqua. Salate, quindi calate la farina mescolando energicamente con una frusta perché non si formino grumi. Abbassate la fiamma e portate a cottura in 40 minuti, mescolando spesso: la consistenza deve restare piuttosto morbida.

Versate la polenta nel piatto di portata, conditela con il sugo, ultimate con una spolverata di formaggio ridotto in scaglie e servite, decorando con foglioline di prezzemolo.

Il monte veronese è un formaggio Dop a pasta semicotta prodotto, nell'area dei Monti Lessini e del Monte Baldo, con latte vaccino intero o (nella tipologia d'allevato) parzialmente scremato. Un Presidio Slow Food tutela il monte veronese d'allevato caseificato con latte di malga. Le forme, cilindriche con scalzo leggermente convesso, pesano dai sei ai nove chili. La stagionatura si protrae per un minimo di 90 giorni, per la versione da tavola, da sei mesi fino a due anni, per lo stravecchio.

TEMPO DI ESECUZIONE

UN'ORA



GELATINA DI MELAGRANA

Paolo Giangrande, Monopoli (Bari)

v

INGREDIENTI

una decina di melegrane

2 arance

mezzo chilo di zucchero

Pulite le melegrane, selezionando i chicchi – si tratta di un lavoro lungo e laborioso, da fare con cura, perché la pellicola bianca che li circonda è amara –, che setaccerete nel passaverdura. Filtrate il succo ricavato e trasferitelo in una casseruola con la scorza di arancia grattugiata e lo zucchero, cuocendo fino a quando il composto non si sarà addensato.

Trasferite la gelatina – ottima con formaggi cremosi, per esempio con il gorgonzola – ancora bollente in vasetti di vetro, che sterilizzerete.

La gelatina di frutta è un amalgama gelificato di zuccheri, succo o estratto acquoso, di un solo frutto o di più varietà insieme. Sono indicate tutte quelle che contengono un'alta percentuale di pectina come lamponi, mirtilli, mele, mele cotogne, ribes e uva spina. La conserva si presenta fluida e trasparente, ed è utilizzata in pasticceria per biscotti, torte e crostate; i prodotti di confetteria, ottenuti da purea di frutta cotta con zucchero e gelificante, si tagliano, invece, a pezzi una volta solidificati. Presso le comunità valdesi del Piemonte, che nel loro secolare peregrinare stabilirono contatti con il mondo tedesco, francese e anglosassone, sono tradizionali le gelées, in particolare di bacche e di frutti del sottobosco.

TEMPO DI ESECUZIONE

3 ORE

