

FRIGO WEEKLY 20

VIAGGI CON GUSTO



knIndustrie

La collezione, disegnata da Andrea Castrignano e dedicata alla mise en place, rivoluziona il modo di concepire e allestire la tavola. Il classico lascia il posto a una serie di tre elementi impilabili della stessa forma e dello stesso diametro.



Mangiare, è incorporare un territorio.

JEAN BRUNHES

Julius Meinl

Miscela tostata e macinata di altissima qualità, Sri Polson è un caffè 100% arabica proveniente dalle migliori piantagioni di India e Brasile, ideale anche per il caffè filtro.



CURIOSITÀ A causa del loro alto contenuto di potassio le banane sono naturalmente radioattive, in modo leggero ma comunque più della maggior parte degli altri frutti.



Apro un chiosco al mare o cucino caraibico a casa?

Per viaggiare virtualmente in Repubblica Dominicana con il gusto e la fantasia direttamente dalla propria casa, l'isola caraibica ha pensato di portare un po' di colore nelle cucine degli Italiani proponendo due ricette della tradizione con cui cimentarsi. I piatti scelti, Casabe con emulsione di insalata russa e Insalata di banane verdi, sono a cura di Chef Tita (Inés Páez) e Ana Lebrón, due tra le più importanti chef del paese, riconosciute anche a livello internazionale.

La cucina dominicana è il risultato di una miscela di influenze europee, africane e dei nativi indiani Taíno che popolarono l'isola. La ricca e variegata storia culinaria dà luogo ad una cucina dai deliziosi aromi e sapori. In origine, prima che si verificassero le numerose esplorazioni e la relativa integrazione, i principali ingredienti del menù dominicano erano riso, carne, fagioli, platani e verdure, così come pesce, frutti di mare. Questi sono ancora alla base della cucina dominicana e delle ricette che quotidianamente adornano la tavola nel paese.

LA RICETTA

Insalata di banane verdi

by Chef Ana Lebrón

Ingredienti per 4/6 persone

Banane verdi (in assenza usare patate)
1 foglia d'alloro piccola
1 cipolla media



4 chiodi di garofano
Pomodoro
Scalogno e aglio
1/2 peperone rosso e 1/2 peperone verde
1 peperoncino
8 olive nere
1 cucchiaio di capperi
1/4 tazza di olio d'oliva + 2 cucchiai di aceto
1 Lime o limone (succo e buccia) + 1 arancia (succo e buccia)
Prezzemolo e Coriandolo

Preparazione

Sbucciare e bollire le banane verdi in abbondante acqua salata con una foglia di alloro e una cipolla con 3 chiodi di garofano. In alternativa, è possibile cuocerli al vapore.

Tagliare tutti gli ingredienti a bastoncino o alla julienne e aggiungere le olive. Mescolare sale, pepe, olio d'oliva, limone, aceto, buccia d'arancia grattugiata e un cucchiaino di succo ed emulsionare. Unire l'emulsione alle verdure e in seguito aggiungere i platani verdi tagliati a rondelle. Aggiungere anche le erbe aromatiche sminuzzate. Lasciare riposare e mescolare con la salsa chimichurri. Servire fredda.

LA RICETTA

Casabe con emulsione di insalata russa e curcuma

by Chef Tita (Inés Páez)

Ingredienti per 4 persone

1 carota di media grandezza pelata e tagliata a cubetti
6 patate di media grandezza pelate e



tagliate a cubetti
2 uova
1 cipolla rossa piccola tagliata a dadini
2 cucchiaini di aceto rosso
1 cucchiaino di zucchero
3 cucchiaini di maionese
2 cucchiaini di sale
2 cucchiaini di curcuma in polvere
Succo di limone q.b.
1 cucchiaino di origano
Casabe tostato
(può essere sostituito con fette di pane tostato)

Preparazione

Mescolate la cipolla con lo zucchero e l'aceto.

Nel frattempo, fate bollire la carota, le patate e le uova fino a cottura ultimata. Quando saranno pronti, toglieteli dal fuoco.

Sgusciate le uova sode e inseritele in un mixer o in un frullatore con la cipolla, la carota e le patate bollite, la curcuma, l'origano, il succo di limone e la maionese. Frullate il tutto fino ad ottenere un composto dalla consistenza omogenea. Condite con sale e pepe a vostro piacimento. Spalmate composto sul pane tostato