

FRIGO WEEKLY 71

A LEZIONE DI CUCINA DEL TERRITORIO



Natura Nuova

Frullà Drink è la prima linea di nettari e succhi bio con un nuovo pack ecosostenibile e riciclabile realizzato con l'86% di materiali vegetali. Mela, pera, pesca, albicocca e arancia provengono da regioni italiane coltivate seguendo buone pratiche e metodologia a basso impatto.

“ Se ogni bugia sapesse d'aglio, sulla terra non si potrebbe respirare. ”

PROVERBIO INGLESE

Select

La Linea “Selezioni dall'Italia” propone una varietà di sei legumi scelti dalle migliori coltivazioni di aziende agricole italiane nelle zone con il clima più adatto. Tutte le fasi del processo di selezione e confezionamento vengono curate nel dettaglio ed effettuate con particolare attenzione alla tutela ambientale



CONSIGLIO ECO Le bucce di frutta e verdura non sono sempre da buttare, ma spesso possono essere ingredienti perfetti per tantissime ricette!

PROPOSTA LA BAGNA CAUDA PER LA



Sono già più di un centinaio i ristoranti, le trattorie, le associazioni, le cantine pronte a dar vita all'evento che sarà celebrato dall'ultimo fine settimana di novembre (venerdì 26, sabato 27 e domenica 28) e bissato nel primo week end di dicembre (venerdì 3, sabato 4 e domenica 5). Per sapere quali sono i locali che aderiscono all'originale formula è sufficiente andare sul sito www.bagnacaudaday.it e scorrere gli elenchi, che sono in continuo aggiornamento, suddivisi per aree geografiche. Il prezzo di riferimento del piatto in tutti i locali sarà di 25 euro.

La bagna cauda potrà essere proposta in varie versioni segnalate da un semaforo: Come dio comanda (rosso), eretica (giallo) o atea senz'aglio (verde). Previsto anche il Finale in gloria con tartufo. Il vino è proposto al prezzo di 12 euro a bottiglia. La bagna cauda, non è solo un piatto che coinvolge l'intera filiera agricola, dall'olio alle verdure, ha un valore storico e sociale, un momento di incontro a tavola che quest'anno ritorna, pur mantenendo per chi lo vorrà anche la possibilità di ordinarla e farsela portare a casa con tutti gli ingredienti, bavgliolo compreso.



LA RICETTA

Bagna Caoda

Ricetta di Accademia Italiana della Cucina

Si scrive Bagna Caoda e si pronuncia Bagna Cauda. Ricetta tradizionale, scelta dalla Delegazione di Asti dell'Accademia Italiana della Cucina come quella “da ritenersi la più affidabile e tramandabile”. Depositata a Costigliole d'Asti il 7 febbraio 2005, (atto notaio Marzia Krieg del 28 gennaio 2005).

Ingredienti (per 12 persone)

12 teste di aglio,
6 bicchieri da vino di olio extravergine d'oliva,
1 bicchierino di olio di noci,
600 g di acciughe rosse di Spagna.

Preparazione

Tagliare a fettine l'aglio precedentemente svestito e privato dei germogli. Porre l'aglio in un tegame di coccia, aggiungere un bicchiere d'olio e iniziare la cottura a fuoco bassissimo rimescolando e avendo cura che non prenda colore. Aggiungere le acciughe



dissalate, diliscate, lavate in acqua e vino rosso e ben asciugate. Coprire con il restante olio e cuocere a fuoco lento per mezz'ora, badando che non frigga. Al termine della cottura si potrà aggiungere, se piace un sapore più morbido, un pezzo di burro freschissimo.

Versare nei “fujot” (recipienti di terracotta con scaldino) preriscaldati e accompagnarla con le seguenti verdure:

crude: cardi gobbi di Nizza Monferrato, topinambur, cuori di cavolo bianco, indivia e scarola, peperoni freschi e sotto graspa (aceto), cipollotti crudi in quartati e immersi nel Barbera;

cotte: barbabietole rosse, patate lesse, cipolle al forno, zucca e polenta frita, peperoni arrostiti.

È tradizione raccogliere alla fine lo “spesso della bagna” strapazzandovi dentro un ovetto freschissimo. nota: L'Accademia Italiana della Cucina segnala che nella prassi odierna la quantità di aglio impiegata viene ridotta da una testa d'aglio a persona a due o tre spicchi a persona.

Detto da... Claudio

“ L'olandeseina è un dolce che ha una base che è una via di mezzo tra una pasta sfoglia e una pasta brioché, perché dopo aver preparato la pasta base brioché viene inserita una sfoglia di burro che la rende molto più golosa, poi, con un po' di manualità, si crea un 8 (come con una corda) e si farcisce con crema pasticcera. ”



Zen and Cook (GE)