



LA VITA
È NUTRIMENTO

LA GENOVESE
La Torta Pasqualina genovese in origine era composta da 33 sfoglie sottili di pasta

Le focacce salate si rivelano una buona scelta per una cucina sana e veloce spesso anche a base di cibi avanzati. Di gran moda nel '400 sono sparite dai menù un secolo fa. Oggi sono diventate il simbolo della cultura regionale

IL PESCE
Aliciotti con indivia: cucina romanesca

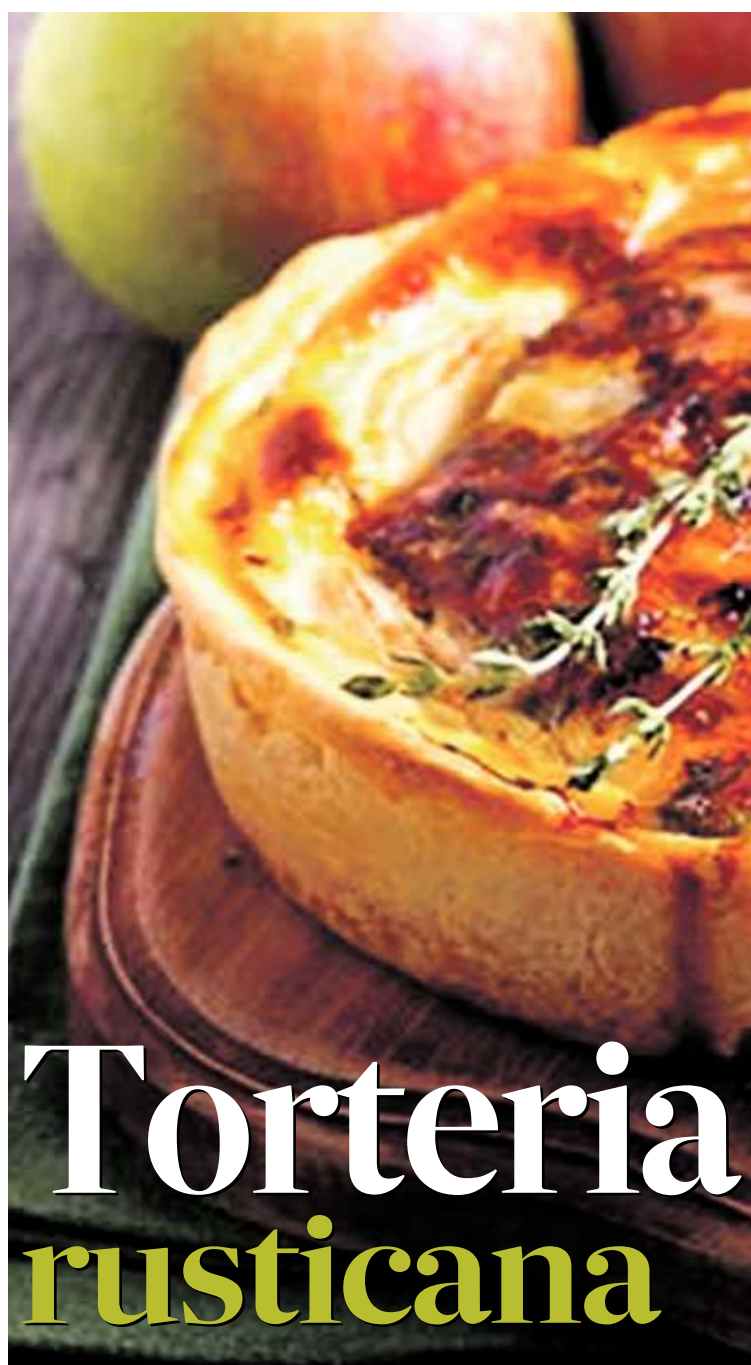


LA TRADIZIONE

Dici torta e pensi alle dolci torte delle ricorrenze speciali: sontuose, decorate, guarnite, burrose, colorate. Ma in verità le torte nascono salate come contenitori di formaggi, carne, verdure, maccheroni. «È proprio questa base non dolce la più antica forma di torta», scrive Paolo Petroni, presidente dell'Accademia Italiana della Cucina nel libro appena uscito ("Le torte dolci e salate") con 200 ricette regionali selezionate dall'Istituto fondata nel 1953 dallo scrittore Orio Vergani.

LA TEMPERATURA

«Le semplici focacce – spiega Petroni – servivano a saggiare la temperatura del forno». Dalle focacce agli scrigni ripieni di ogni ben di Dio il passo è stato breve. Eppure, anche le torte salate hanno subito le alterne fortune dei gusti dei cuochi di grido (ieri quelli di papi e re; oggi stellati e televisivi): di gran moda nel Quattrocento grazie a Maestro Martino, citate nel Cinquecento da Messisburgo e Scappi e nel Settecento dal "Cuoco Galante" Vincenzo Corradi, nell'Ottocento le torte salate escono dai menù e non vengono neppure citate nelle prime edizioni degli ancora popolarissimi "Cucchiaio d'argento" e "Talismano della felicità". Oggi la contemporanea voglia



Torteria rusticana

di cucina sana, la ricerca dei prodotti del territorio, l'esigenza di non sprecare e quindi di riciclare quanto avanzato dal giorno prima, ha fatto ritornare in auge le torte salate. Quelle ripiene di carciofi, di acciughe e bietta, di cipolle, di spinaci e formaggio sono statisticamente le più frequentate in ogni

IL LAZIO PROPONE
LA TIELLA DI GAETA
CON SCAROLA
E POLIPETTI E LA
"RENTORTA"
CON IL PECORINO

LA SALSICCIA
Un piatto "forte": pecorino e salume



regione, oltre naturalmente la Torta Pasqualina. La ricetta originaria genovese vorrebbe che le sottilissime sfoglie fossero esattamente 33, quanto gli anni di Cristo. Accontentiamoci degli ingredienti di rigore: pasta brisé, bietta, ricotta, uova, parmigiano e maggiorana. Per Pasqua in Abruzzo la torta rustica tipica è il "fiadone", con uova (simbolo della Resurrezione) e formaggio che in primavera è più pregiato.

IL FRITTO

Tra le torte fritte, la più nota è "il" gnocco fritto di Modena e Reggio Emilia farcito di salumi o formaggi. O piuttosto, come scrisse Messisburgo nel 1549, "fritelle piene di vento", perché la pasta si gonfia friggendo. Ogni regione – come dimostra il libro dell'Accademia della Cucina – ha decine di torte salate. Ma il Lazio batte tutti. Per esempio, la tiella di Gaeta (anche qui solo farina, olio, lievito e sale) è diffusa in tutto il Sud, riempita in tutti i modi: polipetti, cipolle, scarola e baccalà, spinaci e ricotta. Nella Sabina c'è il "fallone", due dischi di pasta che racchiudono verdura ripassata in padella. Nella stessa zona la "pizza rentorta", dalla forma simile a un serpente, composta da tre strisce di pasta ripiene di salsiccia, mozzarella, pecorino e pepe e poi arrotolate su se stesse. Numerose le preparazioni nella Capitale dove l'incrocio tra le mense aristocratiche e papali e la popolare cucina ebraica ha dato vita a classici della gastronomia romana come gli aliciotti con l'indivia, tipica del Shabbath, il sabato.

LA MOZZARELLA

Non rientra invece nella tradizione ebraica l'altra pizza rustica più nota, la torta di patate con prosciutto e mozzarella, "un ottimo esempio – spiega ancora il libro dell'Accademia – della versatilità con cui la torta può essere preparata anche con le sole patate o aggiungendo altri ingredienti".

Carlo Ottaviano

© RIPRODUZIONE RISERVATA

I ristoranti



ARGELATO (BOLOGNA)

Patate e parmigiano scrigno bolognese

A due passi da Bologna, Centergross è un enorme centro commerciale visitato ogni giorno da circa oltre diecimila compratori. Invece del solito freddo ristorante, la pausa pranzo la si può godere all'interno di Villa Orsi, una costruzione del XVII secolo, utilizzata anche per eventi. La cucina è basata sulla qualità del "fatto in casa", sulla varietà della Carta nella quale i piatti Bolognesi sono accostati al pesce ed alle proposte stagionali. Fabrizio Lo Castro, chef 49enne, propone accanto ai piatti moderni i classici della cucina emiliana e, tra le torte salate, uno squisito tortino di patate con crema di parmigiano.



Villa Orsi - Via dei Drappieri
Argelato (Bologna). 0516647882
Prezzo medio: 35 euro. Chiuso mai



GROSSETO

Sugo di cinta senese dalla stalla all'orto

Qui le torte salate sono con verdure di stagione. E non potrebbe essere diversamente perché la famiglia Pepi – 5 tra fratelli e sorelle con Massimiliano, detto Mamo, in cucina – offre solo le produzioni del proprio orto e degli animali che alleva. Così volle mamma Grazia quando per passione e necessità "inventò" il primo ristorante rurale di Toscana. Secondo l'Accademia della Cucina, il piatto da non perdere sono i tortelli maremmani al sugo di cinta senese. Da gustare il maiale al latte, il peposo di vitello.



Gli attortellati - Strada Provinciale 40
Trappola 39, Grosseto 056 4400059
Prezzo medio: 30 euro. Chiuso lunedì

La ricetta

CECINA TOSCANA
Ingredienti: farina di ceci, 3 cucchiaini di olio extravergine di oliva, sale, pepe

Impastare con acqua la farina di ceci, dopo averla ben setacciata; aggiungere l'olio, il sale e il pepe. Quindi, mescolare attentamente il tutto fino a ottenere un composto fluido, omogeneo e senza grumi. Farlo riposare per almeno due ore eliminando la schiuma che si forma in

superficie. Versare il composto (non deve avere uno spessore superiore a mezzo centimetro) in una teglia di rame rotonda, bassa e larga, ben oliata e riscaldata, e far cuocere in forno a legna, o nel forno di casa, a 220° C per venti minuti, fino a quando non si formi una crosticina dorata sopra e sotto, mentre in mezzo deve rimanere quasi cremosa.

Accademia Italiana della Cucina



IN VINO
VERITAS

A cura di
Franco M. Ricci

SOTTO I 15 EURO DONNA ORGILLA

Un Pecorino al profumo della ginestra

Paolo Beretta, odontotecnico e sua moglie Paola Massi, ricercatrice, vent'anni fa decidono di abbandonare Milano e le rispettive professioni per spostarsi nel podere di famiglia nelle Marche, per ristrutturarlo e convertirlo in azienda vitivinicola. Nei vigneti, nel cuore della denominazione Offida, si coltivano inizialmente Pecorino e Montepulciano, poi si aggiungono piccole produzioni di Sangiovese. Nella conduzione agricola, fin dall'inizio si è scelto di adottare

il protocollo biologico, cui a breve potrebbero aggiungersi le pratiche biodinamiche, attualmente al vaglio. L'azienda, ristrutturata secondo i canoni della bioarchitettura, ospita spesso eventi destinati a valorizzare la vitivinicoltura biologica. Il Donna Orgilla è un Pecorino di chiaro stampo territoriale. Dorato brillante, con profumi di susine, ginestra e biancospino, e folate minerali.



Agricola Fiorano
Cossignano AP
Offida Pecorino
Donna Orgilla 2016
Bianco Docg
Pecorino 100%
Gr. 13% - 12 euro
5 Grappoli:
l'Eccellenza di Bibenda

LA NOVITÀ MOSCATO D'ASTI CASA DI BIANCA

Note di miele e agrumi persistenti

Gianni Doglia è un uomo caparbio e con l'ostinazione che da sempre lo contraddistingue porta avanti tutti gli insegnamenti di suo padre Bruno, volti alla produzione di etichette di alta qualità che rappresentino al meglio il territorio. Ha puntato molto sul perfezionamento tecnico della vinificazione del Moscato, vitigno tanto amato che gli sta regalando molte soddisfazioni. Questo eccellente Moscato nasce da uno splendido cru situato nel cuore della frazione Annunziata di Castagnole delle

Lanze, chiamato dai proprietari Casa di Bianca in omaggio alla signora che viveva nel piccolo "ciabot" all'interno di questa straordinaria vigna. Unico nella sua tipologia, stupisce per l'eleganza e la forte territorialità. Paglierino dorato lucente, affascinante di agrumi, lavanda e glicine, erbe aromatiche, decorate da deliziose note di miele e zucchero a velo. Di grande equilibrio.



Gianni Doglia
Castagnole
Lanze AT
Moscato d'Asti
Casa di Bianca
2016
Gr. 5% - 12 euro
5 Grappoli:
l'Eccellenza di Bibenda

Istruzioni per l'uso di Capitan Cook

► Per evitare che la pasta frolla si restringa in fase di cottura, prima di farcirle e cuocerle, tenetela per 30 - 45 minuti in frigo. Così non perderà neanche i bordi.

► Se una minestra è troppo liquida, aggiungete una patata lessa schiacciata per dare maggiore corposità.

► Quando una pentola ha troppi residui di calcare, conviene riscaldare al suo interno dell'aceto misto con acqua. Poi lavarla normalmente.